

SOSIALISASI PENCEGAHAN DAN PENGENDALIAN PENYAKIT TIDAK MENULAR DI DUSUN WAEL

**Willem Anthon Siahaya¹, Nazlia Hariza Rahmadani Latulumamina², Josep Benediktus
Futunanembun³, Natalia Angwarmase⁴, Oliva Paulina Rettobjaan⁵, Muhammad Rizqi
Latuconsina⁶**

^{1,2,3,4,5,6}Prodi Kedokteran, Fak. Kedokteran, Universitas Pattimura

Email : ¹tonnysiahaya@gmail.com, ²latulumaminanazlia@gmail.com,

³benyfutunanembun@gmail.com, ⁴angwarmasenatalia@gmail.com,

⁵Olivapaulina23@gmail.com, ⁶rizqilatuconsina@gmail.com

Abstrak

Penyakit Tidak Menular (PTM) merupakan salah satu permasalahan kesehatan utama yang terus mengalami peningkatan baik secara global maupun nasional, serta menjadi penyebab utama kematian. PTM seperti hipertensi, diabetes melitus, penyakit jantung, dan kanker memiliki karakteristik kronis, berkembang secara perlahan, dan erat kaitannya dengan pola hidup serta faktor lingkungan. Rendahnya tingkat pengetahuan dan kesadaran masyarakat terhadap faktor risiko serta pentingnya deteksi dini menjadi salah satu penyebab tingginya penderita PTM di masyarakat. Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan, sikap, dan kesadaran masyarakat Dusun Wael dalam mencegah serta mengendalikan PTM melalui kegiatan sosialisasi dan deteksi dini. Materi sosialisasi yang disampaikan mencakup pengertian PTM, faktor Risiko PTM dan pencegahannya, pengendalian PTM, serta pentingnya deteksi dini PTM. Metode yang digunakan meliputi penyuluhan kesehatan menggunakan media presentasi, diskusi, serta pemeriksaan kesehatan kesehatan berupa anamnesis, pengukuran kadar gula darah, kolesterol, dan asam urat sebagai langkah deteksi dini PTM.

Kata Kunci: Penyakit Tidak Menular, Sosialisasi, Faktor Risiko, Deteksi Dini

Abstract

Non-Communicable Diseases (NCDs) are one of the major health problems that continue to increase both globally and nationally, and they are a leading cause of death and disability. NCDs such as hypertension, diabetes mellitus, heart disease, and cancer are chronic in nature, develop slowly, and are closely related to lifestyle and environmental factors. The low level of public knowledge and awareness about risk factors and the importance of early detection is one of the main reasons for the high number of NCD cases in the community. This community service activity aims to improve the knowledge, attitudes, and awareness of the people in Dusun Wael in preventing and controlling NCDs through socialization and early detection activities. The educational materials delivered include the definition of NCDs, modifiable and non-modifiable risk factors, healthy lifestyle practices, and the importance of regular health check-ups. The methods used include health education through presentations, discussions, and health examinations such as anamnesis, blood sugar testing, cholesterol testing, and uric acid testing as early detection efforts for NCDs.

Keywords: Non-Communicable Diseases, Health Education, Risk Factors, Early Detection

PENDAHULUAN

Penyakit Tidak Menular (PTM) merupakan salah satu permasalahan kesehatan utama yang terus mengalami peningkatan di Indonesia. PTM meliputi berbagai penyakit kronis seperti hipertensi, diabetes melitus, penyakit jantung, kanker, dan penyakit paru kronis yang berkembang dalam jangka panjang serta tidak menular antar individu (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2020). Karakteristik PTM yang berkembang secara perlahan menyebabkan banyak masyarakat tidak menyadari kondisi kesehatannya sejak dini. Kondisi ini diperparah dengan rendahnya tingkat pengetahuan masyarakat terhadap faktor risiko PTM. Pengetahuan masyarakat tentang PTM masih tergolong rendah, terutama terkait riwayat penyakit keluarga (Arifin, 2024). Hal ini menunjukkan pentingnya edukasi sebagai upaya peningkatan kesadaran masyarakat. Oleh karena itu, diperlukan kegiatan sosialisasi yang terstruktur untuk meningkatkan pemahaman masyarakat mengenai PTM.

