

Meningkatkan Derajat Kesehatan Masyarakat Menjing Wetan dengan Pemberdayaan Posbindu

Sulistyaningsih¹⁾, Indah Christiana²⁾, Desi Ratnasari³⁾, Khilda Durrotun N⁴⁾, Silviatul Amalia⁵⁾

¹Program Studi magister Kebidanan, Universitas A'isyiyah Yogyakarta, Jl. KH. Ahmad Dahlan, Ngampilan, Yogyakarta

²Program Studi Profesi Bidan, STIKES Banyuwangi, Jl. Letkol Istiqolah No. 109 Banyuwangi

³AKBID Ranga Husada Prabumulih. Jln. Flores No 06. Gunung Ibul Barat, Prabumulih Timur.

⁴Program Studi S1 Kebidanan, Perguruan Tinggi Ilmu Kesehatan Rustida, Banyuwangi

⁵Program Studi Profesi, Perguruan Tinggi Ilmu Kesehatan Rustida, Banyuwangi

email : sulistyaningsih@unisayogya.com

ABSTRAK

Program Posbindu PTM Waras di Menjing Wetan merupakan upaya pemberdayaan masyarakat dalam pencegahan penyakit tidak menular (PTM) melalui deteksi dini faktor risiko PTM. Kegiatan ini dilaksanakan rutin setiap bulan dengan tujuan meningkatkan pengetahuan masyarakat mengenai pentingnya kebiasaan hidup yang sehat dan pemeriksaan kesehatan rutin. Kegiatan pengabdian masyarakat berupa pemeriksaan kesehatan dan edukasi yang diadakan pada bulan Agustus 2024, sebanyak 51 orang masyarakat mengikuti pemeriksaan medis yang mencakup Pengukuran antropometri (berat badan, lingkar perut), pemeriksaan fisiologis (tekanan darah, kadar gula darah, kolesterol, asam urat), serta pemeriksaan lainnya. Hasil pemeriksaan menunjukkan sebagian besar peserta, yaitu 51% penderita diabetes mellitus, disusul oleh asam urat (35%), hipertensi (33%) dan kolesterol 18%. Program ini diharapkan dapat mengurangi prevalensi PTM melalui deteksi dini dan pemberdayaan kader kesehatan yang mampu memberikan edukasi dan mendampingi masyarakat. Dengan demikian, Posbindu PTM berperan penting bagi peningkatan kesehatan masyarakat, terutama dalam pencegahan dan pengelolaan faktor risiko PTM yang disebabkan oleh pola hidup tidak sehat, kurang aktivitas fisik, dan stres.

Kata Kunci : Deteksi dini, pemberdayaan masyarakat, pemeriksaan kesehatan, penyakit tidak menular

ABSTRACT

The PTM (Non-Communicable Disease) Posbindu Program in Menjing Wetan is a community empowerment effort aimed at preventing non-communicable diseases (NCDs) through risk factors early detection for NCDs. This activity is performed regularly every month with the goal of promoting public awareness regarding the significance of adopting healthy lifestyles and regular health check-ups. In the activity held in August 2024, a total of 51 community members participated in health screenings, which included measurements of body weight, waist circumference, blood pressure, blood sugar levels, cholesterol, and uric acid. The results of the screenings revealed that the majority of participants, 51%, had diabetes mellitus, followed by elevated uric acid levels (35%), hypertension (33%) and high cholesterol (18%). This program is expected to reduce the prevalence of NCDs through early detection and the empowerment of health cadres who are capable of providing education and supporting the community. Therefore, the PTM Posbindu plays a crucial role in improving public health, particularly For the effective management and prevention of NCD risk factors caused by unhealthy lifestyles, physical inactivity, and stress.

