



Journal of Human And Education
Volume 4, No. 6, Tahun 2024, pp 116-121
E-ISSN 2776-5857, P-ISSN 2776-7876
Website: <https://jahe.or.id/index.php/jahe/index>

Pengendalian Terhadap Penyakit Tidak Menular di RT 002 RW 001 Pondok Karya, Tangerang Selatan

Rian Agus Setiawan^{1*}, Gaung Eka Ramadhan², Nila Rostarina³

Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Pertamedika

Email: ras2108@gmail.com¹, gaungekaramadhan@gmail.com², nilarostarina1125@gmail.com³

Abstrak

Program pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman dan keterampilan para santri di Raudhatul Athfal Al-Amanah terkait praktik cuci tangan yang benar sebagai langkah menjaga kebersihan dan kesehatan. Cuci tangan dengan sabun dan air mengalir terbukti efektif dalam mencegah penularan penyakit dengan mengurangi risiko masuknya virus dan bakteri ke dalam tubuh. Kegiatan ini dilaksanakan pada 3 November 2023 di Pamulang Barat, Kota Tangerang Selatan, dengan peserta sebanyak 28 santri dan lima guru. Metode yang digunakan mencakup ceramah interaktif, penggunaan poster sebagai alat peraga, dan demonstrasi langsung praktik cuci tangan. Program ini dirancang agar santri memahami pentingnya kebiasaan cuci tangan dalam aktivitas sehari-hari dan menerapkannya secara konsisten, seperti sebelum dan sesudah makan, setelah menggunakan toilet, dan setelah bermain. Dukungan penuh dari pihak sekolah dalam bentuk fasilitas dan partisipasi aktif turut memastikan kelancaran kegiatan ini. Hasil kegiatan menunjukkan peningkatan pemahaman dan keterampilan santri mengenai kebiasaan cuci tangan yang benar. Program ini diharapkan berkontribusi dalam membangun kebiasaan hidup bersih dan sehat di lingkungan sekolah dan menjadi bagian dari gaya hidup para santri

Kata Kunci: *Edukasi, Cuci Tangan, Santri, Kesehatan, Kebersihan*

Abstract

This community service program aims to enhance the understanding and skills of students at Raudhatul Athfal Al-Amanah regarding proper handwashing practices as a measure to maintain hygiene and health. Washing hands with soap and running water has been proven effective in preventing the transmission of diseases by reducing the risk of viruses and bacteria entering the body. The activity was conducted on November 3, 2023, in Pamulang Barat, South Tangerang, with 28 students and five teachers participating. The methods used included interactive lectures, posters as visual aids, and hands-on demonstrations of proper handwashing practices. The program was designed to help students understand the importance of handwashing habits in daily activities and to consistently apply them, such as before and after meals, after using the toilet, and after playing. Full support from the school in the form of facilities and active participation helped ensure the smooth execution of the program. The results showed an improvement in the students' understanding and skills in practicing proper handwashing. This program is expected to contribute to fostering clean and healthy living habits in the school environment and become a part of the students' lifestyle.

Keywords: *Education, Handwashing, Students, Health, Hygiene*

PENDAHULUAN

Perubahan gaya hidup masyarakat menjadi salah satu penyebab terjadinya pergeseran pola penyakit atau transisi epidemiologi (Khariri & Saraswati, 2021; Nuridayanti et al., 2023; Susilawati et al., 2021). Sebuah pembelajaran berharga di era Jaminan Kesehatan Nasional (JKN), anggaran banyak terserap untuk membiayai penyakit katastropik, yaitu: PJK, Gagal Ginjal Kronik, Kanker, dan Stroke (Riyana et al., 2024). Selain itu, pelayanan kesehatan peserta JKN juga didominasi pada pembiayaan kesehatan di tingkat lanjutan dibandingkan di tingkat dasar. Fakta ini perlu ditindaklanjuti karena berpotensi menjadi beban yang luar biasa terhadap keuangan negara (Fadhilah, 2020).

