Volume 3 Nomor 1, Maret 2025, hal: 36-43 P-ISSN 3031-5778 E-ISSN 3025-129X
https://ppjp.ulm.ac.id/journals/index.php/jpmp https://doi.org/10.20527/jpmp.v3i1.14642

Kolaborasi Mahasiswa KKN dan Posyandu Matahari dalam Program Pengendalian Penyakit Tidak Menular (PTM) Masyarakat di Kota Baru

Ayu Widya Fatmawati*, Muhammad Agung Astari, Nabillah Falda Zahrani, Dian Anggraeni Maharbid, Husna Farhana

Program Studi Pendidikan Guru Sekolah Dasar, Universitas Bhayangkara Jakarta Raya, Bekasi Utara, Jawa Barat, Indonesia
Email: ayuwidyafatmawati01@gmail.com

ABSTRAK

Penyakit Tidak Menular (PTM) seperti hipertensi dan diabetes merupakan masalah kesehatan serius di Indonesia, termasuk di Kota Baru. Program kolaborasi antara mahasiswa KKN dan Posyandu Matahari bertujuan untuk mengedukasi masyarakat dan mendeteksi dini risiko PTM melalui pengukuran tekanan darah, gula darah, dan indeks massa tubuh (IMT). Metode yang digunakan melibatkan pendekatan partisipatif berupa sosialisasi, pemeriksaan kesehatan, dan pendampingan kader Posyandu. Hasil kegiatan menunjukkan bahwa hipertensi ringan dan gula darah tinggi merupakan masalah kesehatan dominan pada peserta Posyandu. Faktor risiko seperti pola makan tidak sehat dan kurangnya aktivitas fisik menjadi penyebab utama. Kegiatan ini berhasil meningkatkan kesadaran masyarakat tentang pentingnya pencegahan PTM dan pentingnya pemeriksaan kesehatan rutin. Kesimpulan dari kegiatan ini adalah pentingnya edukasi berkelanjutan dan penyediaan fasilitas kesehatan yang memadai untuk mendukung pencegahan PTM secara berkelanjutan. Rencana pengembangan ke depan melibatkan monitoring kesehatan rutin dan penguatan kolaborasi antara mahasiswa dan kader Posyandu.

Kata Kunci: Penyakit Tidak Menular, Hipertensi, Gula Darah, Posyandu, Kolaborasi Mahasiswa

ABSTRACT

Non-communicable diseases (NCDs) such as hypertension and diabetes are serious health problems in Indonesia, including in Kota Baru. The collaborative program between KKN students and Matahari Posyandu aims to educate the public and detect the risk of NCDs early through measuring blood pressure, blood sugar, and body mass index (BMI). The method used involves a participatory approach in the form of socialization, health checks, and mentoring Posyandu cadres. The results of the activity showed that mild hypertension and high blood sugar were the dominant health problems among Posyandu participants. Risk factors such as unhealthy diet and lack of physical activity were the main causes. This activity succeeded in increasing public awareness of the importance of preventing NCDs and the importance of routine health checks. The conclusion of this activity is the importance of ongoing education and the provision of adequate health facilities to support the prevention

of NCDs in a sustainable manner. Future development plans involve routine health monitoring and strengthening collaboration between students and Posyandu cadres.

Keywords: Non-communicable diseases, hypertension, blood sugar, Posyandu, Student Collaboration

PENDAHULUAN

Penyakit Tidak Menular (PTM) merupakan masalah kesehatan global yang semakin meningkat seiring dengan perubahan gaya hidup dan pola makan masyarakat modern (Yarmaliza & Zakiyuddin, 2019). PTM tidak disebabkan oleh infeksi bakteri, virus, atau mikroorganisme lain, tetapi lebih berkaitan dengan faktor risiko seperti pola makan yang tidak sehat, kurangnya aktivitas fisik, kebiasaan merokok, konsumsi alkohol, serta faktor genetik dan lingkungan. Beberapa jenis PTM yang umum terjadi meliputi diabetes melitus, hipertensi, penyakit jantung dan pembuluh darah, kanker, penyakit paru obstruktif kronis (PPOK), serta gangguan mental dan neurologis seperti stroke dan demensia (Hidayati & KM, 2024).

