

**UPAYA PENCEGAHAN PENYAKIT
TIDAK MENULAR SEBAGAI KOMORBID UTAMA KEMATIAN
AKIBAT COVID-19 MELALUI IBU CERDIK
NON-COMMUNICABLE DISEASE PREVENTION AS A MAIN COMORBID DEATH
DUE TO COVID-19 THROUGH CERDIK MOTHER'S**

Yeni, Amrina Rosyada, Dini Arista Putri, Ditia Fitri Arinda
Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Sriwijaya, 0711-580068
e-mail: *(yeni@fkm.unsri.ac.id/ 081373467313)*

ABSTRAK

Abstrak: Pada masa pandemik COVID-19, salah satu kelompok yang berisiko mengalami risiko kematian tinggi jika terpapar infeksi virus corona adalah mereka yang memiliki penyakit bawaan tertentu atau Komorbid. Rate kematian tertinggi tercatat di Sumatera Selatan yaitu 6,14 persen per 100 kasus. Berdasarkan penelitian sebelumnya di Indralaya diketahui persentase penyakit tidak menular seperti hipertensi mencapai 30%, dimana responden proporsi penderita hipertensi pada perempuan diketahui sebanyak 26,7%. Sasaran pada kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah 15 orang ibu yang tinggal di desa Tunas Aur dan bersedia mengikuti kegiatan edukasi. Metode yang dilakukan dalam kegiatan ini adalah pemberdayaan para khalayak sasaran melalui edukasi Gerakan ibu CERDIK. Media edukasi yang digunakan pada Gerakan ibu CERDIK berupa buku saku dan health promotion calender. Hasil kegiatan pengabdian ini menunjukkan media yang digunakan dapat meningkatkan pengetahuan ibu. Media visual yang dikaitkan dengan kegiatan sehari-hari berupa kalender dinilai efektif karena ibu dan keluarga akan terus terpapar edukasi pendidikan kesehatan saat melihat kalender sehingga kegiatan pendidikan kesehatan dapat terus berjalan. Pengabdian masyarakat ini memberikan manfaat dalam penyebaran informasi pencegahan penyakit tidak menular sebagai komorbid covid-19. Masyarakat bisa melanjutkan kegiatan pencegahan PTM dengan gerakan CERDIK yang dilakukan bersama-sama misalnya membuat kawasan tanpa asap rokok dan senam bersama.

Kata kunci: *cerdik, covid-19, ibu, komorbid, penyakit tidak menular*

Abstract: During the COVID-19 pandemic, one of the groups at risk of experiencing a high risk of death if exposed to corona virus infection are those who have non-communicable diseases (NCDs) or comorbidities. The highest death rate was recorded in South Sumatra, namely 6.14 percent per 100 cases. Based on previous research in Indralaya, the percentage of NCDs such as hypertension reached 30%, where the proportion of female respondents with hypertension was known to be 26.7%. The targets for this activity were 15 mothers in Tunas Aur village and willing to take part in educational activities. The method used in this activity was empowering the target audience through CERDIK Mother Movement. The educational media used in the CERDIK mothers' movement are pocket books and health promotion calendars. The results of this service activity show that the media used can increase the knowledge of mothers. Visual media in the form of calendars that are connected to everyday activities are thought to be helpful because they allow mothers and families to continue

receiving health education while they gaze at the calendar. This activity can spread knowledge on preventing NCDs as comorbid of covid-19. The community can continue this CERDIK movement to prevent NCDs, such as establishing smoke-free zones and exercise.

Keywords: : CERDIK, comorbid, covid-19, mother, non-communicable diseases

PENDAHULUAN

Pada masa pandemik COVID-19, salah satu kelompok yang berisiko mengalami risiko kematian tinggi jika terpapar infeksi virus corona adalah mereka yang memiliki penyakit bawaan tertentu atau biasa disebut dengan Komorbid. Pasien yang mengalami gejala berat dan terdapat penyakit bawaan atau komorbid memiliki risiko kematian lebih tinggi dibanding mereka yang tidak memiliki penyakit bawaan (komorbid) Simatupang and Arcana (2021) (Simatupang and Arcana, 2021). Usia juga menjadi salah satu faktor risiko kematian pada covid-19. Studi menunjukkan bahwa kelompok lanjut usia di Indonesia memiliki tingkat kematian COVID-19 tertinggi (Aqmarina, Adnan and Hastuti, 2022). Pada umumnya, kalangan lanjut usia (lansia) memiliki penyakit bawaan atau “komorbid” tertentu, sehingga sistem kekebalan tubuhnya menurun secara bertahap dan lebih sulit melawan infeksi ketika terpapar covid-19 (Zhang *et al.*, 2022).