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. Penyakit kardiovaskular adalah penyakit yang disebabkan oleh gangguan fungsi jantung dan pembuluh darah, seperti penyakit jantung koroner, penyakit gagal jantung atau payah jantung, hipertensi dan stroke (Kemenkes, 2019). Indonesia prevalensi PTM mengalami kenaikan, antara lain kanker naik dari 1,4% menjadi 1,8%, stroke naik dari 7% menjadi 10,9%, penyakit ginjal kronis naik dari 2% menjadi 3,8%, berdasarkan pemeriksaan gula darah diabetes melitus naik dari 6,9% menjadi 8,5%, dan hasil pengukuran tekanan darah, hipertensi naik dari 25,8% menjadi 34,1% (Khasanah et al., 2019; Rahayu et al., 2021; Siswanto & Lestari, 2020)

Berdasarkan hasil wawancara dan observasi di masyarakat RT 002 RW 001 Kelurahan Pondok Karya, Tangerang Selatan masih banyak yang menderita penyakit tidak menular seperti hipertensi, diabetes melitus, hiperkolesterol bahkan ada beberapa yang mengalami stroke. Masyarakat belum mengetahui bahaya penyakit tidak menular karena sebagian tidak terdekteksi, belum mengetahui cara mencegah dan mengendalikan penyakit tidak menular tersebut.

Perilaku masyarakat yang telah menjadi kebiasaan dapat mengantarkan mereka ke penyakit tidak menular. Perilaku tersebut tidak diketahui atau disadari masyarakat sebagai faktor risiko karena kurangnya pemahaman atau mereka memang tidak tahu tentang pencegahan dan cara mengatasi penyakit tidak menular (Asmin et al., 2021; Primadilla et al., 2024). Oleh karena itu, penulis memberikan penyuluhan untuk menambah pengetahuan masyarakat mengenai penyakit tidak menular dengan tujuan masyarakat dapat berperilaku hidup sehat dan terhindar dari berbagai jenis penyakit tidak menular.

Tujuan dari pelaksanaan program Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM) ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat mengenai penyakit tidak menular (PTM) seperti hipertensi, diabetes melitus, hiperkolesterol, dan stroke, dengan harapan masyarakat dapat memahami bahaya, faktor risiko, serta cara pencegahan dan pengendalian PTM. Peningkatan pemahaman ini diharapkan mampu mendorong perubahan perilaku di kalangan masyarakat RT 002 RW 001 Kelurahan Pondok Karya, Tangerang Selatan, agar lebih cenderung menerapkan pola hidup sehat yang dapat mencegah PTM serta menjaga produktivitas dan kualitas hidup mereka. Dengan demikian, diharapkan pula beban biaya kesehatan yang kini banyak terserap untuk menangani penyakit katastropik akibat PTM dapat ditekan melalui pendekatan pencegahan di tingkat dasar, sehingga berdampak positif dalam mengurangi biaya kesehatan di tingkat lanjut.

Urgensi program ini semakin nyata mengingat data nasional yang menunjukkan peningkatan prevalensi PTM di Indonesia, seperti stroke, diabetes melitus, hipertensi, dan penyakit ginjal kronis. Kondisi ini menuntut adanya intervensi langsung di masyarakat guna mencegah penyebaran PTM secara lebih luas dan mengurangi risiko tingginya beban biaya kesehatan negara yang terkuras untuk penanganan penyakit-penyakit tersebut. Berdasarkan observasi, masyarakat di RT 002 RW 001 Pondok Karya masih banyak yang belum memahami bahaya PTM serta metode pencegahannya, sehingga edukasi langsung di tingkat masyarakat sangat penting agar mereka dapat mengambil langkah-langkah pencegahan yang efektif.

Kesadaran dini akan PTM juga perlu diperkuat, mengingat penduduk usia produktif yang semestinya berkontribusi terhadap pembangunan dapat terancam kesehatannya jika tidak melakukan upaya pencegahan terhadap penyakit-penyakit ini. PKM ini bertujuan untuk membangun kesadaran masyarakat tentang pentingnya pemeriksaan kesehatan secara berkala, sehingga deteksi dini dan

pengendalian PTM bisa segera dilakukan sebelum penyakit tersebut berkembang menjadi lebih serius. Harapannya, masyarakat dapat mengadopsi gaya hidup sehat, menjaga produktivitas mereka, serta bersama-sama menurunkan beban finansial akibat PTM yang semakin meningkat di era Jaminan Kesehatan Nasional.

