

Pemberdayaan Kesehatan dan Peningkatan Kesejahteraan Masyarakat Lewat Penuntasan Stunting dan Penyakit Tidak Menular

M. Pandam Nuswantoro, Tyas Panuntun, Indah Komala Dewi, M. Ihsan Syarifudin, Nashira Husna Amalia, Sari Indah Roswana, Faiqoturrohmah, Shadiq Nurdjarisa Hidayat, Prasetio Kirmawanto*

Universitas Muhammadiyah Yogyakarta, Jl. Brawijaya, Geblagan, Tamantirto, Kec. Kasihan, Kabupaten Bantul, Daerah Istimewa Yogyakarta 55183

Email: prasetio.kirmawanto@umy.ac.id

DOI: <https://doi.org/10.18196/ppm.61.1180>

Abstrak

Dusun Sebo di Kulon Progo menghadapi tantangan kesehatan yang signifikan, terutama dalam hal angka stunting, hipertensi, dan diabetes melitus. Oleh karena itu, kegiatan pengabdian masyarakat ini fokus pada upaya penanggulangan ketiga masalah tersebut. Selain itu, program penyuluhan kesehatan gigi juga diberikan secara gratis, mengingat pentingnya kesehatan gigi dalam menjaga kesehatan umum. Kegiatan cek kesehatan melibatkan berbagai metode, termasuk penyuluhan kepada penduduk lansia dan orang tua yang memiliki anak yang mengalami stunting melalui program asuhan keluarga. Pre-test dan post-test dilakukan untuk mengukur tingkat pemahaman masyarakat terkait penyakit tidak menular. Program ini bertujuan untuk meningkatkan wawasan dan kesadaran masyarakat terkait penyakit tidak menular. Setelah penyuluhan, diharapkan masyarakat Sebo dapat mengadopsi gaya hidup lebih sehat, seperti mengurangi merokok, mengontrol konsumsi gula berlebihan, dan menghindari pernikahan dini untuk mengurangi angka stunting, hipertensi, dan diabetes melitus. Hasil dari pre-test dan post-test menunjukkan peningkatan pemahaman yang signifikan, dengan nilai rata-rata yang meningkat dari 91,48 pada pre-test menjadi 100 pada post-test, mengindikasikan efektivitas penyuluhan yang diselenggarakan.

Kata Kunci: penyuluhan, kesehatan, pengabdian, masyarakat

Pendahuluan

Penyakit Tidak Menular, terutama stunting pada anak, merupakan masalah yang memerlukan perhatian serius. Menurut Jurnal Epidemiologi Kesehatan Indonesia tahun 2022, stunting pada balita dapat berdampak pada risiko penyakit tidak menular di masa mendatang, seperti diabetes melitus, obesitas, dan penyakit kronis lainnya. Hal ini terjadi karena adanya fenomena yang disebut *Catch Up Growth*, di mana anak yang stunting mengalami peningkatan pertumbuhan yang sangat cepat untuk mengejar ketertinggalan pertumbuhan mereka selama 1000 hari pertama kehidupan (Kurniati et al., 2023). Sebuah artikel dalam *The Lancet Public Health* menyebutkan bahwa *Catch Up Growth* pada anak yang stunting dapat mengakibatkan ketidakseimbangan pertumbuhan dan meningkatkan risiko obesitas (Stratta et al., 2003).

Selain itu, penelitian dalam artikel "*Long-term consequences of stunting in early life*" menjelaskan bahwa anak-anak dengan stunting juga berisiko terkena diabetes melitus di masa depan akibat kondisi resistensi insulin yang disebabkan oleh gangguan pertumbuhan mereka (Dewey & Begum, 2011). Selanjutnya, penelitian oleh Fernandes et al. menunjukkan peningkatan prevalensi hipertensi pada remaja yang mengalami malnutrisi atau stunting. Penelitian eksperimental mendukung temuan ini dengan menunjukkan bahwa malnutrisi intrauterin dapat meningkatkan tekanan darah (Prentice et al., 2013). Aktivasi sistem *renin-angiotensin-aldosteron* (RAS), perubahan struktur pembuluh darah, sensitivitas insulin yang meningkat, dan penurunan jumlah nefron (massa ginjal) pada anak-anak yang mengalami gangguan pertumbuhan janin merupakan faktor-faktor yang berkontribusi pada peningkatan risiko hipertensi.

