

## Sosialisasi Pencegahan dan Pengendalian Penyakit Tidak Menular

Mega Puspa Sari<sup>1</sup>, Dian Kholika Hamal<sup>1</sup>, Devi Annisa Mulyawati<sup>2</sup>, Junaijah Ummu Unais<sup>1</sup>, Teti Pratiwi<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Jurusan Kesehatan Masyarakat, Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Prof. DR Hamka, Jl. Limau II No. 3 Jakarta, Indonesia, 12130

<sup>2</sup>Jurusan Gizi, Fakultas Ilmu – Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Prof. DR Hamka, Jl. Limau II No. 3 Jakarta, Indonesia, 12130

Corresponding author: Mega Puspa Sari, Jurusan Kesehatan Masyarakat, Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Prof. DR Hamka, Jl. Limau II No. 3 Jakarta, Indonesia, 12130. Email: [ns.megapuspasari@uhamka.ac.id](mailto:ns.megapuspasari@uhamka.ac.id)

### Riwayat Artikel

Diterima: 1 Juli 2023

Disetujui: 22 Mei 2024

Dipublikasi: 1 Juni 2024

### Keywords

Non-communicable diseases, prevention, and socialization

### Abstract

*Background: The increase in the prevalence of non-communicable diseases has become a serious threat, especially in the development of public health. Non-Communicable Diseases (NCD) in Indonesia are predicted to experience a significant increase in 2030. Its chronic nature and attacking productive age, causes NCDs to not only be a health problem, but also affect the resilience of the national economy if not controlled properly, correctly and continuously. The purpose of this community service is to increase public knowledge and awareness in preventing and controlling non-communicable diseases such as hypertension, stroke, heart disease and diabetes mellitus. Method: This activity is in the form of providing counseling in the Rawa Buntu Village Hall regarding non-communicable diseases & their prevention, PTM Nutrition, BMI counting (body mass index) exercises, and blood pressure checks to determine hypertension status and early detection of participants. Results: The results of blood pressure measurements showed that 25% had hypertension. While the BMI category is 41% with obesity BMI status and 22% with overweight BMI status. The mean posttest and pretest scores showed an increase in students' understanding of the prevention and control of non-communicable diseases after being given counseling or material explanations. Conclusion: One of the effective and efficient PTM controls is empowering and increasing community participation. Therefore, one way to reduce the prevalence of NCDs is to make individuals and families aware of reducing the prevalence rate, there is a need for further education at least at the family level regarding non-communicable diseases.*

## PENDAHULUAN

Penyakit Tidak Menular (PTM) atau Non-Communicable Diseases (NCDs) adalah penyakit yang tidak bisa ditularkan dari orang ke orang, yang perkembangannya berjalan perlahan dalam jangka waktu yang panjang (kronis)(Kemenkes RI, 2015). Penyakit tidak menular adalah penyakit kronis dengan durasi yang panjang dengan proses penyembuhan atau pengendalian kondisi klinisnya lambat. Gaya hidup yang tidak sehat seperti diet yang tidak sehat, kurangnya aktivitas fisik, dan merokok mengakibatkan peningkatan prevalensi tekanan darah tinggi, glukosa darah tinggi (DM), kolesterol, kelebihan berat badan dan obesitas. Hal

ini dapat meningkatkan prevalensi penyakit jantung dan pembuluh darah, penyakit paru obstruktif kronik, berbagai jenis kanker yang menjadi penyebab kematian terbesar (Pisano *et al.*, 2016).