Masalah utama yang dihadapi masyarakat adalah kurangnya kesadaran terhadap gaya hidup sehat yang berperan dalam munculnya PTM. Pola makan tidak sehat, kurangnya aktivitas fisik, kebiasaan merokok, serta konsumsi gula, garam, dan lemak berlebih menjadi faktor risiko utama yang dapat diubah (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2020). Selain itu, Prevalensi PTM terus meningkat seiring perubahan pola hidup masyarakat modern (Rusmini, 2022). Kurangnya deteksi dini juga menjadi faktor penyebab meningkatnya komplikasi penyakit. Banyak individu baru mengetahui kondisi kesehatannya setelah penyakit berada pada tahap lanjut. Hal ini mengakibatkan beban kesehatan yang lebih besar baik bagi individu maupun sistem kesehatan. Oleh karena itu, pencegahan dan deteksi dini menjadi sangat penting.

Permasalahan lainnya adalah keterbatasan akses informasi kesehatan yang tepat dan mudah dipahami oleh masyarakat. Informasi mengenai PTM seringkali belum tersampaikan secara efektif kepada masyarakat pedesaan. PTM menjadi prioritas kesehatan di berbagai wilayah karena kontribusinya terhadap angka kesakitan dan kematian (Gea, 2024). Kurangnya pemahaman masyarakat tentang gejala awal dan faktor risiko menyebabkan rendahnya partisipasi dalam kegiatan skrining kesehatan. Selain itu, minimnya kegiatan penyuluhan kesehatan juga menjadi kendala dalam upaya pencegahan. Dengan demikian, sosialisasi menjadi strategi yang relevan dalam meningkatkan literasi kesehatan masyarakat.

Kegiatan sosialisasi kesehatan merupakan salah satu bentuk edukasi yang efektif dalam meningkatkan pengetahuan masyarakat. Penyuluhan kesehatan mampu meningkatkan pemahaman masyarakat terkait PTM dan upaya pencegahannya (Indra, 2023). Melalui

sosialisasi, informasi dapat disampaikan secara langsung sehingga lebih mudah dipahami. Selain itu, kegiatan ini juga dapat meningkatkan kesadaran masyarakat untuk menerapkan perilaku hidup sehat. Partisipasi aktif masyarakat dalam kegiatan sosialisasi menjadi indikator keberhasilan program. Oleh karena itu, kegiatan ini perlu dirancang secara sistematis dan sesuai dengan kebutuhan masyarakat. Dengan pendekatan yang tepat, sosialisasi dapat memberikan dampak yang signifikan.

Selain edukasi, upaya deteksi dini juga menjadi bagian penting dalam pengendalian PTM. Deteksi dini dapat dilakukan melalui pemeriksaan tekanan darah, gula darah, dan indeks massa tubuh secara berkala (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2020). Deteksi dini memungkinkan identifikasi faktor risiko sejak awal sehingga dapat dilakukan tindakan yang tepat. Program Posbindu PTM juga menjadi salah satu strategi pemerintah dalam meningkatkan deteksi dini di masyarakat. Posbindu PTM berkontribusi dalam meningkatkan deteksi dini dan pengendalian PTM di Indonesia (Arsyad, 2025). Namun, pelaksanaan program ini masih memerlukan dukungan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, kegiatan pemeriksaan kesehatan dalam sosialisasi menjadi sangat relevan.

Melalui perpaduan kegiatan sosialisasi dan pemeriksaan kesehatan, program KKN Unpatti 2026 di Dusun Wael diharapkan mampu memberikan kontribusi nyata dalam upaya pencegahan dan pengendalian PTM. Kegiatan ini juga menjadi bentuk kolaborasi antara mahasiswa dan masyarakat dalam meningkatkan derajat kesehatan. Pendekatan kepada masyarakat yang digunakan memungkinkan terjadinya interaksi yang lebih efektif. Selain itu, kegiatan ini juga mendukung program pemerintah dalam pengendalian PTM secara nasional. Dengan adanya kegiatan ini, masyarakat diharapkan dapat lebih mandiri dalam menjaga kesehatannya.

