

PENYULUHAN PENYAKIT TIDAK MENULAR (PTM) UNTUK MENUMBUHKAN KESADARAN REMAJA

S. Rose¹, N.A. Shofiyyatunnisaak¹, A.W. Amrullah²

ABSTRAK

Penyakit Tidak Menular (PTM) tidak dapat ditularkan pada orang lain dan berkembang secara perlahan dalam jangka waktu lama. Fenomena ini sudah merabab pada usia remaja dengan kasus kematian yang tidak sedikit. Hal ini harus segera ditanggulangi dengan cara meningkatkan pengetahuan dan kewaspadaan khususnya pada remaja. Kegiatan ini dilaksanakan pada siswa SMK Marsudirini Marganingsih Surakarta. Diawali dengan pemberian pre-test lalu pemberian materi pembelajaran terkait PTM dan dilanjutkan dengan diskusi tanya jawab serta pengisian post-test sebagai indikator keberhasilan kegiatan ini. Sasaran utama kegiatan ini adalah seluruh siswa. Sedangkan partisipan yang menghadiri kegiatan ini sebanyak 67 orang diantaranya siswa (76,1%), guru (20,9%) dan karyawan (3%). Sebanyak 34 siswa yang melakukan pengisian kuesioner *pretest* dan *posttest* didapatkan bahwa terjadi peningkatan pengetahuan meskipun rerata penilaian masih dalam kategori rendah dengan rerata nilai 1,18 bertambah menjadi 3,97. Hasil pre-test 100% siswa pada kategori rendah sedangkan hasil post-test berubah menjadi 70,59% pada kategori rendah dan 29,41% pada kategori sedang. Diharapkan dengan adanya peningkatan dapat dijadikan informasi dalam penguatan pengetahuan dan kesadaran tentang PTM, meningkatkan kewaspadaan pada remaja terkait risiko PTM, dan mencegah terjadinya permasalahan gizi khususnya remaja dengan kejadian PTM. Secara keseluruhan kegiatan ini dikatakan berhasil terlihat dari hasil evaluasi pengetahuan dan juga antusias dari peserta.

Kata kunci : Penyakit Tidak Penular, Obesitas, Remaja

ABSTRACT

Non-communicable diseases (NCDs) cannot be transmitted to other people and develop slowly over a long period of time. This phenomenon has spread to teenagers, with quite a few deaths. This must be addressed immediately by increasing knowledge and awareness, especially among teenagers. This activity was carried out for students at Marsudirini Marganingsih Vocational School, Surakarta. Starting with giving a pre-test, then providing learning material related to PTM, continuing with a question-and-answer discussion, and completing the post-test as an indicator of the success of this activity. The main target of this activity is all students. Meanwhile, 67 participants attended this activity, including students (76.1%), teachers (20.9%), and employees (3%). A total of 34 students who filled out the pretest and posttest questionnaires found that there was an increase in knowledge even though the average assessment was still in the low category, with an average score of 1.18 increasing to 3.97. The pre-test results were 100% of students in the low category, while the post-test results changed to 70.59% in the low category and 29.41% in the medium category. It is hoped that this

¹ Program Studi Gizi Program Sarjana, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Kusuma Husada, Jl Jaya Wijaya No. 11, 57136, Kota Surakarta-Indonesia, E-mail: info@ukh.ac.id

² Program Studi Farmasi Program Sarjana, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Kusuma Husada, Jl Jaya Wijaya No. 11, 57136, Kota Surakarta-Indonesia, E-mail: info@ukh.ac.id

increase can be used as information to strengthen knowledge and awareness about PTM, increase awareness among teenagers regarding the risk of PTM, and prevent the occurrence of nutritional problems, especially among teenagers with PTM incidents. Overall, this activity was said to be successful, as seen from the results of evaluating the knowledge and enthusiasm of the participants.