METODE

Metode pelaksanaan Pengabdian Kepada Masyarakat bertema “Pengendalian Terhadap Penyakit Tidak Menular” di RT 002 RW 001 Kelurahan Pondok Karya, Tangerang Selatan, dimulai dengan perkenalan dari tim pelaksana kepada masyarakat setempat. Kegiatan ini dimulai pada pukul 08.00 WIB dan berlangsung hingga pukul 08.30 WIB. Pada sesi ini, tim pelaksana menyampaikan tujuan utama dari program ini, yakni memberikan edukasi dan kesadaran mengenai pentingnya pencegahan penyakit tidak menular (PTM). Sesi perkenalan ini dilakukan agar masyarakat lebih mengenal tim pelaksana dan merasa lebih nyaman serta antusias dalam mengikuti kegiatan, sehingga komunikasi berjalan dengan baik dan efektif.

Setelah perkenalan, tim melanjutkan dengan memberikan informasi dasar mengenai PTM, mencakup pengertian, jenis, dan dampaknya bagi kesehatan individu dan masyarakat. Penyakit seperti hipertensi, diabetes melitus, dan stroke dijelaskan dengan cara yang mudah dipahami, lengkap dengan data dan fakta terkait prevalensi PTM yang semakin meningkat di Indonesia. Masyarakat juga diajak untuk memahami mengapa penyakit-penyakit ini mendapatkan perhatian khusus dalam program kesehatan nasional. Edukasi ini bertujuan untuk membangun kesadaran awal yang diharapkan menjadi dasar bagi masyarakat untuk lebih terbuka dan peduli terhadap kesehatan mereka sendiri. Tahap berikutnya, tim menyampaikan beban yang ditimbulkan oleh PTM, baik dari sisi individu maupun finansial. Dijelaskan bagaimana PTM tidak hanya mempengaruhi kualitas hidup, tetapi juga berpotensi menjadi beban berat bagi keluarga dan masyarakat, bahkan bagi anggaran kesehatan nasional. Dengan memahami dampak besar dari PTM ini, masyarakat diajak untuk melihat pentingnya upaya pencegahan, yang tidak hanya bermanfaat bagi diri sendiri tetapi juga bagi lingkungan sekitar.

Langkah selanjutnya dalam sesi edukasi ini adalah menguraikan faktor-faktor risiko PTM yang sering kali muncul dari gaya hidup sehari-hari. Tim menjelaskan bagaimana kebiasaan seperti pola makan tidak sehat, kurangnya aktivitas fisik, serta kebiasaan merokok dan konsumsi alkohol dapat meningkatkan risiko PTM. Dengan pemahaman ini, masyarakat diharapkan mulai mengidentifikasi kebiasaan-kebiasaan yang perlu diperbaiki dan menyadari pentingnya pola hidup sehat sebagai langkah preventif. Setelah menjelaskan faktor risiko, tim menguraikan berbagai strategi dan langkah yang dapat dilakukan untuk mencegah dan mengendalikan PTM. Mulai dari perubahan pola makan sehat, peningkatan aktivitas fisik, hingga perlunya pemeriksaan kesehatan rutin. Penjelasan ini disampaikan dengan memberikan contoh nyata dan sederhana agar masyarakat dapat dengan mudah mengaplikasikannya dalam kehidupan sehari-hari. Diharapkan, masyarakat dapat memulai perubahan kecil yang konsisten untuk mengurangi risiko PTM.

Pada pukul 09.30 WIB, setelah sesi edukasi selesai, tim menyampaikan ucapan terima kasih kepada seluruh masyarakat yang telah meluangkan waktu untuk berpartisipasi dalam kegiatan ini. Pada kesempatan ini, tim pelaksana juga menyampaikan harapan agar masyarakat dapat mengaplikasikan pengetahuan yang diperoleh dan menjalankan pola hidup sehat. Harapan ini disampaikan dengan nada positif dan memotivasi agar masyarakat termotivasi untuk menjaga kesehatan mereka secara berkelanjutan.