Keywords: Community Empowerment, Early Detection, Health Screening, Non-communicable Diseases,

DOI: <https://doi.org/10.54832/judimas.v3i2.544>



Pendahuluan

Posbindu PTM ialah program kesehatan masyarakat yang diinisiasi oleh Kementerian Kesehatan untuk membantu mengendalikan penyakit tidak menular. Posbindu PTM ialah contoh bagaimana masyarakat dan individu dapat bekerja sama untuk mengendalikan faktor risiko PTM secara mandiri dan berkelanjutan. Faktor-faktor risiko seperti malnutrisi, kurangnya aktivitas fisik, pola makan tidak sehat, penyalahgunaan zat, dan kondisi medis seperti obesitas, hipertensi, dan dislipidemia berkontribusi secara signifikan terhadap insiden PTM. Setelah menjalani proses konseling kesehatan dan dirujuk ke fasilitas kesehatan dasar, faktor risiko ini harus ditangani segera (Mahdur & Sulistiadi, 2020).

Angka kejadian hipertensi di Indonesia mencapai 36%. Dari Riset Kesehatan Dasar Indonesia, prevalensi kejadian hipertensi sebesar 34.1% (Kemenkes RI, 2023). Menurut *American Heart Association* (AHA), masyarakat Amerika yang berusia diatas 20 tahun menderita hipertensi mencapai angka hingga 74,5 juta jiwa, Namun hampir sekitar 95% kasus tidak diketahui penyebabnya (WHO, 2023). Prevalensi hipertensi yang didiagnosis pada penduduk dengan umur lebih dari 18 tahun berdasarkan provinsi di Indonesia, menyatakan bahwa provinsi di D.I. Yogyakarta masuk dalam kategori kedua tertinggi.

Pada kasus Diabetes mellitus menurut *World Health Organization* (WHO) pada tahun 2014 sekitar 8,5% atau 422 juta orang dewasa berusia 18 tahun ke atas menderita diabetes pada tahun 2019 menjadi penyebab langsung dari 1,5 juta kematian dan 48% dari seluruh kematian akibat diabetes terjadi sebelum berusia 70 tahun. Sebanyak 460.000 kematian akibat penyakit ginjal lainnya disebabkan oleh diabetes mellitus (WHO, 2023). *International Diabetes Federation* (IDF) dalam atlas edisi ke-10 pada akhir tahun 2021 terdapat 537 juta orang dan jumlah ini diperkirakan akan terus meningkat sekitar 643 juta orang pada tahun 2030, lalu pada tahun 2045 diperkirakan akan mencapai 783 juta orang. Diabetes mellitus tidak hanya mempengaruhi orang dewasa namun juga anak-anak dan remaja yang berusia 19 tahun, dimana jumlah penyandang diabetes pada kelompok ini juga meningkat setiap tahunnya diperkirakan lebih dari 1,2 juta anak dan remaja mengalami diabetes melitus tipe 1.(3) Dalam Atlas IDF edisi ke-10 disebutkan bahwa di Indonesia diperkirakan populasi diabetes dewasa yang berusia antara 20-79 tahun adalah sebanyak 19.465 jiwa. Sementara itu, total populasi dewasa berusia 20-79 tahun adalah 179.720.500 jiwa sehingga bila dapat disimpulkan dari kedua angka ini maka prevalensi diabetes pada usia

antara 20-79 tahun adalah 10.6% yang berarti 1 dari 9 orang dengan diabetes (International Diabetes Federation, 2021).

Berdasarkan artikel *World Health Organization* (2021) pada tahun 2019 diperkirakan 38,2 juta anak di bawah usia 5 tahun mengalami kelebihan berat badan atau obesitas. Data Riskesdas 2018 menunjukkan bahwa kelompok umur di atas 15 tahun (IMT lebih dari 27), angka prevalensi obesitas sebesar 21,8 %. Berdasarkan tingkat nasional, provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta berada di peringkat ke-17 dalam hal prevalensi obesitas pada remaja berusia 16-18 tahun, prevalensi tersebut mencapai angka 16,19%. Pada kelompok usia 13-15 tahun, angka prevalensi obesitas adalah 8,02%, dengan peringkat tertinggi pada laki laki (8,98%) dibandingkan perempuan (3,26%).

