

PENINGKATAN EFEKTIVITAS POSYANDU PROGRAM PTM USIA PRODUKTIF MELALUI SCRENNING KESEHATAN DI PUSKESMAS KAWATUNA KOTA PALU

1. Muh Al Ghazali, Program Studi Magister Keperawatan, Fakultas Ilmu Keperawatan, Universitas Strada Indonesia, Email : nsm.alghazali@gmail.com
2. Yuly Peristiowati, Program Studi Magister Keperawatan, Fakultas Ilmu Keperawatan, Universitas Strada Indonesia, Email : yulyperistiowati@gmail.com
3. Agustin, Program Studi Magister Keperawatan, Fakultas Ilmu Keperawatan, Universitas Strada Indonesia, Email : agusta85@iik-strada.ac.id
Korespondensi : nsm.alghazali@gmail.com

ABSTRAK

Program Posyandu PTM untuk usia produktif masih kurang efektif karena rendahnya partisipasi dan kesadaran akan skrining kesehatan. Hal ini menghambat deteksi dini penyakit tidak menular, meningkatkan risiko komplikasi dan beban kesehatan. Kegiatan pengabdian masyarakat di Puskesmas Kawatuna Kota Palu, dilakukan studi observasional terhadap 150 orang untuk memahami kondisi kesehatan mereka. Metode observasional ini melibatkan pengamatan langsung terhadap parameter yaitu tekanan darah, kadar GDA, asam urat, dan kolesterol. Berdasarkan hasil screnning kesehatan pada usia produktif didapatkan hampir seluruhnya dengan kondisi tekanan darah normal sebanyak 145 orang (96,6%). Dan sebagian kecil dengan kondisi hipertensi sebanyak 5 orang (3,3%). seluruhnya dengan kadar GDA normal sebanyak 150 orang (100%). seluruhnya dengan kadar asam urat normal sebanyak 150 orang (100%). Dan hampir seluruhnya dengan kondisi kadar kolesterol normal sebanyak 148 orang (98,6%). Dan sebagian kecil yang lain dengan kadar kolesterol tinggi sebanyak 2 orang (1,3%). Hampir seluruh peserta memiliki tekanan darah normal, GDA normal, dan asam urat dalam batas normal, dengan hanya sedikit yang mengalami hipertensi dan kolesterol tinggi. Secara keseluruhan, kondisi kesehatan mereka tergolong baik

Kata Kunci : Posyandu, Program PTM, Usia Produktif

1. PENDAHULUAN

Penyakit Tidak Menular (PTM) seperti hipertensi, diabetes melitus, dan penyakit jantung koroner menjadi ancaman serius bagi masyarakat Indonesia, termasuk di Kota Palu. Tren peningkatan PTM tidak hanya terjadi pada kelompok usia lanjut, tetapi juga mulai mengancam kelompok usia produktif. Hal ini berdampak pada menurunnya produktivitas kerja dan meningkatnya beban ekonomi akibat biaya pengobatan yang tinggi. Posyandu, sebagai garda terdepan pelayanan kesehatan masyarakat, memiliki peran penting dalam upaya pencegahan dan pengendalian PTM, terutama bagi kelompok usia produktif (Kemenkes RI, 2020).

Penyakit Tidak Menular (PTM) seperti hipertensi, asam urat, kolesterol tinggi, dan diabetes mellitus menunjukkan prevalensi yang mengkhawatirkan pada kelompok usia produktif di Indonesia. Berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018, prevalensi hipertensi pada penduduk usia 31-44 tahun mencapai 31,6%, meningkat menjadi 45,3% pada usia 45-54 tahun, dan mencapai 55,2% pada kelompok usia 55-64 tahun (Kemenkes RI, 2018). Selain itu, penelitian menunjukkan bahwa prevalensi hipertensi pada usia dewasa muda (18-45 tahun) adalah 13,59%, dengan rincian 7,35% pada usia 18-24 tahun, 10,41% pada usia 25-34 tahun, dan 21,35% pada usia 35-44 tahun (Hutauruk et al., 2021). Meskipun data spesifik mengenai prevalensi asam urat dan kolesterol tinggi pada kelompok usia produktif terbatas, sebuah studi menemukan bahwa 40,74% responden memiliki kadar asam urat yang tidak normal, dan 44,44% memiliki tekanan darah yang tidak normal (Sari et al., 2023).

