

Promosi Kesehatan Dalam Pencegah Penyakit Degeneratif Pada Siswa di SMK Negeri 1 Kotamobagu

^{1)*Sarman,} ^{2) Moh. Rizki Fauzan,} ^{3) Fachry Rumaf} ^{4) Hairil Akbar} ^{5) Darmin} ^{6) Muzayyana} ^{7) Agustin} ^{8) Sitti Nurul Hikma Saleh}

^{1,2,3,4,5)} *Program Studi Kesehatan masyarakat, Fakultas ilmu kesehatan, Intitut Kesehatan dan Teknologi Graha Medika, Indonesia*

^{6,7,8)} *Program Studi DIII Kebidanan, Fakultas ilmu kesehatan, Intitut Kesehatan dan Teknologi Graha Medika, Indonesia*

Email: ¹sarmanmustamin90@gmail.com, ²mrrizkifauzan@gmail.com, ³fachryrumaf5@gmail.com, ⁴muzayyanna@gmail.com, ⁵agustinbidan08@gmail.com, ⁶nurulhikmasaleh.com, ⁷hairil.akbarepid@gmail.com, ⁸dharmyn@gmail.com

INFORMASI ARTIKEL	ABSTRAK
Kata Kunci: Promosi Kesehatan Degeneratif Siswa	Penyakit degenerative merupakan penyakit kronik yang mempengaruhi kualitas hidup seseorang. ada bayak penyakit degheneratif yang sedini mungkin segera diprhatikan seperti diabetes melitus, darah tinggi, stroke jantung dan penyakit degenerative lainnya. Indonesia menanggung beban ganda penyakit di bidang kesehatan, yaitu penyakit infeksi masih merajalela dan ditambah lagi dengan penyakit kronik degenerative. upaya promosi kesehtan menjadi sangat penting dalam upoaya pencegahan penyaki degenerative di usia remaja. promosi kesehatan ini dilakukan pada remaja karena pola hidup remaja yang tidak sehat, hal ini dapat dilihat dari kebiasaan merokok para remaja dan kebiasaan makan makanan yang tidak sehat atau jajan sembarangan, kurangnya mengkonsumsi sayuran dan buah-buahan, serta minimnya aktivitas fisik seperti olahraga dalam upaya pencegahan penyakit degeneratif pada remaja. Tujuan kegiatan ini untuk meningkatkan pengetahuan tentang pencegahan penyakit degfeneratif dikalangan remaja serta sebagai upaya untuk mengatasi masalah timbulnya penyakit degenerative pada usia remaja (siswa/i). Hasil kegiatan pengabdian menunjukan ada peningkatan rata rata pengetahuan dari 6,61 menjadi 13,80 dan peningkatan sikap dari 9,61 menjadi 14,47. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dapat dilaksanakan dengan baik hal ini ditinjau dari kelancaran acara dan partisipasi siswa dan guru. Peningkatan kualitas Kesehatan perlu dilakukan dengan menumbuhkan kesadaran dan peningkatan Pendidikan kepada siswa dan siswi tentang pencegahan penyakit degeneratif.

ABSTRACT

Keywords:
Health Promotion
Degenerative
Student

Degenerative disease is a chronic disease that affects a person's quality of life. There are many degenerative diseases that need attention as early as possible with diabetes mellitus, high blood pressure, heart stroke and other degenerative diseases. Indonesia is increasing the burden of disease in the health sector, namely infectious diseases are still rampant and coupled with chronic degenerative diseases. Health promotion efforts are very important in preventing degenerative diseases at a young age. This health promotion is carried out on teenagers who have unhealthy lifestyles, this can be seen from the smoking habits of teenagers and the habit of eating unhealthy foods or snacks, lack of consuming vegetables and fruits, and the lack of physical activity such as sports in an effort to prevent disease, degenerative in adolescents. The purpose of this activity is to increase knowledge about the prevention of degenerative diseases among adolescents as well as efforts to overcome the problem of the emergence of degenerative diseases at a young age (students). The results of service activities showed that there was an increase in the average knowledge from 6.61 to 13.80 and an increase in attitude from 9.61 to 14.47. Community service activities can be carried out properly, this is in terms of the smooth running of the event and the participation of students and teachers. Improving the quality of health needs to be done by raising awareness and increasing education to students about the prevention of degenerative diseases.

This is an open access article under the [CC-BY-SA](#) license.



