

PENYULUHAN DAN DETEKSI DINI FAKTOR RISIKO PENYAKIT TIDAK MENULAR PADA MASYARAKAT DESA HERO INO KECAMATAN TOBELO BARAT

**Olivia Asih Blandina*¹, Pipit Nur Fitria¹, Yurensi F Tjingaisa¹, Ribka Yulianti Hohedu¹
Ludyana V Ohoiwutun²**

¹ Program Studi Keperawatan Fakultas Sains Teknologi dan Kesehatan, Universitas Hein Namotemo - Tobelo

² Puskesmas Supu, Kecamatan Loloda Utara Halmahera Utara

E-mail : olivia.asih@gmail.com

Diterima : 1 Nopember 2021

Disetujui : 25 Nopember 2021

Diterbitkan : 29 Nopember 2021

Abstrak

Pengabdian masyarakat ini dilaksanakan selama satu hari pada masyarakat Desa Hero Ino Kecamatan Tobelo Barat, yang bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat Desa Hero Ino tentang penyakit tidak menular (PTM) dan melakukan pemeriksaan kesehatan untuk mendeteksi dini kadar asam urat, gula darah dan kolesterol. Kegiatan ini dilaksanakan oleh dosen Program Studi Keperawatan Universitas Hein Namotemo. Metode yang digunakan adalah penyuluhan dan pemeriksaan kesehatan. Tahapan pelaksanaan diawali dengan penyuluhan tentang penyakit asam urat, kolesterol, dan gula darah yang disampaikan oleh dosen program studi Keperawatan Universitas Hein Namotemo, yang dilanjutkan dengan diskusi dan tanya jawab.. Kemudian dilanjutkan dengan pemeriksaan kesehatan yang mencakup pemeriksaan kadar asam urat, gula darah dan kolesterol. Hasil evaluasi terhadap kegiatan pemeriksaan kesehatan menunjukkan bahwa masyarakat Desa Hero Ino mengalami peningkatan tentang faktor resiko penyakit tidak menular dibandingkan sebelum dilakukan penyuluhan. Hasil pemeriksaan kesehatan menunjukkan bahwa masyarakat Desa Hero Ino, Kecamatan Tobelo Barat memiliki kadar kolesterol tinggi sebanyak 12 orang, asam urat tinggi 15 orang, dan gula darah tinggi 1 orang.

Kata kunci: *penyuluhan, pemeriksaan kesehatan, penyakit tidak menular, Tobelo Barat*

Abstract

This community service was carried out for one day to the people of Hero Ino Village, West Tobelo District, which aims to increase the knowledge of the Hero Ino Village community about non-communicable diseases (PTM) and conduct health checks to detect uric acid, blood sugar and cholesterol levels early. This activity was carried out by a lecturer in the Nursing Study Program at Hein Namotemo University. The method used is counseling and health checks. The implementation stage begins with counseling about uric acid, cholesterol, and blood sugar diseases delivered by a lecturer in the Nursing study program at Hein Namotemo University, which is followed by discussions and questions and answers. Then proceed with a health examination which includes checking uric acid levels, blood sugar and cholesterol. The results of the evaluation of the health examination activities showed that the community of Hero Ino village had increased compared to before the counseling. The results of the health examination showed that the people of Hero Ino Village, West Tobelo District had high cholesterol levels as many as 12 people, high uric acid 15 people, and 1 person high blood sugar.

Keywords: *counseling, health check, non-communicable diseases, west Tobelo*

PENDAHULUAN

Latar Belakang

Sejak tahun 2017, Penyakit Tidak menular (PTM) menjadi faktor utama penyebab *Disability Adjusted Life Years* (DALYs) *lost* seperti diabetes melitus (157,1%), penyakit jantung iskemik (113,9%) dan kanker paru (113,1%) (Direktorat Jenderal Pencegahan dan Pengendalian Penyakit, 2019). Perubahan gaya hidup akibat dari perubahan status sosial dan ekonomi memberikan kontribusi terhadap faktor percentus penyebab penyakit tidak menular yang berupa faktor resiko gangguan metabolik, perilaku dan lingkungan (Direktorat Jenderal Pencegahan dan Pengendalian Penyakit, 2019).

