
PENDAMPINGAN SKRINING DAN MONITORING FAKTOR RISIKO PENYAKIT TIDAK MENULAR PADA MASYARAKAT PESISIR

Mallisa Juni Aisyah Hasibuan¹, Ika Lestari², Dara Putri Rahma Lestari¹, Putri Yana¹, Hendra Dwi Kurniawan²

¹STIKes Sakinah Husada, Jl. Anwar Idris, Bunga Tj., Kec. Datuk Bandar, Kota Tanjung Balai, Sumatera Utara 21381

²Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan As Syifa, Kisaran Naga, Kec. Kota Kisaran Timur, Kabupaten Asahan, Sumatera Utara 21211

³STIKES Panti Kosala, Jl. Raya Solo - Baki No.Km. 4, Dusun 2, Gedangan, Kec. Grogol, Kabupaten Sukoharjo, Jawa Tengah 57552

Informasi Artikel

ABSTRAK

Diajukan: 23/02/2025
Diterima: 25/02/2025
Diterbitkan: 07/03/2025

Penyakit tidak menular merupakan penyebab utama kematian dan terus meningkat di masyarakat, termasuk pada kelompok masyarakat pesisir yang memiliki keterbatasan akses layanan kesehatan dan pola hidup berisiko. Kegiatan pengabdian ini bertujuan untuk meningkatkan deteksi dini dan pemantauan faktor risiko penyakit tidak menular melalui skrining dan pendampingan. Metode yang digunakan adalah pendekatan partisipatif dengan melibatkan 42 peserta melalui penyuluhan kesehatan, skrining tekanan darah, pemeriksaan gula darah, pengukuran indeks massa tubuh, serta monitoring perilaku kesehatan. Hasil kegiatan menunjukkan bahwa sebagian besar peserta memiliki faktor risiko, seperti konsumsi makanan tinggi garam, kurang aktivitas fisik, serta kondisi overweight dan hipertensi. Sebanyak 35,7% peserta mengalami hipertensi dan 50,0% mengalami berat badan berlebih dan obesitas. Selain itu, terjadi peningkatan pengetahuan masyarakat dengan rerata nilai dari 56,4 menjadi 78,9 setelah edukasi. Monitoring menunjukkan adanya perubahan perilaku awal, seperti mengurangi konsumsi makanan asin dan meningkatkan aktivitas fisik. Kegiatan ini menunjukkan bahwa pendampingan skrining dan monitoring faktor risiko efektif dalam meningkatkan kesadaran, deteksi dini, dan perubahan perilaku kesehatan masyarakat pesisir.

Kata Kunci: penyakit tidak menular, skrining kesehatan, factor risiko, masyarakat pesisir, pendampingan

Korespondensi

Email:
ikasitorus01@gmail.com

ABSTRACT

Non-communicable diseases are the leading cause of death and continue to increase in the community, including among coastal populations who have limited access to health services and engage in high-risk lifestyles. This community service activity aimed to improve early detection and monitoring of non-communicable disease risk factors through screening and assistance. The method used was a participatory approach involving 42 participants through health education, blood pressure screening, blood glucose testing, body mass index measurement, and monitoring of health behaviors. The results showed that most participants had risk factors, such as high salt intake, lack of physical activity, as well as overweight and hypertension. A total of 35.7% of participants had hypertension and 50.0% were overweight or obese. In addition, there was an increase in community knowledge, with the mean score rising from 56.4 to 78.9 after the education session. Monitoring results indicated early behavioral changes, such as reducing salt consumption and increasing physical activity. This

activity demonstrates that screening and monitoring assistance is effective in improving awareness, early detection, and health behavior changes among coastal communities.

Keywords: non-communicable diseases, health screening, risk factors, coastal communities, assistance

PENDAHULUAN

Penyakit tidak menular (PTM) merupakan salah satu permasalahan kesehatan utama di dunia dan menjadi penyebab kematian terbesar secara global. PTM mencakup penyakit kronis seperti penyakit kardiovaskular, diabetes melitus, kanker, dan penyakit paru kronis yang berkembang secara perlahan serta dipengaruhi oleh berbagai faktor risiko (Mulya, 2021). Secara global, PTM menyumbang lebih dari 70% kematian setiap tahunnya, terutama di negara berkembang, termasuk Indonesia (Mulya, 2021). Di Indonesia, prevalensi PTM terus mengalami peningkatan dari tahun ke tahun dan menjadi beban kesehatan masyarakat yang serius. Hal ini dipengaruhi oleh perubahan pola penyakit (transisi epidemiologi) yang berkaitan dengan perubahan gaya hidup, lingkungan, serta faktor sosial ekonomi masyarakat (Hasibuan, 2021). Peningkatan kasus PTM juga terjadi seiring dengan meningkatnya faktor risiko seperti hipertensi, hiperglikemia, obesitas, serta pola hidup tidak sehat.

