

Upaya Peningkatan Kapasitas Kelompok Dewasa Muda dalam Pencegahan dan Penanganan Penyakit Tidak Menular di Masyarakat

Arreta: Community Health Service Journal
e-ISSN: 31110-8202

Informasi artikel
Diterima : 17 April 2026
Revisi : 25 April 2026
Diterbitkan : 29 April 2026

Korespondensi
Nama penulis: Ratna Puspita Adiyasa
Afiliasi: STIKES Bethesda Yakkum
Email: adiyasa@stikesbethesda.ac.id

Ratna Puspita Adiyasa^{1*}, Santahana Febrianti¹
¹STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta
email: adiyasa@stikesbethesda.ac.id



Sitasi:

Adiyasa, R.P.; Febrianti, S. (2026). Upaya peningkatan kapasitas dewasa muda dalam pencegahan dan penanganan penyakit tidak menular (PTM) di Masyarakat. *Arreta: Community Health Service Journal*. Vol 2(1)

ABSTRAK

Penyakit tidak menular (PTM) merupakan penyakit penyebab kematian terbesar di seluruh dunia. Beberapa PTM yang banyak terjadi di masyarakat adalah hipertensi, diabetes mellitus, stroke dan gagal ginjal kronik. Oleh karena banyaknya angka penderita PTM maka diperlukan suatu upaya yang dapat dilaksanakan. Salah satunya adalah melibatkan kelompok dewasa muda untuk dapat berperan aktif dalam mencegah dan menangani penyakit tersebut di masyarakat. Kegiatan promosi kesehatan dan pelatihan dalam rangka peningkatan kapasitas kelompok dewasa muda dalam pencegahan dan penanganan penyakit tidak menular di masyarakat telah dilaksanakan pada 16 orang di Pusat Pengembangan Anak (PPA) Agape pada bulan Mei sampai dengan Juni 2024. Berdasarkan hasil evaluasi terdapat peningkatan pengetahuan tentang PTM dan peningkatan keterampilan partisipan dalam menggunakan alat tensimeter dan glucometer sebagai alat bantu monitoring tekanan darah dan gula darah. Penulis menyarankan agar program serupa dapat dilaksanakan secara periodik sehingga ilmu yang diperoleh tetap dapat diingat, dipahami dan dipraktikkan bersama dalam komunitas dengan harapan dapat menurunkan angka kesakitan penyintas PTM.

Kata kunci: PTM; kesehatan; pendidikan; pelatihan; dewasa

ABSTRACT

Non-communicable diseases (NCDs) are the leading cause of death worldwide. Some of the most common NCDs in the community are hypertension, diabetes mellitus, stroke, and chronic kidney failure. Due to the high number of NCD sufferers, effective measures are needed. One such initiative is to involve young adults in their active role in preventing and managing these diseases in the community. Health promotion and training activities aimed at increasing the capacity of young adults in the prevention and management of NCDs in the community were conducted with 16 participants at the Agape Child Development Center (PPA) from May to June 2024. Evaluation results showed an increase in knowledge about NCDs and an improvement in the participants' skills in using blood pressure monitors and glucometers to monitor blood pressure and blood sugar. The author recommends that similar programs be implemented periodically so that the knowledge gained can be retained, understood, and practiced collectively within the community, with the hope of reducing the suffering of NCD survivors.

Keywords: NCDs; health; education; training; adults

Pendahuluan

Penyakit tidak menular (PTM) merupakan penyakit penyebab kematian terbesar di seluruh dunia. Menurut Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2025), PTM didefinisikan sebagai suatu penyakit yang penyebabnya bukan oleh karena adanya infeksi mikroorganisme (virus, bakteri, jamur atau protozoa) pada manusia. Golongan penyakit ini menjadi penyebab 70% kematian di dunia. Jumlah penderita setiap tahunnya pun terus meningkat. Berdasarkan data diketahui bahwa 80% PTM terjadi di negara pendapatan menengah sampai sedang, termasuk Indonesia. Penyakit tersebut merupakan penyakit yang berkembang perlahan, diam-diam dan kadang tidak menimbulkan tanda dan gejala di fase awal (Mulyadi 2025).

