
KAJIAN DESKRIPTIF TENTANG POSBINDU PENYAKIT TIDAK MENULAR DI POS BANDARA SMB II PALEMBANG BKK KELAS I PALEMBANG

Merry Natalia Panjaitan¹, Asrita Fajriani²; Fahmi Rizal³

Balai Kekarantina Kesehatan Kelas I Palembang^{1,2,3}

*white_phanter_pjtn@hotmail.com*¹

*itahadi.thea@gmail.com*²

*fa_ril42@gmail.com*³

ABSTRAK

Latar Belakang: Meningkatnya angka kejadian penyakit tidak menular (PTM) menjadi masalah kesehatan masyarakat saat ini. Oleh karena itu perlu dilibatkan peran serta masyarakat untuk mengendalikan PTM dengan melaksanakan program Posbindu PTM. **Tujuan:** Mengetahui gambaran deskriptif penyakit tidak menular. **Metode:** Penelitian ini menggunakan metode studi deskriptif menggambarkan distribusi frekuensi kegiatan Posbindu PTM di Pos Bandara SMB II Palembang tanggal 25 Februari 2025. Sampel *accidental sampling*, populasi adalah seluruh peserta kegiatan POSBINDU PTM di Pos Bandara SMB II Palembang sebanyak 89 orang. Analisa data yang digunakan adalah analisa univariat. **Hasil:** Posbindu PTM di Pos Bandara SMB II Palembang dikunjungi oleh masyarakat yang ada di Bandara SMB II Palembang, mayoritas laki-laki (71,91%), berusia 20 – 44 tahun (74,16%), berpendidikan SMA/ sederajat (68,54%), sudah menikah (58,42%). Berdasarkan hasil pengukuran tekanan darah dan kadar lipid dalam darah, peserta Posbindu PTM di Pos Bandara SMB II Palembang mayoritas tekanan darah normal (61,8%), kadar lipid dalam darah mayoritas normal. **Saran:** Dengan adanya Posbindu PTM masyarakat dapat mengaplikasikan perilaku CERDIK sedini mungkin, untuk BKK Kelas I Palembang agar memberikan edukasi tentang penyakit tidak menular dan inovasi yang menarik minat Masyarakat untuk berkunjung ke Posbindu PTM.

Kata Kunci: *Posbindu, Penyakit Tidak Menular*

ABSTRACT

Background: The increasing incidence of non-communicable diseases (NCDs) has become a public health issue today. Therefore, community participation is needed to control NCDs by implementing the Posbindu PTM program. **Objective:** To determine the descriptive profile of non-communicable diseases. **Methods:** This study used a descriptive study method to describe the frequency distribution of NCD Posbindu activities at SMB II Palembang Airport on February 25, 2025. The sample was selected using accidental sampling, with the population consisting of all participants in the NCD POSBINDU activities at SMB II Palembang Airport, totaling 89 people. Data analysis used univariate analysis. **Results:** The NCD Posbindu at SMB II Palembang Airport was visited by individuals present at SMB II Palembang Airport, with the majority being male (71.91%), aged 20–44 years (74.16%), having a high school education or equivalent (68.54%), and married (58.42%). Based on blood pressure and blood lipid level measurements, the majority of participants at the Non-Communicable Disease Health Post at SMB II Palembang Airport had normal blood pressure (61.8%) and normal blood lipid levels. **Suggestions:** With the presence of the PTM Health Post, the community can adopt the CERDIK behavior as early as possible. The Palembang Class I Health Office is encouraged to provide education about non-communicable diseases and introduce innovative approaches to attract community interest in visiting the PTM Health Post.

Keywords : *Posbindu, Non- Communicable disease*

PENDAHULUAN

Pergeseran pola kejadian penyakit di Indonesia menunjukkan adanya pergeseran epidemiologi, dengan penyakit tidak menular (PTM) yang kini mendominasi. Gangguan kronis yang dikenal sebagai penyakit tidak menular (PTM) ini semakin sering terjadi, dan memberikan beban keuangan yang signifikan pada sistem Jaminan Kesehatan Nasional (JKN). PTM dulunya lebih umum terjadi pada orang lanjut usia, namun kini juga terjadi pada orang dewasa muda. Diperkirakan jumlah kasus PTM akan terus meningkat di masa mendatang jika tidak dikendalikan dengan baik. (Dwisetyo 2021).