Di Indonesia, PTM telah menjadi penyebab utama kematian dan kecacatan, dengan lebih dari 70% kematian disebabkan oleh penyakit ini. Penyakit jantung dan hipertensi menjadi penyebab terbesar kematian, sementara diabetes dan kanker juga terus mengalami peningkatan (Huriyati et al., 2019). PTM tidak hanya berdampak pada kesehatan individu tetapi juga menimbulkan beban ekonomi yang besar bagi keluarga dan negara akibat biaya pengobatan yang tinggi serta berkurangnya produktivitas masyarakat yang terkena dampaknya (Arif et al., 2020).

Untuk mengatasi permasalahan ini, pemerintah melalui Kementerian Kesehatan telah mengembangkan Program Pengendalian Penyakit Tidak Menular (PTM) yang bertujuan untuk menekan angka kejadian, kecacatan, serta kematian akibat PTM (Jumadewi et al., 2023). Program ini berfokus pada upaya promotif dan preventif, termasuk edukasi masyarakat mengenai pentingnya menerapkan gaya hidup sehat, seperti mengonsumsi makanan bergizi seimbang, rutin berolahraga, menghindari konsumsi rokok dan alkohol, serta mengelola stres dengan baik (Ginting et al., 2024).

Kota Baru, sebagai wilayah berkembang, memiliki potret kesehatan masyarakat yang perlu diperhatikan. Berdasarkan hasil survei awal, sebagian besar masyarakat berusia produktif (20-50 tahun) dan lansia belum sepenuhnya memahami pentingnya deteksi dini dan pencegahan PTM. Faktor gaya hidup tidak sehat seperti pola makan tinggi gula, kurangnya aktivitas fisik, serta minimnya pemeriksaan kesehatan rutin menjadi penyebab dominan risiko PTM di wilayah ini. Dari segi sosial dan ekonomi, banyak warga yang berprofesi sebagai

pekerja harian dan ibu rumah tangga dengan keterbatasan akses terhadap fasilitas kesehatan berkualitas. Potensi wilayah yang dapat dioptimalkan adalah keberadaan Posyandu Matahari sebagai pusat kegiatan kesehatan dasar yang memiliki peran strategis dalam memberikan edukasi dan layanan kesehatan kepada masyarakat.

Dalam rangka meningkatkan kesadaran dalam pengendalian PTM adalah dengan meningkatkan kesadaran masyarakat mengenai pentingnya deteksi dini dan pencegahan, perlu dilakukan edukasi yang efektif agar masyarakat memahami pentingnya menerapkan gaya hidup sehat sebagai langkah preventif (Sudayasa et al., 2024; Rizki et al., 2024). Selain itu, identifikasi faktor risiko PTM di masyarakat menjadi langkah penting dalam upaya pencegahan, yang dapat dilakukan melalui pemeriksaan kesehatan sederhana seperti pengukuran tekanan darah, kadar gula darah, dan indeks massa tubuh (IMT) (Halim et al., 2024). Dengan adanya pemeriksaan ini, masyarakat dapat mengetahui kondisi kesehatan mereka lebih awal sehingga dapat mengambil langkah yang tepat untuk mencegah atau mengelola PTM.

Kolaborasi antara mahasiswa Kuliah Kerja Nyata (KKN) dan Posyandu Matahari di Kota Baru menjadi bagian penting dalam memperkuat program pengendalian PTM. Mahasiswa KKN memiliki peran dalam memberikan edukasi serta mendampingi masyarakat dalam memahami faktor risiko dan pentingnya pemeriksaan kesehatan secara rutin. Sementara itu, Posyandu Matahari sebagai layanan kesehatan masyarakat di tingkat desa memiliki potensi besar dalam membantu program pengendalian PTM melalui kader-kadernya yang aktif dalam mendampingi masyarakat. Melalui kegiatan pengabdian masyarakat ini, diharapkan masyarakat Kota Baru dapat lebih memahami pentingnya pencegahan PTM, mengenali faktor risiko yang mereka miliki, serta berpartisipasi aktif dalam program kesehatan yang telah disediakan. Dengan sinergi antara mahasiswa KKN, kader Posyandu, dan masyarakat, upaya pengendalian PTM dapat berjalan lebih efektif sehingga angka kejadian penyakit ini dapat ditekan dan kualitas hidup masyarakat dapat meningkat.