Indonesia mengalami berbagai tantangan kesehatan terdiri dari Penyakit Menular dan Penyakit Tidak Menular (PTM) yang mempunyai kecenderungan untuk meningkat dari tahun ke tahun. Dalam upaya penanggulangan PTM, pemerintah telah menetapkan kebijakan-kebijakan mulai dari peningkatan kualitas sarana prasarana hingga *monitoring* evaluasi di lapangan. Akan tetapi, dalam setiap temuan Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) telah terjadi peningkatan prevalensi PTM yang tidak sedikit mengindikasikan bahwa risiko PTM belum menunjukkan perbaikan. Selain itu, ada pergeseran penyebab kematian di Indonesia dimana hampir separuhnya adalah kematian disebabkan oleh PTM. Langkah-langkah penanggulan PTM masa kini difokuskan pada peningkatan upaya kesehatan dalam pendekatan keluarga yang diharapkan dapat mengadaptasi gaya hidup yang lebih sehat sehari-hari (Masse & Indri Kartiko Sari, 2020).

Penanganan PTM adalah penanganan seumur hidup penderita dengan teknologi yang canggih dan tidak murah, sehingga diperlukan biaya yang tidak sedikit baik dalam penanganan maupun dalam penanggulangannya. Publikasi *World*

Economic Forum April 2015 menunjukkan bahwa potensi kerugian akibat penyakit tidak menular di Indonesia pada periode 2012-2030 diprediksi mencapai US\$4,47 triliun, atau 5,1 kali GDP 2012, yang mana bila kerugian ini dirinci, yaitu 39.6% akibat dari penyakit kardiovaskuler, 15.7% dari kanker, 4.5% dari diabetes mellitus, 18.4% dari infeksi saluran pernapasan, dan 21.9% dari gangguan kejiwaan. Keadaan PTM di Indonesia yang cenderung meningkat disebabkan oleh faktor risiko bersama (*common risk factors*). Peningkatan kemampuan ekonomi masyarakat menggeser gaya hidup menjadi cenderung berdampak buruk bagi kehidupan jangka panjang, seperti kebiasaan makan sehari-hari yang menjadi tidak sehat dan berimbang, kurang aktivitas fisik, dan kebiasaan merokok (Masse & Indri Kartiko Sari, 2020).

Penyuluhan, pemeriksaan serta surveilans faktor risiko PTM merupakan bentuk upaya kesehatan dalam mencegah peningkatan prevalensi penyakit tidak menular (Indriyawati, dkk., 2018). Informasi kesehatan dari pemeriksaan faktor risiko PTM dalam menggambarkan pola penyakit secara akurat sangat penting untuk menjadi dasar penentuan prioritas dalam pengambilan keputusan pencegahan serta pengendalian PTM. Sehingga penting dilakukan pemeriksaan asam urat, kolesterol dan gula darah pada masyarakat untuk mencegah terjadinya peningkatan PTM.

Permasalahan

Mayoritas masyarakat Desa Hero Ino bekerja sebagai petani namun tidak dibarengi dengan pengetahuan pola hidup sehat, sehingga sebagian besar masyarakat masih mengkonsumsi garam secara berlebihan dan tidak terkontrol, merokok dan mengkonsumsi alkohol, terpapar asap bakaran saat memasak dan mengkonsumsi makanan berminyak

(gorengan) sebagai makanan pokok setiap hari. Hal ini karena masyarakat Desa Hero Ino belum mengetahui tentang faktor resiko penyebab terjadinya PTM.

