

## Edukasi tentang Pencegahan dan Pengendalian Faktor Risiko Penyakit Tidak Menular Di Wilayah Sungai Raya Dalam Kabupaten Kubu Raya

Sri Ariyanti<sup>1</sup>, Surtikanti<sup>2</sup>, Tri Wahyuni<sup>3</sup>, Uji Kawuryan<sup>4</sup>

<sup>1,2,3,4</sup>Prodi Ners Itekes Muhammadiyah Kalimantan Barat

sriariyanti.mkep4444@gmail.com

### Abstract

*Non-communicable diseases are the leading causes of death in the world. The World Health Organization reports that 40 million people in the world suffer from non-communicable diseases in 2016. Non-communicable diseases have contributed to 73% of deaths in Indonesia where 26% occurred in adulthood. The purpose of this service is to increase public knowledge about the prevention control of risk factor non-communicable diseases. The method used interactive lecture. The number of participants in this activity was 30 people who were vulnerable to non-communicable diseases. The results showed that there was an increase in knowledge about the prevention control of risk factor non-communicable diseases with the average difference in the pre-test 60 and post-test knowledge 75. Increasing public knowledge about efforts to prevent and control non-communicable diseases risk factors can be realized by using appropriate education and creative methods so that people will more easily understand the material provided.*

### Keywords:

Edukasi  
Faktor risiko  
Penyakit tidak menular

### Abstrak

Penyakit tidak menular menjadi penyebab kematian tertinggi di dunia. *World Health Organization* melaporkan bahwa 40 juta penduduk di dunia menderita penyakit tidak menular pada tahun 2016. Penyakit tidak menular telah berkontribusi pada 73% kematian di Indonesia dimana 26% terjadi pada usia dewasa. Tujuan pengabdian ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang pencegahan dan pengendalian faktor risiko penyakit tidak menular. Metode yang digunakan adalah ceramah interaktif. Jumlah peserta pada kegiatan ini adalah 30 orang yang masuk kelompok rentan penyakit tidak menular. Hasil penyuluhan menunjukkan ada peningkatan pengetahuan tentang pencegahan dan pengendalian faktor risiko penyakit tidak menular dengan perbedaan rata-rata skor pengetahuan pada saat pre-test adalah 60 dan post-test adalah 75. Peningkatan pengetahuan masyarakat tentang upaya pencegahan dan pengendalian faktor risiko penyakit tidak menular dapat terwujud dengan menggunakan edukasi yang tepat dan metode yang kreatif sehingga masyarakat akan lebih mudah memahami materi yang diberikan.

### Corresponding Author:

Sri Ariyanti  
Prodi Ners, Itekes Muhammadiyah Kalimantan Barat  
E-mail: sriariyanti.mkep4444@gmail.com

### 1. PENDAHULUAN

Pembangunan bidang kesehatan di Indonesia saat ini dihadapkan pada Triple Burden masih banyaknya penyakit infeksi/menular yang harus ditangani, re-emerging disease dan meningkatnya penyakit tidak menular. Komitmen negara dalam upaya pencegahan dan pengendalian penyakit tidak menular tercantum dalam Undang-Undang Nomor 36 Tahun 2009 tentang kesehatan bahwa pemerintah, pemerintah daerah dan masyarakat melakukan upaya pencegahan, pengendalian dan penanganan penyakit tidak menular beserta akibat yang ditimbulkannya. Penyakit tidak menular menjadi salah satu tantangan dalam pembangunan bidang kesehatan, dimana kelompok masyarakat yang terpapar mayoritas adalah usia produktif, sebagai sumber daya manusia dan generasi penerus pada usia tumbuh kembang. Belum optimalnya

pelaksanaan pengendalian penyakit tidak menular menyebabkan kecenderungan meningkatnya permasalahan penyakit tidak menular sehingga beban pembiayaan kesehatan semakin meningkat untuk pengobatan. Ancaman penyakit tidak menular dan beban yang diakibatkannya dianggap sebagai salah satu tantangan terbesar pembangunan kesehatan saat ini. Penyakit tidak menular umumnya dikenal sebagai penyakit kronis dan penyakit yang berhubungan dengan gaya hidup

