

Pemberdayaan Masyarakat dalam Program Penanganan Pencegahan dan Pengendalian Penyakit Tidak Menular di Kelurahan Candirejo, Kecamatan Ungaran Barat, Kabupaten Semarang

Jatmiko Susilo¹, Rini Susanti², Kartika Sari³

¹Program Studi S1 Farmasi, Universitas Ngudi Waluyo, Ungaran, Indonesia

²Program Studi S1 Kebidanan, Universitas Ngudi Waluyo, Ungaran, Indonesia

³Program Studi Profesi Bidan, Universitas Ngudi Waluyo, Ungaran, Indonesia

Email Korespondensi: jatmikokusilo@unw.ac.id

ABSTRAK

Penyakit Tidak Menular (PTM) cenderung meningkat setiap tahunnya dengan jumlah kematian tertinggi merupakan penyakit kardiovaskular (PKV), kanker, penyakit pernapasan, dan diabetes. Prevalensi PTM masih tinggi di Indonesia disebabkan gaya hidup yang tidak sehat, yang sebenarnya merupakan penyakit yang dapat dicegah. Pengabdian ini bertujuan untuk memberikan pemahaman tentang PTM dan untuk menurunkan prevalensi dengan memahami faktor resiko melalui penyuluhan atau komunikasi, informasi dan edukasi (KIE) pada ibu dasa wisata RT01 RW03 Kelurahan Candirejo, Ungaran Barat, Kabupaten Semarang. KIE dilakukan menggunakan alat bantu audiovisual dan dilakukan sesi diskusi. Untuk mengevaluasi pemahaman dilakukan pre-test dan post-test. Hasil pemahaman tentang PTM menunjukkan adanya peningkatan yang signifikan ($p=0,779$). Adanya diskusi merupakan salah satu indikasi bahwa peserta memiliki kepedulian yang tinggi. KIE merupakan strategi komunikasi untuk mendorong perubahan perilaku berkelanjutan dan merupakan komponen kunci pengembangan masyarakat, meningkatkan kesadaran, serta memberikan dampak positif pada pengetahuan, sikap, dan perilaku.

Kata kunci: Penyuluhan, Pencegahan, Pengendalian, Penyakit Tidak Menular.

ABSTRACT

Non-Communicable Diseases (NCDs) tend to increase every year and the highest number of deaths are cardiovascular disease (CVD), cancer, respiratory disease and diabetes. The prevalence of NCDs is still high in Indonesia due to unhealthy lifestyles, which are actually preventable diseases. This service aims to provide an understanding of NCDs and to reduce prevalence by understanding risk factors through counseling or communication, information and education (CIE) among women at homestead RT01 RW03, Candirejo Village, West Ungaran, Semarang Regency. CIE is carried out using audiovisual aids and holding discussion sessions. To evaluate knowledge, a pre-test and post-test were carried out. The results of NCDs knowledge showed a significant increase ($p=0,779$). Having a discussion is an indication that the participants have high concern. CIE is a communication strategy to encourage sustainable behavior change and is a key component of community development, increasing awareness, and providing a positive impact on knowledge, attitudes and behavior.

Keywords: Counseling, Control, Non-Communicable Diseases, Prevention

1. PENDAHULUAN

Saat ini Indonesia sedang menghadapi *triple burden* / beban tiga kali lipat berbagai masalah penyakit, seperti adanya penyakit infeksi *New Emerging* dan *Re-Emerging*. Penyakit menular belum teratasi dengan baik dan Penyakit Tidak Menular (PTM) cenderung meningkat setiap tahunnya. Ketiga hal tersebut berdampak pada beban anggaran kesehatan Indonesia yang masih berfokus pada upaya kuratif. Empat pembunuh teratas di antara PTM dengan jumlah kematian tertinggi merupakan penyakit kardiovaskular (PKV) (17,9 juta kematian), kanker (9,0 juta), penyakit pernapasan (3,9 juta), dan diabetes (1,6 juta) per tahun (World Health Organization, 2019). Epidemi PTM menghambat kemajuan *Gross National Happiness* (GNH) karena kesehatan yang baik diperlukan untuk mencapai kebahagiaan (Goetzke, 2014).

