

**DETEKSI DINI PENYAKIT TIDAK MENULAR SEBAGAI GERAKAN  
MASYARAKAT HIDUP SEHAT (GERMAS) DI RUKUN WARGA 11  
KELURAHAN KEBAYORAN LAMA  
JAKARTA SELATAN TAHUN 2019**

Rojali, SKM, M.EPid<sup>1)</sup>

<sup>1)</sup>Jurusan Kesehatan Lingkungan Politeknik Jakarta II

\*Korespondensi: rojalijaya@yahoo.com

**ABSTRACT**

*Disease prevention and health promotion are essential efforts when the high incidence of infectious diseases is also accompanied by the increasing problem of non-communicable diseases. The increasing burden of current public health problems indicates that health promotion and existing prevention are less able to contribute in improving the degree of public health. Many studies have found that government top-down health promotion and disease prevention efforts are less effective when compared to community-based programs. Therefore, to support the Healthy Living Community Movement (GERMAS), which has just been launched by the government, it is necessary to mobilize the community to familiarize healthy living in accordance with the objectives of the GERMAS program. Although GERMAS was only launched in 2017, it is necessary to initiate starting from the smallest community group, the Rukun Tetangga. This Community Service will focus on the GERMAS sub-activity, which is early detection of Non-Communicable Diseases as the Healthy Living Community Movement (Germas) in RW. 11 Kebayoran Lama Kelurahan, South Jakarta. This activity will be carried out through community mobilization to conduct periodic health checks starting to determine risk factors for disease. So it can be expected that this program will continue independently by the community even though community service activities have been carried out. This Community Service is for early detection of Non-Communicable Diseases by conducting health checks on residents of Rukun Warga 11, Kebayoran Lama Sub-District, South Jakarta, providing recommendations on the results of early detection of non-communicable diseases to residents to seek treatment at the Health Services Unit in their working area. And counseling / education after the examination is done will be delivered important points about the symptoms and prevention of non-communicable diseases.*

**Keywords:** *Non-Communicable Diseases, Early Detection, Health Checks, Health Promotion, Germas*

**ABSTRAK**

Pencegahan penyakit dan promosi kesehatan merupakan upaya esensial di saat masih tingginya kejadian penyakit menular juga diiringi dengan semakin meningkatnya masalah penyakit tidak menular. Semakin tingginya beban masalah kesehatan masyarakat saat ini mengindikasikan bahwa promosi kesehatan dan pencegahan yang telah ada kurang dapat berkontribusi dalam meningkatkan derajat kesehatan masyarakat. Banyak studi yang menemukan bahwa upaya promosi kesehatan dan pencegahan penyakit yang bersifat top-down dari pemerintah, kurang efektif bila dibandingkan dengan program yang berbasis masyarakat. Oleh sebab itu, untuk mendukung Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (GERMAS) yang baru dicanangkan oleh pemerintah, perlu dilakukan mobilisasi masyarakat dalam membiasakan hidup sehat sesuai dengan tujuan program GERMAS. Meskipun GERMAS baru dicanangkan pada tahun 2017, perlu dilakukan inisiasi mulai dari kelompok masyarakat paling kecil yaitu Rukun Tetangga. Kegiatan Pengabdian ini akan fokus pada sub-kegiatan GERMAS, yaitu deteksi dini Penyakit Tidak Menular sebagai Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (Germas) di RW. 11 Kelurahan Kebayoran Lama Jakarta Selatan. Kegiatan ini akan dilakukan melalui mobilisasi masyarakat untuk melakukan pemeriksaan kesehatan secara berkala mulai untuk menentukan faktor risiko penyakit. Sehingga dapat diharapkan agar program ini akan terus berlanjut secara swadaya oleh masyarakat meskipun kegiatan pengabdian telah dilaksanakan.

Pengabmas ini adalah untuk deteksi dini Penyakit Tidak Menular dengan melakukan pemeriksaan kesehatan pada warga Rukun Warga 11 Kelurahan Kebayoran Lama Jakarta Selatan memberikan rekomendasi dari hasil deteksi dini penyakit Tidak Menular kepada warga untuk berobat kepada Unit Pelayanan Kesehatan di wilayah kerjanya. Dan penyuluhan/edukasi setelah pemeriksaan selesai dilakukan akan disampaikan poin-poin penting tentang gejala dan pencegahan Penyakit Tidak Menular.

