



PENDAMPINGAN DETEKSI DINI RESIKO PENYAKIT TIDAK MENULAR PADA REMAJA

Erna Widyastuti, Rizky Amelia, Septalia Isharyanti*

Jurusan Kebidanan, Poltekkes Kemenkes Semarang Jl. Tirto Agung Pedalangan, Banyumanik, Semarang, Jawa Tengah 50268, Indonesia

*septalia.isharyanti@gmail.com

ABSTRAK

Masa remaja adalah masa yang sangat penting dalam siklus perkembangan seseorang. Pada masa ini rawan akan terjadinya penyakit yang dapat menghambat pertumbuhan dan perkembangannya, terutama penyakit tidak menular (PTM). Penyakit tidak menular pada remaja dipicu oleh pola hidup yang tidak sehat, kurang konsumsi buah dan sayur, minuman bersoda, kurang aktivitas fisik, merokok dan konsumsi alkohol. Remaja perlu mendapatkan edukasi terkait deteksi dini resiko penyakit tidak menular. Tujuan dari pengabdian masyarakat ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan remaja terkait penyakit tidak menular dan pencegahannya. Metode kegiatan ini berupa pendampingan remaja melalui kegiatan edukasi dan skrining faktor resiko PTM dengan sasaran peserta adalah remaja di wilayah kerja Puskesmas Padangsari yang berusia 10 - 17 tahun. Hasil pretest dari kegiatan ini didapatkan pengetahuan remaja mengenai penyakit tidak menular dan pencegahannya sebagian besar pada kategori baik 63%. Sebagai bentuk kegiatan evaluasi, tim pengabdian mengukur kembali tingkat pengetahuan remaja dengan hasil posttest didapatkan sebagian besar pengetahuan remaja pada kategori baik 83%. Kesimpulan dalam kegiatan pengabdian ini adanya peningkatan pengetahuan remaja terkait penyakit tidak menular dan pencegahannya.

Kata kunci: pendampingan; penyakit tidak menular; remaja; skrining

ENCOURAGEMENT IN EARLY DETECTION OF THE RISK OF NON COMMUNICABLE DISEASES IN ADOLESCENCE

ABSTRACT

Adolescence was a very important periode in a persons's development cycle. During the period, diseases were prone to occur which could hamper the growth and development, especially non-communicable diseases. The non-communicable diseases in adolescence could be triggered by an unhealthy lifestyle, lack of fruit and vegetable consumption, fizzy drinks, lack of physical activity, smoking and alcohol consumption. The adolescent need to receive education regarding early detection of the risk of non-communicable diseases. The purpose of this community service was increasing the knowledge regarding non communicable-diseases and prevention its. The method was the form of encouragement adolescent through educational activities and screening for non-communicable diseases risk factors with the participants was the adolescent in the Padangsari Community Health Center Working Area aged 10-17 years. The pretest results was found the majority of adolescent's knowledge was in the good category, 63%. The evaluation activity, the service team re-meassure the adolescent's knowledge with the posttest results showed that the majority of adolescent's knowledge was in the good category, 83%. The conclusion in the service activity that there was an increase in adolescent's knowledge regarding non-communicable diseases and their prevention.

Keywords: adolescent; encouragement; non-communicable disease; screening

PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan masa peralihan dari anak-anak menuju dewasa. Remaja adalah kelompok usia yang mempunyai karakteristik unik bila dibandingkan dengan kelompok usia lainnya. Kelompok usia remaja dimulai dari usia 10–18 tahun (Permenkes RI, 2014). Usia remaja mengalami pubertas dan pematangan seksual yang biasanya terjadi pada usia 12-16 tahun pada remaja laki-laki dan 11-15 tahun pada remaja perempuan. Masa pubertas sebagai awal perkembangan secara fisik biologis dan perkembangan psikososial (Nurmala et al., 2020). Masa remaja adalah masa storm dan stress akibat banyaknya tantangan yang dialami remaja dari dirinya sendiri dan dari lingkungan. Kemampuan remaja yang tidak cukup baik dalam menghadapi berbagai tantangan, dapat mengakibatkan gangguan kesehatan yang sangat kompleks karena perilaku berisiko yang mereka lakukan (Kementerian Kesehatan, 2018). Dalam tahapan pertumbuhan dan perkembangannya, remaja juga tidak terlepas dari risiko penyakit tidak menular.