Indonesia mengalami perkembangan teknologi yang pesat, perubahan lingkungan, dan pergeseran gaya hidup dari kehidupan tradisional ke modern. Perkembangan dan pergeseran tersebut telah mengubah pola penyakit di masyarakat yang saat ini didominasi oleh PTM. Perubahan trend penyakit juga diikuti dengan pergeseran pola penyakit. Sebelumnya, PTM lebih banyak ditemukan pada orang tua. Saat ini prevalensi penyakit semakin meningkat pada kelompok usia produktif. Indonesia diperkirakan akan menghadapi bonus demografi dimana usia produktif

mendominasi jumlah penduduk. Dengan demikian, pencegahan berperan penting dalam mengurangi risiko PTM. (Sarif Febriandi; Safirina Aulia Rahmi 2023). Program Pos Pembinaan Terpadu (Posbindu) PTM telah dimulai oleh pemerintah Indonesia sebagai cara praktis untuk mengelola PTM melalui inisiatif pemberdayaan masyarakat. (RI 2015).

Berdasarkan hasil penelitian oleh Dina Zakiiyyatul Fuadah (2018) adapun hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan penderita hipertensi tentang Posbindu PTM dalam kategori cukup. Pemanfaatan Posbindu PTM oleh responden memiliki kategori cukup. Analisa data dalam penelitian ini menggunakan uji statistik Rho Spearman dengan tingkat kesalahan $\alpha = 0,05$ didapatkan nilai signifikan (P Value) $0,004 < 0,05$, sehingga terdapat hubungan pengetahuan penderita hipertensi dengan pemanfaatan Posbindu PTM. Peningkatan derajat kesehatan dapat diupayakan melalui peningkatan pemanfaatan pelayanan Posbindu PTM di setiap wilayah binaan puskesmas, selain itu peran serta tenaga kesehatan serta kader sangat diperlukan untuk lebih mensosialisasikan tentang Posbindu PTM ke masyarakat khususnya penderita penyakit tidak menular.

Sedangkan berdasarkan hasil penelitian oleh Ratna Lestari, et al (2020) dimana hasil yang diperoleh dari kegiatan ini adalah terbentuknya Posbindu PTM, terlatihnya kader untuk melakukan pengukuran tekanan darah, lingkar perut, berat badan, dan tinggi badan. Selain itu peningkatan pengetahuan kader sebanyak 13 orang (81,25%). Terdeteksi risiko PTM pada pertemuan pertama sampai ketiga diantaranya mayoritas tekanan darah berada pada rentang normal 42,9%; 39,5%; dan 42,1%. Teridentifikasi 42,1% mengalami pre hipertensi pada pertemuan kedua, bahkan ada 2 orang (4,8%) yang menderita hipertensi derajat 2. IMT pada tiap pertemuan mayoritas pada kategori normal, namun masih ditemukan 29% dengan kategori IMT obesitas 1. Lingkar perut pada pertemuan 1 dan 2 tergolong normal, namun pada pertemuan ke-3 teridentifikasi lingkar perut sebesar 81,88 cm pada wanita. Pemberdayaan kader untuk mendeteksi dini PTM di Posbindu PTM diharapkan mampu mengurangi kejadian PTM dan meningkatkan motivasi masyarakat untuk mendeteksi dini faktor risiko PTM.

Balai Kekarantinaan Kesehatan (BKK) Kelas I Palembang merupakan Unit Pelaksana Teknis (UPT) Kementerian Kesehatan RI dibawah naungan Direktorat Jenderal Penanggulangan Penyakit (Ditjen