**Kata kunci:** Penyakit Tidak Menular, Deteksi Dini, Pemeriksaan Kesehatan, Promosi Kesehatan, Germas

## PENDAHULUAN

Negara berkembang, menghadapi beban ganda penyakit menular dan penyakit tidak menular (PTM). Beberapa target dalam penyelesaian masalah penyakit menular maupun penyakit tidak menular telah dimasukkan ke dalam agenda global seperti MilleniumDevelopment Goals (MDGs). Namun, hingga akhir pencapaian target MDGs tahun 2015, banyak negara yang belum mampu untuk mencapai target yang telah ditetapkan. Setelah tahun 2015, agenda global baru pun dicanangkan, yaitu Sustainable Development Goals (SDGs). SDGs masih menargetkan beberapa indikator terkait dengan penyakit menular, penyakit tidak menular, dan termasuk juga universal health coverage yang akan dicapai tahun 2030.

Berkaca dari kegagalan sebagian besar negara dalam mencapai target MDGs, pencapaian target SDGs menjadi suatu tantangan besar dalam pembangunan kesehatan. Oleh sebab itu, layanan kesehatan yang disediakan untuk masyarakat harus paripurna. Penyediaan layanan kuratif dan perlindungan finansial pada masyarakat untuk menggunakan layanan kuratif telah ditingkatkan. Yang menjadi pertanyaan adalah, dimana posisi upaya promosi kesehatan dan pencegahan penyakit saat ini? Kedua upaya ini harus lebih dioptimalkan dan dilakukan langkah penguatan.

Penguatan upaya promosi kesehatan dan pencegahan penyakit akan memberikan keuntungan yang luar biasa. Promosi kesehatan dan pencegahan penyakit merupakan investasi utama untuk mengurangi beban negara dalam membiayai layanan kesehatan bagi masyarakat. Negara berkembang sangat merasakan beban ini dikarenakan keterbatasan anggaran dan ancaman keberlanjutan anggaran, terutama penyakit tidak menular yang memerlukan pengobatan mahal dan jangka panjang.

Upaya promosi kesehatan dan pencegahan penyakit memiliki karakteristik yang berbeda dengan upaya kuratif, karena manfaatnya tidak didapatkan dalam waktu dekat, namun akan dirasakan setelah jangka panjang. Karakteristik inilah yang menjadikan upaya

promosi kesehatan dan pencegahan penyakit oleh masyarakat sulit untuk dilaksanakan terus menerus. Oleh sebab itu, promosi kesehatan dan pencegahan penyakit yang bersifat top-down dari pemerintah tidak efektif lagi, karena masyarakat tidak merasa menjadibagian dari program.

Promosi Kesehatan di Daerah, promosi kesehatan adalah upaya untuk meningkatkan kemampuan masyarakat melalui pembelajaran dari, 21 oleh, untuk dan bersama masyarakat, agar mereka dapat menolong diri sendiri, serta mengembangkan kegiatan yang bersumber daya masyarakat, sesuai sosial budaya setempat dan didukung kebijakan publik yang berwawasan kesehatan (Kemenkes, 2011).

Banyak studi yang menemukan bahwa upaya promosi kesehatan dan pencegahan penyakit yang berbasis komunitas lebih efektif (Woods et al. 2014). Oleh sebab itu, pemerintah Indonesia mencanangkan Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (GERMAS), berupa upaya promosi kesehatan dan pencegahan penyakit yang menekankan masyarakat sebagai aktor utama. GERMAS memiliki enam kegiatan utama, yaitu peningkatan aktivitas fisik, peningkatan perilaku hidup sehat, penyediaan pangan sehat dan percepatan perbaikan gizi, peningkatan pencegahan dan deteksi dini penyakit; peningkatan kualitas lingkungan; dan peningkatan edukasi hidup sehat.

Penyakit tidak menular (PTM) merupakan salah satu atau masalah kesehatan dunia dan Indonesia yang sampai saat ini masih menjadi perhatian dalam dunia kesehatan karena merupakan salah satu penyebab dari kematian (Jansje & Samodra 2012). Penyakit tidak menular (PTM), juga dikenal sebagai penyakit kronis, tidak ditularkan dari orang ke orang, mereka memiliki durasi yang panjang dan pada umumnya berkembang secara lambat (Risikesdas, 2013). Menurut Bustan (2007), dalam Buku Epidemiologi Penyakit Tidak Menular mengatakan bahwa yang tergolong ke dalam PTM antara lain adalah; Penyakit kardiovaskuler (jantung, atherosklerosis, hipertensi, penyakit jantung koroner dan stroke), diabetes melitus serta kanker.