METODE PELAKSANAAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dirancang secara sistematis untuk mencapai tujuan pengendalian Penyakit Tidak Menular (PTM) di Kota Baru. Sasaran utama adalah masyarakat usia produktif dan lansia yang memiliki risiko tinggi terhadap PTM, yang dipilih melalui koordinasi dengan kader Posyandu Matahari berdasarkan riwayat kesehatan dan gaya hidup mereka.

Pelaksanaan kegiatan ini terdiri dari beberapa tahap, diawali dengan edukasi yang dilakukan melalui sosialisasi dan penyuluhan kesehatan dengan menggunakan media presentasi, leaflet, dan poster. Peserta diberikan informasi tentang pola hidup sehat, pentingnya aktivitas fisik, serta pengurangan konsumsi gula, garam, dan lemak. Pendekatan interaktif diterapkan melalui diskusi antara mahasiswa KKN dan peserta untuk meningkatkan pemahaman mereka. Lalu, deteksi dini PTM dilakukan dengan pemeriksaan kesehatan sederhana, meliputi pengukuran tekanan darah menggunakan monitor digital, tes gula darah dengan glukometer, serta pengukuran indeks massa tubuh (IMT) untuk mengetahui status berat badan peserta. Data dikumpulkan melalui observasi, wawancara dengan kader Posyandu dan peserta, serta dokumentasi hasil pemeriksaan kesehatan. Selajutnya analisis data dilakukan secara deskriptif untuk mengidentifikasi faktor risiko PTM yang dominan dan menyusun rekomendasi program pencegahan yang berkelanjutan. Keberhasilan program dievaluasi dengan membandingkan hasil pemeriksaan kesehatan sebelum dan sesudah kegiatan serta menilai peningkatan pemahaman peserta melalui wawancara dan kuesioner singkat. Dengan pendekatan partisipatif dan kolaboratif antara mahasiswa KKN, kader Posyandu, dan masyarakat, program ini diharapkan dapat meningkatkan kesadaran akan pencegahan PTM serta menciptakan dampak yang berkelanjutan dalam pengendalian penyakit tidak menular di Kota Baru.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan Posbindu yang dilaksanakan pada Oktober 2024 berhasil mencatat berbagai data kesehatan peserta, mencakup informasi demografis, riwayat penyakit, gaya hidup, serta hasil pemeriksaan fisik (Gambar 1). Dari total 25 peserta yang tercatat, mayoritas berasal dari Kota Bekasi, Jawa Barat, dengan jumlah peserta laki-laki dan perempuan yang relatif seimbang. Riwayat kesehatan menunjukkan bahwa hipertensi dan diabetes merupakan penyakit yang paling umum ditemukan di antara peserta, sementara sebagian lainnya memiliki riwayat kolesterol tinggi dalam keluarga. Dari segi pola hidup, hampir semua peserta tidak merokok maupun mengonsumsi alkohol, namun pola makan mereka cenderung kurang sehat dengan konsumsi buah dan sayur yang rendah. Selain itu, kurangnya aktivitas fisik juga menjadi faktor risiko yang banyak ditemukan.

Hasil pemeriksaan fisik menunjukkan tekanan darah sistol rata-rata sebesar 122 mmHg dengan nilai tertinggi 148 mmHg, sementara tekanan darah diastol rata-rata 81 mmHg dengan nilai tertinggi 96 mmHg. Pengukuran Indeks Massa Tubuh (IMT) mengindikasikan bahwa

beberapa peserta memiliki berat badan berlebih atau obesitas, sedangkan lingkar perut yang melebihi batas normal menunjukkan adanya risiko obesitas abdominal. Dalam pemeriksaan gangguan indera, tidak ditemukan masalah penglihatan atau pendengaran pada peserta. Namun, bagi mereka yang memiliki tekanan darah tinggi atau kadar gula darah yang tidak normal, diberikan edukasi serta rujukan ke puskesmas untuk pemeriksaan lebih lanjut dan tindak lanjut medis yang diperlukan.

