

## **EDUKASI CEGAH PENYAKIT TIDAK MENULAR DENGAN CERDIK DAN PATUH DI ERA PANDEMI**

**Dani Prastiwi<sup>1)\*</sup>, Metha Anung Anindhita<sup>2)</sup>, dan Heri Pornomo<sup>3)</sup>**

<sup>1)</sup> Program Studi Profesi Ners, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Pekalongan

<sup>2)</sup> Program Studi S1 Farmasi, Fakultas Farmasi, Universitas Pekalongan

<sup>3)</sup> RSUD Bendan Kota Pekalongan

Email : dani.unikal@gmail.com

### **ABSTRACT**

Non-Communicable Disease (NCD) have a very high risk of being infected with Covid-19. NCD's control has actually been carried out through the activities of the Posbindu, but due to the Covid-19 pandemic with restrictive rules, the Posbindu could not be implemented. This service aims to educate health cadres and increase public awareness in controlling NCD's. The activity was attended by 10 participants who are health cadres. The focus of this service activity is on promotive and preventive through education about CERDIK and PATUH behavior to prevent NCD's in the Covid-19 pandemic era. The result of this service is that health cadres have understood the material presented. Health cadres want further activities to be carried out regarding the simulation of Posbindu activities in the Covid-19 pandemic era. Through this activity, it is hoped that it can awaken the role of health cadres to be able to socialize the public about CERDIK and PATUH behavior so that prevention and control of NCD's can still be carried out.

**Keyword :** Education, Non Communicable Disease

### **PENDAHULUAN**

Penyakit tidak menular (PTM) bersifat kronis, seringkali tanpa gejala dan progresif sehingga pasien biasanya tidak menyadari memiliki penyakit sampai tanda dan gejala komplikasinya terjadi. Secara signifikan, kasus PTM dapat meningkatkan beban pemerintah karena penanganan PTM membutuhkan waktu yang cukup lama dan biaya tinggi (Imam et al., 2021).

Penyakit tidak menular (PTM) membunuh 41 juta orang setiap tahunnya, atau setara dengan 71% dari semua kematian secara global (World Health Organization, 2021).

Hasil Riskesdas tahun 2018 menunjukkan prevalensi PTM mengalami peningkatan jika dibandingkan dengan Riskesdas tahun 2013 antara lain pada kasus kanker, stroke, penyakit ginjal kronis, diabetes mellitus dan hipertensi. (Kemenkes RI, 2018). Di Kota Pekalongan, pada tahun 2019 tercatat penyakit hipertensi, diabetes mellitus dan penyakit jantung merupakan tiga PTM dengan angka kejadian tertinggi (Dinas Kesehatan Kota Pekalongan, 2020).

Di era pandemi Covid-19 yang terjadi sejak akhir tahun 2019 hingga saat ini, hipertensi dan diabetes mellitus merupakan penyakit

komorbid yang sangat mudah sekali terinfeksi. Di Indonesia, prevalensi pasien Covid-19 dengan hipertensi mencapai 56,6% dan diabetes mellitus mencapai 41,7% (Caci et al., 2020). Pada pasien covid-19 dengan hipertensi, peningkatan risiko kematian mencapai 1,95 kali (Biswas et al., 2021). Pasien diabetes mellitus berisiko 2 kali lebih besar terinfeksi Covid-19 dan berkembang menjadi lebih berat atau penyakit kritis yang membutuhkan perawatan di ruang perawatan intensif (Wang et al., 2020).

Pengendalian PTM sebenarnya sudah dilakukan melalui kegiatan Pos Pembinaan Terpadu Penyakit Tidak Menular (Posbindu PTM), namun karena pandemi covid-19 dengan aturan-aturan pembatasan, Posbindu PTM tidak dapat terlaksana. Sehingga, sangat penting bagi kader untuk dapat memodifikasi upaya promosi kesehatan sebagai bentuk pengendalian PTM. Pemerintah telah mencanangkan Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (GERMAS) yang mengedepankan upaya promotif dan preventif (Rahmasari et al., 2020). Program germas diimplementasikan dalam bentuk CERDIK dan PATUH agar dapat meminimalkan kekambuhan penyakit tidak menular (Ekawati et al., 2021).