Penyakit komorbid didefinisikan sebagai adanya dua atau lebih kondisi yang terjadi

pada seseorang, baik secara bersamaan atau secara berurutan. Komorbiditas adalah suatu kondisi di mana seseorang sudah memiliki penyakit kronis yang sudah ada sebelumnya. Beberapa penyakit penyerta tertentu meliputi diabetes mellitus, hipertensi, penyakit jantung, penyakit saluran pernapasan kronis, kanker, serangan jantung atau stroke, ginjal, penyakit terkait geriatri, penyakit terkait autoimun, dan penyakit kronis lainnya (Ika, 2020).

Rate kematian tertinggi tercatat di Sumatera Selatan (6,14 persen per 100 kasus), Jawa Timur (5,93 persen per 100 kasus), dan Aceh (5,59 persen per 100 kasus) setelah standardisasi. Pulau Jawa memiliki rate kematian 3,82% per 100 kasus, dan Sumatera 3,76% per 100 kasus (Aqmarina, Adnan and Hastuti, 2022). Berdasarkan penelitian sebelumnya di Indralaya diketahui persentase penyakit hipertensi mencapai 30%. Pada responden perempuan diketahui proporsi penderita hipertensi sebanyak 26,7% (Pratama dan Yeni, 2023). Tujuan Pengabdian ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran

kelompok para ibu sebagai kader dalam keluarga

METODE

Metode kegiatan yang digunakan dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah pemberdayaan masyarakat melalui kegiatan edukasi (penyuluhan). Sasaran umum pada kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah ibu yang tinggal di desa Tunas Aur Sedangkan sasaran khususnya adalah 15 orang ibu yang tinggal di desa Tunas Aur dan bersedia mengikuti kegiatan edukasi. Metode yang dilakukan dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah pemberdayaan para khalayak sasaran yaitu Ibu rumah tangga melalui edukasi Gerakan ibu CERDIK (Cek kesehatan secara berkala, Enyahkan asap rokok, Rajin beraktivitas fisik, Diet sehat dengan kalori seimbang, Istirahat cukup, dan Kelola stres). Adapun CERDIK itu sendiri mengandung arti Cek kesehatan secara rutin, Enyahkan asap rokok, Rajin beraktivitas, Diet seimbang, Istirahat cukup dan Kelola stress. Sosialisasi mengenai gerakan ibu CERDIK dilakukan secara tatap muka antara narasumber dan sasaran dengan disertai diskusi tanya dan jawab.

Adapun rincian kegiatan yang akan dilaksanakan seperti berikut :

1. Tahapan persiapan, tahapan ini dilakukan proses pengajuan ijin ke Desa Tunas Aur. Proses perizinan dilakukan oleh ketua tim pengabdian masyarakat. Kemudian tim melakukan persiapan media edukasi gerakan ibu CERDIK sebagai upaya pencegahan penyakit tidak menular dimana diketahui penyakit tidak menular merupakan comorbid utama kematian akibat covid-19. Media yang digunakan dalam kegiatan sosialisasi ini adalah buku saku gerakan ibu CERDIK dan *health promotion calender* yang telah dikembangkan oleh tim pengabdian masyarakat. Selain itu pada tahap ini tim melakukan persiapan instrumen pre test – post test mengenai topik upaya pencegahan penyakit tidak menular dengan gerakan ibu CERDIK. Tim pengabdian merancang media promosi kesehatan berupa media cetak bukua saku dan *health promotion calender*.
2. Tahapan Pelaksanaan, Pertama-tama Tim pengabdian masyarakat melakukan perkenalan kemudian melaksanakan pre test kepada ibu rumah tangga yang menjadi peserta kegiatan pengabdian. Setelah pre test diberikan, selanjutnya tim memberikan