I. PENDAHULUAN

Di Indonesia transisi epidemiologi menyebabkan terjadinya pergeseran pola penyakit, di mana penyakit kronis degeneratif sudah terjadi peningkatan. Penyakit degeneratif adalah penyakit kronik yang mempengaruhi kualitas hidup seseorang seperti penyakit jantung, hipertensi, diabetes, kegemukan dan lainnya. Penyakit degeneratif semakin berkembang karena menurunnya aktivitas fisik, gaya hidup dan pola makan faktor lingkungan kerja, olahraga, dan faktor stress. (Hanum & Ardiansyah, 2018) Perubahan gaya hidup terutama di kota kota besar menyebabkan terjadinya peningkatan prevalensi penyakit degeneratif. Penyakit degeneratif mempunyai tingkat mortalitas yang tinggi dan dapat mempengaruhi kualitas hidup dan produktivitas seseorang. (Suiraoaka, 2012) Perubahan gaya hidup pada masyarakat terutama dipicu oleh peningkatan di sektor pendapatan ekonomi, kesibukan kerja yang tinggi dan promosi makanan trendy asal barat, utamanya fast food yang populer di Amerika dan Eropa, namun tidak diimbangi dengan pengetahuan dan kesadaran gizi. Penyakit degeneratif umumnya merupakan Penyakit Tidak Menular (PTM) jika dikaitkan dengan proses penuaan yang terjadi pada seseorang. Penyakit tidak menular (PTM) menjadi penyebab kematian tertinggi di dunia. (Akbar, 2021) Penyakit ini dapat menyerang seseorang dalam usia produktif hingga orang-orang dengan usia lanjut. Penyakit ini terjadi karena adanya perubahan pada sel-sel tubuh yang akhirnya mempengaruhi fungsi organ secara menyeluruh. Proses penuaan adalah penyebab penyakit degeneratif yang umum. (Nuriyah, Asyhari Asyikin, 2020)

Perubahan sosial ekonomi dan selera makan pada masyarakat akan mengakibatkan perubahan pola makan masyarakat yang cenderung menjauhkan konsep makanan yang seimbang, sehingga berdampak negatif terhadap kesehatan dan gizi. Pola makan tinggi lemak jenuh dan gula, serta rendah serat dan rendah zat gizi mikro akan menyebabkan masalah kegemukan, gizi lebih, serta meningkatkan radikal bebas yang akhirnya mengakibatkan perubahan pola penyakit dari infeksi penyakit kronis non infeksi atau munculnya penyakit degenerative. (Fridalni et al., 2019).

Indonesia pada bidang kesehatan saat ini menghadapi dua hal utama, yaitu penyakit infeksi/menular dan meningkatnya jumlah penderita penyakit tidak menular. Pasien dengan penyakit degeneratif di Indonesia selalu mengalami peningkatan dari tahun ke tahun yaitu pada tahun 2007 sebanyak 9,4 % menjadi 13,3% pada tahun 2013 (Kesehatan, 2018) Di Indonesia

angka kejadian penyakit degeneratif yaitu stroke sebanyak 1.236.825 orang, penyakit hipertensi sebanyak 84.345 orang, Diabetes Mellitus sebanyak 10 juta orang, penyakit jantung sebanyak 883.447 orang dan penyakit kanker sebanyak 330.000 dengan kejadian tertinggi berada di Yogyakarta.(Penyakit et al., 2019)

Hasil Riset Kesehatan Dasar atau Riskesdas 2018 menunjukkan prevalensi penyakit tidak menular mengalami kenaikan jika dibandingkan dengan Riskesdas 2013, antara lain kanker, stroke, penyakit ginjal kronis, diabetes melitus, dan hipertensi. Hasil Riskesdas juga menyebutkan bahwa perilaku merokok pada remaja meningkat yakni dari 7,2 persen, 8,8 persen, dan kini 9,1 persen. Data proporsi konsumsi minuman beralkohol pun meningkat dari 3 persen menjadi 3,3 persen.(Fridalni et al., 2019) Demikian juga proporsi kurangnya aktivitas fisik naik dari 26,1 persen menjadi 33,5 persen. Ada empat jenis penyakit degeneratif utama menurut WHO yaitu penyakit kardiovaskular (penyakit jantung koroner dan stroke), kanker, penyakit pernapasan kronis (asma dan penyakit paru obstruksi kronis), dan diabetes.(Fridalni et al., 2019) Saat ini penyakit degeneratif menjadi penyebab kematian terbesar di dunia. Hampir 17 juta orang di dunia meninggal lebih awal setiap tahun akibat epidemi global penyakit degenerative. Penyakit degeneratif menjadi penyebab kematian tertinggi di Indonesia yaitu 64%. Sebagian besar penyakit degeneratif disebabkan oleh penyakit kardiovaskuler (30%), selanjutnya kanker (13%), penyakit pernafasan (7%), diabetes (3%) dan yang 10 % disebabkan penyakit PTM lain-nya.(Dewi & Meisyaroh, 2021) Kebiasaan makan yang tidak sehat (konsumsi tinggi gula, garam, lemak jenuh, dan lainnya) dan gaya hidup yang tidak sehat (merokok, konsumsi alkohol, dan aktivitas fisik) merupakan faktor risiko utama penyakit jantung dan penyakit tidak menular lainnya (Meilina et al., 2020) banyak perhatian di sekitar mengenai remaja yang memiliki kebiasaan dalam memilih makanan, termasuk rendahnya konsumsi buah dan sayur serta tingginya konsumsi makanan dan minuman manis. Remaja memiliki kebiasaan dalam mengonsumsi makanan asin yang tinggi.(Meilina et al., 2020)