Permasalahan utama yang diidentifikasi di Dusun Wael adalah rendahnya tingkat pengetahuan masyarakat mengenai PTM dan faktor risikonya. Hal ini terlihat dari kurangnya pemahaman masyarakat terhadap pentingnya pola hidup sehat dan deteksi dini. Sebagian besar masyarakat belum memahami bahwa PTM dapat dicegah melalui perubahan perilaku. Selain itu, kebiasaan konsumsi makanan tinggi gula, garam, dan lemak masih cukup tinggi. Kurangnya aktivitas fisik juga menjadi faktor risiko yang dominan. Kondisi ini berpotensi meningkatkan kejadian PTM di masa mendatang.

Masyarakat juga belum terbiasa melakukan pemeriksaan kesehatan secara rutin. Banyak masyarakat yang belum pernah melakukan pengecekan gula darah, kolesterol, maupun asam urat. Hal ini menunjukkan rendahnya kesadaran terhadap deteksi dini PTM.

Keterbatasan fasilitas dan kurangnya kegiatan skrining kesehatan di tingkat dusun juga menjadi kendala. Akibatnya, potensi risiko PTM tidak terdeteksi sejak dini. Kondisi ini dapat menyebabkan keterlambatan penanganan penyakit. Oleh karena itu, diperlukan intervensi berupa sosialisasi dan pemeriksaan kesehatan.

Berdasarkan masalah yang dikeluhkan masyarakat, tim pengabdian kepada masyarakat mengusulkan beberapa solusi kepada pihak mitra sebagai upaya pencegahan dan pengendalian penyakit tidak menular. Solusi yang diberikan yaitu melalui penyampaian sosialisasi mengenai pencegahan dan pengendalian penyakit tidak menular agar masyarakat memiliki pengetahuan dan kesadaran tentang pentingnya menjaga kesehatan. Selain itu, dilakukan juga pemeriksaan kesehatan berupa anamnesis serta pengecekan gula darah, kolesterol, dan asam urat guna mengetahui kondisi kesehatan masyarakat secara dini sehingga dapat dilakukan tindakan pencegahan maupun penanganan yang tepat.

METODE PENELITIAN

Metode yang digunakan dalam kegiatan ini adalah melalui sosialisasi dan pemeriksaan kesehatan langsung kepada masyarakat. Sosialisasi dilakukan dengan metode penyuluhan menggunakan media presentasi yang disesuaikan dengan tingkat pemahaman masyarakat. Materi disampaikan secara sistematis dan dilengkapi dengan sesi tanya jawab untuk meningkatkan partisipasi peserta. Selain itu, dilakukan pemeriksaan kesehatan meliputi anamnesis, pemeriksaan gula darah, kolesterol, dan asam urat sebagai bentuk deteksi dini. Kegiatan ini melibatkan partisipasi aktif masyarakat Dusun Wael sebagai sasaran utama. Pendekatan ini diharapkan mampu memberikan dampak langsung terhadap peningkatan kesadaran kesehatan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan sosialisasi dan pemeriksaan kesehatan di Dusun Wael berjalan dengan baik dan mendapat respon positif dari masyarakat. Partisipasi masyarakat cukup tinggi yang menunjukkan adanya ketertarikan terhadap informasi kesehatan. Kegiatan ini tidak hanya meningkatkan pengetahuan, tetapi juga memberikan gambaran kondisi kesehatan masyarakat secara langsung. Selain itu, ditemukan beberapa masyarakat dengan faktor risiko PTM berdasarkan hasil pemeriksaan. Hal ini menunjukkan pentingnya kegiatan deteksi dini. Dengan demikian, kegiatan ini memberikan manfaat yang signifikan bagi masyarakat

1. Kegiatan Sosialisasi

Kegiatan dilaksanakan pada tanggal 25 April 2026, di Dusun Wael, Kecamatan seram barat, dengan jumlah 62 orang. Kegiatan sosialisasi dilakukan dengan penyampaian materi secara langsung kepada masyarakat. Materi disampaikan menggunakan media presentasi yang sederhana dan mudah dipahami. Interaksi antara pemateri dan peserta berjalan dengan baik melalui sesi diskusi. Masyarakat terlihat antusias dalam mengikuti kegiatan sosialisasi. Hal ini terlihat dari beberapa pertanyaan yang diajukan oleh peserta. Kegiatan ini berhasil menciptakan suasana pembelajaran yang aktif. Dengan demikian, penyampaian materi dapat diterima dengan baik.

