



Cendekia Mengabdi : Jurnal Pengabdian Masyarakat



Penyuluhan kesehatan tentang penyakit tidak menular (PTM) pada remaja di Dukuh Kepuhwetan RT. 07 Wirokerten Banguntapan Bantul Yogyakarta

Health education on non-communicable diseases for adolescents in Dukuh Kepuhwetan RT 07 Wirokerten Banguntapan Bantul Yogyakarta

Supriyadi¹, Debby Yulianthi Maria², Indah Fitrianingrum³, Riri Amalia⁴

^{1,2,3,4} Prodi Keperawatan STIKes Surya Global Yogyakarta

Article Information

Received: 21 November 2024

Revised : 09 February 2025

Accepted: 10 February 2025

Available online: 19 February 2025

Keywords: health counseling, non-communicable diseases (NCDs), adolescents

Kata kunci: penyuluhan kesehatan, penyakit tidak menular (PTM), remaja

Correspondence

Name: Supriyadi

Phone: 08174111847

E-mail: risyazka2010@gmail.com

ABSTRACT

Background: The increase in cases of non-communicable diseases (NCDs) is related to lifestyle changes, population growth and increased life expectancy. The main risk factors include smoking, alcohol consumption, unhealthy diet, and lack of physical activity. Education for teenagers regarding non-communicable diseases is very important as a prevention effort.

Objective: This community service program aims to increase teenagers' knowledge about non-communicable diseases through health education.

Methods: This community service activity is of the CBR (Community Based Research) type. This activity was carried out in the courtyard of the Kepuhwetan Mosque RT 07 in February 2024 involving 33 teenagers. The methods used include lectures, question and answer sessions, and distribution of leaflets. Pretest and posttest were carried out to assess the increase in participants' knowledge.

Results: Before health education, 55% of participants had sufficient knowledge about NCDs, which increased to 60% with good knowledge afterward. Participants consisted of 14 men (47%) and 19 women (57%).

Conclusion: Health education has proven to be effective in increasing teenagers' knowledge about non-communicable diseases, with lecture methods, question and answer sessions, and distribution of leaflets being successfully implemented.

ABSTRAK

Latar Belakang: Peningkatan kasus penyakit tidak menular (PTM) berkaitan dengan perubahan gaya hidup, pertumbuhan populasi, dan peningkatan harapan hidup. Faktor risiko utama meliputi merokok, konsumsi alkohol, pola makan tidak sehat, dan kurangnya aktivitas fisik. Edukasi kepada remaja mengenai penyakit tidak menular sangat penting dilakukan sebagai upaya pencegahan.

Tujuan: Program pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan remaja tentang penyakit tidak menular melalui edukasi kesehatan.

Metode: Kegiatan pengabdian masyarakat ini berjenis CBR (Community Based Research). Kegiatan ini dilaksanakan di halaman Masjid Kepuhwetan RT 07 pada Februari 2024 dengan melibatkan 33 remaja. Metode yang digunakan meliputi ceramah, sesi tanya jawab, dan pembagian leaflet. Pretest dan posttest dilakukan untuk menilai peningkatan pengetahuan peserta.

Hasil: Sebelum edukasi kesehatan, 55% peserta memiliki pengetahuan cukup tentang PTM, yang meningkat menjadi 60% dengan pengetahuan baik setelahnya. Peserta terdiri dari 14 laki-laki (47%) dan 19 perempuan (57%).

Simpulan: Edukasi kesehatan terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan remaja tentang penyakit tidak menular, dengan metode ceramah, sesi tanya jawab, dan pembagian leaflet yang berhasil diterapkan.

PENDAHULUAN

Penyakit Tidak Menular (PTM) merupakan penyebab utama kematian dan ketidakmampuan fisik di dunia. World Health Organization (WHO) pada tahun 2018 melaporkan bahwa dari 56,9 juta kematian global pada tahun 2016, 71% di antaranya disebabkan oleh PTM (WHO, 2018). Di Indonesia, angka kematian akibat PTM terus meningkat. Pada tahun 2007, angka kematian akibat PTM sebesar 59,5%, kemudian meningkat menjadi 71% pada tahun 2014 menurut data Sistem Registrasi Penelitian dan Pengembangan Kesehatan (Hidayana, 2018).