P2), yang memiliki wilayah kerja pelabuhan dan bandara di Provinsi Sumatera Selatan. BKK Kelas I Palembang memiliki program kerja salah satunya adalah pengendalian penyakit tidak menular melalui program Posbindu PTM yang dilaksanakan di setiap wilayah kerja, salah satunya di Pos Bandara SMB II Palembang.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan desain studi deskriptif yang bertujuan untuk menggambarkan distribusi frekuensi kegiatan Posbindu PTM di Pos Bandara SMB II Palembang. Dengan menggunakan Kartu Tunas (Kartu Nak Sehat). Populasi adalah seluruh orang yang mengikuti kegiatan Posbindu PTM di Bandara SMB II Palembang pada bulan Februari 2025. Kegiatan ini dilakukan dengan 5 meja, dimana meja 1 adalah pendaftaran peserta (peserta baru dan peserta dengan kartu tunas), meja 2 adalah wawancara (menggali faktor risiko PTM peserta Posbindu PTM), meja 3 adalah pengukuran fisik, yaitu pengukuran berat badan, tinggi badan dan lingkar perut, meja 4 adalah pemeriksaan tekanan darah, kadar kolesterol, trigliserid, gula darah sewaktu dan asam urat, meja 5 adalah konseling dan pemberian obat. Analisis data kegiatan ini menggunakan

 analisis data univariat untuk

menggambarkan karakteristik setiap

HASIL PENELITIAN

variabel dan disajikan dalam bentuk

distribusi tabel dan frekuensi.

Tabel 1.

Distribusi Peserta Menurut Jenis Kelamin, Umur, Pendidikan, Status Pernikahan

Karakteristik	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Jenis Kelamin		
Laki-Laki	64	79.91
Perempuan	25	28.09
Usia		
< 20 Tahun	6	6.74
20-44 Tahun	66	74.16
45-54 Tahun	13	14.61
55-59 Tahun	3	3.37
60-69 Tahun	1	1.12
Pendidikan		
SD	2	2.25
SMP	2	2.25
SMA Sederajat	61	68.54
D1	2	2.25
D3	6	6.74
S1	16	17.97
Status Pernikahan		
Belum Menikah	35	39.33
Menikah	52	58.42
Cerai	2	2.25

Dari tabel 1 menunjukkan bahwa peserta kegiatan Posbindu PTM paling banyak berjenis kelamin laki-laki yakni 64 orang (71,91%), sedangkan perempuan sebanyak 25 orang (28,09%) dengan umur terbanyak adalah kelompok umur 20 – 44 tahun sebanyak 66 orang (74,16%) dan

terendah kelompok umur 60 – 69 tahun sebanyak 1 orang (1,12%). Dari tabel diatas juga dapat dilihat bahwa dari 89 peserta memiliki pendidikan paling banyak adalah SMA sederajat yaitu 61 orang (68,54%), dan status pernikahan terbanyak adalah menikah sebanyak 52 orang (58,42%).

Tabel 2.

Distribusi Peserta Menurut Kategori Tekanan Darah

Karakteristik	Frekuensi (n)	Persentase (%)
<i>Tekanan Darah :</i>		
Rendah	1	1.12
Normal	55	61.8
Tinggi	33	37.08

Dari tabel 2 menunjukkan bahwa sebanyak 55 orang (61,8%), dan ada 1 peserta kegiatan Posbindu PTM paling banyak memiliki tekanan darah normal rendah.

Tabel 3.

Distribusi Peserta Menurut Profil Lipid

Karakteristik	Frekuensi (n)	Persentase (%)
<i>Kolesterol (CHOL):</i>		
Normal	45	50.56
Normal Batas Tinggi	33	37.08
Tinggi	11	12.36
<i>Trigliserida (TG) :</i>		
Normal	51	57.30
Normal Batas Tinggi	21	23.6
Tinggi	17	19.10
<i>Gula Darah Sewaktu (GDS) :</i>		
Normal	85	95.51
Tinggi	4	4.49
<i>Asam Urat (AU) Pada Perempuan :</i>		
Normal	23	92
Tinggi	2	8
<i>Asam Urat (AU) Pada Laki – Laki :</i>		
Normal	49	76.56
Tinggi	15	23.44

Dari tabel 3 menunjukkan bahwa peserta Posbindu PTM paling banyak memiliki kadar kolesterol normal sebanyak 45 orang (50,56%), dengan kadar trigliserida normal sebanyak 46 orang (57,30%). Sedangkan hasil pengukuran

gula darah sewaktu hampir seluruhnya normal sebanyak 85 orang(95,51%).

Untuk pengukuran asam urat pada peserta perempuan dan laki-laki didapat hampir seluruhnya normal sebanyak 23 orang peserta perempuan (92%), dan 49 orang peserta laki-laki (76,56%).