Keadaan tersebut memerlukan intervensi berupa kegiatan penyuluhan dan deteksi dini guna untuk menambah pemahaman masyarakat mengenai PTM dan gerakan masyarakat hidup sehat (GERMAS) sebagai upaya dalam meminimalisir resiko terjadinya penyakit tidak menular (PTM). Kondisi ini yang mendorong untuk dilakukannya kegiatan penyuluhan dan pemeriksaan kesehatan bagi masyarakat sehingga memberi dampak terhadap peningkatan pengetahuan masyarakat akan hal tersebut, sehingga menumbuhkan perubahan sikap ke arah positif terkait pencegahan dan bentuk penanganan PTM mengalami peningkatan.

Tujuan dan Manfaat Kegiatan

Tujuan dari kegiatan ini adalah meningkatkan pengetahuan masyarakat Desa Hero Ino tentang penyakit tidak menular (PTM) serta melaksanakan pemeriksaan kesehatan masyarakat untuk mendeteksi kadar kolestrol, asam urat dan gula darah.

Manfaat yang didapat setelah mengetahui hasil pemeriksaan kadar kolesterol, asam urat dan gula darah dari masyarakat Desa Hero Ino, diharapkan dapat mengetahui kondisi kesehatan terkini dan dapat mengindikasikan penyakit tidak menular sedari dini.

Tinjauan Pustaka

Penyakit tidak menular (PTM) merupakan penyebab utama kematian secara global. Data World Health Organization (WHO) menunjukkan bahwa dari 56 juta kematian yang terjadi di dunia pada tahun 2012, sebanyak 38 juta atau hampir tiga perempatnya disebabkan oleh Penyakit Tidak

Menular (Utama et al., 2018). Peningkatan kasus PTM diperkirakan menjadi beban masyarakat dan pemerintah. Hal ini disebabkan karena membutuhkan biaya yang besar dan teknologi yang tinggi dalam penanganannya (Direktorat Jenderal Pencegahan dan Pengendalian Penyakit, 2019) Penyakit tidak menular disebabkan karena adanya perubahan gaya hidup, pola makan, pengaruh lingkungan, penurunan aktivitas fisik serta peningkatan stress (Utama et al., 2018). Perubahan gaya hidup masyarakat saat ini adalah kurangnya aktivitas fisik yang disebabkan karena masyarakat lebih banyak bekerja di perkantoran. Selain itu, tingginya konsumsi makanan cepat saji yang memicu tingginya penyakit tidak menular seperti hipertensi dan diabetes mellitus (Utama et al., 2018).

Secara umum, ada 10 penyakit yang menyebabkan kematian, di antaranya stroke, kecelakaan lalu lintas, jantung iskemik, kanker, diabetes mellitus, tuberculosis, infeksi saluran pernapasan atas, depresi, asfiksia dan trauma kelahiran, serta PPOK. Penyakit ini sebagian besar disebabkan karena kurangnya perilaku hidup sehat (Indriyawati et al., 2018). Komisi Kesehatan PPI Dunia tahun 2020, menyebutkan bahwa secara khusus (Direktorat Jenderal Pencegahan dan Pengendalian Penyakit, 2019). Perilaku diet yang tidak sehat, kebiasaan merokok dan konsumsi alkohol, resiko kesehatan kerja serta kurang aktivitas fisik diperkirakan menjadi penyebab krusial yang sulit berubah dari pola hidup masyarakat. Selain itu, minimnya edukasi tentang pola asupan dan pemilihan makanan yang sehat memberikan peluang kepada masyarakat untuk tidak selektif terhadap makanan dan minuman

yang dikonsumsi sebagai asupan energi sehingga konsumsi makanan ringan yang tidak sehat dan makanan cepat saji menjadi pilihan utama.

