

PENYULUHAN PENYAKIT TIDAK MENULAR PADA MASYARAKAT

Elpira Asmin¹, Ritha Tahitu², Bertha Jean Que³, Eka Astuty⁴
^{1,2,3,4} Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Pattimura
e-mail: elpiraasmin@gmail.com

Abstrak

WHO menyebutkan penyakit tidak menular merupakan penyakit penyebab kematian terbanyak di dunia. Kematian akibat penyakit tidak menular sekitar 36 juta penduduk tiap tahunnya. Tujuan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah agar masyarakat dapat berperilaku hidup sehat dan terhindar dari berbagai jenis penyakit tidak menular. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilakukan di Kelurahan Silale Kota Ambon dengan cara memberikan pendidikan kepada masyarakat berupa penyuluhan. Pengetahuan masyarakat mengenai pencegahan faktor risiko penyakit tidak menular dapat diketahui dengan baik setelah dilakukan penyuluhan. Tujuan penyuluhan ini adalah agar masyarakat dapat memahami dan sadar untuk berperilaku hidup sehat sehingga dapat terhindar dari penyakit tidak menular.

Kata kunci: Penyakit Tidak Menular; Penyuluhan; Faktor Risiko

Abstract

WHO states that non-communicable diseases are the most common causes of death in the world. Death from non-communicable diseases is around 36 million people every year. The purpose of this community service activity is so that the community can live a healthy life and avoid various types of non-communicable diseases. Community service activities are carried out in Silale Village, Ambon City by providing education to the community in the form of counseling. Public knowledge about the prevention of risk factors for non-communicable diseases can be known well after counseling. The purpose of this counseling is so that the public can understand and be aware of healthy living behavior so that they can avoid non-communicable diseases.

Keywords: Non-Communicable Disease; Education; Risk factors

PENDAHULUAN

Penyakit tidak menular atau biasa juga disebut sebagai penyakit degeneratif. Penyakit tidak menular menjadi salah satu masalah kesehatan masyarakat pada abad ke-21 karena tingkat morbiditas dan mortalitas yang tinggi secara global. WHO menyebutkan penyakit tidak menular merupakan penyakit penyebab kematian terbanyak di dunia. Kematian akibat penyakit tidak menular sekitar 36 juta penduduk tiap tahunnya (Sudayasa et al., 2020). Berbagai jenis penyakit tidak menular yang diderita paling banyak oleh masyarakat antara lain penyakit jantung, stroke, hipertensi, diabetes mellitus, kanker dan penyakit ginjal kronik. Data Risdedas 2018 menunjukkan morbiditas penyakit tidak menular mengalami peningkatan atau lebih tinggi jika dibandingkan dengan tahun sebelumnya. Prevalensi kanker naik dari 1,4 persen menjadi 1,8 persen di 2018 dengan Provinsi DI Yogyakarta yang memiliki angka tertinggi se-Indonesia. Stroke juga naik menjadi 10,9 persen, padahal tahun sebelumnya masih di angka 7 persen. Penyakit ginjal kronik meningkat dari 2 persen menjadi 3,8 persen, begitu pula dengan penyakit diabetes mellitus yang sebelumnya hanya 6,9 persen meningkat menjadi 8,5 persen pada tahun 2018. Hipertensi mengalami peningkatan yang paling tinggi diantara penyakit tidak menular lainnya yaitu sebelumnya 25,8 persen menjadi 34,1 persen (Kemenkes RI, 2018).

Peningkatan prevalensi penyakit tidak menular dari tahun ke tahun diikuti oleh peningkatan jumlah kematian akibat penyakit tersebut. Penyakit tidak menular yang diderita oleh masyarakat menjadi *silent killer* dan mengancam nyawa tanpa terduga oleh si penderita. Penyakit tidak menular juga yang diderita dalam jangka waktu yang lama akan mengganggu produktivitas dan kualitas hidup seseorang, bahkan dapat menyebabkan masalah ekonomi pada keluarga. Penyakit tidak menular semakin banyak diderita oleh masyarakat bukan hanya pada kalangan lanjut usia

tetapi sudah menyerang usia dewasa muda karena perilaku atau pola hidup masyarakat yang tidak terkendali. Kebiasaan mengkonsumsi makanan *junk food*, kebiasaan merokok dan mengkonsumsi alkohol merupakan faktor pencetus keberadaan penyakit menular di tengah-tengah masyarakat (Ali et al., 2021)(Indriyawati et al, 2018).