Beberapa PTM yang banyak terjadi di masyarakat adalah hipertensi, diabetes mellitus, stroke dan gagal ginjal kronik. Berdasarkan data Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023, faktor resiko tertinggi penyebab kematian adalah hipertensi dengan persentasi 10,2% (Tarmizi, 2024). Selain itu jumlah penderita diabetes mellitus di Indonesia sudah mencapai 11,3% dari total seluruh penduduk dewasa atau setara dengan 20.426.400 orang (International Diabetes Federation 2024). Disisi lain prevalensi penderita stroke meningkat menjadi 10,9 dari 1000 penduduk pada tahun 2018 (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2023) dan sekitar 0,38% dari penduduk Indonesia menderita gagal ginjal kronik (Riset Kesehatan Dasar, 2018).

Oleh karena banyaknya angka penderita PTM maka diperlukan suatu upaya yang dapat dilaksanakan. Salah satunya adalah melibatkan kelompok dewasa muda untuk dapat berperan aktif dalam mencegah dan menangani penyakit tersebut di masyarakat. Kelompok dewasa muda merupakan generasi yang akan memimpin perubahan dimasa yang akan datang. Oleh karena hal tersebut, meningkatkan kesadaran dan partisipasi aktif kelompok ini adalah hal yang sangat penting.

Pusat Pengembangan Anak (PPA) Agape merupakan salah satu organisasi yang memberikan pendampingan kepada anak sampai dengan kelompok dewasa muda. Tujuan utama didirikannya PPA Agape adalah untuk dapat mengembangkan talenta dan kemampuan anak dan kelompok dewasa muda sehingga dapat menjadi pribadi yang bermanfaat bagi diri sendiri, keluarga dan masyarakat. Berdasarkan hasil diskusi bersama dengan Ketua Pembina PPA Agape diketahui bahwa kelompok dewasa muda belum mengetahui secara pasti tentang penyakit tidak menular yang ada

dimasyarakat. Berdasarkan informasi juga diperoleh bahwa kelompok dewasa muda di PPA Agape belum bisa menggunakan alat pengukur tekanan darah atau tensimeter dan pengukur gula darah sesaat atau glucometer padahal alat-alat tersebut sudah tersedia bagi masyarakat umum.

Program pengabdian kepada masyarakat ini diselenggarakan dalam rangka meningkatkan kapasitas kelompok dewasa muda di PPA Agape dalam upaya pencegahan dan penanganan penyakit tidak menular di masyarakat. Dengan adanya kegiatan ini diharapkan kelompok dewasa muda PPA Agape lebih dapat berkontribusi lebih bagi masyarakat khususnya untuk meningkatkan derajat kesehatan dan juga kualitas hidup penderita PTM di Kota Yogyakarta.

Metode

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan pada bulan Mei sampai dengan Juli 2024 dengan jumlah partisipan sebanyak 16 orang kelompok dewasa muda pada Pusat Pengembangan Anak (PPA) Agape. Kegiatan ini dikemas dalam bentuk sosialisasi/pendidikan kesehatan tentang PTM dan pelatihan penggunaan alat-alat pemeriksaan kesehatan. Secara detail berikut adalah tahapan dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini:

1. Tahap Persiapan

Kegiatan yang dilakukan pada tahap ini adalah diskusi dan apersepsi bersama dengan pengurus Pusat Pengembangan Anak (PPA) Agape. Selain itu juga dilakukan koordinasi yang berkaitan dengan persiapan alat dan tempat serta konsumsi saat kegiatan.