edukasi dengan media edukasi Gerakan ibu CERDIK yaitu media informasi cetak buku saku, *health promotion calender* dan slide presentasi dilokasi dengan subyek yakni 15 orang ibu yang berdomisili di desa Tunas Aur. Ibu-ibu diberikan edukasi selama 30 menit setiap kali pertemuan sebanyak 2 kali pertemuan dengan tim pengabdian masyarakat. Adapun tim kegiatan pengabdian terdiri dari 4 orang dosen dan 4 orang mahasiswa. Edukasi dilakukan secara berkelompok oleh tim pengabdian kepada ibu rumah tangga secara langsung.

3. Tahapan monitoring dan evaluasi kegiatan

Monitoring dilakukan selama kegiatan dan diakhir kegiatan pengabdian masyarakat melalui observasi terhadap partisipasi peserta selama kegiatan berlangsung. Sedangkan evaluasi dilakukan 2 minggu setelah edukasi dilakukan untuk melihat apakah sasaran menerapkan edukasi upaya pencegahan PTM melalui gerakan Ibu CERDIK yang telah diberikan. Evaluasi dilakukan dalam bentuk post test untuk mengukur ketercapaian dari tujuan kegiatan pengabdian. Pretest dan post test dilakukan melalui wawancara menggunakan kuesioner kepada responden.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan data World Health Organization (2005), 80% kematian diakibatkan penyakit tidak menular atau PTM berada pada negara yang berpendapatan rendah dan menengah. WHO menyebutkan pada tahun 2020 PTM akan menyebabkan 60% kematian dan 43% dari seluruh angka kesakitan di dunia. Hasil Riskesdas menunjukkan bahwa berdasarkan diagnosa tenaga kesehatan, data prevalensi nasional beberapa penyakit tidak menular sebagai berikut penyakit sendi sebesar 30,3%, Hipertensi (untuk penduduk umur 18 tahun lebih) adalah 31,7%, Stroke 0,83%, Asma 4,0%, Kanker 0,4%, Jantung sebesar 7,2% dan Diabetes 1,1% (pemeriksaan dengan biomedis sebesar 5,7%). Prevalensi nasional cedera adalah 7,5% (berdasarkan pengakuan responden, untuk berbagai penyebab cedera, 25,9% merupakan cedera karena lalu lintas darat). Dari data tersebut juga dijelaskan bahwa untuk data faktor risiko PTM yaitu Obesitas sebesar 10,3%, Obesitas Sentral 18,8%, Toleransi Gula Terganggu (TGT) 10,2%, Kurang makan buah dan sayur 93,6%, Minum beralkohol 4,6%, Kurang aktifitas fisik 48,2%, dan Merokok 23,7% serta prevalensi kurang aktifitas fisik untuk penduduk umur 10 tahun

ke atas sebesar 48,2% (Kementerian Kesehatan RI Badan Penelitian dan Pengembangan, 2018).



Gambar 1. Buku Saku Kegiatan Pengabdian Masyarakat Mengenai Gerakan Ibu "CERDIK"



Gambar 2. Media Health Promotion Calender

PTM dapat dicegah dengan mengendalikan faktor resiko, yaitu gaya hidup yang meliputi kebiasaan merokok, diet yang tidak sehat, kurang aktivitas fisik, dan konsumsi makanan alkohol. Salah satu upaya untuk mengendalikan PTM adalah pemberdayaan dan peningkatan peran serta masyarakat melalui kegiatan posbindu PTM dan peran kader. Meningkatkan peran serta kader dan masyarakat dalam pencegahan