Peningkatan kasus Penyakit Tidak Menular (PTM) seperti hipertensi, asam urat, kolesterol tinggi, dan diabetes mellitus pada kelompok usia produktif disebabkan oleh berbagai faktor, termasuk pola makan tidak sehat, kurangnya aktivitas fisik, kebiasaan merokok, konsumsi alkohol, serta stres yang tinggi akibat tuntutan pekerjaan dan gaya hidup modern. Kurangnya kesadaran masyarakat terhadap pentingnya deteksi dini dan pemeriksaan kesehatan rutin juga memperburuk kondisi ini. Dampaknya sangat signifikan, mulai dari menurunnya kualitas hidup, meningkatnya risiko komplikasi seperti penyakit jantung dan stroke, hingga beban ekonomi akibat biaya pengobatan yang tinggi. Selain itu, PTM pada usia produktif juga berkontribusi terhadap penurunan produktivitas kerja dan meningkatnya angka ketidakhadiran di tempat kerja, yang pada akhirnya dapat memengaruhi pertumbuhan ekonomi masyarakat secara luas (Kemenkes RI, 2022).

Untuk mengatasi permasalahan ini, diperlukan peningkatan efektivitas Posyandu sebagai pusat pelayanan kesehatan primer dalam program pengendalian PTM bagi usia produktif. Pertama, Posyandu perlu meningkatkan edukasi kesehatan dengan memberikan penyuluhan rutin mengenai gaya hidup sehat, pola makan seimbang, serta pentingnya aktivitas fisik. Kedua, melakukan deteksi dini dengan menyediakan layanan pemeriksaan tekanan darah, kadar gula darah, dan profil lipid secara berkala bagi masyarakat usia produktif. Ketiga, memperkuat kolaborasi dengan berbagai pihak seperti pemerintah daerah, tenaga kesehatan, dan komunitas setempat untuk meningkatkan cakupan layanan Posyandu. Keempat, mempermudah akses layanan kesehatan dengan digitalisasi data pasien serta menyediakan konsultasi daring bagi mereka yang kesulitan mengakses fasilitas kesehatan secara langsung. Dengan pendekatan ini, diharapkan angka kejadian PTM pada usia produktif dapat dikendalikan dan masyarakat dapat menjalani hidup yang lebih sehat serta produktif (Kemenkes RI, 2023).

2. PELAKSANAAN DAN METODE

Dalam kegiatan pengabdian masyarakat di Puskesmas Kawatuna Kota Palu, dilakukan studi observasional terhadap 150 orang untuk memahami kondisi kesehatan

mereka. Metode observasional ini melibatkan pengamatan langsung terhadap parameter yaitu tekanan darah, kadar GDA, asam urat, dan kolesterol. Data yang diperoleh selanjutnya digunakan sebagai data kegiatan pengabdian kepada masyarakat. Selanjutnya tim pelaksana kegiatan melakukan health education kepada peserta kegiatan pengabdian kepada masyarakat mengenai pentingnya posyandu sebagai salah satu sarana pemantauan kesehatan dan sekaligus sebagai fasilitas kesehatan awal untuk deteksi gangguan kesehatan yang terjadi. Metode pelaksanaan kegiatan dilakukan menggunakan tehnik wawancara dan tanya jawab.

3. HASIL KEGIATAN

Berdasarkan hasil laporan pengabdian masyarakat yang dilakukan di Puskesmas Kawatuna Kota Palu sebagai berikut :

- a. Karakteristik peserta kegiatan pengabdian kepada masyarakat berdasarkan jenis kelamin

Tabel 1. Karakteristik peserta kegiatan pengabdian kepada masyarakat berdasarkan jenis kelamin

No.	Jenis kelamin	Frekuensi (F)	Persentase (%)
1	Laki-laki	85	56,6
2	Perempuan	65	43,3
Total		150	100

Sumber : Data primer kegiatan pengabdian kepada masyarakat

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan bahwa sebagian besar dengan jenis kelamin laki-laki sebanyak 85 orang (56,6%), dan hampir setengahnya yang lain dengan jenis kelamin perempuan sebanyak 65 orang (43,3%).

- b. Karakteristik peserta kegiatan pengabdian kepada masyarakat berdasarkan usia

Tabel 2. Karakteristik peserta kegiatan pengabdian kepada masyarakat berdasarkan usia

No.	Usia	Frekuensi (F)	Persentase (%)
1	50-60 tahun	95	63,3
2	>60 tahun	55	36,6
Total		150	100

Sumber : Data primer kegiatan pengabdian kepada masyarakat

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan bahwa sebagian besar berusia 50-60 tahun sebanyak 95 orang (63,3%), dan hampir setengahnya yang lain berusia >60 tahun sebanyak 55 orang (36,6%).