Masalah kesehatan masyarakat yang dihadapi saat ini, seperti banyaknya kasus penyakit tidak menular (PTM), membuat perlu dilakukan Posbindu PTM. Beberapa masalah yang dihadapi masyarakat terkait PTM adalah ketidaktahuan dan ketidakpedulian masyarakat terhadap PTM, keterlambatan dalam penanganan PTM. Posbindu PTM merupakan kegiatan yang dilakukan secara terpadu untuk mendeteksi dini dan memantau faktor risiko PTM. Pemeriksaan medis, atau pemeriksaan kesehatan, dapat membantu mencegah penyakit tidak menular. Beberapa penyakit tidak menunjukkan tanda-tanda klinis yang signifikan/jelas, mendeteksi penyakit yang mungkin muncul sangat penting. Seringkali, suatu penyakit baru terdeteksi ketika seseorang menjalani pemeriksaan kesehatan (Kemenkes RI, 2016). Kegiatan Posbindu melibatkan masyarakat untuk mendorong dan mencegah masalah. Masyarakat merencanakan, melaksanakan, memantau, dan menilai (Kemenkes RI, 2019). Posbindu merupakan sarana yang efektif untuk melakukan deteksi dini PTM melalui penilaian risiko berbasis kuesioner (Kemenkes RI, 2020). Untuk memastikan diagnosis, Faktor risiko tambahan dapat diidentifikasi lebih lanjut melalui analisis darah menggunakan peralatan sederhana. Keberhasilan pelaksanaan Posbindu sangat bergantung pada kemampuan dan keterampilan kader kesehatan dalam menjalankan tugasnya. Oleh karena itu, untuk meningkatkan tingkat kesehatan masyarakat, kader kesehatan harus diberi pemberdayaan. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Ivana (2024) yang dilakukan di Nglanduk Kecamatan Wungu Kabupaten Madiun, didapatkan bahwa Psobindu di daerah tersebut sangat efektif. alam pencapaian tujuan program sudah berjalan sesuai dengan tujuan dibuatnya program dari segi sasaran. Sosialisasi yang dilakukan sudah berjalan baik dan dengan melibatkan jajaran pemerintah Desa. Antusiasme dan kehadiran masyarakat sudahterlihat baik serta sarana dan

prasarana program yang sudah memadai. Dari hasil penelitian tersebut, peneliti mengharapkan untuk tetap mempertahankan dan meningkatkan koordinasi antar semua pihak yang terkait dalam program Posbindu PTM agar tetap berjalannya optimal dan efektif terkait dari program yang sudah banyak terealisasi dan dapat dirasakan oleh masyarakat.

Metode Pelaksanaan

a. Metode Pelaksanaan Kegiatan

Posbindu PTM Waras (Warga Sehat) Menjing Wetan dilaksanakan secara rutin setiap bulannya. Posbindu pada bulan Agustus ini menjadi serangkaian acara peringatan hari kemerdekaan RI. Tahap pertama adalah pengorganisasian masyarakat. Sebelum pelaksanaan Posbindu, Tim Pengabdian Masyarakat melakukan komunikasi dengan unit pelaksana teknis untuk memperoleh izin resmi. Selanjutnya, dilakukan konsultasi dengan kader kesehatan setempat untuk menyusun jadwal dan menentukan lokasi yang sesuai Masyarakat yang hadir sebanyak 51 orang. Pertama melakukan registrasi terlebih dahulu, kemudian pemeriksaan penimbangan berat badan, pengukuran lingkar perut dilakukan oleh kader kesehatan, pemeriksaan tensi, asam urat, kolesterol dan gula darah dilakukan oleh mahasiswa Magister Kebidanan Universitas A'isyiyah Yogyakarta, pemberian edukasi dilakukan oleh dokter. Edukasi diberikan secara ceramah sesuai dengan keluhan yang dirasakan oleh pasien atau berdasarkan hasil pemeriksaan. Untuk mengevaluasi apakah individu sasaran mitra paham dengan edukasi yang diberikan yaitu dengan cara memberikan pertanyaan, apabila individu sasaran dapat menjawab pertanyaan yang diberikan maka individu tersebut paham tentang apa yang sudah diberikan.