Di kalangan usia remaja sekitar 10-20 tahun, perilaku fisik yang tidak aktif dan menetap (seperti menonton televisi, bermain game, dan penggunaan smartphone dan komputer) dikaitkan dengan peningkatan obesitas, pola makan yang buruk, depresi dan pengurangan kualitas hidup (Biswas et al., 2020). Terjadi peningkatan sebanyak tiga kali lipat prevalensi empat atau lebih risiko penyakit tidak menular dari 14,8 % pada tahun 2003-2007 menjadi 44 % pada tahun 2013-2017 (Biswas et al., 2020). Pola makan yang tinggi lemak, gula dan garam terbukti berhubungan dengan obesitas, diabetes dan penyakit kardiovaskuler. Adanya peningkatan beban akibat penyakit tidak menular juga diikuti dengan peningkatan faktor risiko yang mencakup meningkatnya tekanan darah, gula darah, indeks massa tubuh, pola makan tidak sehat, aktivitas fisik yang kurang, perilaku merokok dan alkohol (Susanti et al., 2023).

Di Indonesia, berdasarkan hasil Riskesdas 2018 prevalensi merokok penduduk usia ≤ 18 tahun meningkat dari 7,2% menjadi 9,1%, prevalensi aktivitas fisik kurang pada penduduk umur ≥ 10 tahun meningkat dari 26,1% menjadi 33,5%, prevalensi konsumsi buah/sayur kurang penduduk umur ≥ 5 tahun meningkat dari 93,5% menjadi 95,5% (Kementerian Kesehatan, 2019). Peningkatan kasus penyakit tidak menular berdampak terhadap banyak aspek, selain peningkatan morbiditas dan mortalitas juga berdampak pada peningkatan beban ekonomi keluarga dan negara pada skala luas (Misbah et al., 2023).

Dalam Rencana Strategis tahun 2015-2019 yang telah ditetapkan melalui Keputusan Menteri Kesehatan No HK.02.02/Menkes/52/2015, disebutkan bahwa salah satu acuan bagi arah kebijakan Kementerian Kesehatan adalah penerapan pendekatan pelayanan kesehatan yang terintegrasi dan berkesinambungan terhadap seluruh tahapan siklus hidup manusia, termasuk anak usia sekolah dan remaja (Kementerian Kesehatan, 2018). Pelayanan kesehatan anak usia sekolah dan remaja ditujukan agar setiap anak memiliki kemampuan berperilaku hidup bersih dan sehat, memiliki keterampilan hidup sehat, dan keterampilan sosial yang baik sehingga dapat belajar, tumbuh dan berkembang secara harmonis dan optimal menjadi sumber daya manusia yang berkualitas (Permenkes RI, 2014).

Penyakit tidak menular dapat diatasi dengan modifikasi perilaku yang pro dengan kesehatan. Penting sekali sejak dini dilakukan skrining risiko penyakit tidak menular pada remaja, untuk meminimalisir atau mencegah penyakit tidak menular. Deteksi dini pada remaja dapat dilakukan dengan pemeriksaan rutin secara berkala melalui posyandu remaja yang diadakan oleh puskesmas.

Skринing faktor risiko PTM menjadi salah satu upaya promotif dan preventif untuk dapat mengendalikan penyakit tidak menular pada remaja (Misbah et al., 2023). Tujuan kegiatan pengabdian masyarakat ini untuk meningkatkan pengetahuan remaja terkait penyakit tidak menular dan pencegahannya.