Keywords: Non-communicable Diseases, Obesity, Adolescents

1. PENDAHULUAN

Penyakit Tidak Menular (PTM) atau disebut penyakit degenerative merupakan masalah kesehatan yang ditandai dengan tingginya angka kesakitan dan kematian secara global. PTM tidak dapat menular kepada orang lain dan berkembang dalam jangka waktu yang lama. (Tim Promkes RSST, 2022) Selain itu, PTM tidak disebabkan oleh infeksi mikroorganisme seperti bakteri, protozoa, virus atau jamur. (Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Tengah, 2022) PTM merupakan penyebab kematian dengan angka kematian tertinggi di Indonesia dengan tren yang meningkat dan biaya Jaminan Kesehatan Nasional (JKN). Meningkatnya penyakit tidak menular dan perubahan pola penyakit kini mulai mengancam kelompok usia muda. Dulu, PTM sering dialami oleh penduduk lanjut usia, namun saat ini trennya mulai berubah pada usia 10-14 tahun. (Arianie, 2020)

Dampak dari tren PTM di kalangan generasi muda mengancam perekonomian dan sumber daya manusia Indonesia di masa depan, karena negara ini akan menghadapi deviden demografi dimana kelompok usia kerja akan lebih besar dibandingkan dengan lempo usia non-kerja. Jika tren PTM di kalangan generasi muda semakin meningkat, maka upaya Indonesia dalam mewujudkan generasi penerus bangsa yang cerdas dan sehat menuju Indonesia maju pada tahun 2045 juga semakin meningkat. (Arianie, 2020) Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018 melaporkan peningkatan prevalensi PTM dibandingkan hasil Riskesdas 2013. (Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, 2018) Jenis PTM seperti penyakit diabetes, hipertensi, penyakit jantung, stroke, kanker, gagal ginjal kronis, asma, dan penyakit sendi. (Kementrian Kesehatan RI, 2019) Faktor metabolik berperan dalam meningkatkan risiko terjadinya PTM seperti kelebihan berat badan, obesitas, glukosa darah tinggi, kolestesterol tinggi, tekanan darah tinggi. (Santoso et al., 2020) Salah satu faktor risiko PTM adalah obesitas yang didefinisikan kelebihan penimbunan jaringan lemak tubuh. (Saraswati et al., 2021) Obesitas disebabkan karena diet yang kurang tepat dan aktivitas fisik yang rendah sehingga berdampak negatif pada kesehatan tubuh. (Yuningrum et al., 2021)

Hasil Profil Kesehatan Jawa Tengah, melaporkan bahwa hipertensi sebesar 76,8% menduduki proporsi terbesar pada kelompok PTM dan diikuti diabetes melitus sebesar 10,7%. Pengukuran tekanan darah menjadi salah satu deteksi dini pada faktor risiko PTM hipertensi, stroke, jantung, kelainan fungsi ginjal dan lainnya. (Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Tengah, 2022) Demikian dengan laporan Profil Kesehatan Kota Surakarta, prevalensi PTM tertinggi yaitu pada hipertensi yang diikuti dengan diabetes melitus. (Dinas Kesehatan Kota Surakarta, 2021) Permasalahan PTM di kelompok masyarakat merupakan salah satu tantangan dalam pembangunan bidang kesehatan dengan mayoritas yang terpapar adalah usia produktif. Tren peningkatan PTM harus segera ditanggulangi dan dicegah jika faktor risiko dapat dikendalikan. (Dinas Kesehatan Kota Surakarta, 2021)

Penanggulangan penyakit tidak menular telah diatur dalam (Peraturan Menteri Kemenkes RI No 71 Tahun 2015, 2015) Kemenkes RI juga menerbitkan Buku Pedoman Manajemen Penyakit Tidak Menular. (Direktorat Jenderal Pencegahan dan Pengendalian Penyakit, 2019) Direktorat Pencegahan dan Pengendalian Penyakit Tidak Menular (P2PTM) juga memiliki rencana Aksi Kerja Kegiatan untuk 2021-2024. (Kemenkes RI, 2023) Upaya yang telah dilakukan pemerintah diharapkan dapat mengurangi atau menurunkan prevalensi PTM dimasa mendatang. Namun, diperlukan Kerjasama dari berbagai pihak yang terkait. (Tim Promkes RSST, 2022)