Penelitian yang dilakukan oleh Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan menunjukkan bahwa saat ini perkembangan PTM di Indonesia kian mengkhawatirkan. Palsnya peningkatan kecenderungan PTM diikuti oleh pergeseran pola penyakit, jika dulu, penyakit jenis ini biasanya dialami oleh kelompok lanjut usia, maka kini mulai mengancam kelompok usia produktif. Apabila kecenderungan PTM usia muda naik, maka upaya Indonesia untuk menghasilkan generasi penerus bangsa yang sehat dan cerdas menuju Indonesia maju pada 2045 mendatang, sulit tercapai (Tempo, 2020).

Prevalensi PTM di Indonesia masih tinggi disebabkan oleh gaya hidup yang tidak sehat. Data Riset Kesehatan Dasar (Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, 2020) menunjukkan bahwa 95,5% masyarakat Indonesia kurang mengonsumsi sayur dan buah. Kemudian 33,5% kurang aktivitas fisik, 29,3% masyarakat usia produktif merokok setiap hari, 31% mengalami obesitas sentral serta 21,8% terjadi obesitas pada dewasa. Perubahan gaya hidup harus dilakukan sedini mungkin sebagai investasi kesehatan masa depan.

Sistem Kesehatan Nasional dewasa ini menetapkan bahwa upaya kesehatan dan pemberdayaan masyarakat pada hakikatnya merupakan fokus dari pembangunan kesehatan. Upaya kesehatan tersebut sebagai penguatan setiap kegiatan dan/atau serangkaian kegiatan untuk memelihara dan meningkatkan derajat kesehatan masyarakat dalam bentuk peningkatan kesehatan dan pencegahan penyakit (Perpres, 2012).

Hasil pertemuan kelompok dan observasi menghasilkan temuan permasalahan mitra, antara lain: Penyakit jantung dan pembuluh darah, Diabetes melitus, PPOM, neoplasma dan psikosis merupakan 5 kelompok penyakit yang terus mengalami peningkatan dari tahun ke tahun. Penyakit ini sebenarnya merupakan penyakit yang dapat dicegah (*preventable disease*), dengan mengenali faktor risikonya dan merubah gaya hidup yang lebih sehat melalui pengendalian faktor resiko seperti merokok, kurang aktifitas fisik, diet yang tidak sehat dan konsumsi alkohol.

Kesadaran dan kepedulian masyarakat terhadap faktor resiko PTM cukup tinggi sebagai upaya pengendalian PTM, hal ini telah dipahami terkait dengan pencegahannya melalui ara CERDIK (Cek kesehatan secara berkala, Enyahkan asap rokok, Rajin beraktivitas fisik, Diet yang sehat dan seimbang, Istirahat yang cukup dan Kelola stres). Di samping itu, ada peningkatan kesadaran masyarakat usia lanjut telah melakukan pemeriksaan kesehatan secara rutin sebagai tindakan promotif, dan preventif. Di samping itu, ditunjang dengan adanya peningkatan pelayanan di posyandu lansia melalui kegiatan pelatihan bagi pengelola program posyandu lansia. Kesadaran dan pengetahuan ibarat dua sisi mata uang yang tidak terpisahkan, saling berhubungan dan penting bagi kehidupan manusia. Peningkatan kesadaran diperlukan peningkatan pengetahuan. Kesadaran yang tinggi dapat membantu seseorang memahami dan mengaplikasikan pengetahuan dengan lebih baik. Oleh karena itu perlu dilakukan penyuluhan atau KIE kepada warga RT01 RW 03.

