

Upaya Peningkatan Literasi Kesehatan pada Remaja tentang Penyakit Tidak Menular di Bantul, Yogyakarta

Brune Indah Yulitasari¹, Agus Salim¹, Anggie Khoirunisa¹, Armia Pratama¹, Atiqa Fitri Aryanti¹, Deby Rahma Laili¹, Dian Aminah Lestari¹, Herlin Harip Nurmasari¹, Herlina Wati¹, Meilani Putri Suprpto¹, Riyan Hidayat¹, Vegy Oktaviani¹, Verren Amelia¹

¹ Universitas Alma Ata, Jalan Brawijaya, Jadan, Tamatirto, Kasihan, Bantul, Yogyakarta
Email: brune@almaata.ac.id

Abstrak

Penyakit tidak menular (PTM) merupakan penyebab kematian utama di Indonesia. Saat ini penyakit tidak menular tidak hanya menyerang orang yang berusia lanjut, tetapi juga menyerang pada remaja. PTM pada remaja dipicu oleh berbagai faktor risiko yang terkait dengan pola hidup tidak sehat. Faktor perilaku memegang peranan penting dalam berkembangnya penyakit tidak menular pada remaja. Hal ini dikarenakan kurangnya pengetahuan tentang PTM yang didapatkan oleh remaja. Remaja lebih banyak mendapatkan informasi kesehatan tentang kesehatan reproduksi dan beranggapan bahwa PTM merupakan penyakit yang diderita oleh orang berusia lanjut. Kegiatan penyuluhan ini bertujuan untuk meningkatkan literasi kesehatan remaja tentang penyakit tidak menular di dusun Surobayan, Sedayu, Bantul, Yogyakarta. Kegiatan penyuluhan ini diikuti oleh 40 remaja dusun Surobayan. Kegiatan ini dilakukan *pre-test*, penyuluhan penyakit tidak menular dan *post-test*. Hasil dari kegiatan penyuluhan menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan remaja yang signifikan tentang penyakit tidak menular sebesar 37,9.

Kata Kunci: remaja; pelatihan; literasi kesehatan

Efforts to Improve Health Literacy in Adolescents about Non-Communicable Disease in Bantul, Yogyakarta

Abstract

Non-communicable diseases (NCDs) are the leading cause of death in Indonesia, affecting not only the elderly but also adolescents. Various risk factors associated with unhealthy lifestyles trigger NCDs in adolescents. Behavioral characteristics are essential in increasing non-communicable diseases in this age group. This is due to the lack of knowledge about NCDs obtained by adolescents. They receive more health information about reproductive health and assume that NCDs are diseases suffered by the elderly. This counseling activity aims to improve adolescents' health literacy about non-communicable diseases in Surobayan hamlet, Sedayu, Bantul, Yogyakarta. The activity

was done through pre-tests, non-communicable disease counseling, and post-tests. The results showed a significant increase in adolescent knowledge about non-communicable diseases, with a rise of 37.9%.

Keywords: *adolescent, training, health literacy*

PENDAHULUAN

Penyakit tidak menular (PTM) merupakan penyebab kematian utama di Indonesia. Temuan Riskesdas tahun 2018 menunjukkan bahwa prevalensi penyakit tidak menular mengalami peningkatan sejak tahun 2013. Angka kejadian kanker meningkat 0,4% dari 1,4 % menjadi 1,8%. Angka kejadian stroke juga mengalami peningkatan dari 7% menjadi 10,9%. Penyakit ginjal kronis meningkat dari 2% menjadi 3,8%. Dari hasil pemeriksaan gula darah, diabetes meningkat 6,9% menjadi 8,5%. Begitu juga dengan angka hipertensi mengalami peningkatan cukup signifikan dari 25,8% menjadi 34,1 % (Riskesdas, 2018).