Peningkatan pengetahuan tentang penyakit degeneratif secara dini dapat mendukung upaya promotive dan preventif dari masyarakat terhadap penyakit degeneratif.(Fridalni et al., 2019) Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk mengedukasi dini dengan melakukan promosi kesehatan dan meningkatkan pengetahuan tentang gejala, pencegahan, dan terapi penyakit degeneratif khususnya penyakit hipertensi, diabetes mellitus, asam urat, dan kolesterol kepada siswa/siswi SMKN 1 Kotamobagu. Kegiatan ini juga dilakukan untuk menyukseskan program pemerintah agar setiap tenaga Kesehatan dapat berperan aktif dalam mencegah, melindungi, memberikan edukasi, kepada masyarakat sehingga Indonesia dapat menjadi negara sehat.

II. MASALAH

Lokasi penelitian dilakukan di SMKN 1 Kotamobagu adalah salah satu satuan pendidikan dengan jenjang sekolah menengah kejuruan di Molinow, Kec. Kotamobagu Barat, Kota Kotamobagu, Sulawesi Utara. Dalam menjalankan kegiatannya, SMKN 1 Kotamobagu berada di bawah naungan Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan.Sekolah Menengah Kejuruan Negeri 1 Kotamobagu merupakan sekolah dengan jumlah siswa terbanyak dikotamobagu dengan berbagai karakteristik siswa dan siswa, jumlah yang banyak tentu harus bisa dikelola dengan baik, terutama pengelolaan dengan memperhatikan Kesehatan pada khususnya,pengelolaan Kesehatan lebih dimaksimalkan pada pola perilaku pencegahan penyakit khususnya masalah penyakit degeneratif pada remaja, perilaku yang mengarah pada obesitas pada remaja yang dapat memicu terjadinya penyakit degeneratif. Pengetahuan siswa/i tentang penyakit degenerative masih sangat kurang hal tersebut diketahui saat kami melakukan survey awal dengan memberikan kuisioner awal sebelum melakukan kegiatan untuk mengukur tingkat pengetahuan tentang pencegahan penyakit degeneratif.



Gambar 1. Lokasi Pelaksanaan Pengabdian Kepada Masyarakat (PkM) SMK N I Kotamobagu

III. METODE

Peserta yang terlibat dalam kegiatan promosi Kesehatan pencegahan penyakit degenerative berjumlah 21 responden. Metode pelaksanaan yang dilakukan dalam pengabdian ini yaitu melakukan pertama mengukur pengetahuan dan sikap siswa/i dengan kuisioner kemudian dilanjutkan dengan kegiatan dengan pemaparan materi tentang pencegahan penyakit degenerative menggunakan laptop dan infokus serta materi powerpoint menjelaskan secara aktif dan tanya jawab antara pemateri dan peserta, kemudian pemateri memilih 2 orang untuk menjawab pertanyaan agar pemateri mendapatkan gambaran pengetahuan peserta, kemudian diakhiri dengan pengukuran pengetahuan peserta dengan lembar kuisioner untuk mengetahui peningkatan pengetahuan setelah promosi kesehatan.

IV. HASIL DAN PEMBAHASAN

Jenis kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini berupa promosi kesehatan kepada siswa/i di SMKN 1 Kotamobagu dengan materi "Promosi Kesehatan dalam pencegahan penyakit degeneratif pada remaja di SMK N 1 Kotamobagu". Peserta yang ikut dalam kegiatan ini berjumlah 21 orang. Kegiatan Promosi Kesehatan ini dilaksanakan pada tanggal 25 Agustus 2022 dimulai pada pukul 09.00 s/d 11.30 Wita di Ruang kelas SMK N 1 Kotamobagu. Anggota pelaksana merupakan dosen Prodi Kesehatan Masyarakat Fakultas Ilmu Kesehatan Institut Kesehatan dan Teknologi Graha Medika. Sebelum melakukan promosi kesehatan ketua dan anggota pelaksana menyiapkan bahan atau materi yang akan dipersiapkan kepada siswa-siswi. Setelah ketua dan anggota memberikan materi, para siswa diberikan kesempatan untuk bertanya atau memberikan tanggapan atas materi yang telah disampaikan.