Pemberdayaan masyarakat bidang kesehatan merupakan suatu proses pembangunan manusia atau masyarakat melalui pengembangan kemampuan masyarakat, perubahan perilaku, dan pengorganisasian masyarakat bidang kesehatan. Masalah pemberdayaan masyarakat dalam upaya kesehatan masyarakat pada hakikatnya meliputi: (i) kurangnya penggunaan pendekatan proses penguatan yang lebih terarah, menyeluruh, dan saling terkait serta realistis, dan (ii) terbatasnya sumber daya pendukung terutama sumber daya manusia, informasi, dan pembiayaan (Rachmat, 2018). Pengabdian ini bertujuan untuk memberikan pemahaman tentang PTM dan untuk menurunkan prevalensi dengan memahami faktor resiko melalui penyuluhan atau komunikasi, informasi dan edukasi (KIE) pada ibu dasa wisma RT01 RW03 Kelurahan Candirejo, Ungaran Barat Kabupaten Semarang.

2. METODE PELAKSANAAN

Kegiatan PkM berbentuk Komunikasi Informasi dan Edukasi (KIE) tentang Penyakit tidak menular (PTM), faktor resiko dan strategi pencegahan Sasaran dari pengabdian masyarakat ini adalah warga RT01 RW03 Kelurahan Candirejo, Kabupaten Semarang. PkM ini dilaksanakan pada tanggal 1 Desember 2024 dan diikuti oleh 25 ibu-ibu anggota Dasa wisma.

Pelaksanaan diawali dengan dilakukan *pre-test* dilanjutkan dengan KIE menggunakan media audio visual dalam bentuk *power point* dan dialokasikan waktu untuk diskusi dan tanya jawab, dan diakhir dengan *post-test* untuk menganalisa pemahaman peserta terkait dengan materi edukasi. Pada pelaksanaan kegiatan ini dilakukan cek tekanan darah, dan kadar Hb bagi peserta sukarela.

3. PEMBAHASAN

Penyakit tidak menular (PTM) merupakan penyakit yang tidak menular melalui infeksi atau melalui orang lain tetapi biasanya disebabkan oleh perilaku yang tidak sehat. PTM, atau penyakit kronis, merupakan kondisi medis yang berhubungan dengan durasi yang lama dan perkembangan yang lambat. Sebagian besar disebabkan oleh beberapa faktor, termasuk faktor genetik, fisiologis, perilaku, dan lingkungan. Sebanyak 17 juta orang meninggal karena PTM setiap tahunnya sebelum mencapai usia 70 tahun, dan sebagian besar (86%) kematian dini ini terjadi di negara-negara berpendapatan rendah dan menengah (WHO, 2022).

Dalam diskusi, beberapa responden memberikan pertanyaan terkait dengan topik PkM, sebagaimana tercantum dalam tabel 1.

Tabel 1. Pertanyaan dan penjelasan terkait dengan Penyakit Tidak menular

NO.	RESPONDEN	KIE
1	Mengapa stroke sering ditemukan terjadi di pagi hari?	Peningkatan resiko stroke di pagi hari ini juga berhubungan dengan jam biologis tubuh akibat ada lonjakan tekanan darah tinggi, mengakibatkan pembuluh darah tidak mampu menahannya dan pecah terjadi perdarahan yang kemudian dikenal engan "stroke"
2	Mengapa seseorang mengalami hipertensi?	Hipertensi merupakan peningkatan tekanan darah yang cukup tinggi karena terjadi penyempitan pembuluh darah akibat timbunan plaq (gumpalan) yang menekan pembuluh darah sehingga menyempit, aliran darah terhambat dengan akibat tekanan darah lebih tinggi dari normal.
3	Mengapa makanan cepat saji seperti fred ciken mengakibatkan penyakit seperti diabetes?	Makanan cepat saji umumnya mengandung tinggi lemak, karbohidrat, garam dan protein, hal ini yang menyebabkan kegemukan, naiknya tekanan darah, kegemukan mengakibatkan terjadinya ketidakseimbangan insulin untuk memetabolisme karbohidat dan lemak sehingga terjadinya penumpukan gula dalam darah, (hiperglikemia), dan terjadilah diabetes
4	Bagaimanakah cara pencegahan PTM ini?	Pencegahan dapat dilakukan dengan CERDIK yaitu Cek Kesehatan, Enyahkan rokok, Rajin olah raga, Diet seimbang, Istirahat yang cukup dan Kelola stres.