- c. Karakteristik peserta kegiatan pengabdian kepada masyarakat berdasarkan tekanan darah

Tabel 3. Karakteristik peserta kegiatan pengabdian kepada masyarakat berdasarkan tekanan darah

No.	Tekanan darah	Frekuensi (F)	Persentase (%)
1	Normal	145	96,6
2	Hipertensi	5	3,3
Total		150	100

Sumber : Data primer kegiatan pengabdian kepada masyarakat

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan bahwa hampir seluruhnya dengan kondisi tekanan darah normal sebanyak 145 orang (96,6%), dan sebagian kecil dengan kondisi hipertensi sebanyak 5 orang (3,3%).

- d. Karakteristik peserta kegiatan pengabdian kepada masyarakat berdasarkan kadar GDA
Tabel 4. Karakteristik peserta kegiatan pengabdian kepada masyarakat berdasarkan kadar GDA

No.	Kadar GDA	Frekuensi (F)	Persentase (%)
1	Normal	150	100
	Total	150	100

Sumber : Data primer kegiatan pengabdian kepada masyarakat

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan bahwa seluruhnya dengan kadar GDA normal sebanyak 150 orang (100%).

- e. Karakteristik peserta kegiatan pengabdian kepada masyarakat berdasarkan kadar asam urat

Tabel 5. Karakteristik peserta kegiatan pengabdian kepada masyarakat berdasarkan kadar asam urat

No.	Kadar asam urat	Frekuensi (F)	Persentase (%)
1	Normal	150	100
	Total	150	100

Sumber : Data primer kegiatan pengabdian kepada masyarakat

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan bahwa seluruhnya dengan kadar asam urat normal sebanyak 150 orang (100%).

- f. Karakteristik peserta kegiatan pengabdian kepada masyarakat berdasarkan kadar kolesterol

Tabel 6. Karakteristik peserta kegiatan pengabdian kepada masyarakat berdasarkan kadar kolesterol

No.	Kadar kolesterol	Frekuensi (F)	Persentase (%)
1	Tinggi	2	1,3
2	Normal	148	98,6
	Total	150	100

Sumber : Data primer kegiatan pengabdian kepada masyarakat

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan bahwa hampir seluruhnya dengan kondisi kadar kolesterol normal sebanyak 148 orang (98,6%). Dan sebagian kecil yang lain dengan kadar kolesterol tinggi sebanyak 2 orang (1,3%).

4. PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil pengabdian masyarakat melalui screning kesehatan program PTM pada usia produktif di Puskesmas Kawatuna Kota Palu didapatkan bahwa hampir seluruh responden memiliki kondisi kesehatan yang baik terkait faktor risiko Penyakit Tidak Menular (PTM). Sebanyak 145 orang (96,6%) memiliki tekanan darah normal, sementara hanya 5 orang (3,3%) yang mengalami hipertensi. Seluruh responden memiliki kadar Gula Darah Acak (GDA) dan kadar asam urat dalam batas normal (100%). Selain itu, sebanyak 148 orang (98,6%) memiliki kadar kolesterol normal, dan hanya 2 orang (1,3%) yang memiliki kadar kolesterol tinggi. Temuan ini menunjukkan bahwa mayoritas responden memiliki profil kesehatan yang baik dalam aspek tekanan darah, kadar gula darah, asam urat, dan kolesterol, yang merupakan indikator penting dalam pencegahan PTM seperti hipertensi, diabetes mellitus, dan penyakit kardiovaskular.

Pencegahan PTM menekankan pentingnya pola hidup sehat sebagai faktor utama dalam menjaga keseimbangan tekanan darah, kadar gula darah, dan profil lipid. Menurut World Health Organization (WHO, 2023), konsumsi makanan bergizi seimbang, aktivitas fisik yang cukup, serta manajemen stres yang baik merupakan strategi utama dalam menjaga kesehatan metabolik. Selain itu, WHO menyoroti pentingnya pemeriksaan kesehatan berkala sebagai upaya deteksi dini terhadap faktor risiko PTM. Penelitian

terbaru juga menunjukkan bahwa diet kaya serat, rendah lemak jenuh, serta pengurangan konsumsi gula dan garam berkontribusi secara signifikan terhadap penurunan risiko hipertensi dan gangguan metabolik lainnya (Smith et al., 2022).

