

Penyuluhan Terkait Penyakit Tidak Menular di LPK Cempaka Bantul

Kholif Sholehah I K¹, Devika Nurhasanah², Yuni Andriani³

^{1,2,3} Farmasi (S-1), Fakultas Kesehatan Universitas Jenderal Achmad Yani, Yogyakarta, Indonesia

e-mail: ¹kholifsholehahindra@gmail.com

ABSTRAK. Penyakit tidak menular (PTM) menjadi salah satu penyebab utama kematian di dunia. Hasil riset kesehatan dasar (RISKESDAS) menunjukkan bahwa kasus terbanyak dari penyakit tidak menular adalah diabetes melitus (DM), Hipertensi dan penyakit terkait kardiovaskuler. Perubahan gaya hidup merupakan salah satu program dalam pengendalian penyakit tidak menular yang difokuskan pada faktor risiko. Faktor risiko penyakit tidak menular dapat dicegah dan dikendalikan lebih dini, sehingga diperlukan pengetahuan dan informasi terkait penyakit tidak menular dalam melakukan perubahan. Faktor risiko penyakit tidak menular membutuhkan waktu yang relative lama terutama pola gaya hidup. Salah satu merupakan peran serta masyarakat dalam pengendalian PTM adalah melalui Gerakan masyarakat hidup sehat (GERMAS). Gernas merupakan suatu Gerakan nasional sebagai upaya *promotive* dan *preventif*. Tahapan persiapan terdiri dai observasi, pelaksanaan, evaluasi dan pelaporan. Tahapan persiapan dimulai dari observasi lapangan, penyusunan proposal, dan persiapan materi. Tahapan pelaksanaan yaitu *pre-test*, penyuluhan materi, dan diskusi. Sedangkan tahapan evaluasi terdiri dari *post-test*, dan penyusunan laporan. Hasil dari nilai *pre-test* yakni mempunyai rata-rata nilai 53,78% menunjukkan masih kurangnya pengetahuan penyakit tidak menular. Nilai rata-rata setelah mendapatkan edukasi yakni 78,65%. Berdasarkan hasil tersebut maka pengabdian kepada masyarakat ini mampu meningkatkan pengetahuan kepada masyarakat LKS Cempaka Bantul.

KATA KUNCI: Penyakit Tidak Menular; Pencegahan; Pengendalian

ABSTRACT *Non-communicable diseases (PTM) are one of the main causes of death in the world. The results of basic health research (RISKESDAS) show that the most cases of non-communicable diseases are diabetes mellitus (DM), hypertension and cardiovascular-related diseases. Lifestyle change is a program in controlling non-communicable diseases that focuses on risk factors. Risk factors for non-communicable diseases can be prevented and controlled early, so knowledge and information related to non-communicable diseases is needed in making changes. Risk factors for non-communicable diseases require a relatively long time, especially lifestyle patterns. One of the roles of the community in controlling NCDs is through the Healthy Living Community Movement (GERMAS). Gernas is a national movement as a promotive and preventive. The preparatory stage consists of observation, implementation, evaluation and reporting. The preparatory stage starts from field observations, proposal preparation, and material preparation. The stages of implementation are pre-test, material counseling, and discussion. While the evaluation stage consists of a post-test, and preparation of reports. The results of the pre-test, which has an average value of 53.78%, shows that there is still a lack of knowledge of non-communicable diseases. The average value after getting education is 78.65%. Based on these results, community service is able to increase knowledge of the LKS Cempaka Bantul community.*

KEYWORDS: *Control; non-infectious disease; preventing*

1. Pendahuluan

Menurut WHO, Penyakit tidak menular (PTM) menjadi masalah secara global. Penyakit tersebut menjadi penyumbang tertinggi seperti penyakit jantung (17,9 juta), penyakit kanker (9,3 juta), penyakit pernafasan kronis (4,1 juta) dan diabetes (1,5 juta) [1]. Berdasarkan hasil Riset Kesehatan dasar (Riskesdas) tahun 2018 menyebutkan bahwa prevalensi PTM terutama di daerah Bantul 2,57%

diabetes dan sekitar 73,15% tidak rutin dalam melakukan pemeriksaan kadar glukosa darah. Sementara Hipertensi sebanyak 34,74% dan 29,93% tidak rutin dalam minum obat antihipertensi sedangkan 17,03% tidak minum obat antihipertensi. Jika dilihat dari pola hidup sehat seperti konsumsi buah dan sayur di Bantul yang rutin mengkonsumsi buah dan sayur 8,42%, dalam beraktivitas fisik sekitar 68,73%, merokok dalam usia 15-19 tahun 50,93%. Gaya hidup yang tidak sehat seperti kurang aktivitas fisik, kurangnya konsumsi buah dan sayur, stress, merokok dan obesitas dapat menjadi faktor risiko dari PTM [2] [3].