Berdasarkan uraian diatas maka diperlukan kegiatan pengabdian kepada masyarakat dalam rangka menumbuhkan kesadaran tentang Penyakit Tidak Menular (PTM) khususnya pada kelompok remaja di Surakarta Jawa Tengah.

2. METODE PELAKSANAAN

Kegiatan ini merupakan Pengabdian Kepada Masyarakat yang telah dilakukan oleh tim dosen Program Studi Gizi Program Sarjana Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Kusuma Husada Surakarta yang bekerjasama dengan mahasiswa. Mahasiswa memberikan pelatihan pengukuran antropometri sebagai upaya deteksi dini Penyakit Tidak Menular (PTM) pada remaja yang akan dipublikasikan dalam artikel yang berbeda. Serangkaian kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran tentang PTM secara dini. Kegiatan ini dimulai dengan melakukan survey lokasi, kemudian perijinan dan terakhir adalah pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat. Lokasi yang digunakan adalah SMK Marsudirini Marganingsih Surakarta Jawa Tengah Indonesia.

Kegiatan edukasi gizi diberikan pemaparan melalui media *Microsoft Power Point* dan pembagian booklet sebagai upaya peningkatan pengetahuan dan kesadaran remaja dalam rangka pencegahan Penyakit Tidak Menular (PTM). Rangkaian kegiatan pada saat pengabdian kepada masyarakat dimulai dengan pengisian daftar hadir kepada seluruh peserta, lalu pengisian kuesioner pre-test, pemberian materi PTM, kegiatan tanya jawab dan diakhiri dengan pengisian kuesioner post-test.

Metode pembelajaran diberikan melalui 2 cara yaitu ceramah dan diskusi tanya jawab. Pemberian materi yang akan disampaikan untuk memudahkan peserta mempelajari dan mengikuti dan diberikan setelah pelaksanaan pre-test. Selanjutnya dilakukan diskusi dan tanya jawab. Metode ini digunakan baik pada saat kegiatan yang memungkinkan remaja menanyakan hal-hal yang belum dipahami untuk lebih memaksimalkan pengetahuan tentang Penyakit Tidak Menular (PTM). Alat dan bahan yang dibutuhkan dalam kegiatan ini adalah laptop, LCD dan proyektor, *Microsoft Power Point*, *booklet* PTM, koesioner pre-test dan post-test.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

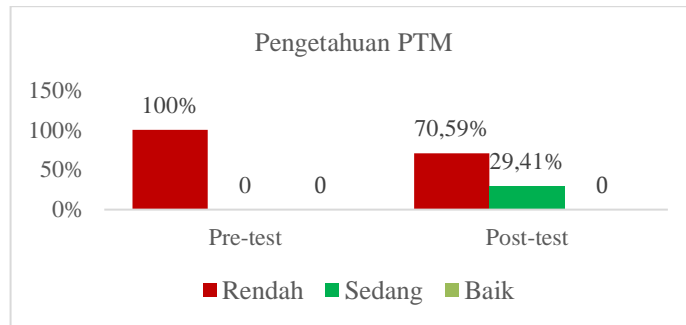
Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan di aula SMK Marsudirini Marganingsih Kota Surakarta Provinsi Jawa Tengah pada 13 Juni 2023. Kegiatan dimulai pukul 08.30-11.00 WIB. Sebanyak 67 peserta hadir dalam kegiatan ini yang terdiri dari guru (n=14), staf (n=2) dan siswa (n=51) dari kejuruan Tata Boga, Tata Busana dan Design Komunikasi Visual (DKV). Sasaran utama dalam pengabdian kepada masyarakat ini adalah siswa. Metode pembelajaran yang dilakukan adalah pemberian edukasi dengan topik Penyakit Tidak Menular (PTM) yang dilakukan oleh dosen.



