

KEGIATAN PENGABDIAN MASYARAKAT PEMBERDAYAAN MASYARAKAT DALAM UPAYA PENINGKATAN KESADARAN UNTUK MENGURANGI RISIKO PENYAKIT KRONIS DI WILAYAH TENGGER

Jemima Lewi Santoso^{1*}, Nurkhamidah², Elizabeth S. Nugraheni³, Cempaka Harsa⁴,
Olivia Tantana⁵, Windi Clara Viena⁶, Samantha Debora Ang⁷,
Maya Atria Corvietasari⁸, Tasya Monica⁹

^{1,3,4,5,6,7,8,9}Universitas Ciputra Surabaya

²Universitas Wijaya Kusuma Surabaya

Abstrak: Suku Tengger merupakan salah satu suku yang berada di wilayah kerja Puskesmas Sukapura yang masih mempertahankan tradisi leluhur seperti perayaan adat. Pada saat perayaan tersebut, masyarakat Tengger menyajikan makanan bersantan dan tinggi lemak. Hal itu diindikasikan sebagai salah satu penyebab penyakit kronis yang menyerang usia pralansia dan lansia seperti hipertensi, diabetes melitus, dan obesitas. Berdasarkan data dari puskesmas setempat, diketahui angka tersebut cukup tinggi sehingga tujuan dari kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah untuk melakukan deteksi dini, pemeriksaan serta melakukan penyuluhan kepada warga setempat tentang masalah penyakit kronis. Kegiatan yang dilakukan antara lain analisis masalah dengan pihak puskesmas serta melakukan kerja sama, kemudian melaksanakan kegiatan berupa pemeriksaan kesehatan serta penyuluhan. Pemeriksaan dilakukan selama tiga hari untuk melakukan screening untuk memeriksa hipertensi, kadar gula darah, dan obesitas. Pasien yang ditemukan pada kondisi kronis dirujuk ke puskesmas setempat untuk dilakukan pemeriksaan lebih lanjut dan diberikan edukasi untuk melakukan pemeriksaan rutin. Kegiatan KIE (komunikasi, informasi, dan edukasi) tetap dilakukan pada masyarakat. Hasil dari kegiatan pengabdian masyarakat disusun dan dilaporkan pada pemerintah setempat.

Kata kunci: suku Tengger, penyakit kronis, makanan

PENDAHULUAN

Suku Tengger merupakan salah satu suku yang ada di wilayah Indonesia yang tinggal di wilayah sekitar Gunung Bromo. Suku tersebut masih menjunjung tinggi budaya yang masih murni, tata krama, dan sopan santun sehingga diteruskan kepada generasi penerus (Hikmah, Sazjiyah, & Sulistyowati, 2020). Masyarakat Tengger masih melestarikan budaya dan perayaan adat suku Tengger, baik yang merupakan penyembahan kepada Tuhan yang Maha Esa ataupun upacara untuk kesejahteraan masyarakat seperti

upacara pernikahan dan kegiatan adat. Kegiatan tersebut dilaksanakan dengan meriah dan disertai dengan menyediakan makanan yang mengandung lemak yang tinggi seperti makanan bersantan dan daging-dagingan. Kebiasaan ini menjadi salah satu kemungkinan penyebab tingginya penyakit kronis seperti hipertensi, diabetes melitus, dan obesitas (Hu dkk., 2022).

Puskesmas Pembantu Wonotoro merupakan puskesmas Sukapura Kabupaten Probolinggo yang berlokasi di wilayah Tengger. Puskesmas tersebut berada di wilayah kerja Puskesmas Sukapura sehingga memiliki tanggung jawab

*Corresponding Author.

e-mail: jemima.lewi@ciputra.ac.id

terhadap status kesehatan masyarakat Suku Tengger termasuk melakukan upaya deteksi dini penyakit kronis. Berdasarkan data skrining yang telah dilakukan, diketahui jumlah penyakit kronis berupa hipertensi 24%, obesitas 5,1%, diabetes melitus 34% (dari 59 lansia yang ikut skrining). Penyakit kronis merupakan penyakit degeneratif yang dialami karena faktor usia (Prasad, Sung, & Aggarwal, 2012), sehingga setiap manusia pasti mengalami penyakit tersebut (Niccoli & Partridge, 2012). Seiring perubahan waktu, jumlah penyakit kronis di usia lansia sudah mulai bermunculan pada usia cenderung lebih muda. Hal ini berdasarkan data Riskesdas 2018 yaitu prevalensi hipertensi 9,35% berdasarkan diagnosis dokter (Kemenkes RI, 2019). Hal ini disebabkan karena pola hidup yang tidak sehat seperti pola konsumsi tinggi lemak (Duan dkk., 2018). Pola konsumsi seperti ini menjadi salah satu pemicu tingginya penyakit kronis (Huston, 2022). Berdasarkan hasil studi awal diketahui bahwa belum ada pemahaman menyeluruh tentang faktor risiko penyebab hipertensi. Sebagian besar masyarakat belum memahami bahwa salah satu penyebab penyakit kronis disebabkan karena pola konsumsi (Sujarwoto & Maharani, 2020). Untuk itu perlu dilakukan kegiatan sosialisasi pada masyarakat tentang pentingnya pencegahan dan upaya deteksi dini penyakit kronis (Oetzel dkk., 2018).