Peningkatan angka kematian ini berkaitan dengan meningkatnya jumlah penderita PTM. Riskesdas tahun 2018 menunjukkan peningkatan pada indikator-indikator kunci PTM yang tercantum dalam RPJMN 2015-2019. Prevalensi tekanan darah tinggi pada penduduk usia ≥ 18 tahun meningkat dari 25,8% menjadi 34,1%. Obesitas pada usia ≥ 18 tahun meningkat dari 14,8% menjadi 21,8%. Stroke pada penduduk usia ≥ 15 tahun meningkat dari 7 menjadi 10,9 per mil. Diabetes melitus pada penduduk usia ≥ 15 tahun meningkat dari 6,9% menjadi 10,9% (Kemenkes, 2012).

Di tingkat regional, permasalahan kesehatan di Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta (DIY) pada tahun 2020 masih didominasi oleh PTM. Berdasarkan surveilans terpadu penyakit (STP) di rumah sakit DIY tahun 2020, dari 10 besar penyakit yang tercatat, 8 di antaranya merupakan PTM. Kasus hipertensi mencapai 29.944 kasus, diabetes melitus tipe II sebanyak 14.090 kasus, paru obstruksi menahun 7.404 kasus, angina pectoris 5.180 kasus, serta penyakit jantung hipertensi sebanyak 3.566 kasus (Dinkes DIY., 2020).

Peningkatan kejadian PTM berhubungan erat dengan perubahan gaya hidup, pertumbuhan populasi, serta peningkatan usia harapan hidup (WHO, 2011). PTM muncul akibat kombinasi faktor risiko yang tidak dapat dimodifikasi dan faktor risiko yang dapat dimodifikasi. Faktor risiko yang dapat dimodifikasi meliputi kebiasaan merokok, konsumsi alkohol, pola makan tidak sehat, serta kurangnya aktivitas fisik (Khandelwal, 2013). Salah satu faktor risiko yang berhubungan erat dengan kesehatan adalah pola makan. Dalam ajaran Islam, penting untuk menjaga keseimbangan dalam konsumsi makanan. Hal ini sesuai dengan hadis Rasulullah yang berbunyi: "Tidaklah anak Adam memenuhi wadah yang lebih buruk dari perutnya. Cukuplah bagi mereka beberapa suapan yang dapat menegakkan tulang punggungnya. Jika tidak mampu, maka sepertiga untuk makanan, sepertiga untuk minuman, dan sepertiga untuk napasnya" (HR. At-Tirmidzi: 2380).

Berdasarkan faktor risiko tersebut, strategi pencegahan PTM perlu difokuskan pada peningkatan pengetahuan remaja tentang PTM. Upaya pencegahan saat ini mengarah pada pendekatan keluarga yang bertujuan untuk mengadaptasi gaya hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari (Masse & Sari, 2020). Sayangnya, banyak remaja yang belum memahami faktor risiko dan dampak PTM. Penyuluhan kesehatan memiliki peran penting dalam meningkatkan literasi kesehatan remaja, sehingga dapat mendorong perubahan perilaku menuju gaya hidup yang lebih sehat (Sulistyowati, 2024).

Masa remaja adalah periode kritis dalam membentuk kebiasaan hidup. Melalui penyuluhan, remaja dapat didorong untuk mengadopsi perilaku preventif, seperti aktivitas fisik teratur dan pola makan seimbang, guna mencegah PTM di masa dewasa (Marbun et al., 2021). Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan di Kepuhwetan RT. 07 Wirokerten, Banguntapan, Bantul, dari 8 remaja yang diteliti, terdapat 2 remaja yang

mengalami obesitas, dan seluruhnya tidak memiliki pengetahuan mengenai PTM. Oleh karena itu, diperlukan penyuluhan mengenai PTM agar remaja memperoleh informasi tentang faktor risiko PTM, seperti pola makan tidak sehat, kurangnya aktivitas fisik, dan kebiasaan merokok. Pengetahuan ini akan membantu mereka memahami pentingnya gaya hidup sehat untuk mencegah PTM (Susanti, 2021). Tujuan dari kegiatan pengabdian ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan remaja tentang penyakit tidak menular melalui edukasi kesehatan.