Untuk mendukung terlaksananya kegiatan ini dengan maksimal, partisipasi aktif dari pihak RT dan kader setempat sangatlah penting. Mereka tidak hanya mendukung dari sisi kehadiran, tetapi juga menyediakan fasilitas yang mendukung seperti tempat pertemuan di balai warga, sound system, dan proyektor untuk membantu penyampaian materi dengan lebih baik. Peran fasilitatif ini menunjukkan komitmen pihak RT dan kader dalam mendukung program edukasi kesehatan bagi masyarakatnya. Selain memberikan fasilitas, pihak RT dan kader juga ikut serta dalam menyebarkan informasi mengenai pentingnya kehadiran di kegiatan ini kepada warga. Mereka berperan sebagai penyambung komunikasi antara tim pelaksana dan masyarakat, sehingga kegiatan ini dapat menjangkau lebih

banyak peserta yang hadir. Komitmen mereka dalam mendukung pelaksanaan PKM ini turut menjadi faktor penting dalam keberhasilan kegiatan edukasi kesehatan ini.

Partisipasi masyarakat dalam kegiatan ini juga diperkuat dengan keterlibatan mereka dalam diskusi selama sesi tanya jawab. Masyarakat diberikan kesempatan untuk mengajukan pertanyaan dan berdiskusi terkait masalah kesehatan yang mereka alami atau ketahui. Diskusi ini memungkinkan masyarakat mendapatkan penjelasan lebih mendalam dan spesifik, sesuai dengan kebutuhan mereka. Diskusi interaktif ini juga membantu memperkuat pemahaman mereka tentang pentingnya pencegahan PTM.

Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat ini diharapkan mampu memberikan manfaat jangka panjang bagi masyarakat di RT 002 RW 001 Kelurahan Pondok Karya. Dengan pemahaman yang lebih baik tentang PTM, faktor risikonya, dan langkah-langkah pencegahannya, masyarakat diharapkan dapat menerapkan pola hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari. Melalui perubahan-perubahan kecil yang konsisten, masyarakat dapat menjaga kesehatan mereka dengan lebih baik, menekan risiko terkena PTM, dan turut meringankan beban keuangan yang harus dikeluarkan untuk mengatasi penyakit tidak menular.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan PKM yang dilaksanakan dengan acara tatap muka dan praktek pengembangan media pembelajaran berjalan dengan baik dan lancar. Pertemuan tatap muka dengan metode ceramah atau edukasi serta simulasi. Pengabdian Kepada Masyarakat telah dilaksanakan pada Hari Rabu tanggal 30 Oktober 2024, pukul 08.00 WIB, bertempat di Balai Warga RT 002 RW 001 Kelurahan Pondok Karya, Tangerang Selatan. Peserta sebanyak 50 orang.



Gambar 1. Dokumentasi Kegiatan

Penyuluhan dilakukan menggunakan media power point, proyektor dan infocus. Masyarakat terlihat sangat antusias dalam mendengarkan informasi yang disampaikan sehingga informasi yang didapatkan dipahami langsung oleh masyarakat. Dari hasil penyuluhan yang dilakukan tingkat pengetahuan masyarakat menjadi meningkat mengenai pentingnya pengendalian terhadap penyakit tidak menular.



Gambar 2. Materi Presentasi PKM

Pelaksanaan kegiatan PKM ini dilakukan oleh 3 (Tiga) orang tim pengabdian dengan pokok bahasan yang disampaikan mengenai: apa itu penyakit tidak menular, mengapa penyakit menular menjadi perhatian, beban masalah penyakit tidak menular, faktor resiko penyakit tidak menular dan upaya pengendalian penyakit tidak menular.

Semua materi dapat disampaikan dengan detail, kegiatan yang diawali dengan ceramah atau edukasi serta simulasi ini kemudian dilanjutkan dengan sesi tanya jawab. Berbagai pertanyaan diajukan secara antusias oleh para peserta dalam sesi tanya jawab. Program pengabdian pada masyarakat berupa pengendalian terhadap penyakit tidak menular. Hal ini bertujuan masyarakat selalu menjaga kesehatan sehingga bisa, biasa dan menjadi budaya dalam pengendalian penyakit tidak menular di masyarakat.

