

# Upaya Pengendalian dan Pengelolaan Penyakit tidak Menular Melalui Peran Keluarga Pada Karyawan PT PIM

Nur Fardian<sup>[1]</sup>, Cut Khairunnisa<sup>[1\*]</sup>, Maulina Debbyousha<sup>[1]</sup>,  
Al-Muqsith<sup>[1]</sup> & Muhammad MT<sup>[2]</sup>

<sup>[1]</sup> Fakultas Kedokteran, Universitas Malikussaleh, Aceh, Indonesia

<sup>[2]</sup> Fakultas Teknik, Universitas Malikussaleh, Aceh, Indonesia

\*Corresponding Author: cut.khairunnisa@unimal.ac.id

Submitted: 22 Desember 2024

Revised: 27 Desember 2024

Published: 27 Desember 2024

## Article Info

Citation: F. Nur, K. Cut, D. Maulina, Muqsith. A, MT, Muhammad. Upaya Pengendalian dan Pengelolaan Penyakit tidak Menular Melalui Peran Keluarga Pada Karyawan PT PIM. *Academica: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2, no. 4 (2024): 340-347.

**Keywords:** Non communicable disease, Family role, Disease control and management.

## Abstrak:

Pergeseran pola penyakit dari communicable disease menjadi non communicable disease semakin nyata. Penyakit Tidak Menular (PTM) menyebabkan 71% kematian atau sekitar 41 juta orang tiap tahunnya. Penanggulangan masalah kesehatan yang terjadi pada individu saat ini, tidak hanya menjadi tanggung jawab tenaga kesehatan, namun sangat dibutuhkan peran seluruh anggota keluarga. Pada skrining yang dilakukan oleh tenaga kesehatan perusahaan terhadap seluruh tenaga kerja di berbagai bidang pekerjaan, dijumpai adanya peningkatan jumlah penderita penyakit diabetes melitus, hipertensi dan dislipidemia. Tujuan kegiatan pengabdian ini adalah memberikan edukasi kepada karyawan/karyawati serta keluarganya dalam pengelolaan penyakit tidak menular. Keluarga diharapkan mampu mengenal tanda dan gejala serta pencegahan penyakit yang mengenai anggota keluarga. Metode pelaksanaan yang digunakan berupa Focus Group Discussion (FGD) dan ceramah yang diikuti oleh 119 peserta. Pada evaluasi yang dilakukan pada akhir kegiatan terdapat peningkatan pemahaman peserta setelah dilakukan pemberian edukasi.

**Abstract:** *The transition in disease patterns from communicable diseases to non-communicable diseases is becoming increasingly evident. Non-communicable diseases (NCDs) cause 71% of deaths or around 41 million people each year. Addressing health issues that occur in individuals today is not only the responsibility of healthcare professionals but also requires the involvement of all family members. In the screening conducted by the company's healthcare personnel on all workers in various fields of work, an increase in the number of cases of diabetes mellitus, hypertension, and dyslipidemia was found. The purpose of this community service activity is to provide education to employees and their families on the management of non-communicable diseases. Families are expected to be able to recognize the signs and symptoms as well as the prevention of diseases affecting family members. The implementation method used was in the form of Focus Group Discussions (FGD) and lectures attended by 119 participants. In the evaluation conducted at the end of the activity, there was an increase in participants' understanding after the education was provided.*

## 1. PENDAHULUAN

### 1.1. Latar Belakang

Pergeseran pola penyakit dari communicable disease menjadi non communicable disease semakin nyata terlihat di Indonesia. Hal ini menjadi tantangan yang harus dihadapi dalam pembangunan kesehatan.<sup>1</sup> Data World Health Organization (WHO) menyebutkan bahwa Penyakit Tidak Menular (PTM) menyebabkan 71% kematian atau sekitar 41 juta orang tiap tahunnya.<sup>2</sup> Pada era globalisasi saat ini, gaya hidup setiap individu sangat dipengaruhi oleh modernisasi, termasuk dalam hal pekerjaan. Hal ini terjadi oleh karena adanya pengaruh perkembangan teknologi yang menyediakan berbagai kemudahan dalam aktivitas kerja.<sup>3</sup>

Penanggulangan masalah kesehatan yang terjadi pada individu saat ini, tidak hanya menjadi tanggung jawab tenaga kesehatan, namun sangat dibutuhkan peran seluruh anggota keluarga. Keluarga merupakan kelompok sosial terkecil yang terbentuk didalam suatu kelompok Masyarakat, dimana terjadinya suatu hubungan antara laki-laki dan perempuan yang berlangsung lama membesarkan anak-anak.<sup>4</sup>