Saat ini penyakit tidak menular tidak hanya menyerang orang yang berusia lanjut, tetapi juga menyerang pada remaja. Penyakit Tidak Menular (PTM) pada remaja dipicu oleh berbagai faktor risiko yang terkait dengan pola hidup tidak sehat. Faktor perilaku memegang peranan penting dalam berkembangnya penyakit tidak menular pada remaja. Perilaku tidak sehat seperti pola makan yang buruk, kurang olah raga, merokok, dan konsumsi alkohol dapat meningkatkan resiko PTM pada remaja (Yuningrum et al., 2021). Selain itu, pola makan yang mengandung lemak tinggi, gula, dan garam serta rendah serat dan nutrisi penting lainnya telah terbukti berhubungan dengan obesitas, diabetes, dan penyakit kardiovaskuler. Meningkatnya beban PTM dibarengi dengan peningkatan faktor risiko seperti peningkatan tekanan darah, kadar gula darah, BMI atau obesitas, kebiasaan makan yang tidak sehat, kurang aktivitas fisik, merokok dan konsumsi alkohol. Selain itu, aktivitas fisik dan gaya hidup yang tidak aktif juga dapat memicu terjadinya obesitas, peningkatan tekanan darah, dan penyakit lainnya. Remaja yang merokok dan minum alkohol juga dapat menyebabkan masalah kesehatan jangka Panjang seperti paru-paru, penyakit hati, dan kanker (Susanti et al., 2023).

Upaya kesehatan sebagai wujud tanggap dan peduli kesehatan masyarakat juga dilakukan terhadap remaja. Salah satu upaya yang dilakukan adalah memberikan pemahaman yang baik mengenai penyakit tidak menular kepada lansia.

Berdasarkan analisis tersebut di atas, maka perlu dilakukan pendidikan kesehatan pada remaja di dusun Surobayan untuk meningkatkan literasi kesehatan para remaja mengenai PTM. Hal ini dikarenakan kurangnya pengetahuan tentang PTM yang didapatkan oleh remaja. Remaja lebih banyak mendapatkan informasi kesehatan tentang kesehatan reproduksi dan beranggapan bahwa PTM merupakan penyakit yang diderita oleh orang berusia lanjut.

BAHAN DAN METODE

Kegiatan pengabdian masyarakat pada remaja di dusun Surobayan dilaksanakan pada tanggal 21 Januari 2024 dengan sejumlah peserta 40 remaja dusun Surobayan dengan tema “Remaja Hebat, Kesehatan Optimal: Pendidikan tentang penyakit tidak menular” Adapun tahapan yang dilakukan dalam kegiatan tersebut meliputi:

- a. Tahap persiapan: Melakukan koordinasi dengan pak dukuh Surobayan dan ketua kader remaja untuk menentukan waktu dan tempat pelaksanaan kegiatan.
- b. Tahap Pelaksanaan: Mempersiapkan lembar presensi bagi peserta, menyiapkan sarana dan prasarana yang dibutuhkan dalam penyelenggaraan tersebut. Memberikan *pre-test* kepada peserta tentang masalah kesehatan tidak menular, penyampaian materi dengan menggunakan *power point* (metode ceramah, tanya jawab dan diskusi). Kemudian dilakukan evaluasi dengan melakukan *post-test* dengan pertanyaan yang sama saat dilakukan pre-test. Tempat diselenggarakannya kegiatan ini di rumah bapak kepala dusun Surobayan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pemberian pendidikan kesehatan tentang penyakit tidak menular kepada remaja dilaksanakan sebagai bentuk upaya pencegahan terjadinya penyakit tidak menular pada remaja. Kegiatan ini dilaksanakan pada tanggal 21 Januari 2024 yang dihadiri oleh 40

remaja dusun Surobayan. Adapun hasil rangkaian kegiatan dari pengabdian masyarakat sebagai berikut:

Pertama, sebelum kegiatan penyuluhan ini dimulai, para peserta diminta untuk mengerjakan soal *pre-test* dengan memberikan kuesioner dengan 30 pertanyaan berkaitan dengan penyakit tidak menular. Kegiatan dilanjutkan dengan pemberian materi tentang penyakit tidak menular meliputi tanda gejala dan cara penanganan penyakit hipertensi dan diabetes melitus.



Gambar 1. Kegiatan penyuluhan kesehatan

Kedua, setelah materi selesai disampaikan, dilanjutkan dengan evaluasi. Peserta diberikan lembar *post-test* untuk dikerjakan. Tabel 1 menunjukkan hasil *pre-test* bahwa rata-rata pemahaman peserta mengenai penyakit tidak menular sebesar 53,85 dan nilai *post-test* sebesar 91, 75. Hal ini menunjukkan adanya peningkatan yang sangat signifikan sebesar 37,9. Hasil ini juga sejalan dengan kegiatan yang dilakukan oleh Setyaningsih & Cinintya menunjukkan bahwa adanya peningkatan yang signifikan pengetahuan remaja tentang penyakit tidak menular melalui pendidikan kesehatan (Setyaningsih & Cinintya Nurzihan, 2019). Selain itu pada kegiatan ini juga menggunakan media visual yang mana dapat membantu peserta tetap bisa melihat dan memperhatikan setiap materi. Sejalan

dengan (Yuandari & Rahman, 2022) yang menyatakan bahwa penyuluhan kesehatan dengan media power point dapat meningkatkan pengetahuan remaja.