Karakteristik peserta kegiatan pengabdian kepada masyarakat di SMK N 1 Kotamobagu dapat dilihat pada table dibawah ini:

Tabel 1. Karakteristik peserta berdasarkan jenis kelamin

Karakteristik	Jumlah (n)	Persen (%)
Laki Laki	5	24
Perempuan	16	76
Total	21	100

Data primer

Kegiatan pengabdian masyarakat ini menunjukkan bahwa pada tabel 1 terdapat dari 21 peserta yang terdiri dari peserta yang berjenis kelamin laki - laki sebanyak 5 orang dengan persentase 24%. Sedangkan yang berjenis kelamin perempuan sebanyak 16 orang dengan persentase 76%.

Pengukuran pengetahuan dan sikap dalam pencegahan penyakit degenerative juga dilakukan untuk mengetahui tingkat kepaahaman siswa/siswi setelah dilakukan promosi Kesehatan di sekolah. Keberhasilan kegiatan dapat dilihat dari peningkatan pengetahuan dan sikap peserta setelah menerima materi promosi Kesehatan. Hasil persentase tabel penilaian pretest dan posttest pengetahuan dan sikap dapat dilihat pada tabel dibawa ini:

Tabel 2. Penilaian pretest dan posttest pengetahuan dan sikap pencegahan penyakit degenerative siswa SMKN 1 Kotamobagu

Hasil Pengukuran	N	Minimum	maximum	Mean	Std Deviasi
Pengetahuan sebelum	21	4.00	9.00	6.61	1.90987
Pengetahuan sesudah	21	10.00	19.00	13.80	2.90894
Sikap sebelum	21	7.00	13.00	9.61	1.39557
Sikap sesudah	21	12.00	18.00	14.47	1.43593
Valid N (listwise)					

Data primer

Berdasarkan tabel 2 terlihat pengetahuan peserta sebelum dilakukan promosi Kesehatan dengan hasil ukur rata rata pengetahuan sebelum promosi (mean 6,61). Setelah dilakukan promosi kesehatan terdapat peningkatan dengan hasil pengukuran pengetahuan rata rata (mean 13,80). Hal ini menunjukkan bahwa setelah diberikan promosi terhadap pengetahuan siswa/i tingkat pengetahuan responden menjadi lebih baik. Sedangkan pengukuran Sikap peserta sebelum Promosi Kesehatan dengan hasil pengukuran rata rata sikap (mean 9,61). Setelah dilakukan promosi kesehatan terdapat peningkatan dengan hasil pengukuran sikap rata rata (mean 18,00). Hal ini menunjukkan bahwa setelah diberikan promosi terhadap sikap siswa/i sikap peserta mengalami peningkatan.



Gambar 2. Kegiatan pelaksanaan promosi kesehatan pencegahan penyakit degeneratif pada siswa/i di SMKN 1 Kotamobagu

Harapan yang ingin dicapai dari pemberian promosi Kesehatan adalah agar tercapainya perubahan perilaku individu, keluarga, dan masyarakat dalam membina dan memelihara perilaku sehat dan lingkungan sehat, serta berperan aktif dalam upaya mewujudkan derajat kesehatan yang optimal (Kalangi et al., 2018). Peningkatan pengetahuan siswa/i salah satunya didukung oleh pemaparan interaktif antara pemateri Promosi Kesehatan dan keaktifan peserta dalam bertanya, isi materi sesuai dengan materi promosi disesuaikan dengan kehidupan siswa dalam berperilaku sehari-hari seperti persoalan gaya hidup usia remaja/sekolah.