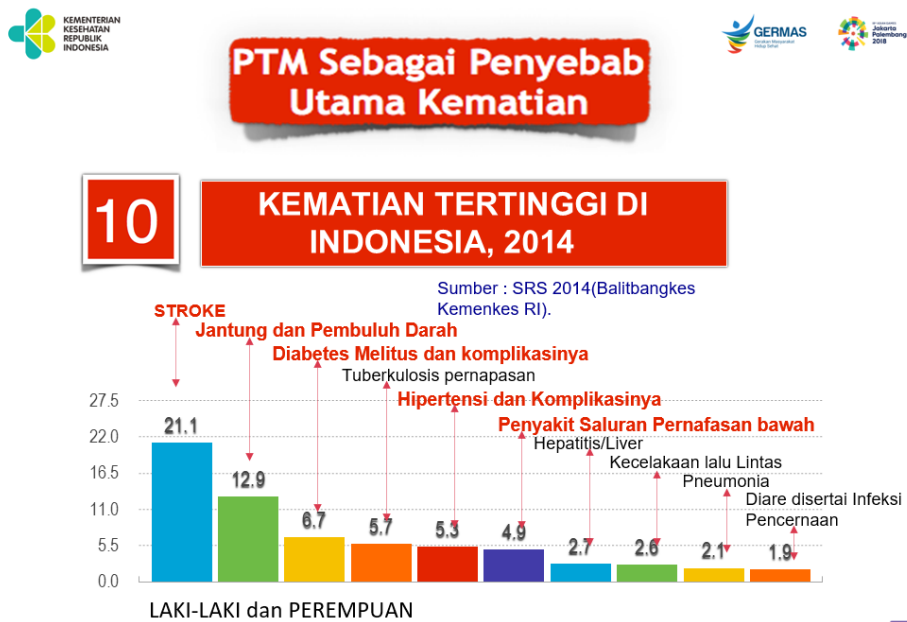
Perilaku atau pola hidup masyarakat yang telah menjadi kebiasaan sehari-hari tanpa mereka sadari dapat mengantarkan mereka ke penyakit tidak menular. Perilaku tersebut tidak diketahui atau disadari masyarakat sebagai faktor risiko karena kurangnya pemahaman atau mereka memang tidak tahu tentang pencegahan dan cara mengatasi penyakit tidak menular. Oleh karena itu, penulis memberikan penyuluhan untuk menambah pengetahuan masyarakat mengenai penyakit tidak menular dengan tujuan masyarakat dapat berperilaku hidup sehat dan terhindar dari berbagai jenis penyakit tidak menular.

METODE

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilakukan di Kelurahan Silale Kota Ambon dengan cara memberikan pendidikan kepada masyarakat. Pendidikan masyarakat Silale dilakukan dalam bentuk penyuluhan. Penyuluhan dilakukan di kantor lurah Silale dengan peserta adalah penduduk atau masyarakat yang berdomisili di Silale. Kegiatan penyuluhan dimulai dengan penjelasan materi tentang definisi penyakit tidak menular, pengenalan jenis-jenis penyakit tidak menular, faktor risiko beserta cara pencegahan penyakit tidak menular. Setelah materi disampaikan, dilanjutkan dengan sesi tanya jawab antara peserta dan pemateri.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan penyuluhan dilakukan di Kelurahan Silale Kota Ambon pada bulan Oktober 2021. Materi penyuluhan diberikan berupa penyajian data penyakit tidak menular di Indonesia, faktor risiko, serta cara pencegahannya. Penyuluhan berlangsung selama kurang lebih 60 menit disertai sesi tanya jawab 15 menit.