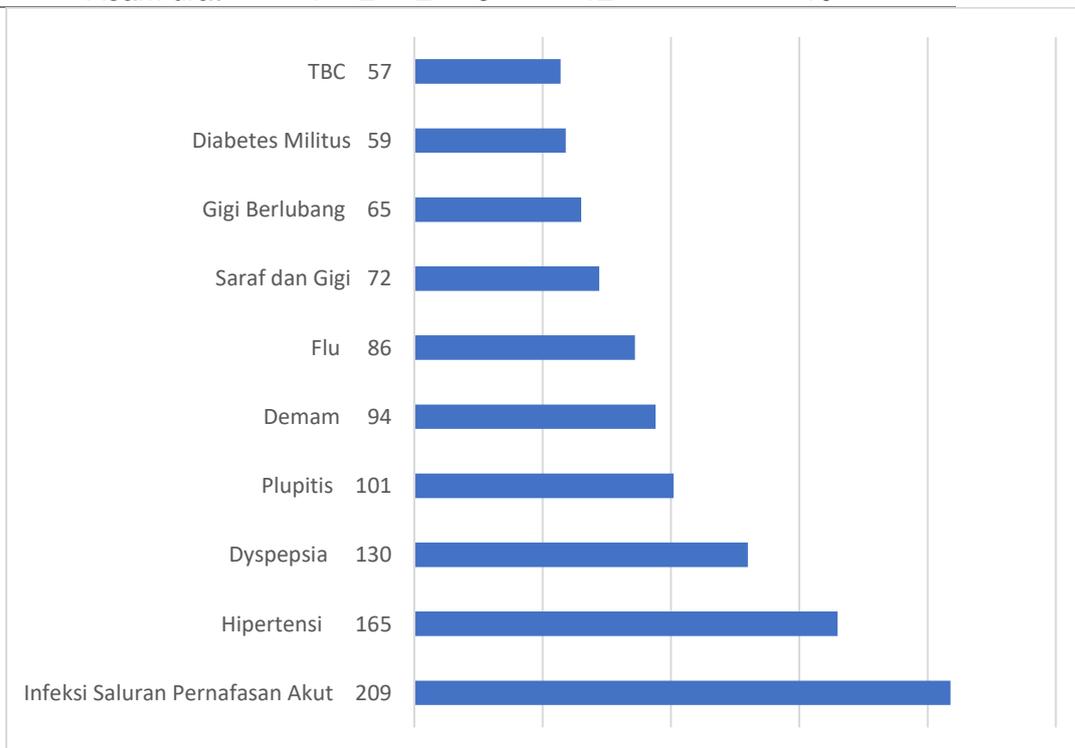
Saat ini permasalahan penyakit tidak menular menjadi perhatian nasional maupun global. Tiap tahunnya penyakit tidak menular merenggut 41 juta jiwa atau sebanyak 70% baik dari kalangan rendah maupun menengah (Hunter and Reddy, 2013). World Health Organization (WHO) menyatakan dari 57 juta kematian yang terjadi, 36 juta atau hampir dua pertiganya disebabkan oleh Penyakit Tidak Menular (Suarez, 2015). Berdasarkan riset kesehatan dasar (Riskesdas) 2018 menunjukkan kondisi penyakit tidak menular di Indonesia yang didominasi oleh penyakit jantung dan pembuluh darah (hipertensi, stroke, penyakit jantung), diabetes, kanker dan penyakit paru obstruktif (asma) cenderung mengalami peningkatan, seperti peningkatan penyakit hipertensi 2.3% (31.7% ke 34%), stroke 3.9% (7% ke 10.9%), diabetes mellitus 1.6% (6.9% ke 8.5%), dan kanker 0.4% (1.4% ke 1.8%), sedangkan prevalensi penyakit jantung berdasarkan hasil riskesdas 2018 sebanyak 1.5% (Riskesdas, 2018). Peningkatan beban akibat PTM sejalan dengan meningkatnya faktor risiko yaitu meningkatnya tekanan darah, gula darah, indeks massa tubuh atau obesitas, pola makan tidak sehat, kurang aktivitas fisik, dan merokok serta mengonsumsi alkohol (Kemenkes, 2019).

Merespon hal tersebut dibutuhkan berbagai upaya pencegahan penyakit tidak menular dalam berbagai level pencegahan seperti primordial, primary prevention, dan pencegahan sekunder yakni dengan mencegah munculnya faktor risiko penyakit tidak menular dan menghindari terjadinya manifestasi penyakit melalui edukasi individu dan massa, promosi kesehatan dan perlindungan spesifik, termasuk diagnosis dini harus diupayakan sebagai langkah pencegahan berbasis kesehatan masyarakat (Afrose, 2018). Upaya PTM akan menjadi lebih efektif dan efisien jika faktor risiko dapat dikendalikan. Upaya pengendalian penyakit ini tidak mungkin dilakukan hanya oleh sektor kesehatan saja akan tetapi harus melibatkan sektor lain dan keterlibatan masyarakat secara aktif. Undang-Undang Nomor 36 Tahun 2009 tentang Kesehatan antara lain disebutkan Pemerintah, pemerintah daerah dan masyarakat melakukan upaya pencegahan, pengendalian, penanganan PTM beserta akibat yang ditimbulkan serta upaya sebagaimana dimaksud di atas untuk meningkatkan pengetahuan, kesadaran, kemauan berperilaku sehat dan mencegah terjadinya PTM beserta akibat yang ditimbulkan (UU Nomor 36 Tahun 2009, 2009). Strategi intervensi untuk mengendalikan faktor risiko tersebut adalah dengan cara memberikan informasi yang tepat tentang upaya pencegahan dan pengendalian penyakit tidak menular. Munculnya masalah kesehatan tidak hanya disebabkan oleh kelalaian individu, namun dapat pula disebabkan oleh ketidaktahuan masyarakat sebagai akibat dari kurangnya informasi yang benar mengenai suatu penyakit (Tri Sulistiyowati *et al.*, 2021).