b. Waktu Efektif Pelaksanaan Kegiatan

Kegiatan Posbindu ini dilaksanakan pada hari Minggu tanggal 08 Agustus 2024, pukul 06.00 - 11.00 WIB. Adapun jadwal kegiatan dapat dilihat pada tabel 1. berikut :

Tabel 1. Jadwal kegiatan

Pukul	Kegiatan
06.00 – 07.00	Jalan Sehat
07.00 – 08.00	Makan bersama dan persiapan
08.00 – 08.15	Registrasi
08.15 – 11.00	Pemeriksaan dan edukasi

c. Tempat Kegiatan

Bertempat di Sasana lapangan Jemparingan RT 1 RW 07 Menjing Wetan. Posbindu di Menjing Wetan. Posbindu di Menjing Wetan ini merupakan kegiatan yang dilakukan secara rutin dan terpadu setiap bulan untuk memantau dan mendeteksi dini faktor risiko penyakit tidak menular (PTM).

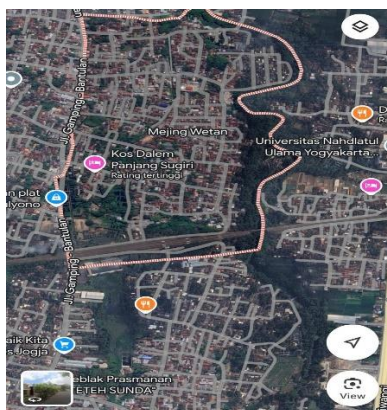
Hasil dan Pembahasan

a. Hasil

Tabel 2. Hasil Pemeriksaan

No	Penyakit	Jumlah	Prosentase
1	Hipertensi	17 orang	33%
2	Diabetes Mellitus	26 orang	51%
3	Kolesterol	9 orang	18%
4	Asam urat	18 orang	35%

Dari tabel 1 dapat kita ketahui bahwa dari 51 orang yang hadir dalam Posbindu PTM Waras sebagian besar 26 orang (51%) memiliki penyakit diabetes mellitus, dan hanya sebagian kecil yang menderita penyakit hipertensi, kolesterol dan asam urat.



Gambar 1. Lokasi tempat pengabdian masyarakat



Gambar 2. Pelaksanaan Posbindu PTM Waras

b. Pembahasan

Pengabdian masyarakat dengan judul Meningkatkan Derajat Kesehatan Masyarakat Menjing Wetan dengan Pemberdayaan Kegiatan bulanan Posbindu bertujuan untuk meningkatkan kesadaran masyarakat tentang perilaku sehat untuk mencegah penyakit tidak menular. Kegiatan di lapangan Jemparingan RT 1 RW 07 Menjing Wetan. Posbindu di Menjing Wetan Kegiatan ini dihadiri oleh 70 orang, hal ini membuktikan dengan semangat mereka untuk hadir pada kegiatan ini dan melakukan pemeriksaan kesehatan secara rutin.

Penyakit Tidak Menular (PTM) adalah kelompok penyakit yang tidak berhubungan dengan infeksi atau mikroorganisme, tetapi lebih karena faktor gaya hidup, genetik, dan lingkungan. PTM cenderung berkembang perlahan dan dapat berlangsung lama, sering kali berlangsung seumur hidup. Beberapa contoh PTM yang paling umum termasuk penyakit jantung, diabetes mellitus tipe 2, hipertensi (tekanan darah tinggi), kanker, dan penyakit paru obstruktif kronik (PPOK). Studi Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2020) menunjukkan bahwa PTM seperti penyakit jantung, diabetes, dan kanker menjadi penyebab utama kematian di Indonesia (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2020). Berdasarkan Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018, sekitar 1 dari 5 orang dewasa di Indonesia memiliki hipertensi, dan lebih dari 10% populasi dewasa mengalami diabetes mellitus tipe 2. Penelitian ini juga menemukan bahwa faktor risiko utama untuk PTM di Indonesia adalah gaya hidup yang tidak sehat, seperti konsumsi makanan tinggi garam dan lemak, kurangnya aktivitas fisik, serta merokok.