METODE

Kegiatan pengabdian masyarakat ini berjenis CBR (*Community Based Research*). Pengabdian ini dilaksanakan di halaman masjid Kepuhwetan RT. 07 pada Maret 2024 dengan peserta sebanyak 33 remaja. Kegiatan ini dilaksanakan pada 16 Maret 2024 pada pukul 19.30 sampai dengan 21.30 WIB. Metode yang digunakan adalah ceramah, tanya jawab, dan pembagian leaflet tentang PTM. *Pretest* dilakukan sebelum penyuluhan untuk mengetahui tingkat pengetahuan awal peserta, dan *posttest* dilakukan setelah penyuluhan untuk mengukur peningkatan pengetahuan.. Setting tempat dilakukan dengan melingkar.

HASIL

Pada hari Sabtu tanggal 16 Maret 2024 telah dilaksanakan kegiatan penyuluhan untuk meningkatkan pengetahuan remaja terkait dengan penyakit tidak menular seksual (PTM), kegiatan dilaksanakan secara tatap muka. Berikut hasil dari kegiatannya.

Tabel 1. Distribusi frekuensi peserta abdimas berdasarkan jenis kelamin (n = 33)

Jenis Kelamin	n	%
Laki-laki	14	47
Perempuan	19	57
Total	33	100

Berdasarkan Tabel 1 jumlah peserta abdimas 33 orang (100%) berjenis kelamin laki-laki sebanyak 14 peserta (47%) dan perempuan 19 peserta (57%).

Penyuluhan kesehatan tentang penyakit tidak menular (PTM) di Dukuh Kepuhwetan RT 07 Wirokerten Banguntapan Bantul telah menunjukkan hasil yang positif. Sebelum dilakukan penyuluhan, sebagian besar peserta memiliki pengetahuan yang cukup mengenai PTM, namun setelah penyuluhan, terdapat peningkatan yang signifikan dalam skor pengetahuan peserta baik. Hasil penilaian pengetahuan remaja tersaji pada Tabel 2 berikut:

Tabel 2. Distribusi frekuensi pengetahuan peserta abdimas tentang penyakit tidak menular (n = 33)

Pengetahuan Remaja	Pre-test		Post-test	
	n	%	n	%
Pengetahuan PTM				
- Baik	9	27	20	60
- Cukup	18	55	13	40
- Kurang	6	18	0	0
Total	33	100	33	100

Berdasarkan Tabel 2 diketahui bahwa pengetahuan remaja tentang penyakit tidak menular (PTM) sebelum dilakukan penyuluhan kesehatan mayoritas kategori cukup sebanyak 18 peserta (55%) dan setelah dilakukan penyuluhan kesehatan mayoritas baik sebanyak 20 peserta (60%).



Gambar 2. Kegiatan penyuluhan kesehatan tentang PTM

PEMBAHASAN

Penyakit Tidak Menular (PTM) adalah kelompok penyakit kronis yang tidak ditularkan dari orang ke orang. Contoh PTM termasuk penyakit kardiovaskular, kanker, diabetes, dan penyakit pernapasan kronis. PTM merupakan penyebab utama kematian di seluruh dunia. WHO melaporkan bahwa pada tahun 2016, dari 56,9 juta kematian global, 71% disebabkan oleh PTM, prevalensi PTM terus meningkat.¹² Data Riskesdas 2018 menunjukkan peningkatan prevalensi hipertensi pada penduduk usia ≥ 18 tahun dari 25,8% menjadi 34,1% dan diabetes melitus dari 6,9% menjadi 10,9% (Kemenkes, 2018).

Sebelum dilakukan penyuluhan, mayoritas peserta remaja (55%) memiliki pengetahuan yang cukup tentang PTM. Dari 33 peserta, 18 orang memiliki pengetahuan cukup, sementara 15 orang lainnya menunjukkan tingkat pengetahuan yang kurang atau tidak memadai. Hal ini menunjukkan adanya kebutuhan mendesak untuk peningkatan pengetahuan dan kesadaran tentang PTM di kalangan remaja.