Strategi pengendalian penyakit tidak menular yang efisien dan efektif adalah pemberdayaan dan peningkatan peran serta masyarakat. Fasilitas dan bimbingan diberikan kepada masyarakat untuk ikut berpartisipasi dalam pengendalian faktor risiko penyakit tidak menular merupakan hal sangat penting. Untuk mengatasi permasalahan yang ada saat ini perlu strategi pengendalian penyakit tidak menular sebagai berikut : Pengendalian penyakit tidak menular secara terpadu, Jejaring kerja dan kemitraan dalam pengendalian penyakit tidak menular, Pemeriksaan faktor risiko penyakit tidak menular berbasis masyarakat, dan Meningkatkan Sumber Daya Manusia dalam pengendalian penyakit tidak menular. Untuk itu perlu dilakukan kegiatan lanjutan dari Deteksi Dini Faktor Risiko Penyakit Tidak Menular yang berbentuk penyuluhan Kesehatan tentang pencegahan dan pengendalian faktor risiko PTM (Kemenkes RI, 2019).

Penyakit tidak menular (PTM) menjadi penyebab kematian tertinggi di dunia. WHO melaporkan bahwa 40 juta penduduk di dunia menderita penyakit tidak menular tahun 2016 yang penyebab utamanya adalah penyakit kardiovaskular, kanker, penyakit pernafasan kronis, diabetes dan cedera (WHO, 2018). Selaras dengan data di dunia, PTM juga berkontribusi pada 73% kematian di Indonesia dimana 26% terjadi pada usia dewasa. Berbanding lurus dengan Asia Tenggara, wilayah Pasifik Barat juga mengalami peningkatan sebanyak 2.3 juta (21.1%) dibandingkan tahun 2000 yaitu sebesar 8,6 juta (Lestari et al., 2020). Penyakit Tidak Menular (PTM) adalah salah satu yang merupakan penyebab kematian di dunia. Indonesia merupakan salah satu Negara yang menghadapi masalah baik penyakit menular ataupun Penyakit Tidak Menular (PTM). PTM ini biasanya muncul tanpa gejala serta tidak menunjukkan adanya tanda klinis tertentu, sehingga sebagian besar masyarakat tidak menyadari tentang adanya bahaya penyakit tidak menular tersebut (Lestari et al., 2020)..

Kematian akibat penyakit tidak menular (PTM) diperkirakan akan terus meningkat di seluruh dunia dan peningkatan terbesar akan terjadi di negara-negara berpenghasilan menengah dan rendah. Hal ini didasarkan dari laporan WHO bahwa lebih dari dua pertiga (70%) dari populasi global akan meninggal akibat penyakit tidak menular seperti kanker, penyakit jantung, stroke dan diabetes. Pada tahun 2030 diprediksi akan ada 52 juta kematian pertahun karena PTM naik 9 juta jiwa dari 38 juta pada saat ini (WHO, 2018). Kematian akibat penyakit kardiovaskular paling banyak disebabkan oleh penyakit tidak menular (PTM) yaitu sebanyak 17,3 juta orang per tahun, diikuti oleh kanker (7,6 juta), penyakit pernafasan (4,2 juta), dan DM (1,3 juta). Keempat kelompok jenis penyakit ini menyebabkan sekitar 80% dari semua kematian penyakit tidak menular (PTM). Penyakit tidak menular diketahui sebagai penyakit yang tidak dapat disebarkan dari seseorang terhadap orang lain. Sebanyak 60% kematian berhubungan dengan penyakit kardiovaskuler, diabetes, kanker dan penyakit pernafasan kronis (Krishnan et al., 2011). Pola hidup modern telah mengubah sikap dan perilaku manusia, termasuk pola makan, merokok, konsumsi alkohol serta obat-obatan sebagai gaya hidup sehingga penderita penyakit degeneratif (penyakit karena penurunan fungsi organ tubuh) semakin meningkat dan mengancam kehidupan (Kemenkes RI, 2019).