Keluarga memiliki fungsi primer yang sangat penting dalam interaksi antara ayah, ibu dan anak-anaknya. Diantara fungsi yang tidak boleh diabaikan adalah fungsi keluarga dalam mengambil peran terkait masalah kesehatan keluarga.<sup>5</sup> Kesibukan anggota keluarga terutama orang tua dalam bekerja mencari nafkah sering menimbulkan sifat abai terhadap masalah kesehatan keluarga. Individu yang bekerja pada Perusahaan swasta umumnya memiliki jam kerja yang sangat ketat, beban kerja yang tinggi, rutinitas yang monoton dan aktivitas fisik yang kurang. Kondisi ini dapat menimbulkan permasalahan kesehatan. Dalam Perpres no 7 tahun 2019 disebutkan bahwa Permasalahan kesehatan yang timbul dapat dikategorikan berdasarkan pajanan factor risiko, target organ yang terkena dan penyakit kanker akibat kerja.<sup>6</sup>

### 1.2. Permasalahan Mitra

PT Pupuk Iskandar Muda (PT. PIM) merupakan salah satu perusahaan yang bergerak dalam industri, perdagangan dan jasa di bidang perpupukan, petrokimia dan kimia lainnya. PT. PIM Lhokseumawe memiliki tenaga kerja yang ditempatkan diberbagai bidang pekerjaan, baik pekerjaan yang melibatkan banyak aktivitas fisik maupun dengan pekerjaan dengan aktivitas fisik yang kurang. Pada skrining yang dilakukan oleh tenaga kesehatan perusahaan terhadap seluruh tenaga kerja di berbagai bidang pekerjaan, dijumpai adanya peningkatan jumlah penderita penyakit diabetes melitus, hipertensi dan

---

<sup>1</sup> Nur Chayati et al., "Identifikasi Nilai Indeks Massa Tubuh, Lingkar Perut, Dan Konsumsi Buah Sayur Sebagai Faktor Risiko Penyakit Tidak Menular," *Media Karya Kesehatan* 6, no. 1 (2023): 130-41.

<sup>2</sup> WHO, *Non Communicable Disease Prevention and Control: A Guidance Note for Investment Case* (World Health Organization, 2021).

<sup>3</sup> Hasri Nimas Wijayanti, "Perkantoran Sebagai Pemicu Aktivitas Fisik Dan Kesehatan Manusia" (Surabaya, 2017).

<sup>4</sup> "Undang-Undang Republik Indonesia No.52 Tahun 2009 Tentang Perkembangan Kependudukan Dan Pembangunan Keluarga" (n.d.).

<sup>5</sup> Sylvia Dwi Wahyuni, "Tugas Kesehatan Keluarga Dalam Penanganan Kasus Kesehatan," *Jurnal Keperawatan Komunitas* 4, no. 1 (2019): 23-28.

<sup>6</sup> Perpres RI, "Peraturan Presiden Republik Indonesia Nomor 7 Tahun 2019 Tentang Penyakit Akibat Kerja" (2019).

dislipidemia. Temuan penyakit non communicable disease hampir merata pada semua kelompok umur pekerja, baik pada kelompok dewasa muda maupun dewasa tua.

## 2. METODE

### 2.1 Lokasi dan waktu kegiatan

Kegiatan pengabdian ini dilakukan pada hari Kamis tanggal 7 Maret 2024, bertempat di ruang Pendidikan dan Pelatihan (Diklat) PT. PIM Lhokseumawe.

### 2.2 Assesment

Pada tahap awal ini, dilakukan *Focus Group Discussion* (FGD) untuk mengetahui Tingkat pengetahuan karyawan PT. PIM dan keluarganya tentang penyakit tidak menular dan upaya pengelolaannya.

### 2.3 Preparation

Tahap preparation dilakukan dengan menyiapkan bahan dan slide presentasi materi yang akan diedukasikan kepada peserta serta persiapan beberapa prasarana kegiatan.

### 2.4 Excecution

Kegiatan edukasi dilakukan dalam 2 sesi yang memuat topik tentang "Preventif dan Rehabilitatif Diabetes Melitus, Hipertensi, Obesitas dan Gangguan Jantung" pada sesi 1 dan materi pada sesi 2 tentang "Gaya Hidup dalam Pengelolaan Penyakit tidak Menular".

### 2.5 Evaluation

Kegiatan monitoring dan evaluasi dilakukan setelah kegiatan edukasi dilaksanakan. Kegiatan ini bertujuan untuk menilai kembali tingkat pemahaman peserta tentang materi yang telah diberikan. Bentuk monitoring dan evaluasi hanya dilakukan secara sederhana dalam bentuk pertanyaan-pertanyaan yang diajukan oleh tim pengabdian. Setelah kegiatan edukasi, tim pelaksana pengabdian juga melakukan pemeriksaan fisik sederhana pada peserta dengan mengukur tekanan darah peserta.