Faktor risiko PTM sebagian besar dapat dimodifikasi, antara lain kebiasaan merokok, kurangnya aktivitas fisik, konsumsi makanan tidak sehat, serta konsumsi alkohol (Maulidia et al., 2023). Selain itu, faktor individu seperti usia, jenis kelamin, dan genetik juga berkontribusi terhadap kejadian PTM (Sari et al., 2023). Jika faktor risiko tersebut tidak dikendalikan, maka dapat meningkatkan kemungkinan terjadinya penyakit kronis seperti hipertensi, diabetes melitus, dan obesitas (Kurniasih et al., 2022).

Upaya pencegahan PTM perlu dilakukan melalui pendekatan promotif dan preventif, salah satunya dengan skrining kesehatan secara dini. Skrining bertujuan untuk mendeteksi faktor risiko sejak awal sehingga dapat dilakukan intervensi lebih cepat dan mencegah komplikasi yang lebih berat. Program Posbindu PTM yang dikembangkan di Indonesia merupakan salah satu bentuk upaya deteksi dini dan monitoring faktor risiko PTM berbasis masyarakat (Kementerian Kesehatan RI, 2020). Kegiatan ini meliputi pemeriksaan tekanan darah, indeks massa tubuh, kadar gula darah, serta edukasi kesehatan secara berkala.

Masyarakat pesisir merupakan kelompok yang memiliki kerentanan terhadap masalah kesehatan, termasuk PTM, akibat keterbatasan akses pelayanan kesehatan, rendahnya tingkat pengetahuan kesehatan, serta kondisi sosial ekonomi yang relatif rendah. Selain itu, pola hidup masyarakat pesisir yang dipengaruhi oleh budaya dan lingkungan juga dapat meningkatkan risiko terjadinya PTM. Oleh karena itu, diperlukan intervensi berbasis komunitas yang tidak hanya berfokus pada skrining, tetapi juga pada pendampingan dalam monitoring faktor risiko secara berkelanjutan. Berdasarkan permasalahan tersebut, kegiatan pengabdian kepada masyarakat berupa pendampingan skrining dan monitoring faktor risiko PTM pada masyarakat pesisir menjadi penting untuk dilakukan. Kegiatan ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan, kesadaran,

serta kemampuan masyarakat dalam melakukan deteksi dini dan pengendalian faktor risiko PTM secara mandiri, sehingga dapat menurunkan angka kejadian PTM dan meningkatkan derajat kesehatan masyarakat.

METODE

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan dengan pendekatan partisipatif yang melibatkan masyarakat secara aktif dalam setiap tahapan kegiatan, mulai dari perencanaan hingga evaluasi. Metode yang digunakan bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan serta kemampuan masyarakat dalam melakukan skrining dan monitoring faktor risiko penyakit tidak menular (PTM).

Lokasi dan Waktu Pelaksanaan

Kegiatan ini dilaksanakan di wilayah masyarakat pesisir, yaitu Kelurahan Beting Kuala Kapias, Kecamatan Teluk Nibung, Kota Tanjungbalai pada bulan Januari sampai dengan Februari Tahun 2025.

Sasaran Kegiatan

Sasaran dalam kegiatan ini adalah masyarakat usia produktif dan lanjut usia yang berada di wilayah pesisir dengan jumlah peserta sebanyak 42 orang. Karakteristik sasaran meliputi masyarakat dengan risiko PTM seperti perokok, individu dengan riwayat hipertensi, diabetes, serta masyarakat dengan pola hidup kurang sehat.

Metode Kegiatan

Metode pelaksanaan kegiatan terdiri dari beberapa tahapan sebagai berikut:

Tahap Persiapan

Pada tahap ini dilakukan:

- a. Koordinasi dengan pemerintah desa dan puskesmas setempat
- b. Identifikasi masalah kesehatan masyarakat
- c. Penyusunan materi edukasi
- d. Persiapan alat dan bahan skrining (tensimeter, alat ukur gula darah, timbangan, microtoise)

Tahap Pelaksanaan

Kegiatan inti meliputi:

1. Penyuluhan Kesehatan

Penyuluhan dilakukan untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat mengenai PTM, faktor risiko, serta pentingnya skrining dan monitoring kesehatan. Metode yang digunakan adalah ceramah interaktif dan diskusi.