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa proporsi peserta laki-laki lebih banyak berkunjung ke Posbindu PTM sebesar 71,91%. Hal ini tidak sejalan dengan penelitian Helmi et al (2023) bahwa peserta Posbindu PTM didominasi oleh perempuan.

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa proporsi rentang usia 20 – 44 tahun lebih banyak berkunjung ke Posbindu PTM. Hal ini sejalan dengan penelitian M. Rusdi Firdaus, dkk (2023) bahwa usia dewasa lebih banyak melakukan kunjungan ke Posbindu PTM. (Muhammad Rusdi Firdaus, Dewi Anggriani Harahap 2023).

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa proporsi peserta berpendidikan SMA lebih banyak melakukan kunjungan ke Posbindu PTM. Hal ini sejalan dengan penelitian Irna, dkk (2022), Lasma (2023) bahwa responden berpendidikan rendah lebih banyak melakukan kunjungan ke Posbindu PTM. (Irna Juita 2022; Sinurat, Marbun, and Syapitri 2023).

Sedangkan hasil penelitian lain menunjukkan bahwa proporsi peserta menikah lebih banyak berkunjung ke Posbindu PTM. Hal ini sejalan dengan penelitian Halimatussakdiyah (2023) yang

mengatakan bahwa status perkawinan kawin lebih baik dalam melakukan kunjungan dikarenakan mendapat dukungan dari tetangga dan keluarga terutama pasangan.

Tekanan darah merupakan suatu gaya dorongan yang memberikan tekanan pada volume darah ke dinding arteri saat jantung memompa darah keseluruh tubuh yang ditentukan dengan menggunakan alat ukur *sphygmomanometer* dan *stethoscope*. (Magder 2018). Penulis mengkategorikan tekanan darah menjadi 3 kategori, yaitu rendah ($\leq 90/60$ mmHg), normal ($> 90/60$ s.d $139/89$ mmHg) dan tinggi ($\geq 140/90$ mmHg).

Pada penelitian ini, tabel 1 menunjukkan proporsi responden mayoritas memiliki tekanan darah normal. Hal ini sejalan dengan penelitian I Kadek Nuryanto, dkk (2021) dan Yuyun, dkk (2024) bahwa peserta yang berkunjung ke Posbindu PTM memiliki tekanan darah normal. (Nuryanto and Dewi 2021; Tafwidhah et al. 2024).

Lemak darah atau yang sering dikenal dengan *profil lipid* merupakan salah satu sumber tenaga dalam tubuh yang berupa komponen lemak yang terletak didalam pembuluh darah. Lemak darah juga berfungsi sebagai pengangkut vitamin, membentuk dinding sel serta hormon-

hormon steroid. Namun jumlah lemak darah yang tinggi dapat mengakibatkan resiko penyakit yang berbahaya, seperti penyakit jantung dan pankreatitis. (Spiritia 2014). Untuk mengukur tingkat lemak dalam darah, dibutuhkan beberapa komponen antara lain kolesterol, trigliserida dan fosfolipid.

Kolestrol merupakan salah satu komponen lemak atau zat lipid dan merupakan salah satu zat gizi yang sangat diperlukan oleh tubuh selain zat gizi lainnya, seperti karbohidrat, protein, vitamin dan mineral. (Lestari, R.P.I; Harna, H; Novianti 2020) Penulis mengkategorikan kolesterol menjadi 3 kategori, yaitu normal (< 200 mg/dL), normal Batas Tinggi ($200 - 239$ mg/dL) dan tinggi (≥ 240 mg/dL).

Berdasarkan hasil penelitian terdahulu didapatkan bahwa kadar kolesterol peserta Posbindu PTM di Pos Bandara SMB II Palembang mayoritas normal. Hal ini sejalan dengan penelitian I Kadek Nuryanto, dkk (2021), Rusmini, dkk (2023) dan Lasma (2023) bahwa peserta yang berkunjung ke Posbindu PTM memiliki kadar kolesterol normal. (Nuryanto and Dewi). Trigliserida atau yang sering disebut triasilgliserol adalah salah satu jenis lemak yang terdapat dalam darah dan berbagai organ tubuh.

Trigliserida dibentuk dari gliserol dan lemak yang ada dalam makanan yang dikonsumsi secara berlebihan. (Rachmat C, Ticoalu S H R 2015). Penulis mengkategorikan trigliserida menjadi 3 kategori, yaitu normal (< 150 mg/dL), normal batas tinggi ($150 - 199$ mg/dL), dan tinggi (≥ 200 mg/dL).