Tingginya prevalensi penyakit tidak menular membawa dampak terhadap menurunnya produktivitas dan gangguan pada pemenuhan aktivitas sehari-hari. Laporan dari WHO menunjukkan bahwa PTM sejauh ini merupakan penyebab utama kematian di dunia, yang mewakili 63% dari semua kematian tahunan. PTM membunuh lebih dari 36 juta orang setiap tahun (Direktorat Jenderal Pencegahan dan Pengendalian Penyakit, 2019). Oleh karenanya, upaya pencegahan dan pengendalian PTM tepat serta terpadu melalui penyuluhan dan deteksi dini penting dilakukan sehingga pengobatan terhadap PTM menjadi tepat sasaran pada sumber masalahnya (Umayana, Haniek Try, Cahyati, 2015).

Sebagai respon aksi nyata menurunkan resiko PTM di Indonesia, Pemerintah melalui Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia (Permenkes RI) Nomor 5 Tahun 2017 telah menyusun Rencana Aksi Nasional Penanggulangan Penyakit Tidak Menular (PTM) yang diformulasikan ke dalam tiga pilar yaitu pencegahan primer, penguatan pelayanan kesehatan dan surveilans. Ketiga pilar ini kemudian disederhanakan menjadi salah satu rencana strategis berupa Promosi, Pencegahan, dan Pengurangan Faktor Risiko PTM melalui Pemberdayaan Masyarakat demi mewujudkan Program Indonesia Sehat dengan Pendekatan Keluarga.

METODE PELAKSANAAN

Lokasi dan Peserta

Kegiatan yang telah dilaksanakan di Desa Hero Ino Kecamatan Tobelo Barat, Kabupaten Halmahera Utara, kepada 26 orang peserta ini diselenggarakan atas kerjasama Program studi Keperawatan Universitas Hein Namotemo dengan Desa Hero Ino Kecamatan Tobelo Barat, Kabupaten Halmahera Utara

Pelaksanaan Kegiatan

Kegiatan diawali dengan penyuluhan tentang penyakit tidak menular (PTM) yang disampaikan oleh dosen program studi Keperawatan Universitas Hein Namotemo, yang dilanjutkan dengan diskusi dan tanya jawab. Setelah itu, dilanjutkan dengan pemeriksaan kesehatan yang mencakup pemeriksaan kadar asam urat, gula darah dan kolesterol. Metode yang digunakan adalah metode penyuluhan. Penyuluhan adalah upaya yang dilakukan untuk mendorong terjadinya perubahan perilaku, baik individu, kelompok maupun masyarakat agar mampu menyelesaikan masalah yang ada (Amanah, 2007), sedangkan pelatihan adalah upaya untuk meningkatkan kemampuan dan ketrampilan kerja (Nababan et al., 2016).

Evaluasi Kegiatan

Evaluasi kegiatan dilakukan dengan menyebarkan daftar pertanyaan sebelum dan sesudah kegiatan, sehingga dapat menilai keberhasilan pelaksanaan penyuluhan, sedangkan untuk pemeriksaan kesehatan, dibuat dalam bentuk grafik yang menunjukkan kadar kolestrol, asam urat dan gula darah pada masyarakat.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan Persiapan

Kegiatan dilakukan oleh Program Studi Keperawatan Universitas Hein Namotemo melibatkan 3 orang dosen, 1 tenaga kependidikan dan 1 tenaga kesehatan dari Puskesmas dari Puskesmas Desa Supu. Sebelumnya kepala Desa Hero Ino memberi pemberitahuan tentang pelaksanaan kegiatan kepada masyarakat desa. Kegiatan yang dilakukan telah disiapkan sejak awal, dimulai dengan pendekatan kepada kepala desa dan selanjutnya dilakukan persiapan bagi dosen yang terlibat dalam kegiatan dimaksud.