Indonesia saat ini di hadapi dengan tantangan besar yakni masalah kesehatan *triple burden*, karena masih adanya penyakit infeksi, meningkatnya penyakit tidak menular (PTM) dan penyakit-penyakit yang seharusnya sudah teratasi muncul kembali. Pada era 1990, penyakit menular seperti ISPA, Tuberkulosis dan Diare merupakan penyakit terbanyak dalam pelayanan kesehatan. Namun, perubahan gaya hidup masyarakat menjadi salah satu penyebab terjadinya pergeseran pola penyakit (transisi epidemiologi). Tahun 2015, penyakit tidak menular (PTM) seperti stroke, penyakit jantung koroner (PJK), kanker dan diabetes justru menduduki peringkat tertinggi (Kemenkes RI, 2016).

Meningkatnya penyakit tidak menular (PTM) dapat menurunkan produktivitas sumber daya manusia, bahkan kualitas generasi bangsa. Hal ini berdampak pula pada besarnya beban pemerintah karena penanganan penyakit tidak menular (PTM) membutuhkan biaya yang besar. Pada akhirnya, kesehatan akan sangat mempengaruhi pembangunan sosial dan ekonomi. Penduduk usia produktif dengan jumlah besar yang seharusnya memberikan kontribusi pada pembangunan, justru akan terancam apabila kesehatannya terganggu oleh PTM dan perilaku yang tidak sehat (Yarmaliza & Zakiyuddin, 2019).

Studi pendahuluan yang telah dilakukan dilokasi pengabdian masyarakat menunjukkan masalah kesehatan yang dihadapi oleh masyarakat adalah berdasarkan data yang diperoleh dari kegiatan pengabdian masyarakat sebelumnya yaitu pada saat kegiatan Deteksi Dini Faktor Risiko PTM yang telah dilaksanakan pada tanggal 9 Januari 2022 terdapat 30% ibu-ibu menderita hipertensi sehingga perlu dilakukan kegiatan pengabdian masyarakat ini dengan tujuan akan meningkatkan pengetahuan dan nantinya akan merubah perilaku tentang perubahan gaya hidup yang sehat. Kegiatan ini akan dilakukan di Kegiatan Rutin Pertemuan Ibu-ibu PPSW Az Zahro di Perumahan Kartika Permai Kubu Raya.

## 2. METODE PENELITIAN

Pengabdian masyarakat ini dilaksanakan di Kegiatan Rutin Pertemuan Ibu-ibu PPSW Az Zahro di Perumahan Kartika Permai Kubu Raya. Sasaran pelaksanaan kegiatan ini adalah ibu-ibu PPSW Az Zahro di Perumahan Kartika Permai Kubu Raya yang rentan terhadap penyakit tidak menular (PTM). Atas persetujuan ketua PPSW kegiatan ini dilaksanakan pada tanggal 14 Agustus 2022. Jumlah peserta pada kegiatan pengabdian ini adalah 30 orang. Tahapan pelaksanaan kegiatan ini meliputi tahap perencanaan, pelaksanaan, dan evaluasi. Tahap perencanaan dimulai dengan mencari informasi penyakit tidak menular (PTM) dan materi edukasi tentang pencegahan dan pengendalian faktor risiko penyakit tidak menular, melakukan studi pendahuluan di lokasi pengabdian, setelah itu melakukan perizinan di lokasi pengabdian.

Selanjutnya tahap pelaksanaan diawali dengan melakukan pengukuran pengetahuan awal kepada masyarakat yang bertujuan untuk melihat pengetahuan awal peserta sebelum diberikan edukasi tentang pencegahan dan pengendalian faktor risiko penyakit tidak menular. Setelah itu dilakukan edukasi tentang pencegahan dan pengendalian faktor risiko penyakit tidak menular. Materi penyuluhan yang diberikan kepada masyarakat berisi materi tentang definisi penyakit tidak menular, faktor risiko penyakit tidak menular, contoh penyakit tidak menular dan upaya pencegahan penyakit tidak menular melalui perilaku CERDIK (Cek kesehatan secara berkala, Enyahkan asap rokok, Rajin aktifitas fisik, Diet sehat dengan kalori seimbang, Istirahat cukup dan Kelola stress) dapat dipahami dengan santai dan dapat menyesuaikan cara belajar secara mandiri.