METODE

Kegiatan pengabdian masyarakat dilaksanakan di posyandu remaja yang bertempat di SOS Tembalang. Kegiatan ini diikuti oleh remaja usia 10-17 tahun sebanyak 30 orang. Metode kegiatan ini berupa pendampingan remaja melalui kegiatan edukasi dan skринing faktor risiko PTM. Tim pengabdian mengukur tingkat pengetahuan mengenai pencegahan penyakit tidak menular pada remaja dengan menggunakan kuesioner sebelum diberikan edukasi, kemudian remaja diberikan edukasi mengenai penyakit tidak menular pada remaja serta pencegahannya. Sebagai bahan evaluasi, remaja diberikan kuesioner yang sama untuk mengukur pemahaman remaja terkait dengan informasi yang sudah diberikan. Kuesioner pengetahuan terdiri dari 11 pertanyaan dengan dua pilihan jawaban yaitu benar dan salah.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini diikuti oleh 30 peserta dengan rentang usia 10-17 tahun, dilaksanakan di SOS Tembalang pada tanggal 20 Mei 2023 untuk pengambilan data *pretest* dan tanggal 15 September 2023 untuk kegiatan evaluasi / pengambilan data *postest*. Tim pengabdian yang terlibat terdiri dari dosen, mahasiswa, petugas dari puskesmas, narasumber dan pengelola SOS Tembalang. Dilakukan pengukuran tinggi badan, berat badan, tekanan darah dan lingkaran lengan untuk peserta remaja putri. Sebelum pemberian edukasi terkait penyakit tidak menular remaja, peserta diminta untuk mengisi kuesioner pengetahuan yang terdiri dari 11 pertanyaan dengan pilihan benar dan salah. Kegiatan edukasi yang dilakukan oleh tim pengabdian dilaksanakan bersamaan dengan kegiatan posyandu remaja yang sebelumnya sudah melakukan pendekatan dan perijinan kepada pihak Puskesmas Padangsari. Pihak puskesmas bersama sama dengan tim pengabdian Poltekkes Kemenkes Semarang melaksanakan kegiatan skринing faktor risiko penyakit tidak menular dan memberikan edukasi tentang penyakit tidak menular dan kesehatan mental. Pemberian edukasi menggunakan media powerpoint dan LCD proyektor. Peserta kegiatan pengabdian masyarakat terlihat sangat antusias dengan materi yang disampaikan oleh tim pengabdian, hal ini terlihat dari peserta yang mengajukan beberapa pertanyaan. Tim pengabdian memberikan penekanan kepada remaja untuk selalu meningkatkan aktivitas fisik, memperbanyak konsumsi sayur dan buah, mengurangi makanan manis, tidak merokok, mampu menjaga kesehatan mental serta selalu melakukan pemeriksaan secara berkala.



Setelah kegiatan edukasi selesai dilaksanakan, tim pengabdian menjelaskan bahwa peserta dianjurkan untuk melakukan perubahan perilaku kesehatan sebagai upaya pencegahan penyakit tidak menular dan gangguan kesehatan mental pada usia remaja. Selanjutnya kegiatan *posttest* dilaksanakan pada hari yang berbeda tanggal 15 September 2023, tim pengabdian mengukur kembali tingkat pengetahuan peserta dengan kuesioner yang sama saat *pretest*. Hasil pengukuran tingkat pengetahuan dapat dilihat pada table di bawah ini :

Tabel 1.
Tingkat Pengetahuan Remaja mengenai Penyakit Tidak Menular

Kategori Pengetahuan	<i>Pretest</i>		<i>Posttest</i>	
	f	%	f	%
Pengetahuan Cukup	11	37,0	5	17,0
Pengetahuan Baik	19	63,0	25	83,0

Dari hasil analisis hasil jawaban responden, diketahui terdapat peningkatan pengetahuan remaja mengenai penyakit tidak menular sebelum dan setelah diberikan pendidikan kesehatan. Jumlah peserta dengan kategori pengetahuan baik saat *pretest* 19 orang, meningkat menjadi 25 orang saat *posttest*. Hal ini dapat disimpulkan bahwa kegiatan pengabdian masyarakat dengan pemberian pendidikan kesehatan berhasil meningkatkan pengetahuan remaja mengenai penyakit tidak menular. Adanya posyandu remaja diharapkan dapat menjadi wadah untuk memfasilitasi remaja dalam memahami permasalahan kesehatan remaja, menemukan alternatif pemecahan masalah, adanya kelompok dukungan remaja, memperluas jangkauan pelayanan kesehatan bagi remaja terutama yang memiliki keterbatasan akses dalam menjangkau pelayanan kesehatan (Ertiana et al., 2021). Kegiatan ini perlu peran serta aktif dari remaja supaya dapat terlaksana secara berkesinambungan. Beberapa faktor yang dapat mempengaruhi kecenderungan partisipasi remaja antara lain pengetahuan, persepsi keseriusan, hambatan remaja dan efikasi diri remaja (Kurniawati et al., 2020).