SIMPULAN

Program pengabdian pada masyarakat berupa pengendalian terhadap penyakit tidak menular. Hal ini bertujuan agar kedepan Program pengabdian pada masyarakat dapat diselenggarakan dengan baik dan berjalan dengan lancar sesuai dengan rencana kegiatan yang telah disusun. Kegiatan ini mendapat sambutan sangat baik terbukti dengan keaktifan peserta mengikuti pendampingan dengan tidak meninggalkan tempat sebelum waktu penyuluhan berakhir. Berdasarkan hasil evaluasi, disarankan agar durasi pelaksanaan kegiatan pengabdian diperpanjang untuk lebih mencapai tujuan kegiatan, meskipun hal ini memerlukan penambahan biaya. Oleh karena itu, anggaran PKM sebaiknya disesuaikan dengan kebutuhan dan karakteristik khalayak sasaran dari setiap tim pelaksana. Selain itu, perlu diadakan pelatihan berkala serupa agar pengetahuan masyarakat, khususnya di RT 002 RW 001 Kelurahan Pondok Karya, dapat terus meningkat.

DAFTAR PUSTAKA

- Asmin, E., Tahitu, R., Que, B. J., & Astuty, E. (2021). Penyuluhan penyakit tidak menular pada masyarakat. *Community Development Journal*, 2(3), 940–944.
- Fadhilah, N. (2020). Mencegah Risiko Penyakit Tidak Menular (Ptm) Melalui Edukasi Tentang Makanan/Minuman Berisiko Pada Masyarakat Di Upt Puskesmas Pringsewu Kabupaten Pringsewu. *Bagimu Negeri: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(1), 9–12.
- Kemenkes, R. I. (2019). Pusat data dan informasi kemenkes RI Hipertensi si Pembunuh Senyap. *Tentang Hipertensi i Pembunuh Senyap*.
- Khariri, K., & Saraswati, R. D. (2021). Transisi epidemiologi stroke sebagai penyebab kematian pada semua kelompok usia di Indonesia. *Seminar Nasional Riset Kedokteran*, 2(1).
- Khasanah, U., Anwar, S., Sofiani, Y., Kurwiyah, N., & Nurhayati, N. (2019). Edukasi Masyarakat Dalam Peningkatan Pencegahan Dan Perawatan Hipertensi dan DM Desa Kaliasin Kecamatan Sukamulya Kabupaten Tangerang. *Prosiding Seminar Nasional Pengabdian Masyarakat LPPM UMJ*.
- Nuridayanti, A., Lukmawati, D., & Andira, N. A. (2023). Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (GERMAS) dan Siaga Sehat, PHBS dan Pemeriksaan/Screening Kesehatan di Desa Tambakrejo, Kecamatan Gurah, Kabupaten Kediri. *DIMAS: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 1(4).
- Primadilla, H., Metri, D., Puspitarini, Z., & Mulia, M. (2024). Penggerakan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Kawasan Wisata Berbasis Masyarakat Tirta Shinta Kabupaten Lampung Utara: Moving Clean and Healthy Living Behavior in The Tirta Shinta Community-Based Tourism Area, North Lampung District. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat: Kesehatan*, 4(1), 21–29.
- Rahayu, D., Irawan, H., Santoso, P., Susilowati, E., Atmojo, D. S., & Kristanto, H. (2021). Deteksi Dini Penyakit Tidak Menular pada Lansia. *Jurnal Peduli Masyarakat*, 3(1), 91–96.
- Riyana, A., Hidayat, U. A., & Hiadayat, A. A. S. (2024). Sosialisasi Gerakan Masyarakat Hidup Sehat Di Pesantren Manbaul Ulum Kabupaten Tasikmalaya. *Edukasi Masyarakat Sehat Sejahtera (EMaSS): Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 6(1), 62–67.
- Siswanto, Y., & Lestari, I. P. (2020). Pengetahuan penyakit tidak menular dan faktor risiko perilaku pada remaja. *Pro Health Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 2(1), 1–6.

Susilawati, S., Herdiani, I., & Novayanti, N. (2021). Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (GERMAS) pada Kader Posyandu di Wilayah Puskesmas Cibeureum. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Progresif Humanis Brainstorming*, 4(1), 41-46.