## 3. SOLUSI PERMASALAHAN

Pelaksanaan kegiatan pengabdian ini hadir oleh 250 karyawan/karyawati PT. PIM beserta keluarganya. Peserta yang hadir merupakan karyawan yang berasal dari berbagai unit kerja.

**Tabel 1.** Jumlah Peserta Kegiatan

No	Jenis Kelamin	Frekuensi (n)	Persentase (%)
1.	Laki-laki	83	69,7
2.	Perempuan	36	30,3
	Total	119	100,0

Berdasarkan tabel di atas diketahui bahwa peserta yang hadir lebih didominasi oleh laki-laki sebanyak 69,7 persen. Setiap peserta yang hadir diwajibkan membawa salah satu anggota keluarganya. Hal ini dilakukan karena edukasi juga akan dilakukan kepada

anggota keluarga, agar anggota keluarga dapat berpartisipasi dalam pengelolaan penyakit tidak menular yang dialami oleh anggota keluarga lainnya.

Keluarga diharapkan mampu mengenal tanda dan gejala serta pencegahan penyakit yang mengenai anggota keluarga. Menurut Salvicion G. Bailon dan Aracelis Maglaya (1998) dalam Wahyuni (2029) dijabarkan lima tugas keluarga dalam permasalahan kesehatan, yaitu: 1) Mengetahui masalah kesehatan, 2) Membuat keputusan Tindakan kesehatan yang tepat, 3) Memberi perawatan pada anggota keluarga yang sakit, 4) Memodifikasi lingkungan atau menciptakan suasana rumah yang sehat, dan 5) Merujuk pada fasilitas kesehatan Masyarakat.<sup>7</sup>

**Gambar 1.** *Focus Group Discussion (FGD)*



*Sumber: Dokumentasi Kegiatan, 2024*

Pada kegiatan *Focus Group Discussion (FGD)* yang dilakukan tim pelaksana sebelumnya diperoleh informasi bahwa masih rendahnya pengetahuan karyawan dan karyawan PT.PIM dan keluarganya tentang penyakit tidak menular serta pengelolaannya. Oleh karena itu, tim pelaksana dalam edukasi yang disampaikan, seluruh peserta diajak untuk mengenali berbagai macam faktor risiko yang memicu terjadinya penyakit tidak menular dan melakukan pengelolaan terhadap faktor risiko dengan melakukan deteksi dini terhadap faktor risiko tersebut seperti rutin melakukan pengukuran tekanan darah, pengukuran kadar gula darah, pengukuran indeks massa tubuh meliputi (BB, lingkar perut dan tinggi badan) serta menerapkan perilaku gaya hidup sehat.<sup>8</sup>

Penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat di Indonesia meliputi pada berbagai tatanan, antara lain pada tatanan rumah tangga, instansi pendidikan, tempat kerja, tempat umum dan sarana kesehatan. Setiap tatanan memiliki beberapa point indicator perilaku yang harus diterapkan. Penerapan PHBS di lingkungan tempat kerja merupakan salah satu

<sup>7</sup> Wahyuni, "Tugas Kesehatan Keluarga Dalam Penanganan Kasus Kesehatan."

<sup>8</sup> Kementerian Kesehatan, *Buku Pedoman Manajemen Penyakit Tidak Menular* (Jakarta: Kementerian Kesehatan RI, 2019).

upaya strategis untuk menggerakkan dan memberdayakan para karyawan/pegawai untuk hidup bersih dan sehat.<sup>9</sup>

**Gambar 2.** Foto bersama peserta pengabdian



*Sumber: Dokumentasi Kegiatan, 2024*

Sebagaimana diketahui bahwa penyakit tidak menular seperti DM, hipertensi, dislipidemia dan penyakit jantung cenderung didasari oleh kurangnya aktivitas fisik dan pola makan yang memicu peningkatan berat badan atau obesitas. Sementara angka kejadian obesitas pada karya PT.PIM Lhokseumawe juga ditemukan meningkat setiap tahunnya. Obesitas dapat diartikan sebagai kelebihan berat badan terhadap tinggi badan, namun keterkaitan obesitas tidak hanya pada kelebihan adipositas atau kegemukan saja tapi juga dapat mempengaruhi metabolik tubuh.<sup>10</sup> Sehingga pada kegiatan pengabdian ini, tim pelaksana menyampaikan bahwa akan sangat baik jika peserta yang hadir dalam pengabdian ini melakukan aktivitas fisik yang sesuai. Aktivitas tersebut dapat berupa gerakan tubuh ringan yang dapat memicu pembakaran energi, aktivitas cukup apabila seseorang olahraga ringan minimal 30 menit setiap hari selama 3-5 hari dalam seminggu.<sup>11</sup>