Pencegahan penyakit dan promosi kesehatan merupakan upaya esensial di saat masih tingginya kejadian penyakit menular juga diiringi dengan semakin meningkatnya masalah penyakit tidak menular. Semakin tingginya beban masalah kesehatan masyarakat saat ini mengindikasikan bahwa promosi kesehatan dan pencegahan yang telah ada kurang dapat berkontribusi dalam meningkatkan derajat kesehatan masyarakat. Banyak studi yang menemukan bahwa upaya promosi kesehatan dan pencegahan penyakit yang bersifat top-down dari pemerintah, kurang efektif bila dibandingkan dengan program yang berbasis masyarakat. Oleh sebab itu untuk mendukung Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (GERMAS) yang baru dicanangkan oleh pemerintah, perlu dilakukan mobilisasi masyarakat dalam membiasakan hidup sehat sesuai dengan tujuan program GERMAS. di Rukun Warga 11 Kelurahan Kebayoran Lama Jakarta Selatan, belum dilakukan promosi kesehatan dan pencegahan penyakit yang berbasis masyarakat. Bila dikaitkan dengan GERMAS, perlu dilakukan inisiasi promosi kesehatan dan pencegahan penyakit yang berbasis masyarakat.

Tujuan Melakukan Pengabdian Masyarakat melalui deteksi dini Penyakit Tidak Menular sebagai Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (GERMAS) di RW.11 Kelurahan Kebayoran Lama Jakarta Selatan tahun 2019 adalah melakukan deteksi dini Penyakit Tidak Menular dengan melakukan pemeriksaan kesehatan pada warga Rukun Warga 11 Kelurahan Kebayoran Lama Jakarta Selatan, memberikan rekomendasi dari hasil deteksi dini penyakit Tidak Menular kepada warga untuk berobat kepada Unit Pelayanan Kesehatan di wilayah kerjanya dan Penyuluhan/edukasi setelah pemeriksaan selesai dilakukan akan disampaikan poin-poin penting tentang gejala dan pencegahan Penyakit Tidak Menular.

## METODE

Kegiatan pengabdian ini dilakukan dengan mendatangi lokasi kegiatan, yaitu di RW.11 Kelurahan Kebayoran Lama Jakarta Selatan. Rumah-rumah tangga di daerah tersebut

diundang untuk berkumpul di salah satu balai pertemuan warga, kemudian melakukan deteksi dini Penyakit Tidak Menular dengan pemeriksaan kesehatan terhadap warga Rukun Warga 11. Memberikan rekomendasi dari hasil deteksi dini penyakit Tidak Menular kepada warga untuk berobat kepada Unit Pelayanan Kesehatan di wilayah kerjanya. Dan Penyuluhan/edukasi setelah pemeriksaan selesai dilakukan akan disampaikan poin-poin penting tentang gejala dan pencegahan Penyakit Tidak Menular.

Setelah mendapatkan izin dari Lurah setempat, kemudian dilakukan kegiatan pengabdian dengan upaya kesehatan masyarakat melalui pemberdayaan masyarakat yang berfokus pada perubahan perilaku. Perubahan perilaku tersebut mencakup melakukan deteksi dini Penyakit Tidak Menular melalui pemeriksaan kesehatan secara berkala untuk mengetahui faktor risiko yang ada pada setiap orang. Langkah-langkah kegiatan PPM yaitu deteksi dini Penyakit Tidak Menular, pemeriksaan kesehatan, Rekomendasi hasil deteksi dini penyakit Tidak, Edukasi/ Penyuluhan Hasil Pemeriksaan PTM dan Evaluasi Kegiatan.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang dilaksanakan melalui deteksi dini Penyakit Tidak Menular sebagai Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (GERMAS) di Rukun Warga 11 Kelurahan Kebayoran Lama Jakarta Selatan tahun 2019. Pemeriksaan Kesehatan menggunakan Quantum Resonance Magnetic Analyzer (QRMA). Adapun QRMA seperti gambar dibawah ini



Quantum Resonance Magnetic Analyzer (QRMA). QRMA adalah alat yang diklaim oleh produsennya dapat melakukan pemeriksaan terhadap kondisi kesehatan seseorang secara menyeluruh, dengan akurasi antara 80-90%. Ada sekitar 34 test kesehatan yg bisa dilakukan oleh QRMA tersebut, hanya dengan memegang batang logam segenggam tangan dengan panjang sekitar 20 cm an. Sang produsen menyatakan bahwa alat ini bekerja dengan menangkap gelombang-gelombang elektromagnetik yang dihasilkan oleh tubuh manusia, pada saat terjadinya regenerasi sel. Sedangkan batang logam tersebut diklaim sebagai sensor yng amat sensitif, yang mampu menangkap pancaran2 gelombang elektromagnetik dari tubuh kita.