Remaja dengan pengetahuan yang kurang tentang PTM cenderung tidak menyadari faktor risiko dan gejala awal PTM. Hal ini dapat menyebabkan mereka tidak mengadopsi gaya hidup sehat yang diperlukan untuk mencegah penyakit tersebut, seperti pola makan seimbang, aktivitas fisik yang cukup, dan penghindaran dari kebiasaan merokok dan konsumsi alkohol. Akibatnya, risiko terkena PTM seperti obesitas, diabetes, dan hipertensi meningkat serta keterlambatan dalam deteksi dan pengobatan (WHO., 2018).

Kurangnya pengetahuan tentang PTM dapat menyebabkan keterlambatan dalam mendeteksi dan mengobati penyakit. Remaja mungkin tidak mengenali tanda-tanda awal PTM atau mengabaikan gejala yang muncul. Keterlambatan ini dapat memperburuk kondisi kesehatan mereka dan mengurangi peluang untuk mendapatkan pengobatan yang efektif pada tahap awal penyakit. Setelah penyuluhan, terjadi peningkatan signifikan dalam pengetahuan peserta tentang PTM. Mayoritas peserta (60%) menunjukkan pengetahuan yang baik. Jumlah peserta dengan pengetahuan baik meningkat dari 15 menjadi 20 orang, menunjukkan efektivitas penyuluhan kesehatan dalam meningkatkan kesadaran dan pemahaman tentang PTM.

Dengan pengetahuan yang lebih baik tentang PTM, remaja menjadi lebih sadar akan faktor risiko dan pentingnya gaya hidup sehat. Mereka cenderung lebih proaktif dalam mengadopsi kebiasaan sehat seperti

mengonsumsi makanan bergizi, rutin berolahraga, menghindari merokok, dan tidak mengonsumsi alkohol. Studi menunjukkan bahwa edukasi kesehatan yang efektif dapat meningkatkan perilaku pencegahan penyakit di kalangan remaja (Glanz et al., 2015).

Pengetahuan yang meningkat tentang PTM memungkinkan remaja untuk mengenali gejala awal penyakit dan mencari bantuan medis lebih cepat. Deteksi dini sangat penting dalam pengelolaan PTM, karena memungkinkan intervensi yang lebih efektif dan mencegah komplikasi lebih lanjut. Remaja yang memiliki pengetahuan lebih baik cenderung untuk melakukan pemeriksaan kesehatan secara rutin dan mengikuti saran medis dengan lebih patuh (NIH., 2019).

Penyuluhan kesehatan memberikan informasi yang akurat, terbaru, dan relevan tentang PTM. Informasi ini mencakup faktor risiko, gejala, pencegahan, dan pengelolaan penyakit. Remaja sering kali memiliki akses terbatas terhadap sumber informasi yang dapat dipercaya, sehingga penyuluhan dapat mengisi kesenjangan ini dengan memberikan pengetahuan yang komprehensif dan berbasis bukti ilmiah yang interaktif dan menarik (Rimer & Viswanath, 2015).

Penyuluhan kesehatan sering menggunakan metode penyampaian yang interaktif, seperti diskusi kelompok, permainan edukatif, dan demonstrasi praktis. Metode ini membuat proses pembelajaran lebih menarik dan mudah dipahami oleh remaja, sehingga meningkatkan retensi informasi. Interaksi langsung dengan fasilitator juga memungkinkan remaja untuk mengajukan pertanyaan dan klarifikasi, yang memperdalam pemahaman mereka. Remaja yang mengikuti penyuluhan lebih cenderung terlibat dalam kegiatan kesehatan di komunitas mereka. Misalnya, mereka mungkin ikut serta dalam program-program olahraga, kegiatan penyuluhan kesehatan tambahan, atau bahkan menyebarkan informasi tentang PTM kepada teman-teman dan keluarga. Ini menunjukkan bahwa penyuluhan tidak hanya berdampak pada individu, tetapi juga pada komunitas secara keseluruhan (Abedini, & Khorasani, 2019).