Sementara melakukan aktivitas fisik dengan intensitas sedang secara reguler, seperti berjalan kaki, bersepeda, atau berpartisipasi dalam olahraga lainnya memiliki manfaat yang signifikan untuk kesehatan. Berbagai penelitian menunjukkan bahwa aktivitas fisik yang sedang hingga tinggi selama 45-60 menit sehari akan mengurangi terjadinya obesitas.<sup>12</sup> Pada orang dewasa, aktifitas fisik diperlukan untuk mengurangi risiko terjadinya berbagai penyakit dan kematian dini. Meskipun telah banyak riset

<sup>9</sup> Hurles Imanuel Palilu, August Joutie Pandelaki, and Grace D. Kandou, "Gambaran Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Pada Pegawai Di Kantor Dinas Kesehatan Kota Manado," *Jurnal Kedokteran Komunitas Dan Tropik* 3, no. 2 (2015): 99-107.

<sup>10</sup> Rivian Virlando Suryadinata and Amelia Lorensia, "Pengaruh Pola Konsumsi Terhadap Dewasa Obesitas Dan Non Obesitas," *Jurnal Ilmu Kesehatan* 12, no. 2 (2024): 144-49.

<sup>11</sup> Dwi Indah Iswanti, Fery Agusman Motuho Mendrofa, and Ovtalia Andriyani, "Aerobik Berpengaruh Terhadap Body Image Ibu Rumah Tangga Dengan Kelebihan Berat Badan," *Jurnal Ilmu Keperawatan Jiwa* 4, no. 3 (2021): 561-72.

<sup>12</sup> Fitri Nurrahmawati and Widati Fatmaningrum, "Hubungan Usia, Stres, Dan Asupan Zat Gizi Makro Dengan Kejadian Obesitas Abdominal Pada Ibu Rumah Tangga Di Kelurahan Sidotopo, Surabaya," *Amerta Nutrition* 2, no. 3 (2018): 254.

membuktikan berbagai macam manfaat aktivitas fisik namun masih banyak orang yang tidak melakukan aktivitas fisik.<sup>13</sup>

**Gambar 3.** Penyerahan sertifikat kepada pelaksana (Pemateri)



*Sumber: Dokumentasi Kegiatan, 2024*

Berbagai bentuk aktivitas yang mendukung pola hidup sehat pada karyawan PT.PIM tidak bisa terlepas dari peran keluarganya. Keluarga diharapkan mampu mengenal tanda dan gejala serta pencegahan penyakit yang mengenai anggota keluarga. Modifikasi lingkungan yang dapat diupayakan oleh keluarga dalam pencegahan perkembangan penyakit adalah pembiasaan dan saling mendukung perilaku hidup sehat di lingkungan rumah, seperti: pembiasaan cuci tangan sesuai anjuran, makan makanan dengan gizi berimbang, olahraga secara teratur, istirahat cukup, dan menjaga kebersihan lingkungan rumah serta saling mendukung untuk menggunakan pengobatan dan terapi jika terdapat anggota keluarga yang terkonfirmasi positif. Apabila keluarga menemukan adanya anggota keluarga yang mengalami tanda dan gejala penyakit tidak menular yang mungkin terjadi pada anggota keluarga diharapkan segera membawa anggota keluarga ke pusat pelayanan kesehatan untuk dilakukan pemeriksaan lebih lanjut.

Pada akhir pelaksanaan kegiatan, dilakukan kembali evaluasi terkait pemahaman peserta setelah dilakukan pemberian edukasi. Pada respon yang diberikan oleh pelaksana pengabdian, sebagian besar peserta bisa menjawab pertanyaan yang diajukan. Hal ini berarti edukasi yang diberikan dapat meningkatkan pemahaman peserta pengabdian.