Quantum Resonance Magnetic Analyzer (QRMA) adalah alat cek kondisi kesehatan atau alat cek up kesehatan yang berguna untuk mereferensikan kesehatan dari organ organ di dalam tubuh orang yang akan di cek kesehatnya menggunakan alat ini. Hebatnya alat QRMA ini selain memberikan laporan mengenai kenormalan atau kinerja dari beberapa organ penting di dalam tubuh kita selain itu alat ini juga memberikan saran untuk melakukan suatu tindakan agar organ yang terdeteksi mengalami penurunan kinerja bisa kembali lagi berjalan dengan optimal. Namun perlu di ketahui QRMA

ini tidak bisa 100% di jadikan sebagai diagnosis ketika ada organ dari orang yang di cek menggunakan alat ini terdeteksi mengalami gangguan atau masalah, alat ini hanya bertugas mereferensikan dan jika memang setelah ada orang yang di cek kesehatanya menggunakan alat ini ada organ yang bermasalah lebih baik untuk di tindak lanjuti dengan datang ke dokter spesialisnya langsung agar bisa di diagnosis langsung apakah memang benar ada organ yang benar benar bermasalah atau tidak. Walaupun hanya referensi namun keakuratan dari Quantum Resonance Magnetic Analyzer ini mencapai 60% - 70% dan juga alat ini bisa memberikan total akumulasi 40 laporan langsung dalam sekali pengecekan, tapi itu jika anda menggunakan software QRMA dengan versi terbaru 3.9.4, jika anda masih menggunakan versi di bawah versi tersebut maka laporan anda hanya 39 bahkan bisa kurang dari itu.

Kegiatan pengabdian dilaksanakan pada tanggal 8 Agustus 2019. Kegiatan ini diikuti oleh tim pengabdian masyarakat yang terdiri dari Dosen Poltekkes, mahasiswa Jurusan Kesehatan Lingkungan, Ibu Rukun Warga 11, Ketua PKK, Kader Kesehatan Rukun Warga 11 Kelurahan Kebayoran Lama Jakarta Selatan Dari hasil pemeriksaan pada 28 masyarakat tempat pengabdian didapatkan hasil sebagai berikut:

Tabel 1. Hasil Deteksi Penyakit Menular di Rukun Warga 11 Kelurahan Kebayoran Baru Jakarta Selatan Tahun 2019

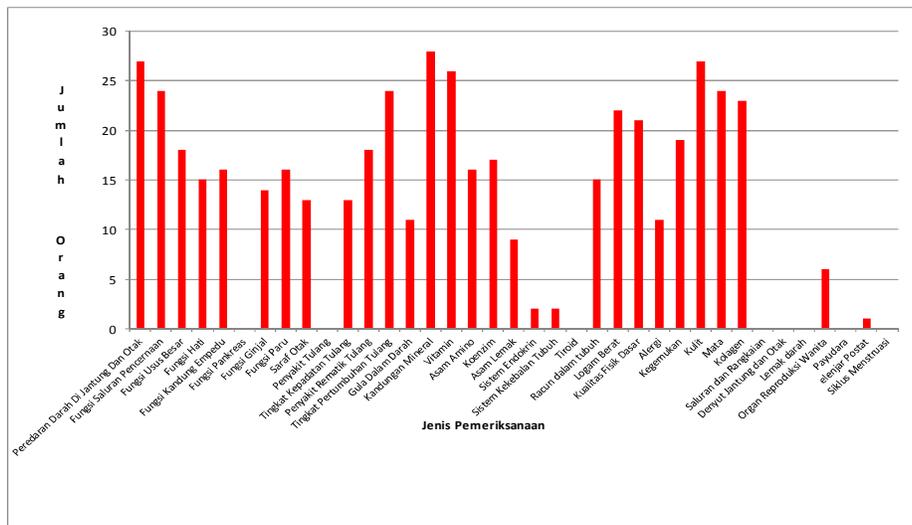
No	Jenis Pengujian	Hasil Pengujian	
		Mengalami	Tidak mengalami
1	Peredaran Darah Di Jantung Dan Otak	27	1
2	Fungsi Saluran Pencernaan	24	3
3	Fungsi Usus Besar	18	10
4	Fungsi Hati	15	13
5	Fungsi Kandung Empedu	16	12
6	Fungsi Pankreas		
7	Fungsi Ginjal	14	14
8	Fungsi Paru	16	12
9	Saraf Otak	13	15
10	Penyakit Tulang		
11	Tingkat Kepadatan Tulang	13	15
12	Penyakit Rematik Tulang	18	20