Selain itu, metode penyampaian yang komunikatif membantu meningkatkan pemahaman masyarakat. Bahasa yang digunakan disesuaikan dengan kondisi masyarakat setempat. Materi disampaikan secara bertahap agar mudah dipahami. Peserta juga diberikan contoh penerapan dalam kehidupan sehari-hari. Hal ini membantu masyarakat dalam memahami konsep yang disampaikan. Kegiatan ini juga meningkatkan kesadaran masyarakat akan pentingnya kesehatan.



Gambar 1. Sosialisasi Pencegahan dan Pengendalian Penyakit Tidak Menular

2. Materi Sosialisasi

Materi yang disampaikan mencakup berbagai aspek terkait PTM mulai dari pengertian hingga deteksi dini. Penyampaian materi mengacu pada pedoman dari Kementerian Kesehatan Republik Indonesia Tahun 2020. Materi juga disesuaikan dengan kondisi masyarakat Dusun Wael. Penyampaian dilakukan secara sistematis agar mudah dipahami. Selain itu, materi dilengkapi dengan penerapan dalam kehidupan sehari-hari. Hal ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman masyarakat.

Pengertian PTM

Penyakit Tidak Menular adalah penyakit yang tidak dapat ditularkan dari individu ke

individu lainnya. PTM umumnya berkembang secara perlahan dan berlangsung dalam jangka waktu yang lama. Contoh PTM meliputi penyakit jantung, diabetes, kanker, dan penyakit paru kronis (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2020). Penyakit ini seringkali tidak menunjukkan gejala pada tahap awal. Oleh karena itu, banyak penderita tidak menyadari kondisi kesehatannya. Hal ini menyebabkan keterlambatan penanganan. Dengan demikian, pemahaman tentang PTM menjadi penting.

Karakteristik PTM yang bersifat kronis menyebabkan dampak jangka panjang bagi kesehatan. Penyakit ini dapat menurunkan kualitas hidup penderitanya. Selain itu, PTM juga dapat menyebabkan komplikasi serius. Pencegahan menjadi langkah utama sehingga masyarakat perlu memahami faktor risiko yang dapat memicu PTM. Edukasi menjadi kunci dalam meningkatkan pemahaman masyarakat agar risiko PTM dapat dikurangi.

Faktor Risiko PTM dan Pencegahannya

Faktor risiko PTM terdiri dari faktor yang tidak dapat diubah dan faktor yang dapat diubah. Faktor yang tidak dapat diubah meliputi usia, jenis kelamin, dan genetik. Sedangkan faktor yang dapat diubah meliputi pola makan, aktivitas fisik, dan kebiasaan merokok (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2020). Faktor risiko yang dapat diubah menjadi fokus utama dalam pencegahan PTM. Dengan mengendalikan faktor tersebut, risiko PTM dapat ditekan.

Pola makan tidak sehat merupakan salah satu faktor risiko utama PTM. Konsumsi gula, garam, dan lemak berlebih dapat meningkatkan risiko penyakit. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2020) merekomendasikan konsumsi gula tidak lebih dari 50 gram per hari. Selain itu, konsumsi garam dibatasi maksimal 2000 mg per hari. Lemak juga perlu dibatasi untuk menjaga kesehatan. Pola makan sehat perlu diterapkan dalam kehidupan sehari-hari agar risiko PTM dapat dikurangi.