2. Tahap Pelaksanaan

Berikut ini adalah kegiatan yang dilakukan pada tahap pelaksanaan, diantaranya:

- a. Pre-test tentang PTM (hipertensi, diabetes mellitus, stroke dan gagal ginjal kronik)
- b. Pendidikan kesehatan tentang PTM (hipertensi, diabetes mellitus, stroke dan gagal ginjal kronik)
- c. Pelatihan penggunaan tensimeter
- d. Pelatihan penggunaan glucometer

e. Post-test tentang PTM (hipertensi, diabetes mellitus, stroke dan gagal ginjal kronik)

3. Tahap Evaluasi

Pada tahap ini dilakukan evaluasi keberhasilan perubahan pengetahuan dan ketrampilan partisipan kegiatan.

Hasil

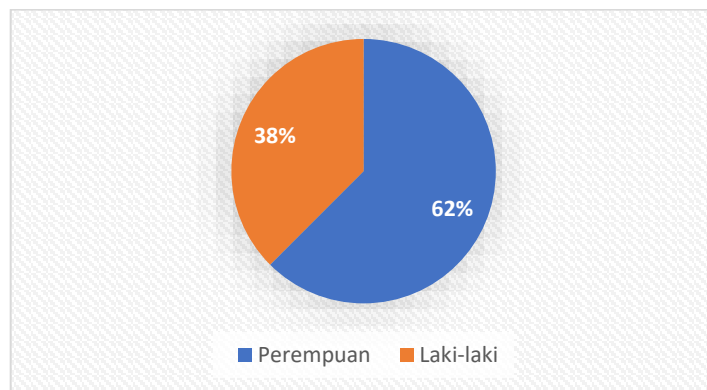


Diagram 1. Distribusi presentase partisipan berdasarkan jenis kelamin

Sebagian besar partisipan pada kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah perempuan dengan prosentase sebanyak 62% (10 orang) dan laki-laki sebanyak 38% (6 orang).

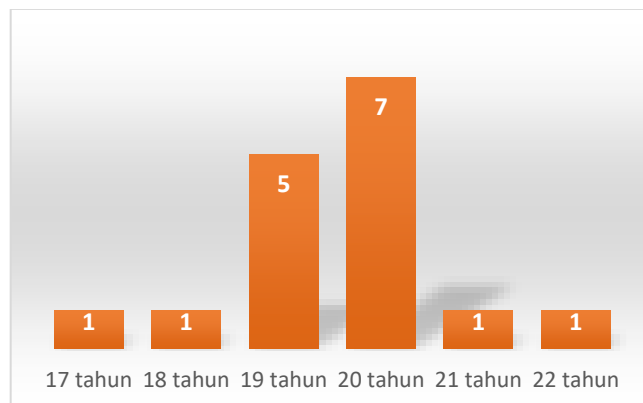


Diagram 2. Distribusi frekuensi partisipan berdasarkan usia

Frekuensi partisipan paling tinggi berusia 20 tahun dengan jumlah 7 orang dan paling rendah adalah 1 orang dengan usia masing-masing 17 tahun, 18 tahun, 21 tahun serta 22 tahun.

Tabel 1. Nilai Pre dan Post Pendidikan Kesehatan tentang PTM (hipertensi, diabetes mellitus, stroke dan gagal ginjal kronik)

No Partisipan	Pre Test	Post Test	Selisih Nilai
1	95	100	5
2	55	70	15
3	60	85	25
4	70	95	25
5	55	75	20
6	65	80	15
7	65	70	5
8	75	80	5
9	75	80	5
10	55	75	20
11	80	90	10
12	80	80	0
13	60	80	20
14	65	80	15
15	50	70	20
16	75	80	5
Rata - Rata	67,5	80,63	13,5

Pembahasan

Kegiatan pelatihan dalam rangka peningkatan kapasitas kelompok dewasa muda dalam pencegahan dan penanganan penyakit tidak menular di masyarakat telah dilaksanakan. Berdasarkan hasil kegiatan diperoleh data distribusi partisipan berdasarkan jenis kelamin sebanyak 10 orang perempuan dan 6 orang laki-laki dengan rata-rata usia partisipan adalah 19,56 tahun. Komposisi partisipan lebih banyak diisi oleh Perempuan. Hal tersebut berkebalikan dengan data yang di keluarkan oleh Badan Pusat Statistik (2025) yang menunjukkan bahwa pada kelompok usia 15 – 24 tahun lebih di dominasi oleh penduduk berjenis kelamin laki-laki daripada perempuan. Kelompok dewasa muda secara psikologis juga sudah memahami akan kebutuhannya hidup bersama dengan masyarakat yang lebih luas (Nababan et al. 2025).