Hasil kegiatan ini juga didukung oleh Pengabdian yang dilakukan oleh Nova Fridalni dkk, tahun 2019 dengan tema Pengenalan dini penyakit degenerative pada remaja, diketahui

terdapat perbedaan antara pengetahuan responden yang mendapatkan informasi dan yang tidak mendapatkan informasi dengan Pendidikan kesehatan tentang masalah penyakit degeneratif seperti diabetes melittus,stroke dan gagal ginjal. (Fridalni et al., 2019).Kegiatan ini juga sejalan dengan Rosmala Dewi tahun 2021 tentang penyuluhan kesehatan penyakit degenerative terhadap lanjut usia menunjukkan peningkatan pengetahuan setelah kegiatan.(Dewi & Meisyaroh, 2021). Kegiatan ini sejalan dengan kegiatan pengmas yang dilakukan oleh Hamzah B. dengan tema pencegahan penyakit tidak menular melalui edukasi cerdas didapatkan hasil dengan adanya peningkatan pengetahuan masyarakat moyag setelah dilakukan edukasi. Artinya promosi Kesehatan atau edukasi Kesehatan dapat meningkatkan pengetahuan responden (Akbar, 2021).

V. KESIMPULAN

Hasil kegiatan pengabdian masyarakat ini menunjukkan tingkat pengetahuan siswa/I tentang pencegahan penyakit degeneratif sebelum pemberian promosi kesehatan mengalami perbedaan sebelum dan sesudah promosi Kesehatan. Tingkat pengetahuan siswa/i tentang pencegahan penyakit degeneratif sesudah pemberian promosi kesehatan naik dari rata rata pengetahuan 6,61 menjadi 13,80 begitu juga sikap siswa/i rata rata sebelum 9,61 menjadi 14,47. Sehingga terdapat pengaruh promosi kesehatan terhadap tingkat pengetahuan dan sikap siswa/i tentang pencegahan penyakit degeneratif.

UCAPAN TERIMA KASIH

Dengan suksesnya kegiatan pengabdian kepada masyarakat, tentu kami rasa perlu mengucapkan terimakasih kepada LPPM Institut Kesehatan dan Teknologi Graha Medika Program Studi Kesehatan Masyarakat serta para dosen yang memberi dukungan, terimakasih kepada pihak sekolah SMK N 1 Kotamobagu telah menerima kami dan dukungannya sehingga kegiatan berjalan sesuai dengan apa yang telah direncanakan sebelumnya.

DAFTAR PUSTAKA

- Akbar, H. (2021). Pencegahan Penyakit Tidak Menular Melalui Edukasi Cerdik pada Masyarakat Desa Moyag Kotamobagu. *Abdimas Universal*, 3(1), 83–87. <http://abdimasuniversal.uniba-bpn.ac.id/index.php/abdimasuniversalDOI:https://doi.org/10.36277/abdimasuniversal.v3i1.94>
- Dewi, R., & Meisyaroh, M. (2021). *Penyuluhan Kesehatan Terhadap Pengetahuan Lanjut Usia Tentang Penyakit Degeneratif Di Wilayah Kerja Puskesmas Baranti*. 01(1), 8–13.
- Fridalni, N., Guslinda, Minropa, A., Febriyanti, & Sapardi, V. S. (2019). Pengenalan Dini Penyakit Degeneratif. *Jurnal Abdimas Sainatika*, 1, 45–50.
- Hanum, G. R., & Ardiansyah, S. (2018). Deteksi Dini Penyakit Degeneratif Pada Remaja Anggota Karang Taruna. *Jurnal Abadimas Adi Buana*, 2(1), 1–3. <https://doi.org/10.36456/abadimas.v2.i1.a1615>
- Kalangi, R., Engkeng, S., & Asrifuddin, A. (2018). Sikap Pelajar Tentang Penyakit Menular Seksual Di Smk Trinita Manado. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Universitas Sam Ratulangi*, 1(1), 2. file:///C:/Users/Hp/Downloads/22952-46833-1-SM.pdf
- Kesehatan, K. (2018). *prevalensi penyakit tidak menular*.
- Meilina, R., Marniati, Mufliha, A., Nurhaliza, Yani, N., & Mihraj, S. B. (2020). Sosialisasi Pencegahan Dini Munculnya Penyakit Degeneratif pada Usia Produktif di SMKS Muhammadiyah Banda Aceh. *Jurnal Pengabdian Masyarakat (Kesehatan)*, 2(1), 56–60.
- Nuriyah, Asyhari Asyikin, H. A. W. (2020). Jurnal Pengabdian Kefarmasian Volume I, No.2, November 2020. *Pengabdian Kefarmasian*, 1(2), 1–3.
- Penyakit, P., Dan, D., Kesehatan, P., Masyarakat, P., Gampong, D. I., Baroe, M., Lhoknga, K.,

-
- & Besar, A. (2019). *Laporan kegiatan pengabdian kepada masyarakat program unggulan uppm (pu-uppm)*.
- Suiraoaka, I. (2012). Penyakit Degeneratif: Menenal, Mencegah dan Mengurangi faktor resiko 9 Penyakit Degenaratif. *Nuha Medica*, 1–123.