dan penemuan dini faktor risiko PTM. Hasil wawancara terhadap responden dengan PTM menunjukkan bahwa rata-rata pasien penderita PTM memiliki kebiasaan minum kopi, merokok, dan memiliki pola makan yang kurang baik, seperti tinggi garam untuk penderita hipertensi, tinggi gula untuk diabetes mellitus, dan tinggi protein untuk kasus gout (Indarjo, Hermawati and Nugraha, 2019). Hipertensi dan diabetes merupakan penyakit tidak menular yang memiliki prevalensi paling banyak serta komplikasi yang dapat menimbulkan keparahan bahkan kematian. International Diabetes Federation, 2015 menjelaskan bahwa Negara menempati urutan ke tujuh di dunia untuk prevalensi penderita diabetes setelah negara India, China, Brazil, Amerika Serikat, Meksiko, dan Rusia dengan jumlah estimasi orang dengan diabetes melitus sebesar 10 juta. Pervalensi orang dengan diabetes di Indonesia menunjukkan kecenderungan mengalami peningkatan yaitu dari 5,7% pada tahun 2007 menjadi 6,9% pada tahun 2013. DM dengan komplikasi merupakan penyebab kematian yang cukup tinggi di Indonesia (Kementrian Kesehatan RI, 2013). Prevalensi penyakit tidak menular berbanding lurus dengan usia. Peningkatan umur seseorang akan

berpengaruh pada penurunan fungsi organ tubuh serta metabolime yang tidak maksimal dan didukung pola hidup yang tidak sehat akan memicu munculnya berbagai penyakit tidak menular di dalam tubuh (Tempo, 2019).

Promosi dan Pendidikan kesehatan adalah segala upaya yang direncanakan untuk mempengaruhi orang lain, baik individu, kelompok, atau masyarakat, sehingga mereka melakukan apa yang diharapkan oleh pelaku pendidikan atau promosi kesehatan. Pendidikan yang dimaksud adalah pendidikan kesehatan, yaitu segala upaya yang direncanakan untuk mempengaruhi orang lain, baik individu, kelompok, atau masyarakat, sehingga mereka melakukan apa yang diharapkan oleh pelaku pendidikan atau promosi kesehatan. Pendidikan kesehatan ini tidak lepas dari faktor pendukung penelitian yang meliputi sarana dan prasarana yang mendukung misalnya media yang menarik berupa media visual maupun media audiovisual. Sarana pendukung dapat membantu menari perhatian masyarakat sehingga mudah untuk memahami penjelasan atau materi edukasi (Notoatmodjo, 2012). Media seperti poster, leaflet, video dinilai efektif untuk

meningkatkan pengetahuan karena memuat media visual sehingga melibatkan 30% dari indera penglihatan (Daryanto, 2015). Media leaflet diketahui berpengaruh dalam memberikan edukasi kepada masyarakat seperti edukasi terkait hipertensi (Nurjanah *et al.*, 2023; Sofaria and Musniati, 2023). Tingkat penerimaan pembaca lebih banyak dalam menerima materi penyuluhan karena banyak melibatkan indera penglihatan. Media juga sebaiknya memuat intisari dari materi yang akan disampaikan, sehingga memudahkan pembaca dalam memahami. Penggunaan media bertujuan untuk menyajikan informasi dalam bentuk yang menarik, mudah dimengerti, dan dapat dijadikan pengingat.



Gambar 3. Pelaksanaan Kegiatan Pre Test

Pada kegiatan pengabdian ini menyasar para ibu rumah tangga. Ibu dinilai merupakan kekuatan dari suatu keluarga dimana banyak pola makan, pola hidup dan pola asuh bertopang pada pengetahuan, sikap dan perilaku ibu. Ibu dapat menjadi kader pertama dalam keluarga dalam

pengecahan penyakit tidak menular. Pada kegiatan pengabdian ini media yang digunakan dinilai dapat meningkatkan pengetahuan ibu dibuktikan dengan nilai pre dan post terhadap pengetahuan dan sikap yang mengalami peningkatan (tabel 1).

Tabel 1. Hasil Pretest Dan Post Test

| Variabel | Rata-rata | Standar deviasi |
|--------------------------|-----------|-----------------|
| Pengetahuan | | |
| Sebelum edukasi | 7,267 | 1,534 |
| Sesudah edukasi | 7,867 | 1,187 |
| <i>Negative ranks, n</i> | 3 | |
| <i>Positive ranks, n</i> | 10 | |
| <i>Ties, n</i> | 2 | |
| Sikap | | |
| Sebelum edukasi | 15,533 | 1,457 |
| Sesudah edukasi | 16,533 | 1,302 |
| <i>Negative ranks, n</i> | 2 | |
| <i>Positive ranks, n</i> | 8 | |
| <i>Ties, n</i> | 5 | |

Hasil evaluasi terhadap pengetahuan dan sikap ibu rumah tangga menunjukkan adanya perubahan ke arah yang lebih baik (tabel 1). Sebanyak 10 orang mengalami peningkatan skor pengetahuan sesudah diberikan edukasi, sedangkan pada variabel sikap diketahui sebanyak 8 orang mengalami peningkatan skor sikap ke arah positif.

