

SOSIALISASI PENCEGAHAN DAN DAMPAK PTM DI KELURAHAN MANGGA DUA

Yonna B. Salamor¹, Jihan Khairunisa Asriyati², Depi Heumase³, Muh. Zainul Nasrullah Amin⁴,
Grefly Jeams Luhukay⁵, Cindy Griseldia Lisapaly⁶, Lilis Suganda⁷, Galang Ramadhan Djodja⁸

^{1,8}) Ilmu Hukum, Fakultas Hukum, Universitas Pattimura, Ambon

²) Pendidikan Kedokteran, Fakultlas Kedokteran, Universitas Pattimura Ambon

³) Pendidikan Biologi, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Pattimura Ambon

⁴) Manajemen, Fakultas Ekonomi dan Bisnis, Universitas Pattimura Ambon

^{5,6}) Perencanaan Wilayah Dan Kota, Fakultas Teknik, Universitas Pattimura Ambon

⁷) PGSD, Fakultas Keguruan, Universitas Pattimura Ambon

e-mail: jihanasriyati@gmail.com

Abstrak

Penyakit Tidak Menular (PTM) merupakan penyakit katastrofik dengan penyebab kematian tertinggi di Indonesia. Hal ini mengakibatkan hilangnya hari produktif bagi penderita dan pendamping. Sementara itu, dari penelitian yang dilakukan oleh Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan menunjukkan bahwa saat ini perkembangan PTM di Indonesia kian mengkhawatirkan Program luaran mahasiswa KKN ini dilakukan di Kelurahan Mangga Dua Kota Ambon. Kegiatan ini di ikuti oleh 23 peserta dari berbagai kalangan . Metode yang dilakukan pertama melakukan pendataan kepada masyarakat, tahap kedua diberikan materi tentang penyakit tidak menular, tahap yang ketiga sesi diskusi dilanjutkan pelayanan konsultasi kesehatan dan pemeriksaan kesehatan. Hasil evaluasi yang didapat, dengan adanya pemeriksaan PTM masyarakat merasa senang dan mereka juga dapat mengetahui pola hidup sehat untuk mencegah penyakit. Program luaran mahasiswa KKN UNPATTI ANGKATAN XLVIII gelombang I di masyarakat kelurahan mangga dua antara lain, didapatkan 89% lansia mempunyai pengetahuan yang baik tentang PTM (Penyakit Tidak Menular) dan upaya pencegahan yang harus dilakukan. Pada saat sesi diskusi di dapatkan data melalui hasil observasi, dimana peserta penyuluhan sangat antusias dalam mengikuti kegiatan penyuluhan ini. Peserta kurang mengajukan pertanyaan terkait masalah-masalah yang terjadi dalam Kesehatan Lansia, terutama tentang PTM (Penyakit Tidak Menular). upaya pencegahan dan penata laksanaanya. Dan peserta juga antusias dalam mengikuti pelayanan konseling kesehatan serta pelaksanaan pemeriksaan kesehatan yang meliputi pemeriksaan tekanan darah, gula darah, asam urat dan kolesterol.

Kata Kunci : KKN, Penyakit Tidak Menular (PTM), Pencegahan

Abstract

Non-Communicable Diseases (NCD) is a catastrophic disease with the highest cause of death in Indonesia. This results in the loss of productive days for sufferers and caregivers. Meanwhile, research conducted by the Health Research and Development Agency shows that currently the development of PTM in Indonesia is increasingly worrying. The KKN student output program is carried out in Mangga Dua Village, Ambon City. This activity was attended by 23 participants from various circles . The first method is to collect data from the community, the second stage is given material about non-communicable diseases, the third stage is a discussion session followed by health consultation services and health checks. The evaluation results obtained, with the PTM examination, people feel happy and they can also find out a healthy lifestyle to prevent disease. Outcomes of the first wave of KKN UNPATTI students in the community in the Manggo Dua sub-district were 89% of the elderly had good knowledge of PTM (Non-Communicable Diseases) and preventive measures that must be taken. During the discussion session, data was obtained through observations, where the extension participants were very enthusiastic in participating in this counseling activity. Participants did not ask questions related to the problems that occur in the Health of the Elderly, especially about PTM (Non-Communicable Diseases). prevention and management efforts. And the participants were also enthusiastic in participating in health counseling services and carrying out health checks which included checking blood pressure, blood sugar, uric acid and cholesterol