Pada kegiatan ini kadar trigliserida peserta Posbindu PTM mayoritas normal. Gula darah sewaktu (GDS) merupakan parameter pemeriksaan kadar gula darah yang dapat diukur setiap saat, tanpa memperhatikan waktu pasien terakhir kali makan. (Febby, V.A 2018) Pada penelitian ini penulis mengkategorikan gula darah sewaktu menjadi 2, yaitu normal (< 200 mg/dL), Tinggi (≥ 200 mg/dL) proporsi rentang usia 20 – 44 tahun lebih banyak berkunjung ke Posbindu PTM BDari hasil penelitian ini didapat bahwa kadar gula darah sewaktu peserta Posbindu PTM adalah normal. Hal ini sejalan dengan penelitian Yuyun, dkk (2024), bahwa peserta yang berkunjung ke Posbindu PTM mayoritas memiliki kadar gula normal. (Tafwidhah et al. 2024).

Asam urat merupakan salah satu produk dari hasil metabolisme yang terjadi pada tubuh manusia yang berasal dari makanan yang telah dikonsumsi, dengan kata lain hasil metabolisme purin dalam

tubuh. Kadar asam urat normal di dalam darah adalah sekitar 1,5–6,0 mg/dL pada wanita dewasa dan 2,5–7,0 mg/dL pada pria dewasa.

Dari hasil penelitian ini kadar asam urat peserta Posbindu PTM mayoritas normal. Hal ini sejalan dengan penelitian Yuyun, dkk (2024), bahwa peserta Posbindu PTM memiliki kadar asam urat normal. (Tafwidhah et al. 2024).

Adapun asumsi peneliti dimana Pos Pembinaan Terpadu (Posbindu) Penyakit Tidak Menular (PTM) merupakan peran serta masyarakat dalam melakukan kegiatan deteksi dini dan pemantauan faktor risiko PTM yang dilaksanakan secara terpadu, rutin, dan periodik. Sasaran utama program Posbindu PTM adalah kelompok masyarakat sehat, berisiko dan penyandang PTM berusia 15 tahun ke atas. Program Posbindu PTM ini dapat mencegah penemuan dini faktor risiko penyakit tidak menular pada masyarakat agar segera mendapatkan penanganan yang sesuai.

KESIMPULAN

Dari hasil kegiatan ini dapat disimpulkan bahwa peserta Posbindu PTM pada tanggal 25 Februari 2025 mayoritas laki-laki, berusia 20 – 44 tahun, dengan pendidikan mayoritas SMA/ sederajat lainnya dengan status menikah. Sedangkan pengukuran tekanan darah, kolesterol, trigliserida, gula darah sewaktu dan asam urat mayoritas normal. Dari kegiatan Posbindu PTM ini diharapkan masyarakat dapat berperilaku CERDIK, guna mengendalikan penyakit tidak menular, serta dapat mendeteksi sedini mungkin.

SARAN

Bagi institusi pelaksana, BKK Kelas I Palembang agar dapat memberikan inovasi lain untuk menarik minat masyarakat berkunjung dalam kegiatan Posbindu PTM, membuat brosur/pamflet/banner tentang penyakit tidak menular (hipertensi, DM, jantung, kanker, dan PPOK) yang dapat dibagikan kepada peserta Posbindu PTM.

DAFTAR PUSTAKA

- Aulya, M. S. et al. (2023). Pemeriksaan Kadar Asam Urat Pada Masyarakat Desa Puuwonua Kecamatan Andowia. *Jurnal Abdi dan Dedikasi Kepada Masyarakat Indonesia* 01((1)):11–15.
- Dina Zakiyyatul Fuadah (2018). Pemanfaatan Pos Pembinaan Terpadu (POSBINDU) Penyakit Tidak Menular (Ptm) Pada Penderita Hipertensi. *Jurnal Kebidanan*, Volume 5, No. 1, April 2018 DOI: 10.26699/jnk.v5i1.ART.p020–02

Dwisetyo, B. (2021). *Pelayanan Kesehatan Masyarakat: Konsep Dan Implementasi Pos Pembinaan Terpadu Penyakit Tidak Menular*.