Skrining Faktor Risiko PTM

Skrining dilakukan untuk mendeteksi kondisi kesehatan masyarakat meliputi:

- a. Pengukuran tekanan darah
- b. Pemeriksaan kadar gula darah
- c. Pengukuran berat badan dan tinggi badan untuk menentukan Indeks Massa Tubuh (IMT)
- d. Wawancara terkait gaya hidup (merokok, aktivitas fisik, pola makan)

2. Pendampingan Monitoring

Peserta yang memiliki faktor risiko diberikan pendampingan dalam melakukan pemantauan secara berkala, termasuk edukasi perubahan perilaku hidup sehat dan pencatatan hasil pemeriksaan sederhana.

3. Tahap Evaluasi

Evaluasi dilakukan untuk menilai efektivitas kegiatan melalui:

- a. **Pre-test dan post-test** untuk mengukur peningkatan pengetahuan masyarakat

- b. Observasi partisipasi dan keterlibatan peserta
- c. Dokumentasi hasil skrining sebagai data dasar kesehatan masyarakat

4. Teknik Pengumpulan Data

Data dikumpulkan melalui:

- a. Hasil pemeriksaan kesehatan (tekanan darah, gula darah, IMT)
- b. Kuesioner pengetahuan (pre-test dan post-test)
- c. Observasi langsung selama kegiatan

5. Teknik Analisis Data

Data yang diperoleh dianalisis secara deskriptif dalam bentuk tabel dan persentase untuk menggambarkan kondisi faktor risiko PTM serta perubahan tingkat pengetahuan masyarakat sebelum dan sesudah kegiatan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

HASIL

Hasil kegiatan menunjukkan bahwa masyarakat pesisir memiliki berbagai faktor risiko PTM yang cukup tinggi. Faktor risiko yang paling banyak ditemukan adalah rendahnya konsumsi sayur dan buah (64,3%), konsumsi makanan tinggi garam (57,1%), dan kurang aktivitas fisik (45,2%). Selain itu, hasil skrining tekanan darah menunjukkan 35,7% peserta telah berada pada kategori hipertensi, sedangkan hasil pemeriksaan IMT menunjukkan 50,0% peserta mengalami berat badan berlebih dan obesitas. Pada pemeriksaan gula darah sewaktu, 42,9% peserta berada dalam kategori berisiko dan tinggi. Temuan ini menunjukkan bahwa masyarakat pesisir memerlukan intervensi promotif dan preventif yang berkelanjutan.

Kegiatan edukasi yang dilakukan terbukti meningkatkan pengetahuan peserta tentang PTM dan faktor risikonya. Rerata nilai pengetahuan meningkat dari 56,4 menjadi 78,9 setelah edukasi. Selain itu, proporsi peserta dengan pengetahuan baik meningkat dari 14,3% menjadi 57,1%. Hasil monitoring juga menunjukkan adanya perubahan perilaku awal pada sebagian peserta, terutama dalam mengurangi konsumsi makanan asin dan meningkatkan aktivitas fisik. Dengan demikian, kegiatan pendampingan skrining dan monitoring faktor risiko PTM memberikan manfaat dalam meningkatkan kesadaran dan deteksi dini masalah kesehatan pada masyarakat pesisir.

Tabel 1. Distribusi Faktor Risiko Perilaku PTM pada Peserta

Faktor Risiko	n	%
Merokok aktif	12	28,6
Kurang aktivitas fisik	19	45,2
Konsumsi sayur dan buah kurang	27	64,3
Konsumsi makanan tinggi garam/asin	24	57,1
Riwayat keluarga hipertensi/diabetes	15	35,7

Tabel 2. Hasil Skrining Tekanan Darah Peserta

Kategori Tekanan Darah	n	%
Normal	16	38,1
Prahipertensi	11	26,2
Hipertensi derajat 1	10	23,8

Kategori Tekanan Darah	n	%
Hipertensi derajat 2	5	11,9

Tabel 3. Hasil Pemeriksaan Indeks Massa Tubuh (IMT)

Kategori IMT	n	%
Kurus	3	7,1
Normal	18	42,9
Berat badan berlebih	11	26,2
Obesitas	10	23,8

Tabel 4. Hasil Pemeriksaan Gula Darah Sewaktu

Kategori Gula Darah	n	%
Normal (<140 mg/dL)	24	57,1
Berisiko (140–199 mg/dL)	13	31,0
Tinggi (≥200 mg/dL)	5	11,9