Gambar 1. Dokumentasi kegiatan pendidikan kesehatan

Kegiatan ini pengabdikan kepada masyarakat dilaksanakan melalui 2 tahap. Tahap pertama dengan memberikan pendidikan kesehatan tentang penyakit tidak menular diantaranya hipertensi, diabetes mellitus, stroke dan gagal ginjal kronik. Keberhasilan kegiatan pendidikan kesehatan diukur dengan menggunakan kuesioner sejumlah 20 item pernyataan dengan pilihan jawaban benar atau salah. Hasil pre-test menunjukkan rata-rata nilai sebesar 67,5 sedangkan hasil post-test menunjukkan rata-rata nilai 80,63. Sehingga dapat disimpulkan terdapat peningkatan yang cukup signifikan terhadap pengetahuan partisipan sebanyak 13,13. Peningkatan nilai tertinggi adalah sebanyak 25 poin yang didapatkan oleh 2 partisipan. Namun begitu masih terdapat 1 orang yang tidak menunjukkan peningkatan pengetahuan sebelum dan sesudah pemberian pendidikan kesehatan. Hal ini mungkin dapat disebabkan oleh karena faktor kurang mampu menangkap informasi yang diberikan oleh pemberi pendidikan kesehatan.

Metode serupa juga telah dilakukan oleh Nababan et al. (2025) dengan memberikan pendidikan kesehatan PTM kepada 30 orang penderita hipertensi. Berdasarkan kegiatan tersebut diperoleh kesimpulan bahwa adanya peningkatan pemahaman pada partisipan tersebut. Selain itu pendidikan kesehatan yang dilakukan oleh Adiyasa (2024) tentang pencegahan dan penanganan stroke pada masyarakat di Kelurahan Suryodiningratan juga menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan partisipan pada kegiatan tersebut. Walaupun sudah mulai muncul trend pendidikan kesehatan dengan memanfaatkan teknologi seperti melalui aplikasi seluler BECA

(Breast Examination for Cancer Awareness) (Adiyasa dan Wirata, 2021) (Adiyasa dan Wirata, 2023).



Gambar 2. Dokumentasi saat kegiatan pelatihan penggunaan tensimeter dan glukometer

Tahap kedua kegiatan pengabdian kepada masyarakat adalah dengan memberikan pelatihan penggunaan tensimeter dan glucometer kepada partisipan agar dapat melakukan pemeriksaan tekanan darah dan pemeriksaan gula darah sewaktu (GDS) secara mandiri. Secara umum partisipan dapat melakukan pengukuran tekanan darah dengan menggunakan tensimeter. Hal ini disebabkan karena partisipan menilai penggunaannya relative lebih mudah karena menggunakan tensimeter digital. Penekanan terkait penggunaan tensimeter ditekankan kepada posisi pasien, letak manset dan cara membaca hasil pengukuran.

Wikandari et al. (2026) melakukan kegiatan serupa dengan kelompok partisipan berbeda yaitu kepada kader dan ibu-ibu PKK. Hasil kegiatan tersebut menunjukkan program pelatihan efektif meningkatkan ketrampilan partisipan dalam penggunaan alat tensimeter dan glucometer yang merupakan *alat Point of Care Testing (POCT)*. Lebih jauh lagi kegiatan tersebut menggarisbawahi pentingnya keterlibatan aktif komunitas dalam meningkatkan upaya skrining secara mandiri di masyarakat. Untuk memudahkan pencatatan hasil pengukuran secara khusus Prasetyaningrum dan Adiyasa (2022) menyusun panduan untuk memudahkan monitoring tekanan darah pada wanita primigravida.