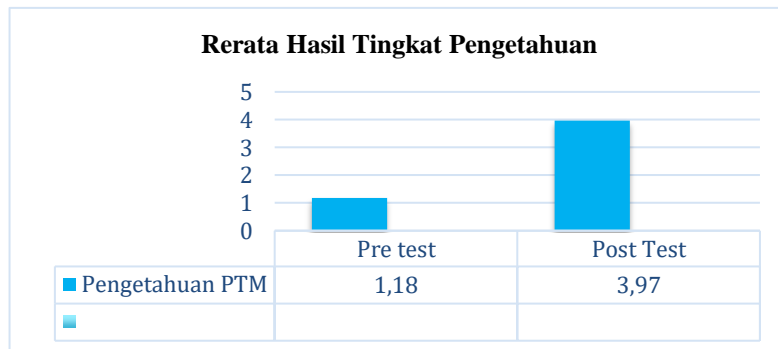
Gambar 3.1. Perbandingan Siswa yang Mengerjakan Kuesioner Pre-Test dan Post-Test

Penyuluhan Penyakit Tidak Menular (PTM) untuk Menumbuhkan Kesadaran Remaja

Target awal dalam pengisian kuesioner kegiatan ini adalah seluruh siswa yang ikut berpartisipasi sejak awal hingga akhir yaitu 51 siswa. Namun, diakhir sesi kegiatan hanya terdapat 34 siswa (Gambar 3.1) yang hanya mengisi kuesioner *post-test* dan didominasi oleh siswa perempuan. Hasil evaluasi kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat ini ditampilkan pada Gambar 3.2 dan 3.3. Jumlah soal yang diberikan sebanyak 10 buah tentang pengetahuan PTM.



Gambar 3.2. Grafik Evaluasi Pengetahuan PTM



Gambar 3.3. Ketercapaian Hasil Kegiatan

Hasil evaluasi tingkat pengetahuan menggunakan 3 kategori, yaitu rendah (<60), sedang (61-80), dan baik (>80). (Khosman, 2000) Namun pada pengisian kuesioner *pre-test* didapatkan hasil bahwa 100% peserta dalam kategori pengetahuan rendah. Sedangkan pada hasil kuesioner *post-test* mengalami perubahan yaitu terdapat peserta dalam kategori pengetahuan sedang pada topik PTM. Gambar 3.2 disajikan dalam prosentase, sedangkan Gambar 3.3 disajikan dalam rerata hasil skor yang diperoleh.



Gambar 3.4. Suasana Lokasi Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat

Seiring berjalannya waktu, PTM justru mengancam pada usia muda karena disebabkan oleh gaya hidup yang tidak sehat sehingga mengakibatkan peningkatan tren PTM usia muda di Indonesia. (Arianie, 2020) Diketahui bahwa penduduk Indonesia berusia produktif mencapai 2/3 bagian. (UNICEF, 2021) Menurut hasil *Global School-Based Student Health Survey (GSHS)* atau survey kesehatan global berbasis sekolah pada tahun 2015 melaporkan bahwa gaya hidup remaja berisiko pada PTM. (Yuningrum et al., 2021) Perilaku berisiko kesehatan pada pelajar SMP dan SMA di Indonesia diantaranya perokok aktif maupun pasif, higien sanitasi, kebiasaan sarapan, konsumsi *fast food*, minuman bersoda dan buah serta kebiasaan aktivitas fisik yang rendah. (Kusumawardani, 2015b) Disamping itu, dilaporkan prevalensi status gizi dengan *overweight* dan obesitas pada remaja usia 13-17 tahun baik perempuan dan laki-laki di Pulau Jawa. (Kusumawardani, 2015a)