Gambar 1. Materi Tentang Data Penyakit Tidak Menular Di Indonesia

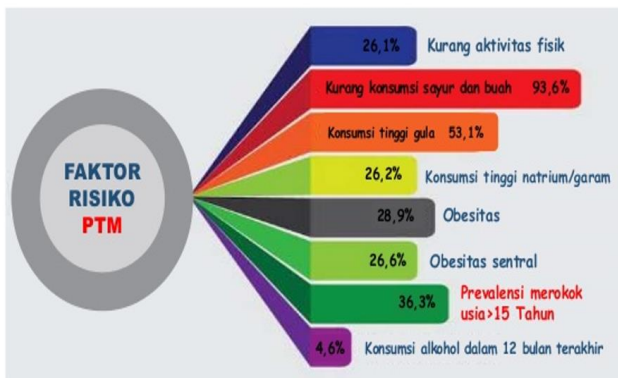
Pada saat penyuluhan dijelaskan bahwa di Indonesia penyakit stroke menduduki posisi pertama sebagai penyakit tidak menular yang paling banyak diderita baik laki-laki maupun perempuan. Dari gambar 1 juga dapat dilihat bahwa selain stroke, penyakit jantung dan diabetes mellitus banyak diderita oleh masyarakat Indonesia. Gambar 2 menyajikan data tentang penyakit

tidak menular yang menjadi penyebab kematian di Indonesia antara lain hipertensi, diabetes mellitus, stroke, gagal ginjal, kanker dan jantung (Kemenkes RI, 2018).



Gambar 2. Materi Tentang Prevalensi Penyakit Tidak Menular Penyebab Kematian Di Indonesia

FAKTOR RISIKO PENYAKIT TIDAK MENULAR



Gambar 3. Materi Faktor Risiko Penyakit Tidak Menular

Pada gambar 3 di atas dapat dilihat bahwa faktor risiko penyakit tidak menular antara lain kurang aktivitas fisik, kurang konsumsi sayur dan buah, konsumsi tinggi gula, konsumsi tinggi natrium/garam, obesitas, merokok dan konsumsi alkohol. Selain itu, Rahmah dan Achmad mengungkapkan bahwa kualitas tidur dan riwayat keluarga merupakan faktor risiko yang berhubungan dengan kejadian hipertensi (Rahmah et al., 2019). Penelitian lain juga menemukan bahwa kurang aktifitas fisik, stress, obesitas dan semakin tua seseorang maka memiliki risiko lebih besar untuk menderita penyakit stroke dan jantung coroner ((Marleni & Alhabib, 2007)(Pratiwi et al., 2018)(Malahayati, 2020).



Gambar 4. Penyajian Materi Penyuluhan



Gambar 5. Sesi Tanya Jawab

Gambar 4 dan 5 menunjukkan proses penyuluhan yaitu penyajian materi dan tanya jawab oleh peserta penyuluhan. Penyuluhan berlangsung lancar dan baik. Setelah penyuluhan selesai hampir semua peserta antusias untuk melakukan perilaku hidup sehat serta rutin memeriksakan kesehatan di fasilitas kesehatan terdekat. Hal ini disebabkan karena mereka baru mengetahui bahwa orang yang menderita penyakit tidak menular sebagian besar tidak mengetahui dirinya menderita penyakit tersebut karena merasa baik-baik saja dan tidak pernah memeriksakan kesehatan secara rutin. Berdasarkan hal tersebut maka penulis dapat mengatakan bahwa penyuluhan tersebut berhasil menambah pengetahuan masyarakat yang hadir di Kelurahan Silale tentang penyakit tidak menular. Hal ini didukung juga oleh beberapa peneliti yang mengungkapkan bahwa pendidikan masyarakat dapat meningkatkan pengetahuan peserta penyuluhan tentang

penyakit tidak menular (Purnama et al., 2021) (Sinaga & Sembiring, 2013)(Siswanto & Lestari, 2020)(Agina et al., 2019).