Berdasarkan data rekam medis Puskesmas Rawa Buntu (2023) prioritas penanganan masalah warga RW 02 Kelurahan Rawa Buntu dengan menggunakan metode Bryant didapatkan hasil penskorangan diperoleh kasus Ispa dengan total 192, hipertensi total 72, dan diabetes melitus dengan total 72. Berdasarkan tabel 1 dan gambar 1 menunjukkan bahwa hipertensi masalah penyakit tidak menular yang selalu menjadi nomor 1 di masyarakat.

**Tabel.1** Prioritas Masalah Kesehatan di Rw 002 Rawa Buntu dari Laporan PBL Kesmas 2023 Prodi Kesehatan Masyarakat, Fikes Uhamka

No	Masalah	P	S	C	M	Total (PSCM)	Urutan Prioritas Masalah
1	Ispa	4	4	3	4	192	1
2	Hipertensi	3	2	3	4	72	3
3	Diabetes melitus	2	3	4	3	72	4
4	Gerd	2	3	1	4	24	5
5	Dispepsia	1	2	1	4	8	9
6	Anemia	1	2	3	4	24	8
7	TBC	2	4	4	4	128	2
8	TFA	1	3	2	4	24	6
9	Skabies	3	2	1	4	24	7
10	Asam urat	1	2	2	3	12	10



**Gambar 1** Diagram Jenis Penyakit Terbesar Januari 2023

## METODE

Pada kegiatan ini menggunakan metode pendidikan masyarakat dalam rangka memberikan penyuluhan bagi para peserta kegiatan untuk meningkatkan pemahaman dan kesadaran mengenai penyakit tidak menular serta pencegahannya. Pengukuran pemahaman para peserta dilakukan dengan penilaian pre-test dan post-test. Kegiatan pre-test dilakukan untuk mengetahui seberapa jauh pemahaman awal para peserta sebelum diberikan penyuluhan, sedangkan post-test untuk mengetahui bagaimana peningkatan pemahaman para peserta setelah diberikan penjelasan melalui penyuluhan. Deteksi dini dengan melakukan pengukuran tekanan darah para peserta dilakukan dengan menggunakan tensi meter manual sehingga diketahui status hipertensi. Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan di Aula Kelurahan

Rawa Buntu, Tangerang Selatan dengan peserta sebanyak 27 orang yang berasal dari masyarakat sekitar Kelurahan Rawa Buntu. Kegiatan ini berlangsung selama satu hari.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

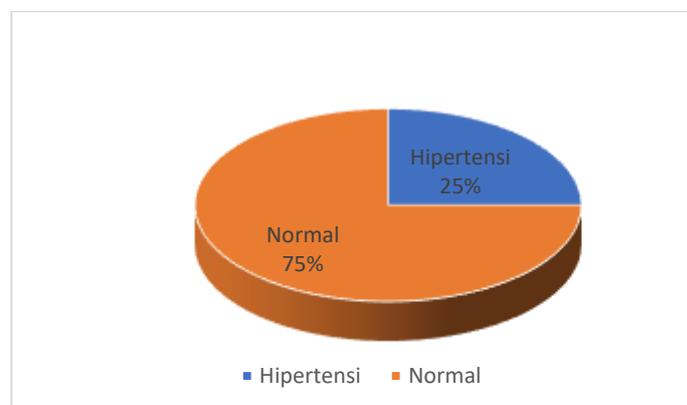
Hasil pengabdian yang telah dilaksanakan pada tanggal 27 Mei 2023. Kegiatan sosialisasi ini dilaksanakan satu hari mulai pukul 08:30 – 11:30 WIB yang bertempat di Aula Kelurahan Rawa Buntu, Tangerang Selatan. Adapun rangkaian kegiatan yaitu, pretest, penyuluhan mengenai penyakit tidak menular (PTM) & pencegahannya, dan Pendidikan kesehatan mengenai gizi seimbang serta latihan menghitung IMT dan diakhiri dengan posttest. Pengukuran tekanan darah dilakukan saat kegiatan telah berakhir dimana sebagian peserta sudah pada bubar, sehingga hanya 12 peserta yang diukur tekanan darahnya (Gambar 3).