Berdasarkan kegiatan pengukuran dan pendataan yang dilaksanakan di Posyandu Matahari, diperoleh hasil sebagai berikut.

Tabel 1. Posbindu Oktober 2024

No	Nama (Inisial)	Usia	Tekanan Darah (mmHg)	Gula Darah (mg/dL)	Indeks Massa Tubuh (IMT)	Status Risiko
1	WS	36	120/80	97	24.5	Normal
2	OA	33	124/92	160	27.5	Hipertensi Ringan
3	RNS	36	122/96	158	28.0	Hipertensi Ringan
4	WA	48	119/73	171	26.5	Gula Darah Tinggi
5	KU	39	137/95	155	29.1	Hipertensi Ringan
6	EPS	32	106/82	158	23.8	Normal
7	MM	51	143/89	157	25.5	Hipertensi Ringan

Pemeriksaan kesehatan di Posyandu Matahari menemukan beberapa masalah kesehatan yang umum di kalangan peserta. Salah satu yang paling sering muncul adalah hipertensi ringan, di mana lima dari tujuh peserta memiliki tekanan darah di atas normal. Faktor risiko utama kondisi ini adalah pola makan yang kurang sehat dan gaya hidup yang kurang aktif.

Selain itu, dua peserta diketahui memiliki kadar gula darah tinggi yang melebihi ambang normal, yang dapat mengarah pada risiko diabetes tipe 2. Konsumsi makanan tinggi gula dan kurangnya aktivitas fisik menjadi penyebab utama. Hasil pengukuran Indeks Massa Tubuh (IMT) juga menunjukkan bahwa sebagian peserta mengalami kelebihan berat badan, yang dapat meningkatkan risiko penyakit lain seperti kolesterol tinggi dan penyakit jantung. Temuan ini menunjukkan perlunya edukasi lebih lanjut tentang pola makan sehat, pentingnya olahraga, dan pemeriksaan kesehatan rutin. Kolaborasi antara mahasiswa KKN dan kader Posyandu dapat membantu masyarakat menerapkan gaya hidup sehat secara berkelanjutan.

Secara keseluruhan, hipertensi dan diabetes masih menjadi tantangan kesehatan utama. Pola makan rendah buah dan sayur serta minimnya aktivitas fisik menjadi faktor risiko yang perlu diperhatikan. Peningkatan kesadaran masyarakat mengenai pengelolaan berat badan dan kesehatan secara keseluruhan sangat penting untuk mencegah penyakit tidak menular. Rujukan ke layanan kesehatan juga diberikan kepada peserta yang membutuhkan tindak lanjut lebih lanjut, sementara edukasi gaya hidup sehat harus terus diperkuat untuk hasil jangka panjang.

a **b** **c**

d

Gambar 1. Kegiatan pengabdian meliputi (a) pendaftaran pemeriksaan kesehatan gratis, (b) pelayanan pengukuran tekanan darah, (c) pemeriksaan gula darah dan asam urat, serta (d) foto bersama dengan perawat, bidan dan pengurus posyandu setempat

Diperlukan upaya berkelanjutan dalam bentuk edukasi tentang gaya hidup sehat, peningkatan kesadaran masyarakat mengenai pentingnya pemeriksaan kesehatan rutin, serta pendampingan dalam menerapkan kebiasaan sehat. Kolaborasi antara mahasiswa KKN, kader Posyandu, dan masyarakat diharapkan dapat menjadi strategi efektif dalam pencegahan serta pengendalian penyakit tidak menular. Dengan adanya rujukan ke fasilitas kesehatan bagi peserta yang memerlukan tindak lanjut, diharapkan mereka dapat memperoleh penanganan yang tepat. Sementara itu, perubahan pola hidup sehat harus terus didorong agar hasil yang dicapai dapat berkelanjutan dan memberikan manfaat jangka panjang bagi kesehatan masyarakat.