Faktor resiko utama yang berkontribusi terhadap PTM meliputi pola makan yang tidak sehat, kurangnya aktivitas fisik, penggunaan tembakau, dan penyalahgunaan alkohol. Oleh karena itu, sebagian besar penyakit ini dapat dicegah karena pada akhirnya berkembang di awal kehidupan karena aspek gaya hidup (Noor *et al.* 2014), pola makan yang tidak sehat dan kebiasaan buruk terus terjadi (The Lancet Global Health, 2018).

Strategi manajemen pencegahan terbaik akan mencakup individu (manajemen gaya hidup), elemen masyarakat (manajemen kesadaran), nasional (keputusan kebijakan kesehatan), dan global (strategi kesehatan), dengan target tindakan, seperti kemitraan multisektoral, manajemen pengetahuan dan informasi, dan inovasi. Tragedi (dan peluangnya) bahwa sebagian besar morbiditas dan mortalitas PTM dapat dicegah atau ditunda, dan jutaan orang dapat hidup lebih lama, lebih sehat, dan lebih bahagia (WHO, 2022).

Strategi modern untuk pengelolaan PTM harus berorientasi pada tingkat individu, individu bertanggung jawab atas kesehatannya hanya dengan mengikuti gaya hidup sehat. Strategi pencegahan yang paling efektif merupakan yang mengarah pada perubahan gaya hidup sehubungan dengan diet, aktivitas fisik, berhenti merokok, dan mengendalikan gangguan metabolisme. Pemahaman ini perlu dikembangkan di Masyarakat (Budreviciute *et al.* 2020).

Langkah-langkah pokok pelaksanaan strategi penguatan upaya kesehatan masyarakat dan pemberdayaan masyarakat dalam upaya penguatan kesehatan masyarakat, antara lain: (i) perubahan mindset (kerangka berpikir) atau paradigma bagi semua pihak terkait dan bersifat menyeluruh; (ii) pengembangan dan pemberdayaan SDM Kesehatan perlu makin diperkuat di tingkat pusat dan daerah, bahkan sampai pada masyarakat sasaran, dan (iii) pelaksanaannya perlu didukung oleh sistem informasi kesehatan yang tangguh, baik dalam penyelenggaraan maupun penggunaannya.

Menurut Yifter *et al.* (2021), deteksi dini dan pencegahan PTM dapat dilakukan melalui: (i) Anjuran Pola Hidup Sehat: mempromosikan pilihan gaya hidup sehat sangat penting dalam memerangi PTM. Elemen penting dalam pencegahan mencakup edukasi mengenai makanan seimbang, pentingnya olahraga, berhenti merokok dan minum minuman beralkohol, manajemen stres, dan menjaga berat badan yang sehat; (ii) Meningkatkan Kualitas Hidup: Masyarakat dapat menjaga kesehatan dan kualitas hidup yang lebih baik, serta tetap aktif dan produktif dalam jangka waktu yang lebih lama dengan mengetahui dan mengelola faktor risiko dan (iii) Mengurangi Dampak Ekonomi Negatif: PTM memberikan beban keuangan yang berat, kehilangan produktivitas akibat penyakit, dan biaya sosial yang terkait dengan perawatan orang-orang yang dapat membebani sistem layanan kesehatan dan menghambat pertumbuhan ekonomi. Deteksi dan pencegahan dini membantu mempertahankan populasi yang sehat dan memiliki kekuatan ekonomi yang kuat karena populasi yang sehat.



Gambar 1. KIE tentang Penyakit Tidak Menular di RT 01 RW03 Kelurahan Candirejo.