Aktivitas fisik yang kurang juga menjadi faktor risiko PTM. Aktivitas fisik yang cukup dapat membantu menjaga kesehatan tubuh. Disarankan untuk melakukan aktivitas fisik minimal 150 menit per minggu. Aktivitas ini dapat berupa olahraga ringan hingga sedang. Kurangnya aktivitas fisik dapat meningkatkan risiko obesitas. Sehingga masyarakat perlu meningkatkan aktivitas fisik untuk tetap menjaga kesehatan.

Kebiasaan merokok juga menjadi faktor risiko utama PTM. Rokok dapat menyebabkan berbagai penyakit kronis. Selain itu, asap rokok juga berbahaya bagi perokok pasif. Diperlukan upaya untuk berhenti merokok. Edukasi mengenai bahaya rokok perlu ditingkatkan sehingga mendorong masyarakat untuk menerapkan gaya hidup sehat.

Pengendalian PTM

Pengendalian PTM dilakukan pada individu yang telah terdiagnosis penyakit. Tujuannya adalah untuk mencegah komplikasi dan meningkatkan kualitas hidup. Pengendalian dilakukan melalui pengobatan dan perubahan gaya hidup (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2020). Pasien perlu patuh terhadap pengobatan yang diberikan. Selain itu, pola makan juga perlu diatur dan aktivitas fisik tetap perlu dilakukan sesuai kondisi. Kontrol rutin ke fasilitas kesehatan juga penting. Hal ini untuk memantau kondisi kesehatan secara berkala. Pasien juga perlu menghindari faktor risiko yang dapat memperburuk kondisi. Dukungan keluarga juga penting dalam pengendalian PTM. Dengan adanya dukungan, pasien lebih termotivasi. Pengendalian yang baik dapat mencegah komplikasi.

Pengendalian PTM juga dapat dilakukan melalui program berdampak langsung ke masyarakat. Salah satunya adalah Posbindu PTM. Program ini bertujuan untuk meningkatkan deteksi dini dan pengendalian PTM. Posbindu berperan penting dalam pengendalian PTM (Arsyad, 2025), karena melibatkan masyarakat secara aktif. Selain itu, edukasi kesehatan menjadi bagian dari pengendalian PTM. Masyarakat perlu diberikan informasi yang tepat. Hal ini untuk meningkatkan kesadaran dan perubahan perilaku sehingga pengendalian PTM dapat dilakukan secara optimal.

Deteksi Dini PTM

Deteksi dini merupakan langkah penting dalam pencegahan PTM. Deteksi dini dilakukan untuk mengetahui kondisi kesehatan sejak awal. Pemeriksaan dapat dilakukan secara berkala. Pemeriksaan disarankan dimulai sejak usia 15 tahun. Pemeriksaan meliputi tekanan darah, gula darah, dan indeks massa tubuh. Dengan deteksi dini, penyakit dapat dicegah lebih awal. Selain itu, deteksi dini juga membantu dalam penanganan penyakit. Jika ditemukan kondisi abnormal, maka dapat segera ditangani. Hal ini dapat mencegah komplikasi lebih lanjut. Masyarakat perlu didorong untuk melakukan pemeriksaan rutin. Kegiatan pemeriksaan kesehatan dalam sosialisasi menjadi bentuk implementasi deteksi dini. Masyarakat diberikan kesempatan untuk mengetahui kondisi kesehatannya. Hal ini meningkatkan kesadaran masyarakat. Selain itu, masyarakat juga mendapatkan edukasi langsung. Dengan demikian, deteksi dini menjadi lebih efektif.

3. Kegiatan Pemeriksaan Kesehatan

Kegiatan pemeriksaan kesehatan yang dilaksanakan merupakan salah satu bentuk nyata implementasi deteksi dini penyakit tidak menular. Melalui kegiatan ini, masyarakat

memperoleh kesempatan untuk mengetahui kondisi kesehatannya secara langsung melalui serangkaian pemeriksaan yang dilakukan. Proses ini tidak hanya memberikan informasi medis, tetapi juga meningkatkan kesadaran masyarakat terhadap pentingnya menjaga kesehatan sejak dini.