Salah satu faktor risiko adalah makanan yang disajikan pada kegiatan pesta adat suku Tengger. Tingginya kejadian penyakit darah tinggi di populasi masyarakat Tengger dipengaruhi oleh tingginya frekuensi upacara dan pesta adat masyarakat Tengger yang menyajikan makanan berbahan daging dalam porsi banyak (Meinasari & Indrawati, 2021). Kebudayaan masyarakat Tengger seperti pelaksanaan upacara serta pesta adat harus tetap dilestarikan, namun untuk pola penyajian makan-

an perlu diberikan edukasi sehingga penyajian dapat diminimalisasi untuk makanan yang mengandung tinggi lemak. Selain itu, untuk mengurangi faktor risiko penyakit kronis, perlu dilakukan upaya deteksi dini dengan melakukan pemeriksaan rutin secara berkala. Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan kesadaran masyarakat pentingnya deteksi dini penyakit kronis melalui pemeriksaan tekanan darah, pengukuran BMI, dan pengukuran kadar gula darah agar masyarakat yang sudah terdiagnosis dapat segera ditangani dan dilakukan pengobatan.

METODE PELAKSANAAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan dengan tahapan-tahapan seperti berikut.

1. Langkah pertama yang dikerjakan dalam kegiatan ini adalah menjalin kerjasama dengan Puskesmas Sukapura Probolinggo. Dari informasi didapatkan, Puskesmas mengidentifikasi peningkatan kasus darah tinggi pada masyarakat Tengger. Hal ini diduga adanya pengaruh risiko dari seringnya menu daging yang disajikan saat perayaan pesta adat masyarakat Tengger. Faktor risiko ini perlu dicari kaitannya dan solusinya lebih lanjut. Pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat yang dilakukan di Desa Wonotoro dan Desa Ngadisari Kecamatan Sukapura Kabupaten Probolinggo pada tanggal 28–29 Mei 2022.
2. Langkah kedua adalah edukasi pada masyarakat Tengger agar dapat mengidentifikasi faktor risiko terhadap penyakit darah tinggi. Pemilahan masyarakat Tengger menjadi golongan *low risk* dan golongan *high risk*/penderita penyakit darah tinggi. Golongan *low risk* diberikan edukasi *healthy lifestyle* agar tidak menjadi golongan *high risk* di masa mendatang. Golongan *high risk*/penderita penyakit darah tinggi dibe-



Gambar 1 Puskesmas Pembantu Wonotoro

rikan edukasi cara mengubah gaya hidup yang memicu atau memperberat peningkatan tekanan darah. *Screening* menggunakan pemeriksaan tekanan darah yang diadakan di bakti sosial. Pemberian obat penyakit darah tinggi selama tiga hari yaitu saat individu berobat saat bakti sosial selanjutnya kami memberikan daftar pasien yang ditemukan menderita penyakit darah tinggi kepada puskesmas untuk

ditindaklanjuti dan pasien disarankan untuk kontrol rutin ke layanan primer terdekat (contohnya Puskesmas).

- Langkah selanjutnya adalah laporan penyusunan hasil dan rekomendasi tindak lanjut. Pada tahap ini kegiatan yang dilakukan adalah menyusun laporan berdasarkan *feedback* dari masyarakat serta menyusun laporan hasil pelaksanaan kegiatan.



Gambar 2 Flyer Penyuluhan Pengabdian Masyarakat



Gambar 3 Pelaksanaan Penyuluhan Pengabdian Masyarakat

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pelaksanaan pengabdian masyarakat dimulai dari koordinasi dan mengunjungi lokasi yaitu Puskesmas pembantu Wonotoro dan Ngadisari di bulan April sampai Mei 2022.

Setelah kunjungan, dilakukan persiapan baik oleh tim Fakultas kedokteran dan Pustu Wonotoro serta Ngadisari sebagai mitra pelaksana pengabdian masyarakat. Koordinasi juga dilakukan dengan Dinas Kesehatan Kota Probolinggo untuk pengurusan surat perizinan Pemerintah Kabupaten Probolinggo Badan Kesatuan Bangsa dan Politik. Penyebaran *flyer* untuk mengundang para peserta pengabdian masyarakat dilakukan tiga minggu sebelum pelaksanaan.

Pelaksanaan pengabdian masyarakat di Pustu Wonotoro dan Ngadisari bersama mitra dilakukan mulai tanggal 28 Mei hingga 29 Mei 2022 sebanyak 59 peserta mencakup lansia di Desa Wonotoro dan Ngadisari. Pelaksanaan kegiatan dilakukan dengan alur lima tahap yaitu empat tahap di meja satu sampai meja empat dan tahap kelima penyuluhan. Alur pelaksanaan kegiatan sebagai berikut.