Komunikasi, Informasi, dan edukasi (KIE) merupakan strategi komunikasi yang menggunakan pendidikan dan informasi untuk mendorong perubahan perilaku. KIE merupakan komponen kunci pengembangan masyarakat, membantu membangun modal sosial, meningkatkan kesadaran, dan mendorong perubahan berkelanjutan. KIE dapat memberikan dampak positif pada pengetahuan, serta bidang lain seperti sikap, perilaku, dan prestasi akademik

Tabel 2. Pengaruh KIE tentang Penanganan Pencegahan dan Pengendalian Penyakit Tidak Menular di Kelurahan Candirejo

No.	Nilai		No.	Nilai	
	Pre-test	Post-test		Pre-test	Post-test
1	6	6	11	6	5
2	8	6	12	8	5
3	3	6	13	7	6
4	7	5	14	5	6
5	7	5	15	7	7
6	8	6	16	6	6
7	6	5	17	6	7
8	8	6	18	8	7
9	8	7	19	6	6
10	7	5	20	5	6

Rata-rata nilai pre-test: 6.6 ± 1.31 dan post-test: 5.9 ± 0.72 . uji korelasi menunjukkan $p: 0.779$ (tidak ada korelasi secara bermakna), dan uji beda menunjukkan $p: 0.044$, berarti ada pengaruh bermakna pemberian KIE terhadap pemahaman peserta.

Komunikasi, Informasi, dan edukasi (KIE) merupakan strategi komunikasi yang menggunakan pendidikan dan informasi untuk mendorong perubahan perilaku. KIE merupakan komponen kunci pengembangan masyarakat, membantu membangun modal sosial, meningkatkan kesadaran, dan mendorong perubahan berkelanjutan. KIE dapat memberikan dampak positif pada pengetahuan, serta bidang lain seperti sikap, perilaku, dan prestasi akademik. KIE mempunyai dampak dalam pengendalian dan pencegahan PTM (Suryani *et al.* 2019), dan penyampaian informasi menggunakan proses pelatihan meningkatkan pengetahuan (Lubis, & Syahri, 2015).

KIE dapat digunakan untuk meningkatkan pengetahuan, sikap, dan perilaku Posbindu guna pencegahan dan pengendalian PTM. Terjadi peningkatan pengetahuan, sikap, dan perilaku dalam kelompok intervensi dibandingkan dengan kontrol kelompok secara signifikan. Konten penyuluhan mencakup upaya pencegahan dan mengendalikan PTM untuk penyakit tertentu. (Suryani *et al.* 2019).



Gambar 2. Pengukuran Tekanan Darah dan Kadar Kolesterol Peserta

Pengetahuan merupakan faktor predisposisi yang dapat mempengaruhi perilaku seseorang. Korelasi positif antara pengetahuan dan sikap yang baik. Pengetahuan kesehatan, mencakup segala hal yang diketahui tentang kesehatan, khususnya pola hidup sehat, yang baik dapat memengaruhi perilaku kesehatan seseorang. Perilaku yang baik yang didasari oleh pengetahuan dapat menjadi kebiasaan yang langgeng. Pengetahuan kesehatan Pengetahuan ini didapatkan dari fakta yang dilihat dan didengar sendiri. Pengetahuan dan sikap berpengaruh signifikan terhadap kesadaran, tindakan tidak berpengaruh signifikan terhadap kesadaran, dan kesadaran berpengaruh signifikan terhadap pola hidup bersih dan sehat (PHBS) (Sarofah *et al.* 2021).

Kegiatan promosi kesehatan (meningkatkan kesadaran, mendorong gaya hidup sehat dan mengatasi faktor resiko yang dapat diubah), program deteksi dini (yaitu, skrining populasi yang beresiko tinggi), dan inisiatif yang bertujuan untuk mengelola penyakit kronis dan komplikasi terkait sehingga perkembangan penyakit dapat diperlambat atau dihentikan, dan berperan penting dalam mengendalikan “epidemi PTM yang tidak terlihat” pada tingkat nasional dan global.