Pada kegiatan pengabdian kepada masyarakat sebelumnya yang dilakukan oleh Suharsono, Isworo, dan Ashar (2025) disimpulkan bahwa pelatihan berbasis partisipatif dapat meningkatkan *self-efficacy* kader posyandu dalam pencegahan dan pengendalian PTM. Hal serupa juga terjadi pada kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini, *self-efficacy* partisipan untuk menggunakan alat tensimeter dan glucometer juga meningkat setelah dilakukan kegiatan pelatihan bersama. Namun begitu kegiatan pelatihan penggunaan alat glukometer dinilai oleh partisipan lebih sulit untuk dilakukan karena melibatkan persiapan yang panjang, mulai dari pemasangan jarum, lanset dan lain sebagainya. Bagi partisipan yang merasa takut melihat darah juga merupakan hal yang dirasa cukup menantang untuk dilakukan. Namun begitu setelah beberapa kali didampingi, partisipan menunjukkan kemampuan yang baik dalam melakukan pengukuran gula darah secara mandiri.

Kemampuan yang baik dalam menggunakan alat bantu skrining sangat membantu dalam pencegahan komplikasi PTM yang lebih parah. Pada dasarnya, semua kelompok usia di masyarakat perlu dilibatkan dalam upaya pencegahan dan penanganan PTM di Indonesia, termasuk kelompok dewasa muda. Penelitian yang dilakukan oleh Vilasari et al. (2024) berkesimpulan bahwa promosi kesehatan dapat menjadi suatu strategi untuk meningkatkan kapasitas masyarakat dalam pemeliharaan kesehatan bagi setiap individu dan masyarakat dalam lingkungannya.

Kesimpulan

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang berjudul upaya peningkatan kapasitas kelompok dewasa muda dalam pencegahan dan penanganan penyakit tidak menular di masyarakat ini secara umum telah berjalan dengan lancar. Jumlah partisipan yang terlibat sebanyak 16 orang. Berdasarkan hasil evaluasi terdapat peningkatan pengetahuan tentang PTM dan peningkatan keterampilan partisipan dalam menggunakan alat tensimeter dan glucometer sebagai alat bantu monitoring tekanan darah dan gula darah.

Saran

Penulis menyarankan agar program serupa dapat dilaksanakan secara periodik sehingga ilmu yang diperoleh tetap dapat diingat, dipahami dan dipraktikkan bersama dalam komunitas dengan harapan dapat menurunkan angka kesakitan penyintas PTM (hipertensi, diabetes mellitus, stroke dan gagal ginjal kronik)

Ucapan Terima Kasih

Penulis mengucapkan terimakasih kepada STIKES Bethesda Yakkum sebagai pihak yang memberikan pendanaan bagi kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini. Selain itu penulis juga mengucapkan terimakasih kepada pengurus Pusat Pengembangan Anak (PPA) Agape yang telah memberikan kesempatan untuk dapat berkolaborasi dalam upaya peningkatan kapasitas anak binaannya.

Daftar pustaka

- Adiyasa, Ratna Puspita. 2024. "Pelatihan Pencegahan Dan Penanganan Pasien Stroke Dalam Membangun Masyarakat Sehat Dan Produktif." *JAMAS: Jurnal Abdi Masyarakat* 2(2).
- Adiyasa, Ratna Puspita, and Resta Betaliani Wirata. 2021. "BECA: An Android Application to Increase Breast Self-Examination (BSE) Practice." *International Journal of Nursing and Health Services (IJNHS)* 4(1):82–88.
- Adiyasa, Ratna Puspita, and Resta Betaliani Wirata. 2023. "Determinants of BECA (Breasts Examination for Cancer Awareness) Mobile Application Use &." *Enfermería Clínica* 33:S1–6. doi: 10.1016/j.enfcli.2023.01.001.
- Badan Pusat Statistik. 2025. *Jumlah Penduduk Menurut Kelompok Umur Dan Jenis Kelamin 2025*.
- International Diabetes Federation. 2024. *Diabetes in Indonesia (2024)*.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2023. "Kenali Stroke Dan Penyebabnya." Retrieved (https://ayosehat.kemkes.go.id/kenali-stroke-dan-penyebabnya#:~:text=Berdasarkan hasil Riskesdas prevalensi stroke,1000 penduduk pada tahun 2018.).
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2025. "Benarkah Dengan Skrining Kesehatan Dapat Mencegah Kematian Dini?" Retrieved