Penyakit tidak menular dapat muncul dari kombinasi faktor risiko seperti usia, jenis kelamin, genetika dan kesadaran individu itu sendiri [4]. deteksi dini serta pengobatan yang tepat merupakan bentuk pengendalian PTM. Surveilans kasus dan faktor risiko PTM menjadi strategi untuk pencegahan, pengendalian oleh semua masyarakat [5]. Salah satu merupakan peran serta masyarakat dalam pengendalian PTM adalah melalui Gerakan masyarakat hidup sehat (GERMAS).

Germas merupakan suatu Gerakan nasional sebagai upaya *promotive* dan *preventif*. Melakukan deteksi dini serta pemantauan terhadap faktor penyakit tidak menular meliputi: merokok, pola makan tidak sehat, kurangnya aktifitas fisik, obesitas, stress, minuman beralkohol, hipertensi, hiperglikemi, dan hiperkolesterol. Tindak lanjut dalam deteksi dini faktor risiko dapat dilakukan dengan konseling Kesehatan dan segera merujuk ke pelayanan Kesehatan. Berdasarkan hal tersebut, pengabdian kepada masyarakat khususnya di daerah Bantul perlu dilakukan dengan tujuan untuk meningkatkan kesadaran dalam pencegahan dan pengendalian penyakit tidak menular di Lembaga Kesejahteraan Sosial (LKS) Cempaka Bantul, Prenggan, Sidomulyo, Kec. Bambanglipuro, Kab. Bantul.

2. Metode

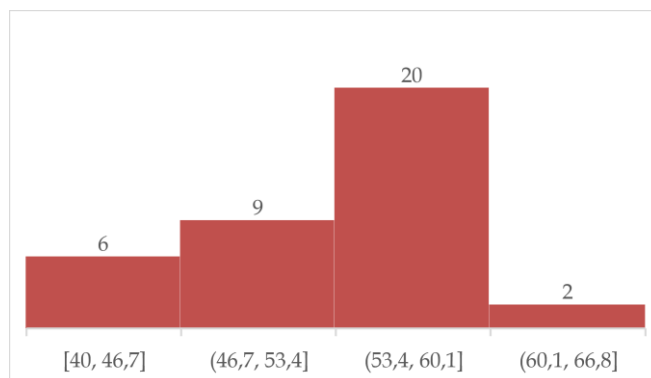
Kegiatan pengabdian masyarakat dilakukan di Lembaga Kesejahteraan Sosial (LKS) Cempaka Bantul dengan memberikan Pendidikan terlebih dahulu kepada masyarakat LKS terkait pengetahuan tentang Penyakit Tidak Menular (PTM). Pendidikan tersebut dilakukan dalam bentuk penyuluhan. Penyuluhan dilakukan di kantor LKS Cempaka Bantul dengan peserta adalah masyarakat LKS Cempaka maupun masyarakat sekitar. Kegiatan penyuluhan dimulai dengan *pre-test* dan diakhiri dengan *post-test*. *Pre-test* dan *Post-test* dilakukan dengan cara menjawab lembar berisi daftar pertanyaan mengenai PTM. Sebelum menjelaskan materi tentang PTM, terlebih dahulu dilakukan *pre-test* untuk mengetahui pengetahuan masyarakat terkait PTM. Setelahnya, dilanjutkan penjelasan materi definisi penyakit tidak menular, pengenalan jenis-jenis penyakit tidak menular, faktor risiko beserta cara pencegahan penyakit tidak menular. Setelah materi disampaikan, dilanjutkan sesi diskusi, *post-test* dengan soal sama seperti *pre-test* untuk mengevaluasi terkait pengetahuan masyarakat atas materi yang disampaikan serta sesi terakhir dilakukan cek kesehatan gratis berupa cek gula darah, asam urat dan tekanan darah.

3. Hasil dan Pembahasan

Kegiatan penyuluhan dan cek kesehatan gratis dilakukan di Lembaga Kesejahteraan Sosial (LKS) Cempaka Bantul pada bulan September 2022. Materi penyuluhan yang diberikan definisi penyakit tidak menular, pengenalan jenis-jenis penyakit tidak menular, faktor risiko beserta cara pencegahan penyakit tidak menular. Sebenarnya, masyarakat LKS Cempaka Bantul rutin dalam melakukan cek kesehatan gratis tetapi dalam beberapa tahun ini dikarenakan adanya Covid-19 menyebabkan kegiatan cek kesehatan gratis harus ditunda. Selain itu pengetahuan masyarakat terkait penyakit tidak menular masih kurang. Sehingga, dengan diadakannya pengabdian masyarakat dengan tema penyakit tidak menular dan cek kesehatan gratis diharapkan dapat meningkatkan antusias warga LKS Cempaka maupun warga sekitar.