KESIMPULAN

Program kolaborasi antara mahasiswa KKN dan Posyandu Matahari dalam pengendalian Penyakit Tidak Menular (PTM) di Kota Baru berhasil mengidentifikasi faktor risiko kesehatan masyarakat. Hasil pengukuran menunjukkan bahwa hipertensi ringan dan kadar gula darah tinggi merupakan permasalahan yang paling dominan di antara peserta. Kondisi ini dipengaruhi oleh pola makan yang kurang sehat, kurangnya aktivitas fisik, dan keterbatasan akses pemeriksaan kesehatan rutin.

Kegiatan ini berhasil meningkatkan kesadaran masyarakat mengenai pentingnya pencegahan dan pengendalian PTM melalui sosialisasi dan pemeriksaan kesehatan sederhana. Edukasi yang diberikan diharapkan dapat mendorong masyarakat untuk menerapkan pola hidup sehat dan memanfaatkan layanan kesehatan yang tersedia di Posyandu.

DAFTAR PUSTAKA

Arif, S., Isdijoso, W., Fatah, A. R., & Tamyis, A. R. (2020). Tinjauan strategis ketahanan pangan dan gizi di Indonesia. *Jakarta: SMERU Research Instituate*.

Ginting, D. S., Kamaruddin, M. I., & Lontaan, A. (2024). Promotive and preventive education of non-communicable diseases for the community. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Edukasi Indonesia*, *1*(2), 56–62. https://doi.org/10.61099/jpmei.v1i2.41

Halim, R., Puspasari, A., Shafira, N. N. A., Tarawifa, S., Enis, R. N., Maharani, C., & Syauqy, A. (2024). Asesmen Komposisi Lemak Tubuh, Tekanan Darah Dan Profil Metabolisme Glukosa Sebagai Upaya Deteksi Dini Penyakit Kardiovaskuler Pada Penduduk Usia Produktif Di Wilayah Kerja Puskesmas Simpang Sei Duren. *Medical Dedication (Medic): Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat FKIK UNJA*, *7*(1), 34–39. https://doi.org/10.22437/medicaldedication.v7i1.33930

Hidayati, S., & KM, S. (2024). Pengantar ilmu. *Pengantar Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 62.

Huriyati, E., Kandarina, B. J. I., & Faza, F. (2019). *Peranan gizi dalam upaya pencegahan penyakit tidak menular*. UGM PRESS.

Jumadewi, A., Lizam, T. C., & Fathimi, F. (2023). Prevalensi dan Determinan Kejadian Penyakit Tidak Menular di Laboratorium Patologi Klinik RSUD dr. Zainoel Abidin. *Journal Of Healthcare Technology and Medicine*, *9*(2), 885–898. https://doi.org/10.33143/jhtm.v9i2.3325

Rizki, M. I., Triyasmono, L., Hadi, S., Normaidah, N., Ratnapuri, P. H., Izma, H., Mahdi, N., Malahayati, S., Buih, P.H.J., & Agustina, N. K. A. (2025). Upaya Peningkatan Pengetahuan Terhadap Permasalahan Penyakit Hipertensi di Desa Tambak Baru Ilir Kabupaten Banjar. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Panacea*, *2*(4), 216-224. https://doi.org/10.20527/jpmp.v2i4.13964

Sudayasa, I. P., Azis, A. A. K., & Julianti, Y. (2024). Skrining Kadar Gula Darah dan Edukasi Pencegahan Diabetes Mellitus Pada Masyarakat Pesisir Kecamatan Poasia, Kota Kendari. *Jurnal Pengabdian Meambo*, *3*(2), 74–79. https://doi.org/10.56742/jpm.v3i2.93

Yarmaliza, Y., & Zakiyuddin, Z. (2019). Pencegahan Dini terhadap Penyakit Tidak Menular (PTM) melalui GERMAS. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Multidisiplin*, *2*(3), 93–100. https://doi.org/10.36341/jpm.v2i3.794