Tabel 5. Perubahan Rata-rata Nilai Pengetahuan

Variabel	Mean	SD	Min–Maks
Pre-test	56,4	10,8	35–75
Post-test	78,9	8,6	60–95

Tabel 6. Kategori Tingkat Pengetahuan Sebelum dan Sesudah Edukasi

Kategori Pengetahuan	Pre-test n (%)	Post-test n (%)
Baik	6 (14,3)	24 (57,1)
Cukup	17 (40,5)	14 (33,3)
Kurang	19 (45,2)	4 (9,5)

Tabel 7. Hasil Monitoring Perubahan Perilaku

Indikator	n	%
Mengurangi makanan asin	18	42,9
Aktivitas fisik meningkat	15	35,7
Periksa ke puskesmas	9	21,4
Rutin cek tekanan darah	12	28,6
Belum ada perubahan	8	19,0

PEMBAHASAN

Hasil kegiatan pengabdian kepada masyarakat menunjukkan bahwa sebagian besar masyarakat pesisir memiliki faktor risiko penyakit tidak menular (PTM) yang cukup tinggi. Faktor risiko yang dominan meliputi rendahnya konsumsi sayur dan buah,

kebiasaan konsumsi makanan tinggi garam, serta kurangnya aktivitas fisik. Kondisi ini sejalan dengan penelitian Maulidia et al. (2023) yang menyatakan bahwa pola makan tidak sehat dan rendahnya aktivitas fisik merupakan faktor utama yang berkontribusi terhadap peningkatan PTM di masyarakat.

Tingginya konsumsi makanan tinggi garam pada masyarakat pesisir dapat dikaitkan dengan kebiasaan konsumsi ikan asin dan makanan olahan laut yang diawetkan dengan garam. Hal ini berpotensi meningkatkan risiko hipertensi. Kurniasih et al. (2022) menyebutkan bahwa konsumsi natrium yang berlebihan berhubungan secara signifikan dengan peningkatan tekanan darah dan risiko penyakit kardiovaskular. Hasil skrining dalam kegiatan ini juga menunjukkan bahwa lebih dari sepertiga peserta berada pada kategori hipertensi yang mengindikasikan perlunya intervensi kesehatan secara berkelanjutan. Selain itu, hasil pengukuran indeks massa tubuh (IMT) menunjukkan bahwa sebagian besar peserta berada dalam kategori berat badan berlebih dan obesitas. Kondisi ini merupakan faktor risiko penting dalam perkembangan PTM seperti diabetes melitus dan penyakit jantung. Hal ini sejalan dengan penelitian Sari et al. (2023) yang menyatakan bahwa obesitas memiliki hubungan yang signifikan dengan peningkatan risiko penyakit metabolik. Gaya hidup sedentari dan pola konsumsi yang tidak seimbang menjadi faktor utama penyebab kondisi tersebut.

Hasil pemeriksaan gula darah sewaktu juga menunjukkan bahwa sebagian peserta berada dalam kategori berisiko dan tinggi. Temuan ini mengindikasikan adanya potensi kejadian diabetes melitus yang belum terdiagnosis. Menurut Hasibuan (2021), deteksi dini melalui skrining sangat penting untuk mengidentifikasi individu dengan risiko tinggi sehingga dapat dilakukan intervensi lebih awal untuk mencegah komplikasi lebih lanjut. Kegiatan penyuluhan dan edukasi kesehatan yang dilakukan dalam program ini terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan masyarakat. Hal ini ditunjukkan oleh peningkatan skor rata-rata pengetahuan dari sebelum dan sesudah intervensi. Peningkatan ini menunjukkan bahwa metode edukasi yang digunakan mampu meningkatkan pemahaman masyarakat mengenai PTM dan faktor risikonya. Hasil ini sejalan dengan penelitian Mulya (2021) yang menyatakan bahwa edukasi kesehatan berbasis masyarakat dapat meningkatkan kesadaran dan perilaku hidup sehat secara signifikan.

Selain peningkatan pengetahuan, hasil monitoring juga menunjukkan adanya perubahan perilaku awal pada sebagian peserta, seperti mulai mengurangi konsumsi makanan asin dan meningkatkan aktivitas fisik. Meskipun demikian, masih terdapat sebagian peserta yang belum menunjukkan perubahan perilaku. Hal ini menunjukkan bahwa perubahan perilaku kesehatan membutuhkan waktu dan pendampingan yang berkelanjutan. Menurut Maulidia et al. (2023), perubahan perilaku kesehatan tidak hanya dipengaruhi oleh pengetahuan, tetapi juga oleh faktor sosial, budaya, dan dukungan lingkungan.