5. KESIMPULAN

Pemberian KIE pada PkM ini telah memberikan dampak positif bagi masyarakat setempat dengan adanya peningkatan pemahaman tentang penyakit tidak menular. Untuk mengurangi beban PTM secara signifikan dengan memahami faktor resikonya, mendorong perilaku sehat, dan melibatkan masyarakat. Setiap orang mempunyai peran dalam upaya memperbaiki kondisi ini, dan secara bersama-sama dapat menyebarkan pengetahuan tentang PTM dan mendorong perubahan kesehatan demi masa depan yang lebih sehat dan cerah.

UCAPAN TERIMAKASIH

Pengabdian mengucapkan terima kasih kepada Fakultas Kesehatan yang telah memberikan dana hibah pengabdian Masyarakat, dan Kepala Kelurahan Candirejo, Ungaran Barat, Kabupaten Semarang khususnya warga RT01 RW 03 yang telah memfasilitasi kegiatan ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. (2020). Laporan Nasional Riskesdas 2018. Lembaga Penerbit. In *Lembaga Penerbit Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, Jakarta, 2020*.
- Budreviciute A., Damiati S., Sabir D.K., Onder K., Schuller-Goetzburg P., Plakys G., et al. (2020). Management and Prevention Strategies for Non-Communicable Diseases (PTMs) and Their Risk Factors. *Front. Public Health.*; 8:574111.
- Goetzke BI, & Spiller A. (2014). Health-improving lifestyles of organic and functional food consumers. *Brit Food J.*; 116:510–26.
- Lubis, Z., & Syahri, I. M., P. (2015). Pengetahuan dan Tindakan Kader Posyandu Dalam Pemantauan Pertumbuhan Anak Balita. *Jurnal Kesmas*, 11(1), 65-73.
- Noor NAM, Yap SF, Liew KH, & Rajah. E. (2014). Consumer attitudes toward dietary supplements consumption: implications for pharmaceutical marketing. *Int J Pharm Healthc Mark*.8:6–26.
- Organization, W. H. (2022). *Invisible Numbers, The True Extent of Noncommunicable Diseases and What to Do about Them*. World Health Organization; Geneva, Switzerland. Available online: <https://apps.who.int/iris/rest/bitstreams/1466662/retrieve>.
- Perpres. (2012). *Peraturan Presiden Republik Indonesia Nomor 72 Tahun 2012 Tentang Sistem Kesehatan Nasional*.
- Rachmat HB. (2018). Penguatan Upaya Kesehatan Masyarakat Dan Pemberdayaan Masyarakat Bidang Kesehatan Di Indonesia,. In *UGM Digital Press*.
- Sarafah, N., Handayani, S. D., & Nuryakin, N. (2021). Pengaruh Pengetahuan, Sikap, Tindakan Terhadap Kesadaran dan PHBS di Nomporejo : The Influence of Knowledge, Attitude, Action on Awareness and Chlb in Nomporejo. *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia (MPPKI)*, 4(4), 488-492.
- Suryani1 S, Rizal A, Eliana, Darwis, Pratiwi BA, Angraini W, Yandrizal, et al. (2019).The Effect of Counseling in Efforts to Prevent and Control Non-Communicable Diseases,. *Emas, Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 9; 14 (3), 297-302.
- Tempo. (2020). *Ancaman Penyakit Tidak Menular di Usia Produktif, Cek Dampaknya*, diakses dari:<https://www.tempo.co/gaya-hidup/ancaman-penyakit-tidak-menular-di-usia-produktif-cek-dampaknya-604762>.
- The Lancet Global Health. (2018). Getting to the Heart of Non-Communicable Diseases. *Lancet Glob. Health.*;6: E933.
- World Health Organization. (2019). *Noncommunicable Diseases (NCDs)*. https://www.who.int/gho/PTM/mortality_morbidity/en/ (accessed January 03, 2020).
- Yifter, H., Omer, A., Gugsa, S., Fekadu, A., Kebede, A., Gebremariam, T., et al. (2021). Early detection and management of major non-communicable diseases in urban primary healthcare facilities in Ethiopia: a study protocol for a type-3 hybrid implementation-effectiveness design. *BMJ Open.*; 11(1), E040564.