Masyarakat juga mendapatkan edukasi secara langsung terkait hasil pemeriksaan yang diperoleh. Edukasi tersebut membantu masyarakat memahami faktor risiko yang dimiliki serta langkah pencegahan yang dapat dilakukan. Kegiatan ini juga meningkatkan kesadaran masyarakat untuk melakukan pemeriksaan secara rutin. Masyarakat menjadi lebih terbuka terhadap informasi kesehatan. Hasil pemeriksaan dijelaskan secara langsung kepada peserta. Hal ini membantu masyarakat memahami kondisi kesehatannya. Dengan demikian, kegiatan ini memberikan manfaat ganda.



Gambar 2. Pemeriksaan Kesehatan



Gambar 3. Tim KKN yang Menyukkseskan Kegiatan Sosialisasi dan Pemeriksaan Kesehatan

KESIMPULAN

Kegiatan sosialisasi pencegahan dan pengendalian PTM di Dusun Wael diharapkan dapat memberikan dampak positif terhadap peningkatan pengetahuan dan kesadaran

masyarakat. Masyarakat menjadi lebih memahami pentingnya pola hidup sehat dan deteksi dini. Kegiatan pemeriksaan kesehatan membantu mengidentifikasi faktor risiko PTM pada masyarakat. Hal ini menjadi langkah awal dalam upaya pencegahan dan pengendalian PTM. Kegiatan ini juga meningkatkan partisipasi masyarakat dalam menjaga kesehatan. Kegiatan ini diharapkan dapat menjadi program berkelanjutan di masyarakat. Perlu adanya dukungan dari berbagai pihak untuk keberlanjutan program. Edukasi kesehatan perlu dilakukan secara rutin. Selain itu, fasilitas pemeriksaan kesehatan juga perlu ditingkatkan. Dengan demikian, upaya pencegahan dan pengendalian PTM dapat berjalan optimal. Masyarakat diharapkan dapat menerapkan perilaku hidup sehat untuk meningkatkan kualitas hidup.

DAFTAR PUSTAKA

- Arifin, Zaenal, Baiq Ruli Fatmawati, Dewi Nursukma Purqoti, & Ilham. (2024). Identifikasi Pengetahuan Tentang Penyakit Tidak Menular Dan Riwayat Penyakit Tidak Menular Keluarga. *PrimA: Jurnal Ilmiah Ilmu Kesehatan*. <https://doi.org/10.47506/dq9ne643>
- Gea, Intan Permata Hati, Nurhayati Adnan Prihartono, & Inggariwati. (2024). Penyakit Tidak Menular Prioritas di Provinsi DKI Jakarta Tahun 2022. *Jurnal Ilmu Kedokteran dan Kesehatan*, 11(3), 621–632. <https://doi.org/10.33024/jikk.v11i3.13451>
- Indra, Kholifah Sholehah, Devika Nurhasanah, & Yuni Andriani. (2023). Penyuluhan Terkait Penyakit Tidak Menular. *Journal of Innovation in Community Empowerment*. <https://doi.org/10.30989/jice.v5i1.840>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2020). *Buku Informasi Cegah dan Kendalikan Penyakit Tidak Menular (PTM)*. Direktorat P2PTM.
- Yeni, Yulia Fitri, Istiana Kusumastuti, & Ratih Purnamasari. (2024). Evaluasi Program Penyakit Tidak Menular di Kota Cilegon. *Prepotif: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 9(2). <https://doi.org/10.31004/prepotif.v9i2.47009>
- Arsyad, Wardhani, Amijaya, Nandang Tisna Ali, Febrianti, Rima, & Soesilawati, Natalina. (2025). *Kontribusi Program Posbindu PTM terhadap Deteksi Dini dan Pengendalian Penyakit Tidak Menular di Indonesia: Tinjauan Literatur 2019–2024*. *Indonesian Journal of Health Research Innovation*, 2(2), 90–99. <https://doi.org/10.64094/zvh3qn93>
- Rusmini, Rusmini, Kurniasih, Hesti, & Widiastuti, Anita. (2022). *Prevalensi Kejadian Penyakit Tidak Menular (PTM)*. *Jurnal Keperawatan Silampari*, 6(2). <https://doi.org/10.31539/jks.v6i2.4967>