Selanjutnya pada tahap evaluasi dilakukan dengan memberikan post-test kepada peserta dengan pertanyaan yang sama pada saat pre-test dengan tujuan untuk mengevaluasi pengetahuan akhir masyarakat setelah penyuluhan kesehatan berupa edukasi CERDIK.

## 3. PEMBAHASAN

Salah satu masalah yang dihadapi dalam pembangunan kesehatan saat ini adalah terjadinya pergeseran pola penyakit dari penyakit menular ke penyakit tidak menular. Tingginya prevalensi penyakit tidak menular membawa dampak terhadap menurunnya produktivitas dan gangguan pada pemenuhan aktivitas sehari-hari. Laporan dari WHO menunjukkan bahwa PTM sejauh ini merupakan penyebab utama kematian di dunia, yang mewakili 63% dari semua kematian tahunan. PTM membunuh lebih dari 36 juta orang setiap tahun. Kematian akibat penyakit kardiovaskular paling banyak disebabkan oleh PTM yaitu sebanyak 17,3 juta orang per tahun, diikuti oleh kanker (7,6 juta), penyakit pernafasan (4,2 juta), dan DM (1,3 juta). Keempat kelompok jenis penyakit ini menyebabkan sekitar 80% dari semua kematian PTM. Penyakit tidak menular diketahui sebagai penyakit yang tidak dapat disebarkan dari seseorang terhadap orang lain. Terdapat empat tipe utama penyakit tidak menular yaitu penyakit kardiovaskuler, kanker, penyakit pernapasan kronis, dan diabetes.

Penyakit tidak menular diketahui sebagai penyakit yang tidak dapat disebarkan dari seseorang terhadap orang lain. Terdapat empat tipe utama penyakit tidak menular yaitu penyakit kardiovaskuler, kanker, penyakit pernapasan kronis, dan diabetes. Pola hidup modern telah mengubah sikap dan perilaku manusia, termasuk pola makan, merokok, konsumsi alkohol serta obat-obatan sebagai gaya hidup sehingga penderita penyakit degeneratif (penyakit karena penurunan fungsi organ tubuh) semakin meningkat dan mengancam kehidupan. (Kemenkes, 2019).

Akibat perilaku manusia, lingkungan hidup dieksploitasi sedemikian rupa sampai menjadi tidak ramah terhadap kehidupan manusia, sehingga meningkatkan jumlah penderita penyakit paru kronis yang seringkali berakhir dengan kematian. Berbagai penyakit kanker juga dapat dipicu oleh bermacam bahan kimia yang bersifat karsinogenik, kondisi lingkungan, serta perilaku manusia (Darmawan, 2016).

Penyakit tidak menular telah menjadi kelompok penyakit yang sulit untuk didefinisikan. Istilah penyakit tidak menular menjadi sebuah ironi karena beberapa penyakit yang termasuk seperti kanker leher rahim, perut, dan hati sebagian disebabkan oleh infeksi organisme. Namun, empat perilaku seperti penggunaan tembakau, konsumsi alkohol, pola makan yang buruk, dan kurangnya aktivitas fisik merupakan perilaku yang menjadi faktor risiko dan berhubungan erat dengan empat penyakit tidak menular utama (penyakit kardiovaskuler, kanker, penyakit pernapasan kronis, dan diabetes) yang mencapai 80% menyebabkan kematian dari kelompok penyakit tidak menular (Kemenkes, 2017).

Penyakit tidak menular muncul dari kombinasi faktor risiko yang tidak dapat dimodifikasi dan faktor risiko yang dapat dimodifikasi. Faktor risiko yang tidak dapat dimodifikasi oleh individu adalah usia, jenis kelamin, dan genetika. Sedangkan faktor risiko yang dapat dimodifikasi adalah faktor yang dapat diubah melalui kesadaran individu itu sendiri dan intervensi sosial (Alifariki, 2015). Tingginya kejadian dan kematian akibat PTM menjadikan pengendaliannya penting dilakukan. Deteksi dini serta pengobatan yang tepat membuat pengendalian PTM lebih baik. Surveilans kasus dan faktor risiko PTM menjadi strategi untuk pencegahan, pengendalian tepat serta terpadu oleh pemerintah, swasta, dan masyarakat (Umuyana et al, 2015). Penyuluhan, pemeriksaan serta Surveilans faktor risiko PTM merupakan bentuk upaya kesehatan dalam mencegah peningkatan prevalensi penyakit tidak menular (Indriyawati, dkk., 2018)