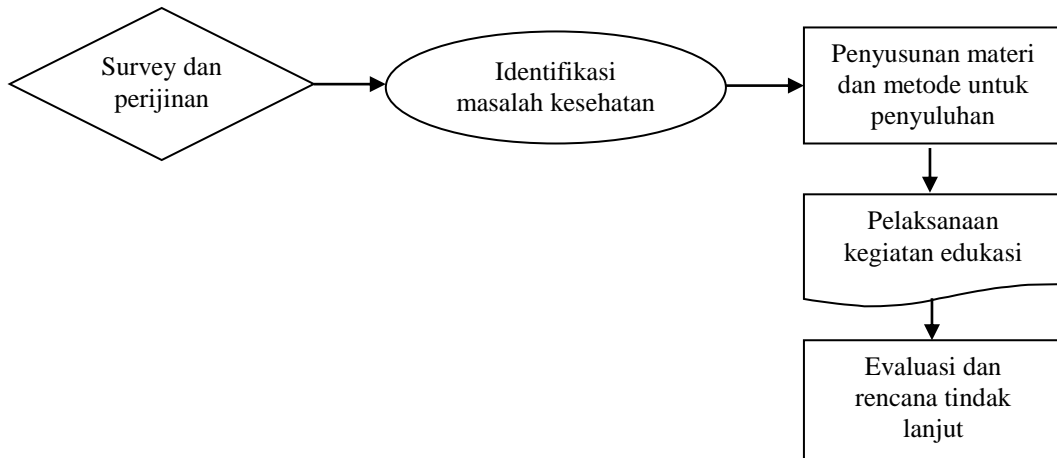
Berdasarkan paparan latar belakang tersebut, pengabdian masyarakat ini penting dilakukan untuk memberikan solusi terhadap permasalahan PTM di era pandemi Covid-19. Pengabdian ini bertujuan untuk mengedukasi kader kesehatan dan meningkatkan kesadaran

masyarakat dalam pengendalian penyakit tidak menular (PTM).

## **METODE**

Kegiatan ini merupakan rangkaian kegiatan pengabdian bersama dalam rangka Dies Natalis Universitas Pekalongan ke-40 yang bekerjasama dengan pemerintah kota Pekalongan dalam menginisiasi Desa Cerdas Mandiri. Kegiatan ini dilaksanakan pada tanggal 3 November 2021 di Kelurahan Bandengan Kecamatan Pekalongan Utara Kota Pekalongan dan diikuti oleh 10 orang peserta yang merupakan kader kesehatan.

Kegiatan pengabdian masyarakat ini berfokus pada promotif dan preventif melalui edukasi tentang perilaku cerdas dan patuh untuk mencegah penyakit tidak menular di era pandemi covid-19. Dalam pelaksanaannya, kegiatan pengabdian melibatkan dosen dan mahasiswa Universitas Pekalongan. Adapun tahapan kegiatan pengabdian kepada masyarakat disajikan dalam gambar 1.



Gambar 1. Alur kegiatan pengabdian kepada masyarakat

### **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Kegiatan diawali dengan pengenalan tim pengabdian dengan peserta yang merupakan kader kesehatan. Tahap pengenalan ini merupakan tahapan awal agar terbina hubungan saling percaya. Kader kesehatan dipilih sebagai sasaran edukasi, karena kader menempati posisi yang strategis di masyarakat dalam pencegahan dan penanggulangan penyakit tidak menular (Hastuti et al., 2019). Pada tahap ini juga disampaikan tujuan kegiatan.

Pada tahap penyampaian materi, kader diberikan edukasi tentang bagaimana cara mencegah permasalahan penyakit tidak menular selama pandemi covid-19. Namun sebelum diberikan edukasi, tim pengabdian mengkonfirmasi pelaksanaan Posbindu PTM di Kelurahan Bandengan. Sejak diberlakukannya Pemberlakuan Pembatasan Kegiatan Masyarakat (PPKM) di Kota Pekalongan, kegiatan Posbindu PTM tidak dapat terlaksana, sehingga Posbindu tidak dapat melaporkan hasil pemantauan PTM.



Gambar 1. Dokumentasi Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat di Kelurahan Bandengan Kecamatan Pekalongan Utara Kota Pekalongan

Di era pandemi Covid-19, Posbindu PTM sebenarnya memiliki peranan dalam pemantauan faktor risiko PTM dan edukasi pencegahan faktor risiko PTM. Peningkatan edukasi pencegahan faktor risiko PTM dan Covid-19, dilakukan agar orang dengan faktor risiko PTM tidak menjadi PTM. Terutama untuk tidak merokok karena perokok lebih berisiko 14 kali terinfeksi Covid-19 dibandingkan dengan bukan perokok dan perokok 2,4 kali lebih banyak yang kondisi penyakitnya masuk dalam kategori berat dan mempunyai prognosis yang buruk termasuk yang harus mendapatkan perawatan intensif (Zhou et al., 2020).

Peningkatan edukasi yang dapat diberikan kepada masyarakat adalah CERDIK dan PATUH yang merupakan program pemerintah melalui gerakan masyarakat hidup sehat (GERMAS) yang lebih mengutamakan upaya preventif dan promotif tanpa menghilangkan upaya kuratif dan rehabilitatif (Rahmawaty et al., 2019). Pendekatan CERDIK adalah langkah preventif yang merupakan singkatan dari cek kesehatan secara berkala, enyahkan asap rokok, rajin olah raga, diet seimbang, istirahat yang cukup dan kelola stres. Sedangkan PATUH merupakan singkatan dari periksa kesehatan secara rutin dan ikuti anjuran dokter, atasi penyakit dengan pengobatan tepat dan teratur, tetap diet dengan gizi seimbang, upayakan aktivitas fisik dengan aman, dan hindari asap rokok, alkohol dan zat karsinogenik.