Penyuluhan Penyakit Tidak Menular

Penyuluhan Penyakit tidak menular (PTM) disampaikan oleh dosen Program Studi Keperawatan Universitas Hein Namotemo, dengan tujuan agar dapat memahami indikator PTM. Hal ini dirasa penting karena keadaan sekarang masalah kesehatan lebih cenderung pada penyakit degenerative dibandingkan dengan penyakit infeksi. Hal ini disebabkan oleh perubahan gaya hidup yang didalamnya terkait dengan pola makan,

lingkungan, aktifitas fisik yang rendah serta stres (Utama et al., 2018). Dalam penyuluhan kesehatan tentang penyakit tidak menular, materi yang disampaikan berupa penjelasan tentang pengertian penyakit tidak menular, penyakit apa saja yang termasuk kategori penyakit tidak menular, serta bagaimana langkah pencegahan penyakit tidak menular.

Sebelum kegiatan, peserta diberi pertanyaan terkait apakah sudah mendengar atau mengetahui tentang penyakit tidak menular atau belum. Sesudah penyuluhan, peserta diberikan pertanyaan kembali tentang materi yang sudah disampaikan. Pada akhir kegiatan penyuluhan, masyarakat desa diingatkan untuk berperilaku sehat seperti : tidak merokok dan mengkonsumsi alkohol, tidak mengkonsumsi garam, gula, lemak secara berlebihan, melainkan melakukan aktifitas fisik secukupnya, mengkonsumsi sayur dan buah lebih setiap hari. Masyarakat yang menerima penyuluhan diberikan pertanyaan kembali tentang sejauh mana memahami terkait penyakit tidak menular, dan apakah sudah lebih mengerti tentang tanda dan gejala penyakit tidak menular.



Gambar 1. Penyuluhan sekaligus pemeriksaan kesehatan

Pemeriksaan Kesehatan

Pemeriksaan kesehatan dilakukan oleh dosen Program Studi Keperawatan Universitas Hein Namotemo selama sehari, setelah sebelumnya melakukan penyuluhan bagi masyarakat Desa Hero Ino. Kegiatan pemeriksaan kesehatan yang dilakukan menggunakan *alat autocheck, blood lancet,*

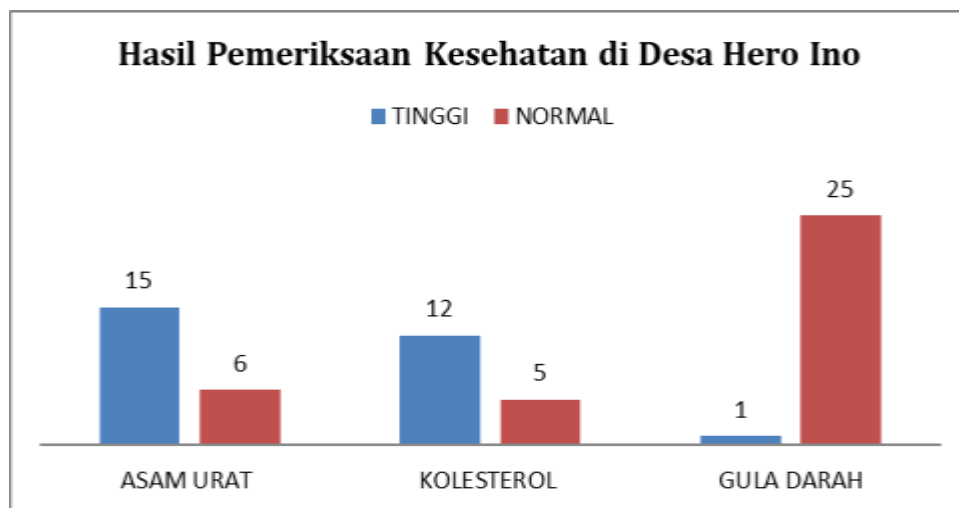
lancing, strip gula darah, strip asam urat, strip kolesterol, serta alat mengukur tekanan darah. Hasil yang didapatkan mencakup pengukuran asam urat pada 20 warga, pengukuran kolesterol pada 17 warga serta gula darah kepada 26 warga masyarakat Desa Hero ino, Kecamatan Tobelo Barat, Halmahera Utara.