Secara keseluruhan tahap perencanaan, pelaksanaan dan evaluasi kegiatan pengabdian berjalan dengan baik dan lancar sesuai dengan target yang direncanakan. Metode penyuluhan dengan ceramah interaktif dan media yang digunakan adalah leaflet dengan harapan masyarakat dapat memahami materi penyuluhan dengan santai dan memberikan pengalaman belajar mandiri kepada masyarakat. Rata-rata skor pengetahuan masyarakat tentang pencegahan penyakit tidak menular (PTM) pada saat pre-test adalah 60 dan pada saat post-test meningkat menjadi 75. Hal ini menunjukkan bahwa ada peningkatan pengetahuan peserta penyuluhan setelah diberikan penyuluhan kesehatan berupa edukasi CERDIK.

Seiring bertambahnya usia seseorang maka terjadi kecenderungan menurunnya berbagai kapasitas fungsional baik pada tingkat seluler maupun pada tingkat organ yang dapat mengakibatkan terjadinya degenerasi sejalan dengan proses menua. Proses menua ini dapat berpengaruh pada perubahan fisiologis yang tidak hanya berpengaruh terhadap penampilan fisik, namun juga terhadap fungsi dan tanggapannya pada kehidupan sehari-hari. Setiap individu mengalami perubahan-perubahan tersebut secara berbeda, ada yang laju penurunannya cepat dan dramatis, serta ada juga yang perubahannya lebih tidak bermakna. Kemunduran sel terjadi pada lanjut usia karena penuaan mengakibatkan kelemahan organ, kemunduran fisik, dan timbulnya berbagai penyakit misalnya peningkatan kadar asam urat. Penyakit asam urat atau *gout arthritis* merupakan suatu penyakit yang diakibatkan karena penimbunan kristal monosodium urat di dalam tubuh. Asam urat adalah hasil metabolisme akhir dari purin, yaitu salah satu komponen asam nukleat yang terdapat dalam inti sel tubuh. Peningkatan kadar asam urat dapat mengakibatkan gangguan pada tubuh seperti perasaan nyeri di daerah persendian. Penumpukan kristal di daerah tersebut

disebabkan tingginya kadar asam urat dalam darah. Bahan pangan yang tinggi kandungan purinnya dapat meningkatkan kadar urat dalam darah antara 0,5 – 0,75 g/ml purin yang dikonsumsi. Konsumsi lemak atau minyak tinggi seperti makanan yang digoreng, santan, margarin atau mentega dan buah-buahan yang mengandung lemak tinggi seperti durian dan alpukat juga berpengaruh terhadap pengeluaran asam urat. Pentingnya mulai mengatur gaya hidup agar terhindar dari segala penyakit sejalan dengan pendapat Pamela RD (2011) dalam Purwandari H (2014) mengatakan bahwa strategi yang dapat dilakukan adalah pengawasan sendiri terhadap berat badan, asupan makanan; mengontrol keinginan untuk makan (motivasi keluarga dan lingkungan seringkali diperlukan dalam hal ini); mengubah perilaku makan dengan mengontrol porsi dan jenis makanan yang dikonsumsi; dan dukungan sosial dari keluarga dan lingkungan.