Secara keseluruhan dalam edukasi mengenai Penyakit Tidak Menular (PTM) berjalan dengan baik dan lancar. Peserta terlihat antusias pada sesi tanya jawab. Pengisian kuesioner dilakukan guna mengukur keberhasilan kegiatan ini. Berdasarkan hasil evaluasi kegiatan ini dinyatakan berhasil karena telah terjadi peningkatan pengetahuan. Meskipun jika ditelaah lebih mendalam, dapat disimpulkan bahwa peserta dalam kegiatan ini memiliki tingkat pengetahuan yang rendah dengan hasil rerata kuesioner *pre-test* dan *post-test* tidak mencapai skor 60. Hal tersebut dapat disebabkan karena faktor usia remaja. Usia berpengaruh pada pengetahuan seseorang karena seiring bertambahnya usia maka akan terjadi penambahan pengetahuan. Pada remaja, proses kemampuan penerimaan atau kemampuan mengingat juga meningkat. (Hariawan et al., 2020) Selama proses pemberian edukasi dan diskusi terjadi koordinasi antara dosen dan mahasiswa dalam menunjang kegiatan ini. Secara keseluruhan peserta mengikuti semua tahapan dengan baik dan lancar.

4. SIMPULAN DAN SARAN

Pelaksanaan penyuluhan terkait Penyakit Tidak Menular (PTM) dan pelatihan pengukuran antropometri pada remaja SMK mendapat respon baik dari peserta. Hal ini tergambar pada hasil evaluasi kegiatan ini terjadi peningkatan pengetahuan terkait PTM. Dengan adanya peningkatan pengetahuan pada kegiatan ini diharapkan dapat dijadikan informasi dalam penguatan pengetahuan dan kesadaran tentang PTM, meningkatkan kewaspadaan pada remaja terkait risiko PTM, mencegah terjadinya permasalahan gizi khususnya remaja terhadap kejadian PTM.

Upaya peningkatan pengetahuan dan kesadaran remaja terkait Penyakit Tidak Menular (PTM) disarankan untuk dilakukan pembuatan ahli gizi kecil di sekolah sebagai suatu bentuk pencegahan Penyakit Tidak Menular (PTM) pada remaja. Program tersebut dapat dilaksanakan dengan cara pemantauan status gizi antar-teman disekolah yang dimaksudkan untuk memotivasi remaja dalam deteksi dini Penyakit Tidak Menular (PTM).

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terimakasih pada Universitas Kusuma Husada Surakarta melalui Dana Hibah Penelitian dan Pengabdian Tahun Akademik 2022-2023. Bapak Kepala Sekolah dan Guru SMK Marsudirini Marganingsih Kota Surakarta yang telah membantu persiapan pelaksanaan kegiatan ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Arianie, C. P. (2020). Penyakit Tidak Menular Kini Ancam Usia Muda. <https://p2ptm.kemkes.go.id/kegiatan-p2ptm/dki-jakarta/penyakit-tidak-menular-kini-ancam-usia-muda>
- Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. (2018). Potret Sehat Indonesia dari Riskesdas 2018. <https://www.kemkes.go.id/article/view/18110200003/potret-sehat-indonesia-dari-riskesdas-2018.html>