Dampak nyata dari posyandu remaja adalah remaja lebih produktif. Remaja akan lebih sehat dari segi kesehatan, psikologi, media sosial hingga sehat dalam berkarya. Remaja yang berhasil dibina melalui kegiatan posyandu remaja akan dapat bersikap positif dalam menghadapi masalah, menghasilkan karya dalam sebuah prestasi yang membanggakan untuk dirinya sendiri, keluarga maupun sekolah (Ertiana et al., 2021).

SIMPULAN

Terdapat peningkatan pengetahuan remaja setelah diberikan pendidikan kesehatan mengenai penyakit tidak menular. Kegiatan ini perlu dilakukan secara berkala untuk mendeteksi masalah kesehatan yang terjadi pada remaja, khususnya penyakit tidak menular sehingga dapat segera dilakukan penanganan maupun pencegahan penyakit tidak menular yang terjadi pada remaja.

DAFTAR PUSTAKA

Biswas, T., Townsend, N., Huda, M. M., Maravilla, J., Begum, T., Pervin, S., Ghosh, A., Mahumud, R. A., Islam, S., Anwar, N., Rifhat, R., Munir, K., Gupta, R. Das, Renzaho, A. M., Khusun, H., Wiradyani, L. A. A., Radel, T., Baxter, J., Rawal, L. B., ... Mamun, A. (2020). Prevalence of Multiple Non-Communicable Diseases Risk Factors Among Adolescents in 140 Countries: A population-Based Study. *EClinicalMedicine*. <https://doi.org/10.1016/j.eclim.2020.101591>

- Ertiana, D., Septyvia, A. I., Utami, A. U. N., Ernawati, E., & Yualiarti, Y. (2021). Program Peningkatan Kesehatan Remaja Melalui Posyandu Remaja. *Journal of Community Engagement and Employment*, 3(1), 30–39.
- Kementerian Kesehatan. (2018). *Petunjuk Teknis Penyelenggaraan Posyandu Remaja* (Direktorat Jenderal Kesehatan Masyarakat (ed.)). Kementerian Kesehatan RI.
- Kementerian Kesehatan. (2019). *Buku Pedoman Manajemen Penyakit Tidak Menular*. Direktorat Jenderal Pencegahan dan Pengendalian Penyakit.
- Kurniawati, K. D., Kusumawati, A., & Prabamurti, P. N. (2020). Hubungan Pengetahuan, Persepsi Keseriusan, Persepsi Hambatan, Efikasi Diri dengan Partisipasi Remaja dalam Mengikuti Posyandu Remaja. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 8(3), 406–409.
- Misbah, S. R., Tahir, R., & Sulupadang, P. (2023). Aplikasi e-PTM sebagai Media Skrining Faktor Risiko Penyakit Tidak Menular pada Remaja. *Health Information : Jurnal Penelitian*, 15(3).
- Nurmala, I., Mutmainnah, Rachmayanti, R. D., Siswantara, P., Salim, L. A., Devi, Y. P., Ruwandasari, N., Putri, T. A., & Pratiwi, A. N. I. (2020). *Mewujudkan Remaja Sehat Fisik Mental dan Sosial (Model Intervensi Health Educator for Youth)*. Airlangga University Press.
- Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 25 Tahun 2014 tentang Upaya Kesehatan Anak, (2014).
- Susanti, N., Sari, D., Dina, Hasibuan, I. L., Melisa, & Dharma, R. A. (2023). Analisis Gambaran Faktor Risiko Perilaku Penyakit Tidak Menular pada Remaja. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 4(4), 4530–4535.
<https://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/jkt/article/view/16465/14465>