Semua faktor ini menggarisbawahi urgensi penanggulangan stunting, karena dampak malnutrisi pada anak sangat berbahaya dan berdampak besar pada masa depan mereka (Putu Previyanti Dharma Putri & Wayan Sudhana, n.d.). Dengan pemahaman ini, langkah-langkah perlu diambil untuk mencegah dan mengatasi stunting agar anak-anak memiliki pertumbuhan yang seimbang dan lebih baik dalam mencegah penyakit tidak menular di kemudian hari (Georgiadis & Penny, 2017).

Setelah melakukan pendalaman di daerah Kulon Progo, tempat pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat, ternyata terdapat isu serius terkait kesehatan di daerah tersebut. Kulon Progo memiliki tingkat kasus hipertensi, diabetes melitus, dan stunting yang cukup tinggi. Menurut studi sebelumnya yang dilakukan oleh Dinas Kesehatan DIY pada tahun 2015, terlihat peningkatan kasus hipertensi dan diabetes melitus selama tiga tahun terakhir. Data ini menunjukkan bahwa masalah kesehatan yang terkait dengan penyakit tidak menular sedang meningkat di daerah ini. Beberapa faktor risiko yang berkontribusi terhadap peningkatan kasus ini adalah stres, merokok, obesitas, dan gaya hidup yang tidak sehat (Masyarakat et al., n.d.).

Di samping itu, data dari Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2013) dan studi yang dilakukan oleh Wake Forest Baptist Medical Center menyatakan bahwa wanita memiliki risiko lebih tinggi terkena hipertensi dibandingkan dengan pria, dengan perbandingan 30% hingga 40%. Ini terkait dengan perbedaan fisiologis antara wanita dan pria dalam sistem kardiovaskuler serta peran hormon dalam sistem peredaran darah.

Kulon Progo memiliki wilayah padukuhan Sebo yang memiliki potensi pertanian yang seharusnya mampu memberikan gizi yang cukup (Natasari et al., 2022). Namun, masih banyak penduduk di daerah ini yang kurang memahami faktor-faktor yang berkontribusi pada penyakit tidak menular. Salah satu alasannya adalah karena daerah ini tergolong terpencil dan jauh dari pusat pelayanan kesehatan. Oleh karena itu, edukasi dan pemahaman tentang penyakit tidak menular sangat diperlukan untuk masyarakat setempat. Dengan menyadari kondisi ini, melalui program pengabdian masyarakat ini, kami bertujuan untuk memberikan penyuluhan tentang gaya hidup sehat dan mencegah penyakit tidak menular, khususnya hipertensi, diabetes melitus, dan stunting (Fernandes et al., 2003).

Kegiatan pengabdian masyarakat ini juga melibatkan program asuhan keluarga yang ditujukan untuk keluarga yang memerlukan perhatian khusus dalam mengatasi penyakit yang mereka derita. Program penyuluhan ini juga akan menjadi tindak lanjut untuk meningkatkan pemahaman masyarakat tentang kondisi mereka dan cara mengelolanya. Melalui upaya ini, kami berharap dapat memberikan kontribusi positif dalam upaya meningkatkan kesehatan masyarakat Kulon Progo, khususnya padukuhan Sebo.