Febby, V.A, Dkk. (2018). Hubungan Antara Gula Darah Sewaktu dan Puasa Dengan Perubahan Skor NIHSS Pada Stroke Iskemik Akut. *Jurnal Kedokteran Diponegoro* 7((1)):185–98.

Helmi Suryani Nasution, at al (2023). Pembentukan POSBINDU Penyakit Tidak Menular Institusi dalam Mendukung Kampus Sehat. *JMM (Jurnal Masyarakat Mandiri)* 7(2):1619–32.

Irna Juita, at al (2022). Analisis Faktor Yang Mempengaruhi Pemanfaatan Posbindu Penyakit Tidak Menular (PTM) Oleh Penderita Hipertensi di Puskesmas Agam Barat Kabupaten Agam Tahun 2022'. *Jurnal Rumpun Ilmu Kesehatan* 2(2).
doi:<https://doi.org/10.55606/jrik.v2i2.344>.

Lestari, at al (2020). Hubungan Pola Konsumsi dan Tingkat Kecukupan Serat Dengan Kadar Kolesterol Total Pasien Poliklinik Jantung. *Jurnal Gizi Dan Kuliner* I((1)):39–46.

Magder, S. (2018) Arti Tekanan Darah. *CrossMark* 1–10.
doi:<https://doi.org/https://doi.org/10.1186/s13054-018-2171-1>.

Muhammad Rusdi Firdaus. (2023). Hubungan Kunjungan Pos Binaan Terpadu (POSBINDU) Penyakit Tidak Menular dengan Kejadian Hipertensi di Wilayah Kerja UPT. Puskesmas Air Tiris. *Jurnal Kesehatan Terpadu* 2(10–15).

Mus, R. and Agustina, T. (2023). Pemeriksaan Asam Urat Pada Pembina dan Pengurus Pondok Tahfizul Qur‘an As-Syuhada Fi Sabilillah, Makassar'. *Jurnal ABDIRAJA* 6((1)):16–20. doi:<https://doi.org/10.24929/adr.v6i1.2140>.

Nuryanto, at al. (2021). Skrining dan Monitoring Penyakit Tidak Menular Sebagai Upaya Pelaksanaan Posbindu di Banjar Dukuh Desa Kesiman Petilan. *Jurnal Abdimas Itekes Bali* 1(1):51–57.

Ratna Lestari, at al (2020). *Jurnal Abdimas*, Vol.4 No. 1 Pemberdayaan Kader Kesehatan Dalam Mencegah Penyakit Tidak Menular Melalui Posbindu PTM

Rachmat C, D. (2015). Pengaruh Senam Poco- Poco Terhadap Kadar Trigliserida Darah. *Jurnal E- Biomedik* 3((1)).

RI, Kementerian Kesehatan. (2015). *Peraturan Menteri Kesehatan Nomor 71 Tahun 2015 Tentang Penanggulangan Penyakit Tidak Menular*. Jakarta.

Rusmini, at al (2023). ‘Prevalensi Kejadian Penyakit Tidak Menular (PTM)’. *Jurnal Keperawatan Silampari* 6(2):1032–39. doi:DOI: <https://doi.org/10.31539/jks.v6i2.4967>.

Sarif Febriandi. At al (2023). ‘Evaluasi Posbindu Dalam Mencegah Penyakit Tidak Menular’. *Jurnal Ilmu Kesehatan Mulia Madani Yogyakarta* Iv(2).

Siloam, Rs. (2024). *Bagaimana Prosedur Dan Cara Membaca Hasil Tes Asam Urat?*

Sinurat, at al. (2023). Indeks Massa Tubuh Dan Kadar Kolesterol Dengan Tekanan Darah Di Puskesmas Darussalam. *Jurnal Online : Keperawatan Indonesia* 6(2):2621–2161. doi:<https://doi.org/10.51544/keperawatan.v6i2.4665>.

Spiritia, Y. (2014). *Tes Gula Dan Lemak Darah*.

Tafwidhah, at al. (2024). Skrining Penyakit Tidak Menular (PTM): GERMAS Untuk Hidup Sehat'. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat (Abdimas Galuh)* 6(2):1325–33. doi:<https://dx.doi.org/10.25157/ag.v6i2.14963>.