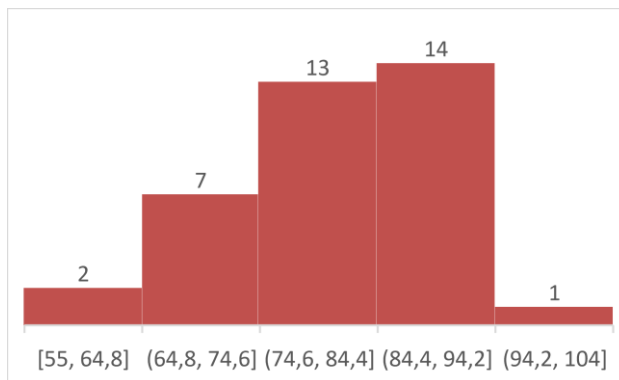
Beberapa warga masih memiliki kebiasaan yang dapat memicu risiko terjadinya penyakit tidak menular. Beberapa kebiasaan tersebut adalah mengkonsumsi gorengan, merokok, mengalami stress,

mengonsumsi makanan yang tidak berserat, kebiasaan minum kopi sampai mengalami gangguan tidur. Faktor risiko dapat menyebabkan beberapa penyakit tidak menular seperti stroke, obesitas, diabetes melitus, hipertensi serta kolesterol. Data tentang pengetahuan masyarakat sebelum dan setelah penyuluhan materi dapat dilihat pada Gambar 1. Hasil *pre-test* menunjukkan bahwa rata-rata nilai *pre-test* adalah 53,78%. Hal tersebut dapat diartikan bahwa pengetahuan terkait penyakit tidak menular masih kurang. Aspek yang dapat menyebabkan kurangnya pengetahuan tersebut adalah masih banyaknya masyarakat yang belum menerapkan pola hidup sehat.



Gambar 1. Nilai Pengetahuan Peserta tentang Penyakit Tidak Menular Sebelum Penyuluhan Materi

Setelah pemberian materi terdapat peningkatan pengetahuan masyarakat terkait penyakit tidak menular yang dapat dilihat dari nilai *post-test* pada Gambar 2. Hasil *post-test* menunjukkan peningkatan rata-rata nilai yang signifikan yaitu 78,65%. Berdasarkan hal tersebut maka dapat dikatakan bahwa adanya penyuluhan berhasil menambah pengetahuan masyarakat LKS Cempaka Bantul. Aspek keberhasilan tersebut ditunjukkan dengan aktifnya masyarakat saat sesi diskusi. Sehingga dengan adanya penyuluhan terhadap penyakit tidak menular diharapkan masyarakat dapat menerapkan pola hidup sehat.



Gambar 2. Nilai Pengetahuan Peserta tentang Penyakit Tidak Menular Setelah Penyuluhan Materi

Hal ini juga didukung oleh beberapa peneliti bahwa pengetahuan masyarakat dapat ditingkatkan dengan melakukan penyuluhan (Purnama *et al.*, 2021). Pada akhir kegiatan pengabdian masyarakat dilakukan cek kesehatan gratis berupa gula darah, asam urat dan hipertensi disertai dengan konsultasi.



Gambar 3. Penyuluhan Materi Penyakit Tidak Menular

4. Kesimpulan

Kegiatan penyuluhan penyakit tidak menular dan cek kesehatan gratis kepada masyarakat LKS Cempaka Bantul dapat meningkatkan pengetahuan mengenai pencegahan faktor risiko penyakit tidak menular ditunjukkan dengan aktifnya masyarakat saat sesi berdiskusi sehingga memberikan nilai rata-rata *post-test* lebih tinggi dari *pre-test*.

Ucapan Terima Kasih

Penulis mengucapkan terima kasih kepada warga pra lansia dan lansia LKS Cempaka Bantul, Yogyakarta atas antusiasnya dalam pelaksanaan pengabdian masyarakat yang sudah dilaksanakan. Terima kasih kepada Fakultas Kesehatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta atas dukungan pendanaan dalam pelaksanaan pengabdian masyarakat ini.

Daftar Pustaka

- [1] World Health Organization, *Global Status Report on Non-Communicable Diseases*. 2021.
- [2] Arnett Donna K., Roger S. Blumenthal, Michelle Albert, Andrew Buroker, Zachary Goldberger, Ellen, Cheryl, Amit Donald, William, Erin, Michael, Daniel, Sidney, Salim, Kim, Joseph and Boback Ziaean. 2019. ACC/AHA Guideline on the Primary Prevention of Cardiovascular Disease: A Report of the American College of Cardiology/American Heart Association Task Force on Clinical Practice Guidelines, *Circulation*. 140 (11): 596–646..
- [3] Peters Ruth, Nicole Ee, Nigel Beckett, Andrew Booth, Kenneth Rockwood and Kaarin J. Anstey. 2019. Common Risk Factors For Major Noncommunicable Disease, a Systematic Overview Of Reviews And Commentary: The Implied Potential For Targeted Risk Reduction. *Therapeutic Advances in Chronic Disease*. (10).
- [4] Taiso Siti Nurjaha, Sudayasa I. Putu, Paddo J., Oleo H., D. 2020. Analisis Hubungan Sosiodemografis Dengan Kejadian Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Lasalepa, Kabupaten Muna. *Nursing Care and Health Technology Journal*. 1(2).
- [5] Sudayasa I. Putu., Rahman, M. F., Eso, A., Jamaluddin, Alifariki, P., 2020. Deteksi Dini Faktor Risiko Penyakit Tidak Menular Pada Masyarakat Desa Andepali Kecamatan Sampara Kabupaten Konawe. *Aksiologi: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*. 4(2,): 153–160.