#### **4. KESIMPULAN DAN REKOMENDASI**

Upaya pengendalian dan pengelolaan penyakit tidak menular yang terjadi tidak hanya menjadi tanggung jawab dari tenaga kesehatan saja. Namun keterlibatan keluarga memiliki peran yang sangat strategis. Penyakit tidak menular yang terjadi merupakan

<sup>13</sup> Dwi Ajeng Mayzarah et al., "Pengaruh Gaya Hidup Sehat Terhadap Produktivitas Pegawai Kantor Badan Pengelolaan Keuangan Daerah Luwu," *Window of Public Health Journal* 4, no. 3 (2023): 439–48.

perpaduan dari multiple agen penyebab dengan perjalanan penyakit yang kronis sehingga upaya preventif lebih diutamakan dibandingkan tindakan kuratif. Oleh karena itu, keluarga diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan terhadap pelayanan kesehatan yang komprehensif, meliputi pelayanan promotif dan preventif disamping pelayanan kuratif dan rehabilitatif dasar.

Secara mandiri, keluarga diharapkan dapat ikut mengatasi masalah kesehatan keluarganya. Secara spesifik diharapkan setelah melakukan refleksi, peserta dapat melakukan evaluasi diri terkait asupan makanan dan aktivitas fisik yang dilakukan, sehingga peserta bisa mempertahankan atau memperbaiki asupan makanan dan aktivitas fisiknya dalam hal melakukan upaya pengendalian dan pengelolaan penyakit tidak menular.

## ACKNOWLEDGMENTS

Tim Pengabdian Pada Masyarakat Fakultas Hukum Universitas Malikussaleh mengucapkan terima kasih kepada Kepala Sekolah, dewan guru dan semua siswa MTsN Nomor 4 yang terletak di Kecamatan Samudera Kabupaten Aceh Utara, yang telah mendukung dan memfasilitasi terlaksananya kegiatan sosialisasi ini sehingga dapat melaksanakan sebagian dari Tridarma Perguruan Tinggi dengan baik dan profesional.

## DAFTAR PUSTAKA

- Chayati, Nur, Marwanti, Desin Pambudi Sejahtera, Muhammad Ba'is Ats-tsaqib, and Rahmi Pratiwi Munarji. "Identifikasi Nilai Indeks Massa Tubuh, Lingkar Perut, Dan Konsumsi Buah Sayur Sebagai Faktor Risiko Penyakit Tidak Menular." *Media Karya Kesehatan* 6, no. 1 (2023): 130-41.
- Iswanti, Dwi Indah, Fery Agusman Motuho Mendrofa, and Ovtalia Andriyani. "Aerobik Berpengaruh Terhadap Body Image Ibu Rumah Tangga Dengan Kelebihan Berat Badan." *Jurnal Ilmu Keperawatan Jiwa* 4, no. 3 (2021): 561-72.
- Kementrian Kesehatan. *Buku Pedoman Manajemen Penyakit Tidak Menular*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI, 2019.
- Mayzarah, Dwi Ajeng, Rezky Aulia Yusuf, Andi Sani, Ella Andyanie, and Ikhrum Hardi. "Pengaruh Gaya Hidup Sehat Terhadap Produktivitas Pegawai Kantor Badan Pengelolaan Keuangan Daerah Luwu." *Window of Public Health Journal* 4, no. 3 (2023): 439-48.
- Nurrahmawati, Fitria, and Widati Fatmaningrum. "Hubungan Usia, Stres, Dan Asupan Zat Gizi Makro Dengan Kejadian Obesitas Abdominal Pada Ibu Rumah Tangga Di Kelurahan Sidotopo, Surabaya." *Amerta Nutrition* 2, no. 3 (2018): 254.
- Palilu, Hurles Imanuel, August Joutie Pandelaki, and Grace D. Kandou. "Gambaran Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Pada Pegawai Di Kantor Dinas Kesehatan Kota Manado." *Jurnal Kedokteran Komunitas Dan Tropik* 3, no. 2 (2015): 99-107.
- Perpres RI. Peraturan Presiden Republik Indonesia Nomor 7 Tahun 2019 tentang Penyakit Akibat Kerja (2019).
- Suryadinata, Rivan Virlando, and Amelia Lorensia. "Pengaruh Pola Konsumsi Terhadap Dewasa Obesitas Dan Non Obesitas." *Jurnal Ilmu Kesehatan* 12, no. 2 (2024): 144-49.
- Undang-Undang Republik Indonesia No.52 Tahun 2009 tentang Perkembangan Kependudukan dan Pembangunan Keluarga (n.d.).
- Wahyuni, Sylvia Dwi. "Tugas Kesehatan Keluarga Dalam Penanganan Kasus Kesehatan." *Jurnal Keperawatan Komunitas* 4, no. 1 (2019): 23-28.
- WHO. *Non Communicable Disease Prevention and Control: A Guidance Note for Investment Case*. World Health Organization, 2021.
- Wijayanti, Hasri Nimas. "Perkantoran Sebagai Pemicu Aktivitas Fisik Dan Kesehatan Manusia." Surabaya, 2017.