Gambar 2. Pemeriksaan Kesehatan oleh Dosen dan Mahasiswa

Pemeriksaan kesehatan dilakukan oleh dosen Program Studi Keperawatan Universitas Hein Namotemo selama sehari, setelah sebelumnya melakukan penyuluhan bagi masyarakat Desa Hero Ino. Kegiatan pemeriksaan kesehatan yang dilakukan menggunakan *alat autocheck, blood lancet,*

lancing, strip gula darah, strip asam urat, strip kolesterol, serta alat mengukur tekanan darah peserta. Hasil yang didapatkan mencakup pengukuran asam urat pada 20 warga, pengukuran kolesterol pada 17 warga serta gula darah kepada 26 warga masyarakat Desa Hero ino, Kecamatan Tobelo Barat, Halmahera Utara.



Gambar 3. Hasil Pemeriksaan Kolesterol, Asam Urat dan Gula Darah di Desa Hero Ino, Kecamatan Tobelo Barat, Halmahera Utara

KESIMPULAN

- 1) Hasil evaluasi terhadap kegiatan pemeriksaan kesehatan menunjukkan bahwa masyarakat mengalami peningkatan pengetahuan tentang penyakit tidak menular dibandingkan sebelum dilakukan penyuluhan.
- 2) Hasil pemeriksaan kesehatan menunjukkan bahwa sejumlah masyarakat Desa Hero Ino, Kecamatan Tobelo Barat mengidap beberapa

penyakit tidak menular yakni 12 orang memiliki kadar kolesterol tinggi, 15 orang memiliki asam urat tinggi, 1 orang memiliki kadar gula darah tinggi.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis menyampaikan terima kasih kepada Kepala Desa dan masyarakat Desa Hero Ino yang telah berpartisipasi sehingga kegiatan penyuluhan ini dapat terlaksana dengan baik.

DAFTAR PUSTAKA

- Amanah, S. (2007b). Makna Penyuluhan dan Transformasi Perilaku Manusia. *Jurnal Penyuluhan*, 3(1), 5. <https://doi.org/10.25015/penyuluhan.v3i1.2152>
- Direktorat Jenderal Pencegahan dan Pengendalian Penyakit. (2019). Buku Pedoman Penyakit Tidak Menular. *Kementerian Kesehatan RI*, 101.
- Indriyawati, N., Widodo, W., Widyawati, M. N., Priyatno, D., & Jannah, M. (2018). Skrining Dan Pendampingan Pencegahan Penyakit Tidak Menular Di Masyarakat. *Link*, 14(1), 50. <https://doi.org/10.31983/link.v14i1.3287>
- Masse, F., & Indri Kartiko Sari, Y. T. (2020). *Kebijakan dan Strategi Penanggulangan dan Pencegahan Penyakit Tidak Menular – Rekomendasi Terhadap Penurunan Faktor*

Risiko Bersama Terkait Kebiasaan Makanan Terhadap Penyakit Tidak Menular di Indonesia. 2, 0–13.

Nababan, Y., Tawas, H., & Uhing, J. (2016). Pengaruh Pendidikan Dan Pelatihan Kerja Terhadap Kinerja Karyawan Pt.Plh (Persero) Area Manado. *Jurnal Riset Ekonomi, Manajemen, Bisnis Dan Akuntansi*, 4(3), 751–759.

Umayana, Haniek Try, Cahyati, W. H. (2015). Dukungan Keluarga dan Tokoh Masyarakat Terhadap Keaktifan Penduduk ke Posbindu Penyakit Tidak Menular. *Jurnal Kesehatan Masyarakat, Universitas Negeri Semarang, KEMAS*, 11(1), 96–101.

Utama, F., Anita, R., Alamsari, H., & Lihwana, M. A. (2018). *Gambaran Penyakit Tidak Menular Di Universitas Sriwijaya*. 11(2), 1–6.