Keywords: KKN, PTM, Prevention

PENDAHULUAN

Penyakit Tidak Menular (PTM) merupakan penyakit katastrofik dengan penyebab kematian tertinggi di Indonesia. Hal ini mengakibatkan hilangnya hari produktif bagi penderita dan pendamping. Sementara itu, dari penelitian yang dilakukan oleh Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan menunjukkan bahwa saat ini perkembangan PTM di Indonesia kian mengkhawatirkan. Palsalnya peningkatan tren PTM diikuti oleh pergeseran pola penyakit, jika dulu, penyakit jenis ini biasanya dialami oleh kelompok lanjut usia, maka kini mulai mengancam kelompok usia produktif. Faktor penyebab penyakit tidak menular ini di karenakan latar belakang seseorang, gaya hidup, dan lingkungan diketahui meningkatkan kemungkinan untuk menderita PTM tertentu. Faktor-faktor ini termasuk usia, jenis kelamin, genetik, paparan polusi udara, dan perilaku seperti merokok, diet yang tidak sehat, dan kurangnya aktivitas fisik yang dapat mengakibatkan hipertensi dan obesitas, yang pada gilirannya menyebabkan peningkatan risiko banyak PTM. Sebagian besar PTM dianggap dapat dicegah karena disebabkan oleh faktor risiko yang dapat diubah.

WHO menyatakan bahwa pada tahun 2016,sekitar 71% penyebab kematian di dunia adalah penyakit tidak menular (PTM) yang membunuh 36 juta jiwa per tahun.Sekitar 80 persen kematian tersebut terjadi di negara berpenghasilan menengah dan rendah. Sebanyak 73% kematian saat ini disebabkan oleh penyakit tidak menular, 35% diantaranya karena penyakit jantung dan pembuluh darah, 12% oleh penyakit kanker, 6% oleh penyakit pernapasan kronis, 6% karena diabetes, dan 15% disebabkan oleh PTM lainnya (WHO, 2018).Indonesia adalah salah satu negara berkembang yang sebagian besar penduduknya masih berstatus ekonomi menengah kebawah, dan sekarang tengah menghadapi beban ganda penyakit, yaitu penyakit menular dan Penyakit Tidak Menular. Perubahan pola penyakit tersebut sangat dipengaruhi antara lain oleh perubahan lingkungan, perilaku masyarakat, transisi demografi, teknologi, ekonomi dan sosial budaya. Peningkatan beban akibat PTM sejalan dengan meningkatnya faktor risiko yang meliputi meningkatnya tekanan darah, gula darah, indeks massa tubuh atau obesitas, pola makan tidak sehat, kurang aktivitas fisik, dan merokok serta alkohol (Kemenkes RI, 2019).

Faktor-faktor yang berperandalam terjadinya PTM meliputi faktor risiko yang tidak dapat dikendalikan dan faktor risiko yang dapat dikendalikan. Faktor resiko yang tidak dapat di kendalikan seperti keturunan, jenis kelamin, usia. Sedangkan faktor risiko yang dapat di kendalikan yaitu obesitas, kurang olahraga atau aktivitas fisik, merokok, minum kopi, pendidikan, pekerjaan dan pola makan (Kurniadi dan Nurrahmani, 2014).Populasi lansia di Indonesia diprediksi meningkat lebih tinggi daripada populasilansia di dunia setelah tahun 2010. Hasil proyeksi penduduk 2013–2035, Indonesia akan memasuki periode lansia (ageing), dimana 10% penduduk akan berusia 60 tahun keatas. Dengan bertambahnya umur, fungsi fisiologis mengalami penurunan akibat proses penuaan sehingga penyakit tidak menular banyak muncul pada lanjut usia. Selain itu, masalah degeneratif menurunkan daya tahan tubuh sehingga rentan terkena penyakit menular.Hasil Riskesdas 2013, penyakit terbanyak pada lanjut usia adalah penyakit tidak menular antara lain hipertensi, artritis, stroke, penyakit paru obstruktif kronis, dan diabetes mellitus (Kementerian Kesehatan RI, 2016)

METODE

Program luaran mahasiswa KKN ini dilakukan di Kelurahan Mangga Dua Kota Ambon. Kegiatan ini di ikuti oleh 23 peserta dari berbagai kalangan . Metode yang diberikan adalah memberikan edukasi tentang Penyakit Tidak Menular selain mahasiswa KKN Universitas Pattimura Ambon juga melakukan pemeriksaan tekanan darah, pemeriksaan gula darah,asam urat serta kolesterol. Pelaksanaan Edukasi dilakukan selama kurang lebih 2 x 50 menit. Edukasi dilakukan dalam 3 tahap yaitu ;