Media visual yang dikaitkan dengan kegiatan sehari-hari berupa kalender dinilai efektif karena ibu dan keluarga akan terus terpapar edukasi pendidikan kesehatan saat melihat kalender sehingga kegiatan

keberlangsungan pendidikan kesehatan dapat terus berjalan. Selama kegiatan pengabdian berlangsung terlihat masyarakat sangat antusias mengikuti kegiatan baik saat wawancara maupun saat edukasi. Masyarakat mengajukan pertanyaan yang sangat aplikatif yang mereka alami sehari-hari.

Beberapa pengabdian serupa juga mengatakan dengan menggunakan media baik visual maupun audio visual dapat membantu meningkatkan pengetahuan ibu serta kader. Terdapat peningkatan pengetahuan sebelum dan sesudah pelatihan kader puskesmas Cikulur dimana terdapat peningkatan skor rata-rata 28,97 point. Terdapat peningkatan pengetahuan masyarakat setelah dilakukan sosialisasi Pos Edukasi PTM dimana peningkatan skor rata-rata 30,37 point. Tingkat pengetahuan masyarakat Kelurahan Sonorejo mengenai hipertensi sebelum dilakukan intervensi penyebaran poster dalam kategori baik adalah sebanyak 61,9%. Sedangkan, tingkat pengetahuan masyarakat mengenai hipertensi setelah dilakukan intervensi penyebaran poster dalam kategori baik adalah sebanyak 100% (Indarjo, Hermawati and Nugraha, 2019; Pulungan and Karima, 2020; Nurcahyani et al., 2021).

KESIMPULAN DAN SARAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dapat menjadi salah satu upaya dalam meningkatkan pengetahuan dan sikap ibu terhadap pencegahan PTM melalui gerakan CERDIK. Kegiatan edukasi terhadap 15 orang ibu berjalan secara lancar. Hasil evaluasi pretest dan post test menunjukkan terdapat peningkatan skor pengetahuan serta sikap responden sebelum dan setelah dilakukan edukasi. Edukasi yang dilakukan terbukti dapat mendorong meningkatnya pengetahuan dan sikap terkait pencegahan PTM dengan gerakan CERDIK.

Adapun saran yang dapat diberikan pada pengabdian ini adalah sebagai berikut :

1. Masyarakat bisa terus melanjutkan kegiatan pencegahan PTM dengan gerakan CERDIK yang dilakukan bersama-sama misalnya membuat kawasan tanpa asap rokok, mengadakan senam bersama dan kegiatan mendukung lainnya.

2. Perangkat Desa perlu mendorong kegiatan seperti ini dengan serius karena jika kegiatan peningkatan kesadaran kesehatan dijalankan secara rutin akan menjadi program percontohan untuk desa lainnya dan jika keberadaannya di tingkatkan secara kualitas dan kuantitas mampu meningkatkan daya tarik wisatawan sehingga kembali

meningkatkan taraf perekonomian masyarakat.

UCAPAN TERIMAKASIH

Ucapan terimakasih kepada Lembaga penelitian dan Pengabdian Masyarakat Universitas Sriwijaya yang telah membantu terlaksananya kegiatan pengabdian masyarakat ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Aqmarina, A., Adnan, N. and Hastuti, E.B. (2022) ‘Analisis Kematian COVID-19 dengan Standardisasi Usia Berdasarkan Wilayah di Indonesia periode Maret 2020 – Mei 2021’, *Jurnal Epidemiologi Kesehatan Indonesia*, 6(2), pp. 81–90.
- Daryanto (2015) *Media Pembelajaran*. Bandung: Satu Nusa.
- Ika (2020) *How to Prevent Covid-19 for Comorbid Patients*, *Universitas Gadjah Mada*. Available at: <https://ugm.ac.id/en/news/20195-how-to-prevent-covid-19-for-comorbid-patients/#:~:text=Next%2C%20do%20not%20forget%20to,comorbid%20conditions%20and%20avoid%20stress>. (Accessed: 21 April 2022).