Tabel 1. Pengetahuan peserta sebelum dan sesudah penyuluhan

Kegiatan	Skor	Perubahan
<i>Pre-test</i>	53,85	37,9
<i>Post-test</i>	91,75	

Media visual dalam pemberian informasi edukasi memberikan gambaran lebih nyata serta meningkatkan retensi memori karena lebih menarik dan mudah diingat sehingga mampu meningkatkan ketertarikan dalam mengikuti penyuluhan sehingga penyuluhan bisa tercapai (Fitri & Fitriani, 2019).

SIMPULAN DAN SARAN

Pelaksanaan kegiatan penyuluhan kesehatan terkait penyakit tidak menular pada remaja telah berhasil meningkatkan pemahaman remaja mengenai upaya mencegah terjadinya penyakit tidak menular dikalangan remaja. Hal ini dibuktikan dengan hasil evaluasi kegiatan yang menunjukkan peningkatan pengetahuan reamaja sebesar 37,9 setelah diberikan pendidikan kesehatan terkait penyakit tidak menular. Sehingga diperlukan peran masyarakat terutama kader-kader remaja agar memotivasi remaja-remaja di dusun Sorobayan untuk aktif mengikuti kegiatan posyandu remaja secara rutin agar terpantau kesehatannya.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terimakasih kepada Kepala Dusun Surobayan dan remaja dusun Surobayan atas partisipasinya, sehingga kegiatan pengabdian dapat terlaksana dengan baik dan lancar.

RUJUKAN

Fitri, R. P. S., & Fitriani, I. M. (2019). Efektifitas Pendidikan Kesehatan Dengan Penggunaan Media Audio Visual Terhadap Perubahan Pengetahuan Remaja

- Tentang Obesitas Di Smpn 1 Pekanbaru. *Prepotif Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 53(9), 1689–1699.
- Riskesdas. (2018). Laporan Nasional Riskesdas 2018. In *Lembaga Penerbit Balitbangkes*.
[https://repository.badankebijakan.kemkes.go.id/id/eprint/3514/1/Laporan Riskesdas 2018 Nasional.pdf](https://repository.badankebijakan.kemkes.go.id/id/eprint/3514/1/Laporan_Riskesdas_2018_Nasional.pdf)
- Setyaningsih, A., & Cinintya Nurzihan, N. (2019). Peningkatan Pemahaman Risiko Penyakit Tidak Menular Pada Remaja Melalui Deteksi Dini Dengan Pemeriksaan Komposisi Tubuh Di SMK PGRI 2 Surakarta. *Jurnal Pemberdayaan Masyarakat Mandiri Indonesia (Indonesian Journal of Independent Community Empowerment)*, 2(3), 63–68. <https://doi.org/10.35473/jpmmi.v2i3.34>
- Susanti, N., Sari, D., Dina, D., Hasibuan, I. Iarasati, Melisa, M., & Dharma, R. A. (2023). Analisis Gambaran Faktor Risiko Perilaku Penyakit Tidak Menular Pada Remaja. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 4(4), 4530–4535. <https://doi.org/10.31004/jkt.v4i4.16465>
- Yuandari, E., & Rahman, R. T. A. (2022). Pengembangan Metode Promosi Kesehatan Tentang Pengetahuan HIV/AIDS Terhadap Remaja. *Dinamika Kesehatan Jurnal Kebidanan Dan Keperawatan*, 13(2), 263–277. <https://doi.org/10.33859/dksm.v13i2.875>
- Yuningrum, H., Trisnowati, H., & Rosdewi, N. N. (2021). Faktor Risiko Penyakit Tidak Menular (PTM) pada Remaja: Studi Kasus pada SMA Negeri dan Swasta di Kota Yogyakarta. *Jurnal Formil (Forum Ilmiah) Kesmas Respati*, 6(1), 41. <https://doi.org/10.35842/formil.v6i1.343>