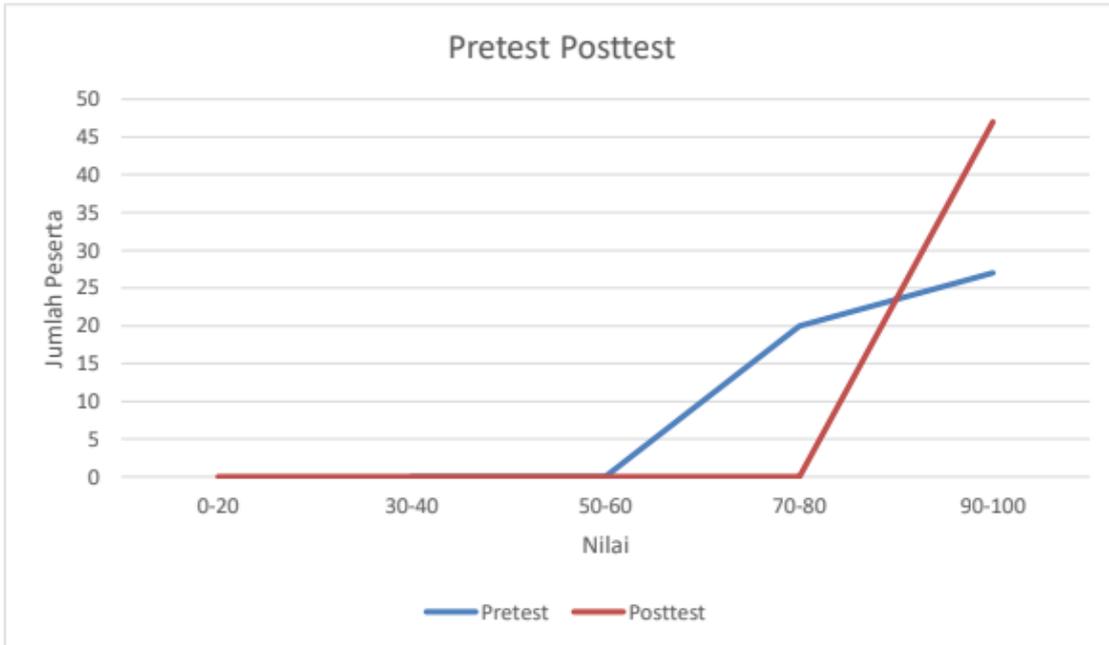
Metode Pelaksanaan

Dalam program pada kegiatan pengabdian masyarakat ini, metode yang digunakan ialah penyuluhan kepada lansia di padukuhan Sebo. Metode ini dipilih karena perlunya pendekatan kepada warga agar materi penyuluhan dapat diserap dan diterima dengan baik. Kegiatan ini berlangsung di balai padukuhan Sebo, dan dihadiri oleh sebanyak 47 warga. Kegiatan penyuluhan kesehatan tentang Penyakit Tidak Menular (PTM) ini diawali dengan *pre-test*, kemudian pengisian materi tentang Hipertensi dan Diabetes, barulah setelah itu *post-test* dilaksanakan. Kegiatan *post test* dilakukan setelah pengisian materi karena tentunya sebagai nilai tolak ukur para warga dalam memahami materi yang disampaikan sesuai dengan tujuan dari kegiatan ini (Gylling et al., 2014). Setelah *post-test* dilaksanakan, kegiatan cek kesehatan gratis pun dilaksanakan untuk warga sebagai tindak lanjut agar warga dapat mengetahui kondisi mereka saat itu juga. Kegiatan cek kesehatan diawali pada pos 1 yaitu cek tinggi dan berat badan, kemudian menuju pos 2 yang merupakan pos anamnesis. Setelah mendapat anamnesis, dilanjutkan pada pos 3 yang merupakan pos terakhir yaitu pos GCU gula darah maupun asam urat. Bagi warga/lansia dengan hasil cek gula darah atau asam urat yang tinggi akan segera dianjurkan ke puskesmas dan diberi kembali pemahaman apa yang boleh dan tidak boleh dilakukan dan dihindari. Untuk penyuluhan kesehatan gigi, karena yang menjadi sasaran adalah anak-anak, kegiatan ini dilaksanakan di SD Negri 2 Samigaluh dengan target anak kelas 1-3. Kegiatan ini diawali dengan *pre-test* pada anak, kemudian setelah itu dilakukan penyampaian materi tentang menjaga kesehatan gigi serta bagaimana cara menjaga kesehatan gigi. Setelahnya, kegiatan *post-test*

dilaksanakan. Kemudian setelah *post-test*, anak-anak dibagikan sikat gigi untuk praktek bagaimana cara menyikat gigi yang tepat.

Hasil dan Pembahasan

Hasil Kegiatan Penyuluhan Kesehatan pada Balai Padukuhan Sebo menunjukkan perkembangan positif dalam pemahaman kesehatan di kalangan 47 peserta, yang sebagian besar merupakan lansia. Melalui *pre-test* dan *post-test*, kami mengukur peningkatan pemahaman peserta yang sesuai dengan tujuan utama kegiatan ini. Berikut adalah data hasil *pre-test* dan *post-test* yang diperoleh dari kegiatan cek kesehatan yang telah dilaksanakan:



