

**MANAJEMEN RESIKO PENYAKIT TIDAK MENULAR (PTM) PADA
MASYARAKAT MARGINAL DI YOGYAKARTA*****Risk Management Of Non-Communicable Diseases (NCD)
In Marginal Communities In Yogyakarta*****Yullya Permina^{1*}
Vivi Retno Intening¹
I Wayan Sudarta¹**^{*}STIKES Bethesda Yakkum,
Yogyakarta*email:
yullya@stikesbethesda.ac.id**Abstrak**

Penyakit Tidak Menular merupakan tantangan kesehatan utama di seluruh dunia, yang sering kali disebabkan oleh faktor-faktor yang dapat dimodifikasi seperti gaya hidup dan lingkungan. PTM menjadi masalah kesehatan masyarakat yang serius karena memiliki tingkat morbiditas (kesakitan) dan mortalitas (kematian) yang tinggi di seluruh dunia. Beberapa contoh PTM termasuk penyakit hipertensi, diabetes melitus, stroke, dan penyakit pernapasan kronis. Kegiatan pengabdian masyarakat tentang penyuluhan manajemen resiko PTM, screening kesehatan serta senam untuk peningkatan kesehatan belum pernah didapatkan. Tujuan dari pengabdian ini adalah meningkatkan pengetahuan tentang manajemen resiko Penyakit Tidak Menular pada masyarakat marginal di Yogyakarta. Metode pelaksanaan dengan melakukan screening kesehatan pengukuran tekanan darah dan gula dara sesaat (GDS), ceramah, senam dan diskusi. Hasil nilai sebelum dilakukan edukasi adalah 18 dan sesudah edukasi 26. Pengetahuan yang dimiliki oleh manusia merupakan upaya mencari kebenaran dan solusi untuk masalah adalah bagian dari kodrat manusia. Ini mencerminkan sifat dasar manusia yang selalu ingin tahu, belajar, dan berkembang. Kesimpulannya adalah kegiatan pengabdian ini dapat berjalan dengan baik, Masyarakat antusias mengikuti setiap kegiatan yang telah dilaksanakan, semakin memahami tentang bagaimana melakukan manajemen resiko PTM.

Kata Kunci:
Manajemen
Penyakit Tidak Menular (PTM)
Marginal**Keywords:**
Management
Non-Communicable Diseases (NCD)
Marginal**Abstract**

Non-Communicable Diseases are a major health challenge worldwide, often caused by modifiable factors such as lifestyle and environment. NCDs are a serious public health problem because they have high levels of morbidity (sickness) and mortality (death) throughout the world. Some examples of NCDs include hypertension, diabetes mellitus, stroke, and chronic respiratory diseases. Community service activities regarding NCD risk management counseling, health screening and exercise to improve health have never been obtained. The aim of this service is to increase knowledge about risk management of Non-Communicable Diseases in marginalized communities in Yogyakarta. The implementation method is by carrying out health screening, measuring blood pressure and instantaneous blood sugar (GDS), lectures, exercises and discussions. The resulting score before education was 18 and after education was 26. Knowledge possessed by humans is an effort to find the truth and solutions to problems is part of human nature. This reflects the basic human nature of always wanting to know, learn and develop. The conclusion is that this service activity can run well, the community enthusiastically participates in every activity that has been carried out, and increasingly understands how to manage NCD risk.

© year The Authors. Published by Penerbit Forind. This is Open Access article under the CC-BY-SA License (<http://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/>). Link: <https://jurnal.forindpress.com/index.php/jamas>

Submit: 11-06-2024

Accepted: 15-06-2024

Published: 18-06-2024

PENDAHULUAN

Pada tahun 2016, sekitar 71 persen penyebab kematian di dunia adalah Penyakit Tidak Menular (PTM) yang membunuh 36 juta jiwa per tahun (Menular, 2019). Penyakit tidak menular (PTM) memang menjadi salah satu masalah kesehatan masyarakat utama karena beberapa karakteristik

dan dampaknya yang signifikan. Karakteristik PTM merupakan tingkat morbiditas dan mortalitas tinggi, tidak menular, membutuhkan perkembangan secara perlahan dan memerlukan pengobatan yang terus menerus (RSST, 2022).