No	Jenis Pengujian	Hasil Pengujian	
		Mengalami	Tidak mengalami
13	Tingkat Pertumbuhan Tulang	24	14
14	Gula Dalam Darah	11	17
15	Kandungan Mineral	28	0
16	Vitamin	26	2
17	Asam Amino	16	12
18	Koenzim	17	11
19	Asam Lemak	9	19
20	Sistem Endokrin	2	26
21	Sistem Kekebalan Tubuh	2	26
22	Tiroid		

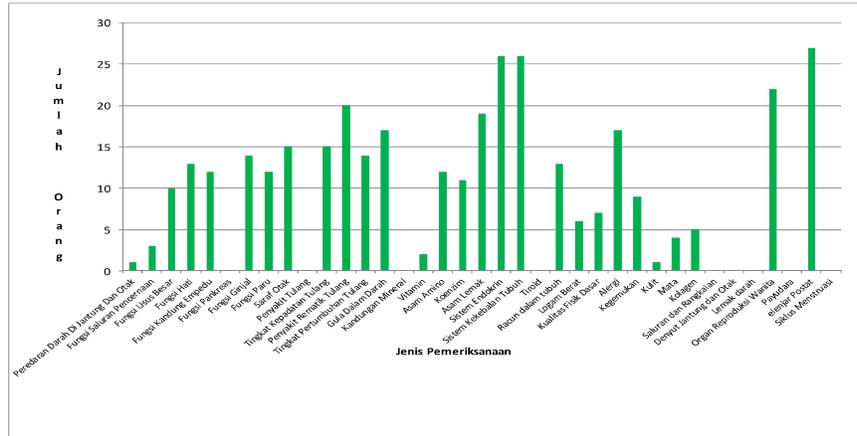
Tabel 2. Hasil Deteksi Penyakit Menular di Rukun Warga 11 Kelurahan Kebayoran Baru Jakarta Selatan Tahun 2019

No	Jenis Pengujian	Hasil Pengujian	
		Mengalami	Tidak mengalami
23	Racun dalam tubuh	15	13
24	Logam Berat	22	6
25	Kualitas Fisik Dasar	21	7
26	Alergi	11	17
27	Kegemukan	19	9
28	Kulit	27	1
29	Mata	24	4
30	Kolagen	23	5
31	Saluran dan Rangkaian		
32	Denyut Jantung dan Otak		
33	Lemak darah		
34	Organ Reproduksi Wanita	6	22
35	Payudara		
36	Kelenjar Postat	1	27
37	Siklus Menstruasi		

Grafik 1. Masyarakat Yang Mengalami Penyakit Tidak Menular Dari Pemeriksaan Yang Dilakukan Di Rukun Warga 11 Kelurahan Kebayoran Baru Jakarta Selatan Tahun 2019



Grafik 2. Masyarakat Yang Tidak Mengalami Penyakit Tidak Menular Dari Pemeriksaan Yang Dilakukan Di Rukun Warga 11 Kelurahan Kebayoran Baru Jakarta Selatan Tahun 2019



Gambar 1. Deteksi Dini Penyakit Tidak Menular Di Rukun Warga 11 Kelurahan Kebayoran Baru Jakarta Selatan Tahun 2019



Gambar 2. Deteksi Dini Penyakit Tidak Menular Di Rukun Warga 11 Kelurahan Kebayoran Baru Jakarta Selatan Tahun 2019