- (https://keslan.kemkes.go.id/view_artikel/4067/benarkah-).
- Mulyadi, Jesica. 2025. "Penyakit Tidak Menular: Ancaman Senyap Yang Bisa Kita Cegah." *Fakultas Kedokteran Universitas Negeri Gorontalo*.
- Nababan, Miranda Ester, Indriana Hutagalung, Martin Juventus Hutapea, Helena Turnip, Institut Agama, Kristen Negeri, and Iakn Tarutung. 2025. "Karakteristik Perkembangan Kognitif Sosial Dan Moral Pada Remaja Dewasa." *Pediaqu: Jurnal Pendidikan Sosial Dan Humaniora* 4(1):220–29.
- Prasetyaningrum, Oktalia Damar, and Ratna Puspita Adiyasa. 2022. "Guide Book: Strategi Peningkatan Perilaku Monitoring Tekanan Darah Pada Primigravida." *Suara Forikes* 13:283–86. doi: DOI: <http://dx.doi.org/10.33846/sf13nk450> Guide.
- Riset Kesehatan Dasar. 2018. *Laporan Riskerdas 2018*.
- Suharsono, Adi Isworo, and Novema Ashar. 2025. "Efektivitas Pelatihan Pencegahan Dan Pengendalian Penyakit Tidak Menular Terhadap Efikasi Diri Kader Posyandu." *Jurnal Abdi Kesehatan Dan Kedokteran (JAKK)* 4(2).
- Tarmizi, Siti Nadia. 2024. "Bahaya Hipertensi, Upaya Pencegahan Dan Pengendalian Hipertensi." *Rilis Berita*. Retrieved ([https://kemkes.go.id/id/bahaya-hipertensi-upaya-pencegahan-dan-pengendalian-hipertensi#:~:text=Di Indonesia%2C menurut Survei Kesehatan Indonesia \(SKI\),tidak menular \(PTM\) 2011-2021%2C hipertensi merupakan faktor](https://kemkes.go.id/id/bahaya-hipertensi-upaya-pencegahan-dan-pengendalian-hipertensi#:~:text=Di Indonesia%2C menurut Survei Kesehatan Indonesia (SKI),tidak menular (PTM) 2011-2021%2C hipertensi merupakan faktor)).
- Vilasari, Dwi, Anggun Nabila Ode, Rizka Sahilla, Nola Febriani, and Sri Hajjah Purba. 2024. "Peran Promosi Kesehatan Dalam Meningkatkan Kesadaran Masyarakat Terhadap Penyakit Tidak Menular (PTM): Studi Literatur The Role of Health Promotion in Increasing Community Awareness of Non Communicable Diseases (NCDs): A Literature Study." 7(7):2635–48. doi: 10.56338/jks.v7i7.5626.
- Wikandari, Ririh Jarmi, Qurrota A'yuni Auliya, Umi Rosidah, and Hilari Rio Rosa Nastiti. 2026. "Pelatihan Penggunaan Alat-Alat POCT Bagi Kader Kesehatan Dan Ibu-Ibu PKK Sebagai Upaya Pencegahan Penyakit Tidak Menular (PTM) Pada Masyarakat." *Mimbar Integritas Jurnal Pengabdian* 5(1):84–94.