Pada tahap diskusi dan evaluasi, kader kesehatan sudah memahami materi yang disampaikan. Kader kesehatan menginginkan perlu

dilakukan kegiatan lanjutan tentang simulasi kegiatan Posbindu PTM di era pandemi Covid-19. Tentunya dalam menyukseskan kegiatan ini tidak hanya mengandalkan kader kesehatan saja, tetapi juga perlu melibatkan pemangku kebijakan di Kelurahan setempat. Pendekatan dengan keluarga yang merupakan unit terkecil dari masyarakat adalah salah satu cara untuk meningkatkan jangkauan sasaran.

### **SIMPULAN DAN SARAN**

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan dengan melibatkan kader kesehatan. Kader kesehatan memahami edukasi yang diberikan tentang perilaku CERDIK dan PATUH dalam pengendalian PTM.

Kegiatan ini diharapkan dapat membangkitkan peran kader kesehatan untuk dapat mensosialisasikan kepada masyarakat tentang perilaku CERDIK dan PATUH di Kelurahan Bandengan, sehingga pencegahan dan pengendalian PTM tetap dapat terlaksana.

### **UCAPAN TERIMA KASIH**

Terimakasih kami ucapkan kepada Lurah Bandengan Kecamatan Pekalongan Utara Kota Pekalongan, Kader Kesehatan, dan Universitas Pekalongan atas fasilitasi kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini.

### **DAFTAR PUSTAKA**

Biswas, M., Rahaman, S., Biswas, T. K., Haque, Z., & Ibrahim, B. (2021). Association of Sex, Age, and Comorbidities with Mortality in COVID-19 Patients: A Systematic Review and Meta-Analysis.

- Intervirology*, 64(1), 36–47.  
<https://doi.org/10.1159/000512592>
- Caci, G., Albini, A., Malerba, M., Noonan, D. M., Pochetti, P., & Polosa, R. (2020). Covid-19 and obesity: Dangerous liaisons. *Journal of Clinical Medicine*, 9(8), 1–12.  
<https://doi.org/10.3390/jcm9082511>
- Dinas Kesehatan Kota Pekalongan. (2020). *Profil Kesehatan Kota Pekalongan Tahun 2019*.
- Ekawati, F. A., Carolina, Y., Sampe, S. A., & Ganut, S. F. (2021). The Efektivitas Perilaku Cerdik dan Patuh untuk Mencegah Stroke Berulang. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 10(1), 118–126.  
<https://doi.org/10.35816/jiskh.v10i1.530>
- Hastuti, N. M., Pupitasari, R., & Sugiarsi, S. (2019). Peran Kader Kesehatan dalam Program POSBINDU Penyakit Tidak Menular di Puskesmas Jatèn. *Maternal*, 3(2), 57–61.  
[https://ejurnal.stikesmhk.ac.id/index.php/jurnal\\_ilmiah\\_maternal/article/download/756/669](https://ejurnal.stikesmhk.ac.id/index.php/jurnal_ilmiah_maternal/article/download/756/669)
- Imam, C. W., Ariyanti, R., & Putri, V. D. P. (2021). Edukasi Kesehatan dalam Upaya Pencegahan Penyakit Diabetes di Era Pandemi COVID-19. *JPKMI (Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Indonesia)*, 2(3), 238–242.  
<https://doi.org/10.36596/jpkmi.v2i3.187>
- Kemenkes RI. (2018). Hasil Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018. *Kementrian Kesehatan RI*, 53(9), 1689–1699.
- Rahmasari, F. V., Denny Anggoro P, Fadli Mahjud, & Latifah Mutiara Haryanto. (2020). Gerakan Pemuda sebagai Basis Promotif dan Preventif Pra Lansia dan Lansia. *Jurnal Pengabdian UntukMu NegeRI*, 4(1), 10–16.  
<https://doi.org/10.37859/jpumri.v4i1.1346>
- Rahmawaty, E., Handayani, S., Sari, M. H. N., & Rahmawati, I. (2019). Sosialisasi Dan Harmonisasi Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (Germas) Dan Program Indonesia Sehat Dengan Pendekatan Keluarga (Pis-Pk) Di Kota Sukabumi. *Link*, 15(1), 27.  
<https://doi.org/10.31983/link.v15i1.4385>
- Wang, B., Li, R., Lu, Z., & Huang, Y. (2020). Does comorbidity increase the risk of patients with COVID-19. *Aging*, 12(7), 6049–6057.
- World Health Organization. (2021). *Noncommunicable diseases*. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/noncommunicable-diseases#>
- Zhou, F., Yu, T., Du, R., Fan, G., Liu, Y., Liu, Z., Xiang, J., Wang, Y., Song, B., Gu, X., Guan, L., Wei, Y., Li, H., Wu, X., Xu, J., Tu, S., Zhang, Y., Chen, H., & Cao, B. (2020). Clinical course and risk factors for mortality of adult inpatients with COVID-19 in Wuhan,

China: a retrospective cohort study. *The Lancet*, 395(10229), 1054–1062.  
[https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(20\)30566-3](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(20)30566-3)