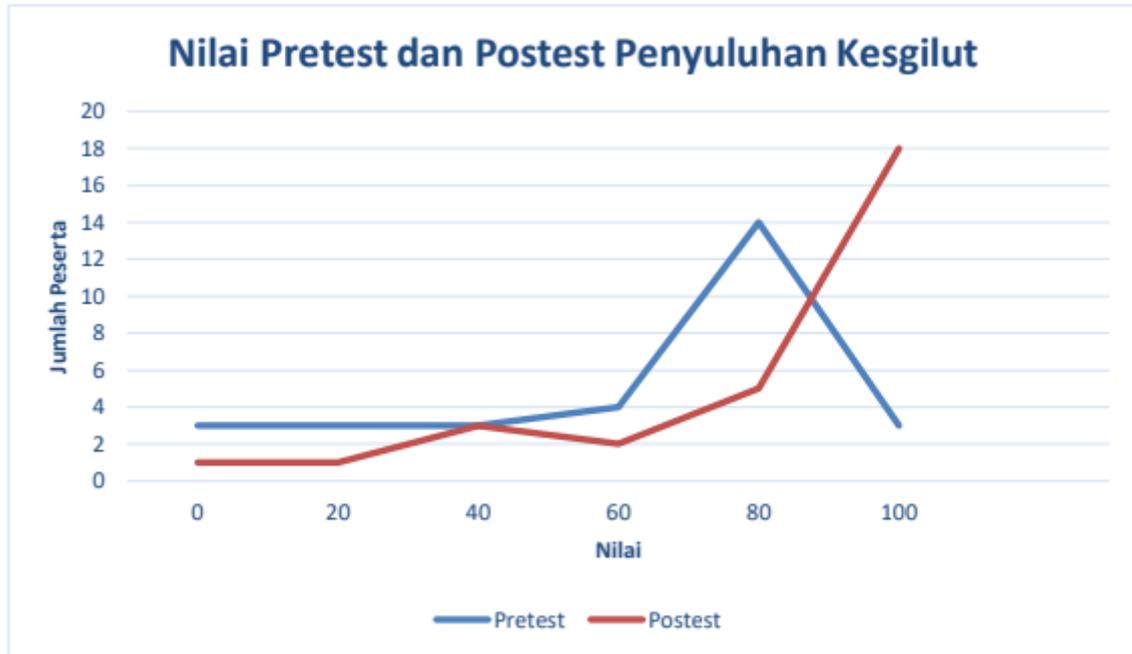
Gambar 1. Hasil *pre-test* dan *post-test* terhadap pengetahuan kesehatan

Dari gambar diagram diatas terlihat bahwa nilai rata-rata untuk *pre-test* yaitu 91,48 dan nilai sempurna atau 100 untuk hasil *post-test*, dapat dipastikan pemahaman warga Padukuhan Sebo tentang Hipertensi dan Diabetes sudah meningkat dan materi yang disampaikan telah diserap dengan baik. Kegiatan ini berjalan dengan cukup lancar dan para warga dapat bekerjasama dengan baik dari awal hingga akhir kegiatan.



Gambar 2. Proses kegiatan test kesehatan masyarakat

Selain penyuluhan kesehatan, pada program pengabdian masyarakat ini juga dilaksanakan penyuluhan kesehatan gigi dan mulut. Penyuluhan dilaksanakan di SD N 2 Samigaluh dengan 32 orang peserta yang merupakan siswa-siswi kelas I hingga III di SD N 2 Samigaluh. Indikator keberhasilan dari penyuluhan kesehatan gigi dan mulut menggunakan *pre-test* dan *post-test* untuk semua peserta. Selain itu untuk menilai pemahaman peserta, dilakukan juga kegiatan sikat gigi bersama dengan baik dan benar.



Gambar 3. Hasil *pre-test* dan *post-test* penyuluhan Kesehatan gigi dan mulut

Dari diagram didapatkan sebagian besar siswa siswi memahami materi penyuluhan. Hal tersebut terlihat dari nilai *post-test* yang mayoritas mendapatkan nilai 100. Pada pelaksanaan kegiatan sikat gigi bersama juga siswa dan siswi melakukan sikat gigi dengan langkah yang benar.

Simpulan

Setelah menyelesaikan kegiatan pengabdian masyarakat ini, beberapa kesimpulan dapat diambil. Pertama, program penyuluhan dan cek kesehatan telah berhasil mencapai tujuan dan sarannya dengan fokus pada masyarakat lansia yang rentan terhadap hipertensi dan diabetes. Kedua, tidak diperlukan Rencana Tindak Lanjut (RTL) karena program tersebut telah mencapai tujuannya dan diterima dengan baik oleh masyarakat Padukuhan Sebo. Terakhir, peran Kader Kesehatan Padukuhan Sebo dalam penanganan stunting, terutama melalui posyandu balita yang rutin diadakan setiap hari Rabu, telah berkontribusi positif terhadap pemantauan kesehatan balita di daerah Sebo. Hal ini memberikan peluang yang lebih besar bagi masyarakat Sebo untuk meningkatkan kesejahteraan mereka dengan bekal pengetahuan dan materi yang telah diberikan selama kegiatan ini.