Berdasarkan pengumpulan data dalam Survei Kesehatan Rumah Tangga (SKRT) tahun 2001

dalam (Irwan, 2016), usia 25 tahun keatas menunjukkan 27% laki-laki dan 29% wanita menderita hipertensi, 0,3% mengalami penyakit jantung iskemik dan stroke dan 1,2% terkena diabetehes mellitus.

PTM terjadi karena berbagai faktor risiko yang sebagian besar dapat dicegah. Beberapa faktor utama yang berkontribusi terhadap perkembangan PTM meliputi kebiasaan merokok, pola makan yang tidak sehat, kurangnya aktivitas fisik, dan konsumsi minuman beralkohol. Faktor yang mempengaruhi terjadinya PTM yaitu kebiasaan merokok, zat kimia yang berbahaya dalam rokok, pola makan yang tidak sehat, berkurangnya aktivitas fisik, dan konsumsi minimal berakohol, Amelia et.al 2019 dalam (Eriyani, Witdiawati and Udin, 2020).

Perilaku atau pola hidup masyarakat yang telah menjadi kebiasaan sehari-hari tanpa mereka sadari dapat mengantarkan terjadinya PTM. Adanya kurang pemahaman, kurang edukasi kesehatan, budaya dan kebiasaan sosial, akses layanan ke kesehatan yang terbaatas dan kesalahpahaman tentang kesehatan.

Kelurahan Kotabaru terletak di kota Yogyakarta, adapun salah satu tugas dan fungsi pokok pemerintahan di kelurahan Kotabaru yaitu menyelenggarakan pemberdayaan masyarakat. Kader masyarakat senantiasa memberikan pelayanan terutama dalam meningkatkan kesehatan pada masyarakat. Hasil wawancara yang dilakukan oleh kader didapatkan bahwa kegiatan pengabdian masyarakat tentang penyuluhan manajemen resiko PTM, screening kesehatan serta senam untuk peningkatan kesehatan belum pernah didapatkan.

METODE PELAKSANAAN

Metode pengabdian masyarakat yang dilakukan di RW I Kotabaru Yogyakarta dengan melakukan

screening kesehatan pengukuran tekanan darah dan gula dara sesaat (GDS), ceramah, senam dan diskusi. Sasaran kegiatan dalam pengabdian ini adalah seluruh warga RW I Kotabaru Yogyakarta. Kegiatan ini dilakukan pada bulan Maret sampai Mei 2024. Pengabdian masyarakat di bagi menjadi dua (2) tahap. Tahap pertama dimulai dengan adanya permohonan pemberian materi manajemen resiko PTM, pelaksanaan studi awal, penyusunan proposal. Tahap kedua merupakan tahap pelaksanaan, adapun tahap pelaksanaan yang pertama dilakukan screening kesehatan yang meliputi pemeriksaan tekanan darah dan Gula Darah Sesaat (GDS), serta pemberian materi hipertensi, diabetes mellitus dan stroke, adapaun alat yang digunakan dalam pemberian materi adalah laptop, kamera dan leaflet, setelah pemberian materi dilanjutkan dengan diskusi. Tahap pelaksanaan yang kedua, mengajak warga RW I Kotabaru melakukan senam kesehatan pencegahan PTM serta penyerahan buku pegangan bagi kader “manajemen resiko Penyakit Tidak Menular (PTM) di masyarakat marginal Yogyakarta”, setelah senam di lanjutkan tentang diskusi dan evaluasi pelaksanaan pengabdian masyarakat.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Gambaran Pengetahuan Responden tentang Manajemen Resiko PTM

Pengetahuan Manajemen Resiko PTM	Pre test	Post test
Total skor	18	26

Berdasarkan tabel 1 diatas didapatkan bahwa skore nilai sebelum penyuluhan 18 dan setelah penyuluhan menjadi 26.