1. Tahap yang pertama melakukan pendataan kepada masyarakat di Kelurahan Mangga Dua.
2. Tahap yang kedua diberikan materi tentang penyakit tidak menular kepada warga di Kel.Mangga Dua.
3. Tahap yang ketiga adalah sesi diskusi dilanjutkan dengan pelayanan konsultasi kesehatan dan pemeriksaan kesehatan lansia meliputi pemeriksaan tekanan darah,gula darah,asam urat,dan pemeriksaan kolesterol.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil dari Program luaran mahasiswa KKN UNPATTI ANGKATAN XLVIII gelombang I di masyarakat kelurahan mangga dua antara lain, didapatkan 89% lansia mempunyai pengetahuan yang baik tentang PTM (Penyakit Tidak Menular) dan upaya pencegahan yang harus dilakukan. Pada saat sesi diskusi di dapatkan data melalui hasil observasi, dimana peserta penyuluhan sangat antusias dalam mengikuti kegiatan penyuluhan ini. Peserta kurang mengajukan pertanyaan terkait masalah-masalah yang terjadi dalam Kesehatan Lansia, terutama tentang PTM (Penyakit Tidak Menular). upaya pencegahan dan penata laksanaanya. Dan peserta juga antusias dalam mengikuti pelayanan konseling kesehatan serta pelaksanaan pemeriksaan kesehatan yang meliputi pemeriksaan tekanan darah, gula darah, asam urat dan kolesterol. Pada program luaran mahasiswa KKN di kelurahan mangga dua masyarakat ini, salah satu kegiatan yang dilakukan adalah pemeriksaan Kesehatan yaitu pemeriksaan tekanan darah, gula darah dan kolesterol. Pada pemeriksaan yang dilakukan didapatkan ada beberapa lansia yang mengalami peningkatan tekanan darah, ada sebagian yang mengalami peningkatan kadar gula darah, asam urat dan peningkatan kadar kolesterol darah.

Pada umumnya tanda proses menua mulai tampak sejak usia 45 tahun dan akan menimbulkan masalah pada usia sekitar 60 tahun. Penyakit asam urat merupakan salah satu penyakit degeneratif yang sering menyebabkan beberapa komplikasi seperti radang sendi yang bisa menyebabkan kecacatan pada sendi. Komplikasi lain dari asam urat ini adalah dapat menyebabkan gagal ginjal dan batu ginjal, sedangkan pada jantung bisa mengalami hal yang menyebabkan penyakit jantung koroner (Kalsum, Lesmana, & Pertiwi, 2019). Faktor penyakit PTM merupakan kondisi yang secara potensial berbahaya dan dapat memicu terjadinya PTM pada seseorang atau kelompok tertentu. Faktor PTM yang tidak dapat dirubah antara lain umur, jenis kelamin dan penyakit keturunan. Selain itu ada faktor resiko yang dapat dirubah antara lain;

1. Faktor Resiko Perilaku antara lain :
 - Merokok
 - Diet rendah serat
 - Konsumsi garam berlebihan
 - Kurang aktifitas fisik
 - Konsumsi alkohol
 - Stres
2. Faktor Resiko Lingkungan antara lain :
 - Polusi udara
 - Jalan raya
 - Kendaraan yang tidak layak di jalan
 - Infrastruktur yang tidak mendukung untuk pengendalian PTM
 - Sters soisal
3. Faktor Resiko Fisiologi antara lain :
 - Obesitas
 - Gangguan metabolisme kolesterol
 - Tekanan darah tinggi

Jika faktor resiko PTM yang dapat diubah tidak dikendalikan, maka secara alami penyakit akan berjalan menjadi fase akhir PTM seperti penyakit jantung koroner, stroke, diabetes Mellitus, PPOK, Kanker, Asma, Gangguan akibat kecelakaan dan kekerasan (Kemenkes RI, 2016). Dari hasil penyuluhan pemeriksa PTM (Penyakit Tidak Menular) di masyarakat ditemukan bahwa terdapat 0,16% mengalami gejala penyakit gula, 25% mengalami penyakit asam urat, 17% mengalami penyakit kolesterol, 19% mengalami penyakit hipertensi.