Sebuah penelitian (Dans *et al.*, 2023) meneliti hubungan antara gaya hidup dan risiko PTM di Asia Tenggara, termasuk Indonesia. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tiga faktor utama yang berkontribusi pada peningkatan prevalensi PTM adalah pola makan yang tidak sehat, kebiasaan merokok, dan kurangnya aktivitas fisik. Penelitian ini juga menekankan pentingnya pendidikan kesehatan dan promosi gaya hidup sehat untuk mencegah PTM, terutama di negara-negara berkembang. Sebuah studi yang dilakukan di India pada tahun 2022 dan dipublikasikan dalam *Journal of Diabetes and Metabolic Disorders* (Golovaty *et al.*, 2023) menunjukkan bahwa intervensi berbasis komunitas dapat mengurangi prevalensi diabetes tipe 2 di kalangan masyarakat. Program-program yang mencakup pendidikan tentang pola makan sehat, olahraga, dan pemeriksaan

kesehatan rutin berhasil menurunkan angka kejadian diabetes. Penelitian ini juga menunjukkan pentingnya integrasi upaya pencegahan dalam sistem pelayanan kesehatan primer untuk pengelolaan PTM yang lebih baik. Penelitian yang diterbitkan dalam *Journal of Medical Internet Research* (2023) menyoroti potensi penggunaan teknologi dalam pencegahan dan pengelolaan PTM. Aplikasi kesehatan berbasis smartphone yang mengedukasi masyarakat tentang pola makan sehat, aktivitas fisik, dan pemantauan kondisi medis, terbukti dapat membantu individu dalam mengelola penyakit seperti diabetes dan hipertensi. Penelitian ini mengusulkan untuk meningkatkan akses dan penggunaan teknologi digital dalam upaya pencegahan PTM (PLOS ONE, 2023).

Penelitian oleh Kusuma, Fatmawati and Mafticha (2020), Penelitian ini menyoroti pentingnya penyuluhan kesehatan dalam meningkatkan pengetahuan ibu rumah tangga mengenai faktor risiko PTM, terutama yang berhubungan dengan pola makan tidak sehat. Menurut hasil penelitian, ibu rumah tangga yang menerima penyuluhan mengenai pola makan sehat cenderung lebih mampu menghindari konsumsi makanan tinggi garam, gula, dan lemak yang berlebihan. Penelitian ini juga menekankan pentingnya penggunaan media massa untuk menyebarkan informasi tentang pola makan sehat, sehingga dapat menjangkau audiens yang lebih luas di masyarakat. Dengan adanya pengabdian masyarakat

Kesimpulan

Studi ini menunjukkan bahwa program Posbindu PTM di Menjing Wetan berhasil meningkatkan kesadaran masyarakat tentang pentingnya pencegahan dan deteksi penyakit tidak menular (PTM). Kegiatan ini, yang melibatkan pemeriksaan kesehatan rutin seperti pengukuran tekanan darah, kadar gula darah, kolesterol, dan asam urat, telah memberikan informasi yang berharga bagi masyarakat mengenai kondisi kesehatan mereka. Hasil pemeriksaan menunjukkan bahwa sebagian besar 26 (51%) peserta memiliki risiko PTM, terutama diabetes mellitus.