SIMPULAN DAN SARAN

Kegiatan penyuluhan kesehatan yang telah dilakukan efektif dalam meningkatkan pemahaman remaja tentang PTM. Kesadaran dan pengetahuan yang lebih baik mengenai PTM diharapkan dapat membantu remaja mengambil keputusan yang lebih baik terkait kesehatan mereka. Diharapkan penyuluhan yang berkelanjutan tentang PTM dan kesehatan, tidak hanya sebagai kegiatan sekali saja, tetapi sebagai program yang rutin untuk memperkuat pengetahuan yang telah didapat. Selain remaja, penyuluhan juga perlu dilakukan untuk orang tua agar mereka dapat memberikan informasi dan dukungan yang tepat kepada anak-anak mereka mengenai kesehatan.

DAFTAR PUSTAKA

- Abedini, Z., & Khorasani, Z. (2019). The effectiveness of health education on the knowledge and practice of adolescents regarding non-communicable diseases. *Journal of Health Promotion and Management*, 8(2), 115-120.
- Dinkes DIY (2020). Penyakit Tidak Menular Masih Mendominasi Masalah Kesehatan di DIY. Dinkes DIY. Yogyakarta. <https://dinkes.jogjapro.go.id/berita/detail/penyakit-tidak-menular-masih-mendominasimasalah-kesehatan-di-diy>
- Glanz, K., Rimer, B. K., & Viswanath, K. (Eds.). (2015). *Health Behavior: Theory, Research, and Practice*.

- Health Organization (WHO). (2018). Noncommunicable Diseases. Retrieved from <https://www.who.int/newsroom/fact-sheets/detail/noncommunicable-diseases>
- Hidayana (2018). Melonjaknya Angka Penyakit Tidak Menular karena Industri Makanan. Tersedia di <https://tirto.id/melonjaknya-angka-penyakit-tidak-menular-karena-industri-makanan-c22F> Kemenkes (2012). Buletin Jendela : Data dan informasi kesehatan. ISSN 2088-270X: Jakarta. John Wiley & Sons.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2018). Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018. Retrieved from <https://www.kemkes.go.id/resources/download/info-terkini/riskesdas-2018.pdf>
- Khandelwal (2013). Global Intervention for Prevention and Control of Noncommunicable Diseases. *International Journal of Medical Science and Public Health*. 2013;2 (4):780-784.
- Marbun, R., Sugiyanto, S., & Dea, V. (2021). *Edukasi Kesehatan pada Remaja dalam Pentingnya Gizi Seimbang dan Aktivitas Fisik di Era Pandemi Covid-19. Selaparang*, 4(3).
- Masse & Sari (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.
- National Institutes of Health (NIH). (2019). The impact of health education on adolescent health behaviors. <https://www.nih.gov/news-events/news-releases/impact-health-education-adolescent-health-behaviors>
- Rimer, B. K., & Viswanath, K. (Eds.). (2015). *Health Behavior: Theory, Research, and Practice*. John Wiley & Sons.
- Sulistiyowati, R., Kusnaningsih, A., Utama, N. R., Christyanni, Y., & Fitri Yani, F. R. W. P. (2023). *Peningkatan Literasi Kesehatan tentang Penyakit Tidak Menular untuk Meningkatkan Pengetahuan, Sikap, dan Perilaku pada Remaja*. *Jurnal Masyarakat Mandiri*, 7(1), 123-130.
- Susanti, N., Nuraida, A., Amanda, I. A., & Khairunnisa, K. (2024). *Pencegahan dan Penanggulangan Penyakit Tidak Menular pada Remaja*. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 5(2), 210-220. DOI: <https://doi.org/10.31004/jkt.v5i2.28636>
- World Health Organization (2011). *Noncommunicable Diseases Country Profiles*. Geneva, Switzerland:
- World Health Organization (2018). NCD mortality and morbidity [Internet]. WHO. World Health Organization. http://www.who.int/gho/ncd/mortality_morbidity/en/ World Health Organization.