Perkembangan penyakit tidak menular umumnya lambat dan membutuhkan durasi yang panjang. Berdasarkan profil WHO mengenai penyakit tidak menular di Asia Tenggara, ada lima penyakit tidak menular dengan angka kesakitan dan kematian yang tinggi, yaitu penyakit kardiovaskuler, kanker, penyakit pernapasan kronis, diabetes mellitus, dan cedera. Proporsi penyebab kematian PTM pada orang-orang berusia kurang dari 70 tahun, penyebab kematian terbesar adalah penyakit kardiovaskuler (39%), di ikuti kanker (27%), sedangkan penyakit pernapasan kronis, penyakit pencernaan dan PTM lain bersama-sama menyebabkan sekitar 30% kematian serta 4% disebabkan oleh diabetes mellitus. Semakin meningkat derajat kesehatan masyarakat, maka akan semakin tinggi usia harapan hidup. Hal ini menyebabkan akan semakin besar pula populasi lansia. Periode lansia merupakan periode kehidupan yang perlu mendapat perhatian terutama karena periode ini rentan terhadap penyakit degeneratif dan kualitas hidup semakin menurun. Penurunan kualitas hidup ditandai dengan lansia yang tidak dapat melakukan sendiri aktivitas rutin seperti mandi atau memakai pakaian, tidak dapat menikmati aktivitas bersama anggota keluarga, tidak dapat melakukan sosialisasi dengan masyarakat lainnya seperti kegiatan keagamaan atau kegiatan sosial lainnya. Kementerian Kesehatan mengajak masyarakat untuk CERDIK dalam mengendalikan Penyakit Tidak Menular (PTM). Mari menuju masa muda sehat, hari tua nikmat tanpa penyakit tidak menular dengan perilaku CERDIK.

Peningkatan pengetahuan masyarakat setelah diberikan edukasi CERDIK menunjukkan masyarakat telah berupaya untuk berperilaku positif tentang pencegahan dan pengendalian penyakit tidak menular (PTM). Perilaku positif masyarakat tentang pencegahan dan pengendalian penyakit tidak menular dapat timbul karena adanya kesesuaian reaksi atau respon terhadap stimulus tertentu yaitu pengetahuan mengenai pencegahan dan pengendalian penyakit tidak menular (PTM). Hasil ini sejalan dengan pengabdian masyarakat yang dilakukan di pedesaan Yogyakarta yang menunjukkan bahwa promosi kesehatan melalui pemberdayaan masyarakat dengan perilaku CERDIK merupakan salah satu strategi untuk mencegah faktor risiko penyakit tidak menular (PTM) (Trisnowati, 2018).

Pengabdian masyarakat yang dilakukan Andepali Kecamatan Sampara Kabupaten Konawe yang menunjukkan bahwa selain melakukan deteksi dini pada faktor risiko penyakit tidak menular (PTM), juga perlu dilakukan penyuluhan kepada masyarakat untuk memotivasi masyarakat untuk hidup sehat dengan mengubah gaya hidup melalui Gerakan Masyarakat Sehat (Sudayasa et al., 2020). Upaya pencegahan penyakit tidak menular (PTM) sangat penting untuk dilakukan dengan mengajak masyarakat secara bersama-sama untuk melakukan perilaku CERDIK, GERMAS dan memanfaatkan pelayanan pos pembinaan terpadu PTM (Posbindu PTM) (Umayana & Cahyati, 2015). Semakin meningkatnya kasus penyakit tidak menular

(PTM) saat ini, maka perlu ada edukasi dan pendampingan kepada masyarakat untuk mengenali penyakit tidak menular (PTM), deteksi dini penyakit tidak menular (PTM), mencegah faktor risiko penyakit tidak menular (PTM) terutama pada kelompok yang berisiko (Warganegara & Nur, 2016). Kesadaran bagi masyarakat akan pentingnya perilaku sehat dalam mencegah penyakit tidak menular melalui GERMAS sangat diperlukan, sehingga akan menjadi salah satu cara dalam menekan angka kesakitan, khususnya penyakit tidak menular, misalnya penyakit kolesterol, diabetes melitus, dan penyakit tidak menular lainnya (Yarmaliza & Zakiyuddin, 2019).

Penyuluhan yang tidak kaku dengan menggunakan media *leaflet* memberikan pengalaman yang santai dan belajar mandiri kepada warga untuk menerima materi yang diberikan. Sejalan dengan pengabdian yang dilakukan dengan menggunakan media piring anti hipertensi dapat meningkatkan pengetahuan kader Posbindu PTM tentang faktor risiko PTM di Desa Cikunir Kecamatan Singaparna (Hidayani et al., 2020). Hasil temuan pengabdian lain di Desa Muntoi Timur menunjukkan bahwa peningkatan pengetahuan terjadi karena edukasi yang dilakukan dengan metode kreatif, menyenangkan, interaktif dan mengajak partisipasi peserta secara menyeluruh dapat memberikan pengalaman positif kepada peserta (Hamzah, 2020). Selanjutnya pengabdian yang dilakukan pada masyarakat Desa Kalisari Kecamatan Natar menunjukkan bahwa terjadi peningkatan pengetahuan masyarakat sebanyak 70% tentang penyakit menular dan penyakit tidak menular, penyampaian materi pencegahan dan pengendalian PM dan PTM menggunakan gambar-gambar yang menarik sehingga masyarakat lebih fokus dalam mengikuti kegiatan penyuluhan (Sutarto & Chania, 2017).