Pemberdayaan kader kesehatan dalam mengorganisir dan melaksanakan Posbindu PTM sangat penting untuk meningkatkan derajat kesehatan masyarakat. Selain itu, upaya promosi kesehatan melalui penyuluhan mengenai pola makan sehat dan gaya hidup aktif merupakan langkah krusial dalam upaya pencegahan PTM yang diakibatkan oleh faktor risiko seperti konsumsi makanan tidak sehat, kurangnya aktivitas fisik, dan stres. Berdasarkan

temuan tersebut sebaiknya untuk kegiatan Posbindu dilakukan jalan sehat terlebih dahulu, atau melakukan senam lansia untuk aktivitas fisik, melakukan penyuluhan tentang pola makan yang sehat atau dengan melakukan demo masak untuk membuat makanan sehat.

Ucapan Terima Kasih

Penulis mengucapkan terima kasih kepada kepala dusun Mejing Wetan dan Puskesmas Menjing atas dukungannya, serta kepada kader dan masyarakat atas partisipasinya dalam pelaksanaannya.

Daftar Pustaka

- Dans, A., Ng, N., Varghese, C., Tai, E. S., Firestone, R., & Bonita, R. (2023). The rise of chronic non-communicable diseases in southeast Asia: time for action. *The Lancet*, 377(9766), 680–689. [https://doi.org/https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(10\)61506-1](https://doi.org/https://doi.org/10.1016/S0140-6736(10)61506-1)
- Golovaty, I., Ritchie, N. D., Tuomilehto, J., Mohan, V., Ali, M. K., Gregg, E. W., Bergman, M., & Moin, T. (2023). Two decades of diabetes prevention efforts: A call to innovate and revitalize our approach to lifestyle change. *Diabetes Research and Clinical Practice*, 198, 110195. <https://doi.org/10.1016/j.diabres.2022.110195>
- International Diabetes Federation. Diabetes Research and Clinical Practice Atlas Edisi 10. 2021. h 147-148.
- Ivana, Marsha F.B., Megawati, Suci. (2024). Efektivitas Program Pos Pembinaan Terpadu (Posbindu) Penyakit Tidak Menular (PTM) di Desa Nglanduk Kecamatan Wungu Kabupaten Madiun. *Kultura (Jurnal Ilmu Hukum, sosial dan humaniora)*, 2(11). h 113-120.
- Kemkes RI. (2016). *Elderly Condition in Indonesia*. In Report. <https://pusdatin.kemkes.go.id/folder/view/01/struktur-publikasi-pusdatin-info-datin.html>
- Kemkes RI. (2019). *Petunjuk Teknis Pos Pembinaan Terpadu Posbindu bagi Kader*. Direktorat Jendral Pencegahan Dan Pengendalian Penyakit.
- Kemkes RI. (2020). *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2019*. <https://pusdatin.kemkes.go.id/resources/download/pusdatin/profil-kesehatan-indonesia/Profil-Kesehatan-indonesia-2019.pdf>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2020). *Laporan Hasil Riskesdas 2018*.
- Kemkes RI, K. K. R. I. (2023). Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2022. In Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. <https://www.kemkes.go.id/downloads/resources/download/pusdatin/profil-kesehatan-indonesia/Profil-Kesehatan-2021.pdf>
- Kusuma, Y. L. hadi, Fatmawati, A., & Mafticha, E. (2020). Pedoman Penyelenggaraan Pos Pembinaan Terpadu–Penyakit Tidak Menular (POSBINDU-PTM) Dengan Pendanaan Dana Desa. In *E-Book Penerbit*
- Mahdur, R. R., & Sulistiadi, W. (2020). Evaluasi Program Pos Pembinaan Terpadu Penyakit



- Tidak Menular (Posbindu PTM). *Jurnal Ilmiah Kesehatan Masyarakat*, 12(1), 43–49.
- PLOS ONE. (2023). *The Impact of Lifestyle on Non-Communicable Diseases in Southeast Asia*.
- WHO, W. H. O. (2023). Hypertension. World Health Organization.<https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/hypertension>
- World Health Organization. Diabetes. WHO. 2023. Diambil dari:<https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/diabetes>.