Pendekatan pendampingan dalam kegiatan ini menjadi salah satu faktor penting dalam keberhasilan program. Pendampingan memungkinkan masyarakat tidak hanya mendapatkan informasi, tetapi juga dukungan dalam menerapkan perilaku hidup sehat. Hal ini sejalan dengan konsep pemberdayaan masyarakat yang menekankan keterlibatan aktif masyarakat dalam menjaga kesehatannya sendiri (Kementerian Kesehatan RI, 2020). Secara keseluruhan, kegiatan pendampingan skrining dan monitoring faktor risiko PTM pada masyarakat pesisir memberikan dampak positif dalam meningkatkan deteksi

dini, pengetahuan, serta perubahan perilaku kesehatan masyarakat. Namun demikian, untuk mencapai hasil yang optimal, diperlukan program yang berkelanjutan dan dukungan dari berbagai pihak, termasuk tenaga kesehatan, pemerintah daerah, dan kader kesehatan setempat.

SIMPULAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat berupa pendampingan skrining dan monitoring faktor risiko penyakit tidak menular (PTM) pada masyarakat pesisir menunjukkan hasil yang positif. Hasil skrining menunjukkan bahwa sebagian besar peserta memiliki satu atau lebih faktor risiko PTM, seperti konsumsi makanan tinggi garam, kurangnya aktivitas fisik, serta kondisi overweight dan hipertensi. Selain itu, ditemukan pula peserta dengan kadar gula darah berisiko dan tinggi yang memerlukan tindak lanjut lebih lanjut. Kegiatan edukasi yang dilakukan terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan masyarakat, yang ditunjukkan dengan adanya peningkatan skor rata-rata pengetahuan setelah intervensi. Selain itu, hasil monitoring menunjukkan adanya perubahan perilaku awal pada sebagian peserta, seperti mengurangi konsumsi makanan asin dan meningkatkan aktivitas fisik. Hal ini menunjukkan bahwa pendekatan pendampingan tidak hanya meningkatkan pengetahuan, tetapi juga mulai mendorong perubahan perilaku kesehatan masyarakat. Secara keseluruhan, kegiatan ini berkontribusi dalam meningkatkan kesadaran, deteksi dini, serta upaya pencegahan PTM pada masyarakat pesisir.

UCAPAN TERIMAKASIH

DAFTAR PUSTAKA

- Hasibuan, R. (2021). Transisi epidemiologi dan peningkatan penyakit tidak menular di Indonesia. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 16(2), 75–82.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2020). Petunjuk teknis Pos Pembinaan Terpadu Penyakit Tidak Menular (Posbindu PTM). Jakarta: Kemenkes RI.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2022). Profil kesehatan Indonesia tahun 2021. Jakarta: Kemenkes RI.
- Kurniasih, D., Wahyuni, S., Pratiwi, R. (2022). Hubungan konsumsi natrium dengan kejadian hipertensi pada masyarakat. *Jurnal Kesehatan*, 13(1), 45–52.
- Maulidia, R., Hidayat, T., Lestari, S. (2023). Faktor risiko perilaku terhadap kejadian penyakit tidak menular pada masyarakat. *Jurnal Ilmu Keperawatan dan Kesehatan*, 11(2), 101–109.
- Mulya, A. (2021). Efektivitas edukasi kesehatan dalam meningkatkan perilaku hidup sehat masyarakat. *Jurnal Promosi Kesehatan Indonesia*, 16(1), 23–30.
- Pradana, Y., Fitriani, D. (2022). Deteksi dini faktor risiko penyakit tidak menular melalui skrining kesehatan. *Jurnal Kesehatan Komunitas*, 8(2), 120–128.
- Rahman, A., Siregar, N. (2020). Perilaku hidup sehat dan pencegahan penyakit tidak menular di masyarakat pesisir. *Jurnal Kesehatan Lingkungan Indonesia*, 19(2), 89–96.
- Sari, N., Putri, A., Rahmawati, D. (2023). Hubungan obesitas dengan risiko penyakit metabolik pada usia dewasa. *Jurnal Gizi dan Kesehatan*, 15(1), 55–63.
- World Health Organization. (2021). Noncommunicable diseases country profiles 2021. Geneva: WHO.