**SIMPULAN**

Kegiatan pengabdian berjalan dengan baik dengan mendapat bantuan dari pihak tokoh masyarakat Ketua RW, Ketua RT, Ketua PKK, Ibu PKK, warga, kader kesehatan. Jumlah masyarakat yang datang melakukan pemeriksaan kesehatan 64 orang yang bisa dilakukan pemeriksaan sebanyak 28 orang. Mereka yang datang untuk melakukan deteksi

dini penyakit tidak menular yang sangat diperlukan oleh masyarakat. Diketahui hasil deteksi dini Penyakit Tidak Menular yaitu Peredaran Darah Di Jantung Dan Otak, fungsi Penyerapan Lambung Fungsi Saluran Pencernaan, fungsi Ginjal, Fungsi Hati, Fungsi Kandung Empedu, Fungsi Pankreas dan Lain-lain

**SARAN**

1. Dengan adanya kegiatan pemeriksaan kesehatan ini, diharapkan dapat memicu kesadaran masyarakat untuk lebih rutin memeriksakan kesehatan mereka secara pribadi maupun dengan datang ke puskesmas.
2. Bagi mereka ada masalah Peredaran Darah Di Jantung Dan Otak, diharapkan untuk lebih menjaga kondisi kesehatan dengan memeriksakan diri dan mengontrol gaya hidup.
3. Bagi mereka yang ada masalah pada Fungsi Penyerapan Lambung Fungsi Saluran Pencernaan Minum air 1 jam sebelum makan, perbanyak makan buah, makan buah sebelum makan, kunyah makanan dengan baik.
4. Bagi mereka yang ada masalah Tingkat Kepadatan Tulang Memilih diet yang wajar, meningkatkan olahraga outdoor,

suplemen kalsium yang cukup, biasanya lebih memperhatikan olahraga yang tepat, seperti berjalan, jogging, dll. Jangan mengonsumsi susu dengan proses panas diatas 48°C karena akan menghabiskan enzim untuk pertumbuhan tulang, konsumsi Kalsium nabati karena mudah diserap tubuh

#### DAFTAR PUSTAKA

- Jansje H, V. Ticoalu & Yoseph L Samodra. "Prevalensi Penyakit Tidak Menular Pada Tahun 2012-2013 di Kecamatan Airmadidi Kabupaten Minahasa Utara Sulawesi Utara" Diakses pada tanggal 28 Maret 2019 dari <http://jkesmasfkm.unsrat.ac.id/wpcontent/uploads/2014/09/Artikel2-drVera-fix-EDIT.pdf>.
- Riskesdas. (2013). Riset Kesehatan Dasar Badan Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan
- Kemkes Ri Tahun 2013. Diakses pada tanggal 28 Maret 2019 dari <http://www.depkes.go.id/resources/download/general/Hasil%20Risikesdas%202013.pdf>.
- Bustan, M. N. (2007). Epidemiologi Penyakit Tidak Menular. Jakarta : Rineka Cipta.
- Amu, Y. (2014). Faktor Resiko Kejadian Penyakit Diabetes Melitus Tipe Ii Di Rsud. Prof. Dr. Hi. Aloe Saboe Kota Gorontalo. Diakses pada tanggal 28 Maret 2019 dari <http://kim.ung.ac.id/index.php/KI>
- Jumriani., Wahiduddin., & Burhanuddin Mutmainna. (2012). Faktor risiko kejadian stroke Pada Awal Dewasa (18-40 tahun) di Kota Makassar Tahun
- Kemenkes 2011 "Promosi Kesehatan di Daerah Bermasalah Kesehatan Panduan Bagi Petugas Kesehatan di Puskesmas" Diakses pada tanggal 28 Maret 2019 dari <http://www.depkes.go.id/resources/download/promosi-kesehatan/panduan-promkes-dbk.pdf>
- Woods, Nikki Keene, Jomella Watson-thompson, Daniel J. Schober, Becky Markt, and Stephen Fawcett. 2014. "Health Promotion Practice."
- Notoatmojo, soekidjo.(2007). Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku. Jakarta : Rineka Cipta.
- Martha, Amelia. (2012). Analisis Faktor-Faktor Risiko Yang Berhubungan Dengan Penyakit Diabetes Melitus Pada Perusahaan X. Diakses pada tanggal 28Maret 2019 dari <http://lib.ui.ac.id/file?file=digital/20313632-T31278-Analisis%20faktor.pdf>.
- Melati. (2011). Dewasa awal. Diakses pada tanggal 28 Maret 2019 dari <http://repository.usu.ac.id/bitstream/123456789/28956/4/Chapter%20II.pdf>.