SIMPULAN

Kegiatan pendidikan masyarakat berupa penyuluhan tentang pencegahan penyakit tidak menular kepada masyarakat. Pengetahuan masyarakat mengenai pencegahan faktor risiko penyakit tidak menular dapat diketahui dengan baik setelah dilakukan penyuluhan. Tujuan penyuluhan ini adalah agar masyarakat dapat memahami dan sadar untuk berperilaku hidup sehat sehingga dapat terhindar dari penyakit tidak menular.

SARAN

Disarankan kepada petugas kesehatan untuk meningkatkan sosialisasi terkait penyakit tidak menular, bukan hanya untuk para lansia saja tapi menyeluruh ke berbagai kalangan usia. Hal ini dimaksudkan agar pengetahuan masyarakat tentang penyakit tidak menular meningkat dan pencegahannya dapat mereka lakukan sendiri.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada pihak Lembaga Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat Universitas Pattimura serta pihak pemerintah kelurahan Silale yang telah memberi dukungan dan memfasilitasi kegiatan ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Ali, A., Nurcholida, A., Rangki, L., Provinsi, K., & Tenggara, S. (2021). *SKRINING PENYAKIT TIDAK MENULAR PADA MASYARAKAT KECAMATAN NAMBO KOTA KENDARI*. 3(Dm). Kemenkes RI. (2018). Hasil Utama RISKESDAS 2018. Kementerian Kesehatan Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan.
- Malahayati, P. J., & Malahayati, U. (2020). *View metadata, citation and similar papers at core.ac.uk*. 346–351.
- Marleni, L., & Alhabib, A. (2007). *Faktor Risiko Penyakit Jantung Koroner di RSI SITI Khadijah Palembang*.
- Menular, T., & Masyarakat, D. I. (2018). *skrining dan pendampingan pencegahan penyakit tidak menular di masyarakat*. 14(1), 50–54.
- Pratiwi, S. H., Sari, E. A., & Mirwanti, R. (2018). *Faktor Risiko Penyakit Jantung Koroner Pada Masyarakat Pangandaran*. VI(2), 176–183.
- Purnama, J. S., Nuryanti, Y., Agustin, D., Desriani, R., & Putri, M. U. (2022). *Edukasi Pengetahuan Penyakit Tidak Menular dan GERMAS Pada Usia Produktif di Dusun Karangbendo Education on Non-Communicable Disease and GERMAS Knowledge in Productive Age in*. 6(1), 1–7.
- Rahmah, N., Shaumi, F., Fakultas, P., Masyarakat, K., Indonesia, U., Cina, P., Depok, K., Barat, J., Gizi, D., Kesehatan, F., Universitas, M., Depok, K., & Barat, J. (2019). *Kajian Literatur : Faktor Risiko Hipertensi pada Remaja di Indonesia*. 115–122.
- Sinaga, J., & Sembiring, E. (2013). *PENCEGAHAN STROKE BERULANG MELALUI*. 143–150.
- Siswanto, Y., & Lestari, I. P. (2020). *Pro Health Jurnal Ilmiah Kesehatan Pengetahuan Penyakit Tidak Menular dan Faktor Risiko Perilaku pada Remaja*. 2(1), 1–6.
- Sudayasa, I. P., Rahman, M. F., & Eso, A. (2020). *Deteksi Dini Faktor Risiko Penyakit Tidak Menular Pada Masyarakat Desa Andepali Kecamatan Sampara Kabupaten Konawe*. 3(1).
- Agina, P., Suwaryo, W., Widodo, W. T., Setianingsih, E., Keperawatan, P. S., Kebumen, K., & Tengah, J. (2019). *ARTIKEL Riwayat Artikel THE RISK FACTORS THAT INFLUENCE THE INCIDENCE OF STROKE PENDAHULUAN*. 11(4), 251–260.