Pengetahuan merupakan hasil dalam mendapatkan suatu informasi. Pengetahuan yang dimiliki oleh

manusia merupakan upaya yang dilakukan oleh manusia dalam mencari suatu kebenaran atau masalah yang di hadapi pada dasarnya merupakan kodrat manusia (Darsini, Fahrurrozi and Cahyono, 2019).

Peningkatan pengetahuan tentang hipertensi bisa dilakukan dengan pendidikan kesehatan mengenai pencegahan hipertensi (Marni Marni & Wahyuningsih, 2022 dalam (Marni et al., 2023). Tanda dan gejala pada pasien hipertensi adalah nyeri kepala, bisa disertai dengan rasa mual dan muntah karena peningkatan tekanan intracranial, penglihatan kabur yang di sebabkan oleh kerusakan susunan saraf pusat, pusing, sakit pada tengkuk, nyeri dada, sesak nafas. (Marni et al., 2023). Peningkatan tekanan darah akut yang mengancam jiwa memerlukan penanganan segera dalam perawatan intensif karena dapat menimbulkan kerusakan serus pada organ lain di tubuh. (Lismayanti and Rosidawati, 2018).

Stroke adalah kondisi darurat medis yang memerlukan penanganan segera. Gejala stroke yang muncul tiba-tiba dan serius membutuhkan perhatian medis cepat untuk mengurangi risiko kerusakan otak yang permanen atau kematian. Pencegahan melalui gaya hidup sehat dan kontrol faktor risiko sangat penting untuk mengurangi kemungkinan terjadinya stroke (Ali et al., 2023). Apabila di dapatkan seseorang terjadi gejala yang mengarah pada stroke maka selalu ingat slogan segera ke RS yang dapat di jelaskan senyum tidak simetris, gerak separih badan, bicara pelo, kebas, rabun dan sakit kepala yang hebat. (Kesehatan, 2022). Pencegahan faktor risiko terjadinya stroke memerlukan kesadaran dan tanggung jawab setiap individu terhadap kesehatan diri masing-masing. Dengan melakukan perubahan gaya hidup, setiap individu dapat mengambil langkah-langkah proaktif untuk mencegah terjadinya stroke dan menjaga kesehatan jangka panjang.

Penyakit kronis progresif yang ditandai dengan ketidakmampuan tubuh untuk melakukan metabolisme karbohidrat, lemak, dan protein, yang mengarah pada hiperglikemia (kadar gula darah yang tinggi), adalah diabetes mellitus (DM). Diabetes mellitus adalah kondisi kronis yang memerlukan manajemen seumur hidup untuk mencegah komplikasi serius. Dengan mengadopsi gaya hidup sehat dan mengikuti pengobatan yang direkomendasikan, individu dengan diabetes dapat mengendalikan kadar gula darah mereka dan hidup dengan kualitas hidup yang baik (Maria, 2021) Seseorang di diagnosa menderita DM jika dari hasil pemeriksaan kadar gula darah sewaktu ≥ 200 mg/dl, sedangkan kadar gula darah ketika puasa ≥ 126 mg/dl (Jasmani, 2016 dalam (Sumakul et al., 2022).

RENCANA TINDAK LANJUT

Pendampingan ini akan memastikan keberlanjutan upaya pencegahan PTM melalui pendidikan, pelatihan, dan dukungan berkelanjutan kepada kader masyarakat dalam monitoring pencegahan PTM di kelurahan Kotabaru Yogyakarta khususnya RW I.

KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian masyarakat diselenggarakan dengan baik dan dapat berjalan dengan lancar sesuai dengan rencana yang telah disusun di awal. Masyarakat antusias mengikuti setiap kegiatan yang telah dilaksanakan, semakin memahami tentang bagaimana melakukan manajemen resiko PTM. Warga RW I berharap kegiatan pengabdian masyarakat ini dapat di lakukan secara berkelanjutan. Upaya pemeliharaan kesehatan mandiri, selain pencegahan dan penanggulangan yang dilakukan diri sendiri dapat menggunakan

peran dan fungsi seluruh sarana pelayanan kesehatan.