Sesuai dengan teori bahwa perilaku seseorang ditentukan oleh faktor yaitu faktor predisposisi, faktor pendorong, dan faktor penguat. Pengetahuan merupakan salah satu faktor predisposisi yang mendasari perilaku seseorang untuk berperilaku positif. Pengetahuan yang baik tentang pencegahan penyakit tidak menular (PTM) dapat mempengaruhi masyarakat dalam meningkatkan kewaspadaan dini terhadap penyakit ISPA (Notoatmodjo, 2014). Peningkatan pengetahuan masyarakat tentang pencegahan penyakit tidak menular (PTM) diharapkan masyarakat sadar akan bahaya penyakit tidak menular (PTM) dengan melakukan tindakan/perilaku yang dapat mencegah penyakit tidak menular (PTM) (Rofiqoch & Yuliani, 2019).

Kegiatan yang dilaksanakan yaitu Sosialisasi Pencegahan dan Pengendalian Penyakit Tidak Menular dan Pembagian Masker dan Hand Sanitizer. Dengan adanya kegiatan ini diharapkan dapat menumbuhkan kesadaran masyarakat tentang betapa pentingnya pola makan & hidup yang sehat. Ada berbagai macam pencegahan dan pengendalian yaitu, pencegahan dan pengendalian penyakit kardiovaskuler, pencegahan dan pengendalian kanker, pencegahan dan pengendalian penyakit pernapasan kronis, kontrol diabet, pencegahan dan pengendalian obesitas, pencegahan dan pengendalian hipertensi. Perlunya kegiatan yang menggerakkan dan memotivasi masyarakat untuk hidup sehat dan mengubah gaya hidup untuk meningkatkan kesadaran masyarakat menjalankan pola hidup sehat. Upaya pencegahan jauh lebih baik dibandingkan pengobatan ketika sudah terjangkit Penyakit. Semakin meningkatnya kejadian PTM, maka perlu adanya edukasi dan pendampingan kepada masyarakat untuk melaksanakan deteksi dini atau skrining terhadap PTM, terutama pada kelompok berisiko. Masyarakat harus selalu diajak untuk mengenali penyakitnya.

Salah faktor pendukung sehingga kegiatan pengabdian ini terlaksana dengan baik adalah peran penting dari semua peserta dalam memberikan dukungan dalam kegiatan ini dan keterbukaan peserta akan informasi tentang pencegahan dan pengendalian penyakit tidak menular (PTM) yang cukup tinggi Kesadaran masyarakat yang cukup tinggi. Harapannya masyarakat yang mengikuti penyuluhan kesehatan dengan edukasi CERDIK dan dapat menyebarluaskan informasi yang didapat kepada masyarakat lain agar dapat memberikan edukasi tentang pencegahan dan pengendalian penyakit tidak menular melalui perilaku CERDIK.

#### 4. KESIMPULAN

Pelaksanaan pengabdian masyarakat “Edukasi tentang pencegahan dan pengendalian faktor risiko penyakit tidak menular di wilayah Sungai Raya Dalam Kabupaten Kubu Raya” berjalan dengan baik dan sesuai dengan target. Hasil pre-test dan post-test menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan masyarakat tentang pencegahan penyakit tidak menular (PTM). Saran dari kegiatan ini adalah peran aktif kader kesehatan untuk memberikan penyuluhan yang rutin tentang pencegahan dan pengendalian penyakit tidak menular (PTM) dengan materi CERDIK dan kepada masyarakat untuk menyebarluaskan informasi yang diterima terkait dengan pencegahan penyakit tidak menular (PTM) demi keberlanjutan kegiatan pengabdian.