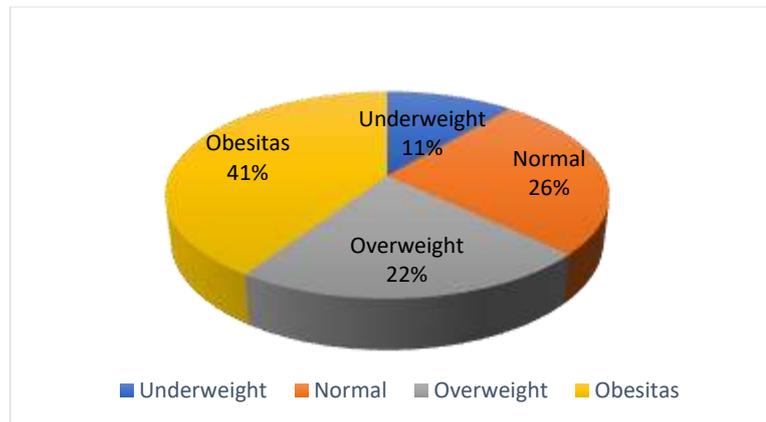
**Gambar 2.** Pendidikan Kesehatan

**Gambar 3.** Pengukuran tekanan darah

Berdasarkan gambar 4 menunjukkan hasil pengukuran tekanan darah didapatkan sebanyak 3 peserta (25%) mengalami hipertensi. Sedangkan katagori IMT sebanyak 11 peserta (41%) dengan status IMT obesitas dan sebanyak 6 peserta (22%) dengan status IMT overweight (Gambar 5). Orang dengan kelebihan berat badan dan obesitas lebih berisiko mengalami hipertensi, dislipidemia, dan metabolik sindrom dibandingkan dengan mereka dengan berat badan normal (Bener *et al.*, 2013). Selain itu, mereka dengan obesitas dan obesitas sentral lebih banyak mengalami ketidaknormalan pemeriksaan biomedis daripada mereka dengan IMT dan lingkaran perut yang normal (Septiyanti and Seniwati, 2020).