UCAPAN TERIMA KASIH

Pengabdian masyarakat ini tidak lepas dari dukungan dari banyak pihak, sehingga dalam kesempatan pengabdian masyarakat mengucapkan terimakasih kepada ketua STIKES Bethesda yakkum, Lurah Kelurahan Kotararu, Yogyakarta, ibu-ibu Kader dan seluruh warga RW I Kotabaru Yogyakarta.

REFERENSI

- Ali, M. et al. (2023) 'Peningkatan Kesadaran Masyarakat Terhadap Pentingnya Pencegahan Dini Stroke', *Jurnal Pengabdian Masyarakat Fisioterapi dan Kesehatan Indonesia*, 2(01), pp. 65–71. Available at: <https://doi.org/10.59946/jpmfki.2023.199>.
- Darsini, Fahrurrozi and Cahyono, E.A. (2019) 'Pengetahuan; Artikel Review', *Jurnal Keperawatan*, 12(1), p. 97.
- Eriyani, T., Witdiawati and Udin, R. (2020) 'Deteksi Dini Faktor Resiko Penyakit Tidak Menular Di Rw 12 Desa Jayaraga Kecamatan Tarogong Kidul Kabupaten Garut', *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (Pkm)*, 3(April), pp. 135–141.
- Irwan (2016) *Epidemiologi Penyakit Tidak Menular*. Yogyakarta: Deepublish Publisher. Available at: https://www.google.co.id/books/edition/Epidemiologi_Penyakit_Tidak_Menular/3eU3DAAQBAJ?hl=id&gbpv=1&dq=hipertensi+adalah&printsec=frontcover.
- Kesehatan, A. (2022) *SeGeRa ke RS Kenali Tanda & Gejala Stroke*, Dinas Kesehatan Banjarmasin. Available at: <https://dinkes.banjarmasinkota.go.id/2022/08/db-info-segera-ke-rs-kenali-tanda.html>.
- Lismayanti, L. and Rosidawati, I. (2018) 'Pelatihan Bagi Kader Posyandu Penyakit Tidak Menular (PTM)', *ABDIMAS: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 1(2), pp. 63–71. Available at: <https://doi.org/10.35568/abdimas.v1i2.323>.
- Maria, I. (2021) *Asuhan Keperawatan Diabetes Mellitus dan Asuhan Keperawatan Stroke*. Yogyakarta: Deepublish Publisher. Available at: https://www.google.co.id/books/edition/Asuhan_Keperawatan_Diabetes_Mellitus_Dan_u_MeEAAAQBAJ?hl=id&gbpv=1&dq=diabetes&printsec=frontcover.
- Marni et al. (2023) *Penatalaksanaan Hipertensi*. 1st edn. Pekalongan: Nasya Expanding Management. Available at: https://www.google.co.id/books/edition/Penatalaksanaan_Hipertensi/bQTrEAAAQBAJ?hl=id&gbpv=1&dq=hipertensi+adalah&pg=PA2&printsec=frontcover.
- Menular, D.J.P. dan P.T. (2019) *Buku Pedoman Manajemen Penyakit Tidak Menular, kementerian Kesehatan Republik Indonesia*. Jakarta Selatan: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Available at: https://www.google.co.id/books/edition/Buku_Pedoman_Manajemen_PTMDf/VHcrbkVobjRzUDN3UCs4eUJ0dVBndz09/2019/03/Buku_Pedoman_Manajemen_PTMDf.
- RSST, T.P. (2022) *Penyakit Tidak menular (PTM)*, Kemenkes Direktorat Jenderal Pelayanan Kesehatan. Available at: https://yankes.kemkes.go.id/view_artikel/761/penyakit-tidak-menular-ptm.
- Sumakul, V. et al. (2022) 'Edukasi Diabetes Mellitus Dan Pemeriksaan Kadar Glukosa Darah Umat Paroki St. Antonius Padua Tataaran', *Jurnal Pengabdian Masyarakat MAPALUS Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Gunung Maria Tomohon*, 1(1). Available at: https://doi.org/10.56338/sambulu_gana.v2i2.3542.