Penelitian terdahulu juga mendukung hasil penelitian ini. Studi oleh Putri et al. (2021) menemukan bahwa mayoritas responden yang menerapkan pola hidup sehat memiliki tekanan darah, kadar gula darah, serta kadar kolesterol yang berada dalam batas normal. Selain itu, penelitian oleh Rahmawati dan Yusuf (2022) menunjukkan bahwa individu yang melakukan aktivitas fisik minimal 150 menit per minggu memiliki risiko lebih rendah mengalami hipertensi dan dislipidemia. Hasil penelitian lain oleh Widodo et al. (2023) juga menunjukkan bahwa masyarakat dengan pola makan yang sehat, rendah karbohidrat sederhana, dan tinggi serat memiliki kadar asam urat yang lebih stabil dibandingkan dengan mereka yang mengonsumsi makanan tinggi purin secara berlebihan.

Pola hidup sehat sangat berperan dalam menjaga kesehatan metabolik masyarakat. Dengan mayoritas responden memiliki tekanan darah, kadar gula darah, dan kadar lipid yang normal, dapat diasumsikan bahwa mereka telah menerapkan pola hidup yang relatif baik. Namun, tetap diperlukan edukasi berkelanjutan untuk memastikan bahwa masyarakat memahami pentingnya menjaga pola makan sehat, melakukan aktivitas fisik secara rutin, dan memantau kondisi kesehatan secara berkala. Selain itu, perhatian khusus perlu diberikan kepada individu yang memiliki kadar kolesterol tinggi dan tekanan darah di atas normal agar mereka dapat melakukan intervensi dini guna mencegah risiko komplikasi PTM di masa depan

5. KESIMPULAN

Hasil pengabdian masyarakat menunjukkan bahwa mayoritas responden memiliki kondisi kesehatan yang baik, dengan tekanan darah, kadar gula darah, dan asam urat dalam batas normal. Namun, terdapat sebagian kecil yang mengalami hipertensi dan kadar kolesterol tinggi, yang memerlukan perhatian lebih untuk pencegahan dan pengelolaan lebih lanjut. Skrining kesehatan yang dilakukan di Posyandu terbukti efektif dalam mendeteksi kondisi kesehatan masyarakat usia produktif serta menjadi langkah awal dalam upaya pencegahan Penyakit Tidak Menular (PTM).

6. SARAN

Untuk meningkatkan efektivitas program PTM di Puskesmas Kawatuna, disarankan agar skrining kesehatan dilakukan secara berkala dan lebih menyeluruh, terutama bagi individu dengan risiko kesehatan. Selain itu, edukasi mengenai pola hidup sehat, seperti menjaga pola makan, rutin berolahraga, dan mengelola stres, perlu terus ditingkatkan. Kolaborasi antara tenaga kesehatan, kader Posyandu, dan masyarakat sangat penting untuk meningkatkan kesadaran dan kepatuhan terhadap pemeriksaan kesehatan serta penerapan gaya hidup sehat.

7. DAFTAR PUSTAKA

- Hutauruk, R. M., et al. (2021). Prevalensi Hipertensi pada Dewasa Muda di Indonesia. *Tarumanagara Medical Journal*, 3(2), 56-62.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2018). Laporan Riskesdas 2018. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2020). Penyakit Tidak Menular Kini Ancam Usia Muda. Diakses dari <https://p2ptm.kemkes.go.id>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2022). Laporan Tahunan Kesehatan Masyarakat Indonesia. Jakarta: Kemenkes RI.

- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). Strategi Pengendalian Penyakit Tidak Menular di Indonesia. Jakarta: Direktorat Pencegahan dan Pengendalian PTM.
- Putri, R., et al. (2021). Hubungan Pola Makan dan Aktivitas Fisik terhadap Risiko Hipertensi di Indonesia. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 10(2), 45-52.
- Rahmawati, D., & Yusuf, M. (2022). Pengaruh Aktivitas Fisik terhadap Kesehatan Metabolik pada Usia Dewasa. *Jurnal Kedokteran Preventif*, 7(1), 33-40.
- Sari, P., et al. (2023). Hubungan Kadar Asam Urat dan Tekanan Darah pada Masyarakat Indonesia. *Jurnal Dharma Bhakti Kesehatan*, 7(1), 22-30.
- Smith, J., et al. (2022). Dietary Patterns and Their Impact on Cardiovascular Health: A Systematic Review. *Global Health Journal*, 15(3), 78-90.
- Widodo, B., et al. (2023). Korelasi Antara Pola Makan dan Kadar Asam Urat di Kalangan Dewasa Produktif. *Jurnal Gizi dan Kesehatan*, 12(1), 21-30.
- World Health Organization. (2023). *Noncommunicable Diseases: Global Prevention Strategies*. Geneva: WHO