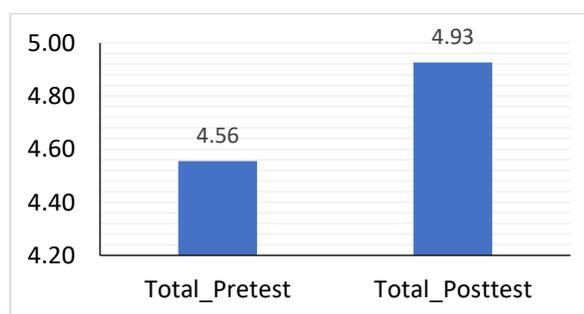


**Gambar 4.** Diagram persentase status hipertensi



**Gambar 5.** Diagram persentase Kategori indeks massa tubuh

Pentingnya kesadaran masyarakat dalam pencegahan dan pengendalian penyakit tidak menular seperti melakukan cek kesehatan secara rutin di Puskesmas atau mendatangi Pospindu. Tujuan ini agar masyarakat memperoleh diagnosa awal atau deteksi dini serta mengontrol penyakit yang sudah ada. Berdasarkan hasil penelitian(Sudayasa *et al.*, 2020) deteksi dini penyakit tidak menular pada Masyarakat Konowe didapatkan hasil pemeriksaan tekanan darah yang mengalami hipertensi 28,35%, Kolesterol tinggi 37,31%, kadar GDS tinggi 14,92% dan pemeriksaan Asam Urat tinggi sebanyak 8,95%. Hasil (Nopriyanto *et al.*, 2019) mengenai peran serta masyarakat kota Samarinda terhadap penyakit tidak menular yang menunjukkan bahwa penyuluhan kesehatan dapat meningkatkan pengetahuan dan meningkatkan wawasan bagi masyarakat tentang penyakit tidak menular. Masyarakat dapat memanfaatkan fasilitas kesehatan yang disediakan oleh pemerintah ataupun masyarakat, untuk cek kesehatan secara rutin. Masyarakat bisa melakukan perilaku hidup sehat secara mandiri. Perilaku yang diharapkan adalah datang secara rutin ke posbindu PTM di RW nya masing masing, menghindari perilaku merokok dan asap rokok, rajin beraktifitas fisik, istirahat yang cukup, mengonsumsi sayuran dan memperhatikan gizi makanannya serta dapat mengelola stres dengan baik. Kondisi ini sangat dimungkinkan karena masyarakat sebagian besar sudah tidak menganut nilai- nilai yang khas seperti kepercayaan-kepercayaan atau adat-adat tertentu terutama yang berkaitan dengan perilaku kesehatan. Sehingga perilaku hidup sehat yang diharapkan akan dilakukan berdasarkan pengetahuan dan pemahaman yang dimilikinya(Rosidin *et al.*, 2022).



**Gambar 6.** Rerata nilai pre-test dan post-test Peserta PKM

Peningkatan pemahaman para peserta terkait pencegahan dan pengendalian penyakit tidak menular dilihat melalui adanya peningkatan nilai dari pretest ke posttest. Gambar 6 menunjukkan bahwa rerata nilai pretest sebesar 45 dan rerata nilai post-test sebesar 49. Hasil tersebut menunjukkan bahwa para peserta telah memiliki pemahaman yang baik mengenai penyakit tidak menular sebelum diberikan penyuluhan. Selanjutnya, pemahaman menjadi

semakin meningkat yang ditunjukkan dengan adanya peningkatan nilai dari pretest ke posttest. Skor tertinggi untuk nilai pretest yaitu sebesar 70, sedangkan nilai posttest yaitu sebesar 80. Hal ini sejalan dengan Pengabdian masyarakat di Dusun Karangbendo mengenai Edukasi pengetahuan penyakit tidak menular dan Germas menunjukkan terdapat perbedaan tingkat pengetahuan penduduk usia produktif di dusun Karangbendo antara sebelum dan sesudah pemberian penyuluhan(Nuraisyah *et al.*, 2022).

## KESIMPULAN

Salah satu pengendalian PTM yang efektif dan efisien adalah pemberdayaan dan peningkatan peran serta masyarakat. Oleh karena itu, salah satu cara untuk mengurangi prevalensi PTM yaitu dengan menyadarkan individu maupun keluarga untuk menekan angka prevalensi, perlu adanya edukasi lebih lanjut minimal pada tingkat keluarga mengenai penyakit tidak menular.

## UCAPAN TERIMA KASIH (pilihan)

Terima kasih atas dukungan pendanaan Lembaga Pengabdian dan Pemberdayaan Masyarakat (LPPM) Universitas Muhammadiyah Prof Dr HAMKA (UHAMKA) serta UPT Puskesmas dan Kelurahan Rawa Buntu, Tangerang Selatan sebagai mitra program ini.