1. Meja satu: pendaftaran dan konfirmasi data peserta pengmas. Setelah itu peserta beralih ke meja dua.
2. Meja dua: penghitungan indeks massa tubuh berupa pemeriksaan berat badan dan tinggi tekanan darah



Gambar 4 Tim Pengabdian Masyarakat

3. Meja tiga: pemeriksaan kesehatan berupa pengukuran tekanan darah, kolesterol total serum dan glukosa darah acak.
4. Meja empat: wawancara peserta dilakukan oleh tim Fakultas Kedokteran Universitas Ciputra. Wawancara meliputi pola makan sehari-hari, frekuensi pesta perayaan adat yang didatangi peserta, makanan di pesta yang sering dimakan peserta, keluhan/ anamnesis peserta (gejala penyakit kronis).
5. Setelah wawancara, peserta diminta duduk untuk mengikuti penyuluhan. Penyuluhan dilaksanakan tim Fakultas Kedokteran selama ± 30 menit berupa presentasi antara pengaruh pola makanan dan risiko penyakit kronis.

Tahap evaluasi pelaksanaan dilakukan melalui kuesioner yang dibagikan kepada peserta. Hal ini dilakukan untuk mengetahui peningkatan kesadaran masyarakat tentang pengaruh pola makanan dan risiko penyakit kronis.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih kepada Fakultas Kedokteran Universitas Ciputra, Puskesmas Sukapura Probolinggo dan masyarakat Tengger yang telah mendukung dan *men-support* pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini.

KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian masyarakat memberikan pengetahuan kepada masyarakat tentang pencegahan penyakit kronis dengan cara mengatur jenis makanan dan bagaimana bahan makanan tertentu terutama daging yang dapat memicu penyakit kronis dalam hal ini penyakit hipertensi. Masyarakat berharap penyuluhan dan kegiatan seperti ini dapat diadakan berkelanjutan

namun dengan topik yang berbeda. Hasil pengabdian ini menolong Puskesmas Pembantu Wonorejo dan Ngadisari dalam pencegahan dan pendeteksian penderita penyakit kronis di masyarakat tersebut. Hasil pengabdian juga menolong peserta untuk lebih mawas diri terhadap jenis makanan baik yang dimakan sehari-hari maupun yang disajikan di pesta perayaan adat.

DAFTAR RUJUKAN

- Duan, Y., Zeng, L., Zheng, C., Song, B., Li, F., Kong, X., & Xu, K. (2018). Inflammatory links between high fat diets and diseases. *Frontiers in Immunology*, 9. <https://doi.org/10.3389/fimmu.2018.02649>.
- Hikmah, K., Sazjiyah, S. R., & Sulistyowati, T. (2020). Dinamika kehidupan masyarakat suku Tengger dibalik kegiatan pariwisata Bromo. *Journal of Tourism and Creativity*, 4(2), 105. <https://doi.org/10.19184/jtc.v4i2.14818>.
- Hu, P., Zheng, M., Duan, X., Zhou, H., Huang, J., Lao, L., Zhao, Y., Li, Y., Meng, X., Zhao, W., Deng, H., & Li, X. (2022). Association of healthy lifestyles on the risk of hypertension, type 2 diabetes mellitus, and their comorbidity among subjects with dyslipidemia. *Frontiers in Nutrition*, 9. <https://doi.org/10.3389/fnut.2022.1006379>.
- Huston, P. (2022). A sedentary and unhealthy lifestyle fuels chronic disease progression by changing interstitial cell behaviour: a network analysis. *Frontiers in Physiology*, 13. <https://doi.org/10.3389/fphys.2022.904107>.
- Kemendes RI. (2019). *Laporan Provinsi Jawa Timur Riskesdas 2018*. Jakarta: Lembaga Penerbit Badan Litbang Kesehatan.

- Meinasari, R. & Indrawati, V. (2021). Pola makan lansia penderita hipertensi di Puskesmas Mojo Kota Surabaya. *Nutrire Dia-ita*, 13(01): 29–38.
- Niccoli, T., & Partridge, L. (2012). Ageing as a risk factor for disease. *Current Biology*, 22(17), R741–R752. <https://doi.org/10.1016/j.cub.2012.07.024>.
- Oetzel, J., Wallerstein, N., Duran, B., Sanchez-Youngman, S., Nguyen, T. T., Woo, K., Wang, J., Schulz, A. J., Kaholokula, J. K., Israel, B. A., & Alegria, M. (2018). Impact of Participatory Health Research: A test of the Community-Based Participatory Research Conceptual Model. *BioMed Research International*, 2018, 1–12. <https://doi.org/10.1155/2018/7281405>.
- Prasad, S., Sung, B., & Aggarwal, B. B. (2012). Age-associated chronic diseases require age-old medicine: Role of chronic inflammation. *Preventive Medicine*, 54, S29–S37. <https://doi.org/10.1016/j.ypmed.2011.11.011>.
- Sujarwoto, S. & Maharani, A. (2020). Participation in community-based health care interventions (CBHIs) and its association with hypertension awareness, control and treatment in Indonesia. *PLOS ONE*, 15 (12), e0244333. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0244333>.