Penyuluhan Penyakit Tidak Menular (PTM) untuk Menumbuhkan Kesadaran Remaja

- Dinas Kesehatan Kota Surakarta. (2021). Profil Kesehatan Kota Surakarta Tahun 2020. Dinas Kesehatan Kota Surakarta. <https://data.surakarta.go.id/dataset/f71f8d81-b1b9-4e31-b885-0496d8c4d748/resource/35e959d8-9892-4275-ba3d-6787b7779036/download/profil-kesehatan-kota-surakarta-tahun-2020.pdf>
- Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Tengah. (2022). Profil Kesehatan Jawa Tengah Tahun 2022. Dinkes Jateng. https://dinkesjatengprov.go.id/v2018/dokumen/Profil_Kesehatan_2022/mobile/index.html
- Direktorat Jenderal Pencegahan dan Pengendalian Penyakit. (2019). Buku Pedoman Manajemen PTM. Direktorat P2PTM. <https://p2ptm.kemkes.go.id/dokumen-ptm/buku-pedoman-manajemen-ptm>
- Hariawan, H., Tidore, M., & Rahakbau, G. Z. (2020). Perilaku Pencegahan Penyakit Tidak Menular Pada Remaja Ambon. *Jurnal Keperawatan Terpadu*, 2(1), 15–21. https://www.researchgate.net/publication/342419028_Perilaku_Pencegahan_Penyakit_Tidak_Menular_Pada_Remaja_Ambon
- Kemendes RI. (2023). Rencana Aksi Kerja Kegiatan Direktorat P2PTM. Kemendes RI. https://e-renggar.kemkes.go.id/file_performance/1-465827-02-4tahunan-889.pdf
- Kementrian Kesehatan RI. (2019). Laporan Nasional RISKESDAS 2018. Lembaga Penerbit Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan.
- Khomsan, A. (2000). Teknik Pengukuran Perilaku Gizi. Bogor. Institut Pertanian Bogor.
- Kusumawardani, N. (2015a). Global School-based Student Health Survey: Indonesia (Java) 2015. https://cdn.who.int/media/docs/default-source/ncds/ncd-surveillance/data-reporting/indonesia/gshs/2015-indonesia-gshs-fact-sheet-java.pdf?sfvrsn=71f0f195_2&download=true
- Kusumawardani, N. (2015b). Perilaku berisiko kesehatan pada pelajar SMP dan SMA di Indonesia. https://cdn.who.int/media/docs/default-source/ncds/ncd-surveillance/data-reporting/indonesia/gshs/2015-indonesia-gshs-fact-sheet-bahasa.pdf?sfvrsn=6651896c_2&download=true
- Peraturan Menteri Kemendes RI No 71 Tahun 2015. (2015). Penanggulangan Penyakit Tidak Menular. Kemendes RI. http://hukor.kemkes.go.id/uploads/produk_hukum/PMK_No._71_ttg_Penanggulangan_Penyakit_Tidak_Menular_.pdf
- Santoso, A. H., Sari, T., & Gunawan, S. (2020). Pemetaan Profil Antropometri, Dan Biokimia Darah Sebagai Upaya Preventif Terhadap Penyakit Tidak Menular Di Kelurahan Tomang Jakarta Barat. *Jurnal Bakti Masyarakat Indonesia*, 3(1), 1–9. http://repository.untar.ac.id/14476/1/buktiabdi_10416010_13E195124.pdf
- Saraswati, S. K., Rahmaningrum, F. D., Passya, M. N. Z., & et al. (2021). Literature Review : Faktor Risiko Penyebab Obesitas. *Media Kesehatan Masyarakat Indonesia (MKMI)*, 20(1), 1–5.
- Tim Promkes RSST. (2022). Penyakit Tidak Menular (PTM). https://yankes.kemkes.go.id/view_artikel/761/penyakit-tidak-menular-ptm
- UNICEF. (2021). Profil Remaja 2021. https://www.unicef.org/indonesia/media/9546/file/Profil_Remaja.pdf
- Yuningrum, H., Trisnowati, H., & Rosdewi, N. N. (2021). Faktor Risiko Penyakit Tidak Menular (PTM) pada Remaja: Studi Kasus pada SMA Negeri dan Swasta di Kota Yogyakarta. *Jurnal Formil (Forum Ilmiah) KesMas Respati*, 6(1), 41–50. https://www.researchgate.net/publication/351454561_Faktor_Risiko_Penyakit_Tidak_Menular_PTM_pada_Remaja_Studi_Kasus_pada_SMA_Negeri_dan_Swasta_di_Kota_Yogyakarta