- Indarjo, S., Hermawati, B. and Nugraha, E. (2019) 'Upaya Pelatihan Pos Pembinaan Terpadu Penyakit Tidak Menular (Posbindu PTM) Pada Kader Posyandu Di Desa Kalikayen, Kec. Ungaran Timur, Kab. Semarang', *Jurnal Abdimas*, 23(2).
- Kementerian Kesehatan RI Badan Penelitian dan Pengembangan (2018) 'Hasil Utama Riset Kesehatan Dasar', *Kementrian Kesehatan Republik Indonesia*, pp. 1–100. Available at: <https://doi.org/10.24063/kesmas.v23i2.13> Desember 2013.
- Kementrian Kesehatan RI (2013) *Diabetes Melitus Penyebab Kematian Nomor 6 Di Dunia: Kemenkes Tawarkan Solusi CERDIK Melalui Posbindu*, *Kementrian Kesehatan RI*. Available at: <https://www.kemkes.go.id/article/view/2383/diabetes-melitus-penyebab-kematian-nomor-6-di-dunia-kemenkes-tawarkan-solusi-cerdik-melalui-posbindu.html>. (Accessed: 23 February 2022).
- Notoatmodjo, S. (2012) *Promosi Kesehatan Dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Nurchayani, W.F. et al. (2021) 'Pemberdayaan Masyarakat Kelurahan Sonorejo Dalam Rangka Meningkatkan Pengetahuan Mengenai Hipertensi Dengan Media Poster', *Jurnal Warta LPM*, 24(4). Available at: <https://journals.ums.ac.id/index.php/warta/article/view/14730> (Accessed: 23 February 2022).
- Nurjanah, A. et al. (2023) 'Efektivitas Media Leaflet terhadap Pengetahuan Penggunaan Obat Antihipertensi di Puskesmas Melintang', *Jurnal Ilmu dan Teknologi Kesehatan Terpadu (JITKT)*, 3(1).
- Pratama, S. and Yeni (2023) 'Physical Activities of Working Communities During the COVID-19 Pandemic With Hypertension Incidence in Indralaya District', *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat (JIKM)*, 14(2), pp. 127–146. Available at: <https://ejournal.fkm.unsri.ac.id/index.php/jikm/article/view/1235/481> (Accessed: 7 February 2024).
- Pulungan, R.M. and Karima, U.Q. (2020) 'Pembentukan Pos Edukasi PTM (Penyakit Tidak Menular) di

- Puskesmas Cikukur', *Jurnal IKRAITH-ABDIMAS*, 3(3). Available at: <https://journals.upi-yai.ac.id/index.php/IKRAITH-ABDIMAS/article/view/768/574> (Accessed: 23 February 2022).
- Simatupang, M.D. and Arcana, I.M. (2021) 'Risiko Kematian Pasien Covid-19 dan Faktor yang Memengaruhinya', in *Prosiding Seminar Nasional Official Statistics 2021*. Sekolah Tinggi Ilmu Statistik, pp. 889–898. Available at: <https://prosiding.stis.ac.id/index.php/semnasoffstat/article/download/1085/312/> (Accessed: 23 February 2024).
- Sofaria, N.R. and Musniati, N. (2023) 'Efektivitas media leaflet dan poster terhadap pengetahuan dan sikap penyakit hipertensi pada masyarakat di Puskesmas Kecamatan Cilodong Depok Tahun 2023', *Journal of Public Health Innovation (JPHI)*, 4(1).
- Tempo (2019) *Usia Tua, Waspadai Penurunan Fungsi Organ-Organ Tubuh*, *Tempo.co*. Available at: <https://gaya.tempo.co/read/1169314/usia-tua-waspadai-penurunan-fungsi-organ-organ-tubuh-ini> (Accessed: 23 February 2022).
- Zhang, Shuo *et al.* (2022) 'Are Older People Really More Susceptible to SARSCoV-2?', *Aging and Disease*, 13(5), pp. 1336–1347.