Ucapan Terima Kasih

Ucapan terimakasih kami beri dan ucapkan kepada pihak LPM Universitas Muhammadiyah Yogyakarta yang telah memberi kami bekal materi dan dana demi kelancaran program kegiatan pengabdian masyarakat ini. Tak lupa pula kami ucapkan terimakasih kepada seluruh masyarakat padukuhan Sebo, Kecamatan Samigaluh, yang telah menerima kami dengan baik dan kooperatif dengan berbagai program kami, juga keluarga kepala dukuh Sebo, yang telah menyediakan tempat serta sarana prasana yang lain selama kegiatan pengabdian masyarakat ini berlangsung.

Daftar Pustaka

BAB, I. Republik Indonesia, 2013). Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan di Dinas Kesehatan (Dinkes) Kulon Progo (2015), Kabupaten Kulon Progo adalah salah satu kabupaten di Provinsi DIY yang mengalami peningkatan kasus hipertensi.

- Dewey, K. G., & Begum, K. (2011). Long-term consequences of stunting in early life. *Maternal & Child Nutrition*, 7(s3), 5–18. <https://doi.org/10.1111/j.1740-8709.2011.00349.x>
- Fernandes, M. T. B., Sesso, R., Martins, P. A., & Sawaya, A. L. (2003). Increased blood pressure in adolescents of low socioeconomic status with short stature. *Pediatric Nephrology*, 18(5), 435–439. <https://doi.org/10.1007/s00467-003-1117-1>
- Georgiadis, A., & Penny, M. E. (2017). Child undernutrition: opportunities beyond the first 1000 days. *The Lancet Public Health*, 2(9), e399. [https://doi.org/10.1016/S2468-2667\(17\)30154-8](https://doi.org/10.1016/S2468-2667(17)30154-8)
- Gylling, H., Plat, J., Turley, S., Ginsberg, H. N., Ellegård, L., Jessup, W., Jones, P. J., Lütjohann, D., Maerz, W., Masana, L., Silbernagel, G., Staels, B., Borén, J., Catapano, A. L., De Backer, G., Deanfield, J., Descamps, O. S., Kovanen, P. T., Riccardi, G., ... Chapman, M. J. (2014). Plant sterols and plant stanols in the management of dyslipidaemia and prevention of cardiovascular disease. *Atherosclerosis*, 232(2), 346–360. <https://doi.org/10.1016/j.atherosclerosis.2013.11.043>
- Kurniati, H., Djuwita, R., & Istiqfani, M. (2023). Literature Review: Stunting Saat Balita sebagai Salah Satu Faktor Risiko Penyakit Tidak Menular di Masa Depan. *Jurnal Epidemiologi Kesehatan Indonesia*, 6(2). <https://doi.org/10.7454/epidkes.v6i2.6349>
- Masyarakat, B. K., Hardati, A. T., & Ahmad, R. A. (n.d.). *Aktivitas fisik dan kejadian hipertensi pada pekerja: analisis data Riskesdas 2013 Physical activity and hypertension incidence among workers: analysis of basic health survey 2013.*
- Natasari, Wulandari, R., Sumirah, S., & Nusa, N. D. (2022). *Pemetaan Potensi Desa Dalam Rangka Menuju Desa Wisata Desa Sidoharjo Kecamatan Samigaluh Kulonprogo Yogyakarta.*
- Prentice, A. M., Ward, K. A., Goldberg, G. R., Jarjou, L. M., Moore, S. E., Fulford, A. J., & Prentice, A. (2013). *Critical windows for nutritional interventions against stunting. The American of Clinical Nutrition.*
- Putu Previyanti Dharma Putri, L., & Wayan Sudhana, I. (n.d.). *GAMBARAN PREVALENSI DAN FAKTOR RESIKO HIPERTENSI PADA PENDUDUK USIA PRODUKTIF DI DESA RENDANG, KECAMATAN RENDANG, KABUPATEN KARANGASEM PERIODE OKTOBER TAHUN 2013.*
- Stratta, R. J., Rohr, M. S., Adams, P. L., Sundberg, A. K., Hartmann, E. L., Armstrong, G., Anderson, T. K., Farney, A. C., Roskopf, J. A., Hairston, G., Kiger, D. F., Nagaraj, S. K., Iskandar, S. S., & Assimos, D. G. (2003). Kidney and pancreas transplantation at Wake Forest University Baptist Medical Center. *Clinical Transplants*, 229–245.