## DAFTAR REFERENSI

### Referensi

- Afroze, T. (2018) 'Burden of Non-Communicable Diseases (NCDs): Prevention is better Than Cure', *Annals of Reviews & Research*, 2(2). Available at: <https://doi.org/10.19080/arr.2018.02.555582>.
- Bener, A. *et al.* (2013) 'Obesity index that better predict metabolic syndrome: Body mass index, waist circumference, waist hip ratio, or waist height ratio', *Journal of Obesity*. Available at: <https://doi.org/10.1155/2013/269038>.
- Hunter, D.J. and Reddy, K.S. (2013) 'Noncommunicable Diseases', *New England Journal of Medicine*, pp. 1336–1343. Available at: <https://doi.org/10.1056/nejmra1109345>.
- Kemendes (2019) 'Buku pedoman manajemen penyakit tidak menular', in, p. 2. Available at: [https://p2ptm.kemkes.go.id/uploads/VHcrbkVobjRzUDN3UCs4eUJ0dVBndz09/2019/03/Buku\\_Pedoman\\_Manajemen\\_PTM.pdf](https://p2ptm.kemkes.go.id/uploads/VHcrbkVobjRzUDN3UCs4eUJ0dVBndz09/2019/03/Buku_Pedoman_Manajemen_PTM.pdf) diakses 18 November 2022.
- Kemendes RI (2015) 'Peraturan Menteri Kesehatan RI No 71 Tahun 2015 Tentang Penanggulangan Penyakit Tidak Menular', *Peraturan Menteri Kesehatan RI No 71 Tahun 2015 Tentang Penanggulangan Penyakit Tidak Menular*, (1775), p. 32. Available at: <https://peraturan.bpk.go.id/Home/Details/172102/permenkes-no-71-tahun-2015> akses 12 Mei 2023.
- Nopriyanto, D. *et al.* (2019) 'MENINGKATKAN PERAN SERTA MASYARAKAT DALAM UPAYA MENURUNKAN PENINGKATAN PENYAKIT TIDAK MENULAR ( PTM ) dan teknologi yang terjadi dalam dekade ini berdampak pada perubahan pola hidup masyarakat . Penyakit tidak menular ( PTM ) merupakan akibat dari perubahan', *Jurnal pengabdian dan pemberdayaan masyarakat*, 3(2), pp. 285–292.
- Nuraisyah, F. *et al.* (2022) 'Edukasi Pengetahuan Penyakit Tidak Menular dan GERMAS Pada Usia Produktif di Dusun Karangbendo', *Jurnal Panrita Abdi*, Volume 6, Issue 1, 6(1), pp. 1–7. Available at: <http://journal.unhas.ac.id/index.php/panritaabdi>.
- Pisano, U. *et al.* (2016) 'NON-COMMUNICABLE DISEASES / FEB 2016 Examples of interactions between NCDs and infectious disease', *J Trop Med*, 2016. Available at: <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs311/en/>.
- Riskesdas (2018) 'Laporan Riskesdas 2018 Kementerian Kesehatan Republik Indonesia',

*Laporan Nasional Riskesdas 2018*, pp. 154–165. Available at: [http://www.yankes.kemkes.go.id/assets/downloads/PMK No. 57 Tahun 2013 tentang PTRM.pdf](http://www.yankes.kemkes.go.id/assets/downloads/PMK%20No.%2057%20Tahun%202013%20tentang%20PTRM.pdf).

Rosidin, U. *et al.* (2022) 'Sosialisasi Program Cerdik Sebagai Upaya Pencegahan Penyakit Tidak Menular', *JPKMI (Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Indonesia)*, 3(4), pp. 424–434. Available at: <https://doi.org/10.36596/jpkmi.v3i4.545>.

Septiyanti, S. and Seniwati, S. (2020) 'Obesity and Central Obesity in Indonesian Urban Communities', *Jurnal Ilmiah Kesehatan (JIKA)*, 2(3), pp. 118–127. Available at: <https://doi.org/10.36590/jika.v2i3.74>.

Suarez, L.Y.T. (2015) *World Health Organization*. Available at: <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs355/en/> Akses 12 Mei 2023.

Sudayasa, I.P. *et al.* (2020) 'Deteksi Dini Faktor Risiko Penyakit Tidak Menular Pada Masyarakat Desa Andepali Kecamatan Sampara Kabupaten Konawe', *Journal of Community Engagement in Health*, 3(1), pp. 60–66. Available at: <https://doi.org/10.30994/jceh.v3i1.37>.

Tri Sulistiyowati, M.A.E. *et al.* (2021) 'Pendidikan Kesehatan tentang Hipertensi dan Perawatannya pada Anggota PKK RT 01 RW 06 Pedurungan Tengah Semarang', *JPKMI (Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Indonesia)*, 2(2), pp. 170–175. Available at: <https://doi.org/10.36596/jpkmi.v2i2.150>.

UU Nomor 36 Tahun 2009 (2009) 'RI, Kemenkes', *UU Nomor 36 Tahun 2009*, p. 3. Available at: [https://infeksiemerging.kemkes.go.id/download/UU\\_36\\_2009\\_Kesehatan.pdf](https://infeksiemerging.kemkes.go.id/download/UU_36_2009_Kesehatan.pdf) akses 12 Mei 2023.