## REFERENSI

- Hamzah, B. (2020). Gerakan Pencegahan Stunting Melalui Edukasi pada Masyarakat di Desa Muntoi Kabupaten Bolaang Mongondow. *JPKMI (Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Indonesia)*, 1(4), 229–235.
- Hidayani, W. R., Nurazijah, N., Amalia, L., Yanuar, I., & Sauma, A. W. (2020). Penyuluhan Faktor Risiko Penyakit Tidak Menular dan Penggunaan Media Piring Anti Hipertensi pada Kader Posbindu Penyakit Tidak Menular (PTM) di Desa Cikunir Kecamatan Singaparna. *Jurnal Abdimas Kesehatan Tasikmalaya*, 2(02), 9–12. <https://doi.org/10.48186/abdimas.v2i02.305>
- Kemkes RI. (2016). GERMAS Wujudkan Indonesia Sehat. *Kementrian Kesehatan RI*. <https://www.kemkes.go.id/article/view/16111500002/germas-wujudkan-indonesia-sehat.html>
- Kemkes RI. (2018). Hasil utama RISKESDAS 2018. *Online* [Http://Www. Depkes. Go. Id/Resources/Download/Info-Terkini/Materi\\_rakorpop\\_2018/Hasil% 20Risksdas](http://www.depkes.go.id/Resources/Download/Info-Terkini/Materi_rakorpop_2018/Hasil%20Risksdas).
- Kemkes RI. (2019). *Buku Pedoman Pencegahan Penyakit Tidak Menular*. Direktorat Pencegahan dan Pengendalian Penyakit Tidak Menular.
- Lestari, R., Warseno, A., Trisetyaningsih, Y., Rukmi, D. K., & Suci, A. (2020). Pemberdayaan Kader Kesehatan Dalam Mencegah Penyakit Tidak Menular Melalui Posbindu Ptm. *Adimas : Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(1), 48. <https://doi.org/10.24269/adi.v4i1.2439>
- Notoatmodjo, S. (2014). *Ilmu Perilaku Kesehatan*. Rineka Cipta.
- Rofiqoch, I., & Yuliani, D. A. (2019). Edukasi Penyakit Tidak Menular (PTM) Dalam Rangka Pelaksanaan Germas. *Prosiding Seminar Nasional LPPM UMP*, 73–76.
- Sudayasa, I. P., Rahman, M. F., Eso, A., Jamaluddin, J., Parawansah, P., Alifariki, L. O., Arimaswati, A., & Kholidha, A. N. (2020). Deteksi Dini Faktor Risiko Penyakit Tidak Menular Pada Masyarakat Desa Andepali Kecamatan Sampara Kabupaten Konawe. *Journal of Community Engagement in Health*, 3(1), 60–66. <https://doi.org/10.30994/jceh.v3i1.37>
- Sutarto, S., & Chania, E. (2017). Penyuluhan Pengendalian Penyakit Menular dan Penyakit Tidak Menular di Wilayah Kerja Puskesmas Natar, Desa Kalisari Kecamatan Natar. *JPM (Jurnal Pengabdian ...)*, 3(Dm), 56–60. <http://juke.kedokteran.unila.ac.id/index.php/JPM/article/view/2019>
- Trisnowati, H. (2018). Pemberdayaan Masyarakat untuk Pencegahan Faktor Risiko Penyakit Tidak Menular (Studi pada Pedesaan di Yogyakarta). *Jurnal MKMI*, 14(1), 17–25.
- Umayana, H. T., & Cahyati, W. H. (2015). Dukungan keluarga dan tokoh masyarakat terhadap keaktifan penduduk ke posbindu penyakit tidak menular. *KEMAS: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 11(1), 96–101.
- Warganegara, E., & Nur, N. N. (2016). Faktor risiko perilaku penyakit tidak menular. *Jurnal Majority*, 5(2), 88–94.
- WHO. (2018). *Non Communicable Disease Country Profiles 2018*. World Health Organization.
- Yarmaliza, Y., & Zakiyuddin, Z. (2019). Pencegahan Dini terhadap Penyakit Tidak Menular (PTM) melalui GERMAS. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Multidisiplin*, 2(3), 93–100.