Gambar 1. Pemeriksaan PTM



Gambar 2. Pemeriksaan PTM



Gambar 3. Proses Pemeriksaan PTM (Penyakit Tidak Menular) Pada Warga

SIMPULAN

Penyakit tidak menular (PTM) merupakan penyakit penyakit yang tidak bisa ditularkan dari orang ke orang, yang perkembangannya berjalan perlahan dalam jangka waktu yang panjang (kronis). Pada perjalanan awal, PTM sering tidak bergejala, banyak yang tidak mengetahui dan menyadari jika mengidap PTM. Hal tersebut membuat kesadaran untuk memeriksakan diri / deteksi dini kurang. Sehingga banyak yang periksa ketika terjadi komplikasi dari PTM, bahkan berakibat kematian lebih dini. Program luaran mahasiswa KKN ini dilakukan di kelurahan manga dua kota ambon. Kegiatan ini di ikuti oleh 23 peserta dari berbagai kalangan . Metode yang diberikan adalah memberikan edukasi tentang Penyakit Tidak Menular selain mahasiswa KKN universitas pattimura ambon juga melakukan pemeriksaan tekanan darah, pemeriksaan gula darah, asam urat serta kolesterol. Pelaksanaan Edukasi dilakukan selama kurang lebih 2 x 50 menit. Edukasi dilakukan dalam 2 tahap, tahap yang pertama diberikan materi tentang Penyakit Tidak Menular, dan Tahap selanjutnya adalah sesi diskusi dilanjutkan dengan pelayanan konsultasi kesehatan dan pemeriksaan kesehatan lansia meliputi pemeriksaan tekanan darah, gula darah, asam urat dan pemeriksaan kolesterol. Dari hasil penyuluhan pemeriksa PTM (Penyakit Tidak Menular) di masyarakat ditemukan bahwa terdapat 0,16% mengalami gejala penyakit gula, 25% mengalami penyakit asam urat, 17% mengalami penyakit kolesterol, 19% mengalami penyakit hipertensi.

SARAN

Melalui kegiatan ini kami dapat menyarankan :

1. Menyarankan agar pos anggaran Posbindu Penyakit Tidak Menular kepada Dinas Kesehatan agar dapat mengoptimalkan pelayanan kepada masyarakat terutama pada saat pandemi Covid-19 seperti ini.

2. Memberikan sosialisasi rutin kepada masyarakat agar dapat mengubah pola hidup dan mencegah penyakit tidak menular.
3. Memberikan perhatian lebih kepada masyarakat dapat melakukan scrining secara rutin.
4. Memaksimalkan pelaksanaan sesuai 5 layanan Posbindu PTM

UCAPAN TERIMA KASIH

Kami menyadari bahwa dalam pelaksanaan kegiatan kuliah kerja nyata baik berupa bimbingan peunjuk, nasehat, maupun dorongan moral dan spiritual mulai dari permulaan sampai dengan KKN berakhir. Oleh karena itu kami penyusun mengucapkan terima kasih kepada:

1. Bapak Prof. Dr. M. J. Saptanno, S.H, M.Hum., selaku rektor Universitas Pattimura Ambon yang telah mendukung pelaksanaan KKN angkatan XLVIII Tahun 2021.
2. Prof. Ir. J. Leiwakabessy, MS selaku Pengelolah KKN yang telah menyelenggarakan KKN Angkatan XLVIII Tahun 2021.
3. Ibu HELLEN N RITITAUW,S.STP, selaku Lurah Kelurahan Mangga Dua yang memberikan kesempatan kepada kami untuk melaksanakan KKN Angkatan XLVIII Tahun 2021 di daerah tersebut.
4. Bapak O. Nanlohy selaku Ketua RT 002 Kelurahan Mangga Dua yang telah mengarahkan dan meluangkan waktu dalam proses kegiatan KKN.

DAFTAR PUSTAKA

- Adhania, C. C., Wiwaha, G., & Fianza, P. I. (2016). Prevalensi Penyakit Tidak Menular pada Fasilitas Kesehatan Tingkat Pertama di Kota Bandung Tahun 2013-2015. *JSK*, 3(4), 204–211.
- Hariawan, H., Tidore, M., & Rahakbau, G. Z. (2020). Perilaku Pencegahan Penyakit Tidak Menular Pada Remaja Ambon. *Jurnal Keperawatan Terpadu*, 2(1), 15–21.
<http://jurnal.globalhealthsciencegroup.com/index.php/JPM/article/view/449/327>
- Menular Pada Remaja Ambon. *Jurnal Keperawatan Terpadu*, 2(1), 15–21.
- Kemendes RI. 2016. Gerakan Masyarakat Sehat (GERMAS) Wujudkan Indonesia Sehat. www.depkes.go.id/article/view/16111500002/germas-wujudkan-indonesia-sehat.htm
- Kemendes RI. 2019. Buku Pedoman Manajemen Penyakit Tidak Menular. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. www.p2ptm.kemendes.go.id
- World Health Organization (WHO). Development of a strategy towards promoting optimal fetal growth. Available from :http://www.who.int/nutrition/topics/feto_maternal/en.html.