

Peningkatan Literasi Kesehatan Masyarakat melalui Edukasi Gizi dan Pemeriksaan Kesehatan di Desa Kayutanyo, Kabupaten Banggai

Enhancing Community Health Literacy through Nutritional Education and Health Screenings in Kayutanyo Village, Banggai Regency

Wijanto^{1*)}, Sri M. Hasan²⁾, Dg. Magemba,³⁾ Hana⁴⁾, Adhyanti⁵⁾,
^{1,2,3,4)}Program Studi DIII keperawatan Luwuk Poltekkes Kemenkes Palu
⁵⁾Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Palu

*Email korespondensi: wijigz@gmail.com
No Hp: +62 812 4147 419

DOI:

10.33860/jpmsh.v4i2.4128

Histori Artikel:

Diajukan:
Februari 2025

Diterima:
Februari 2025

Diterbitkan:
Februari 2025

ABSTRAK

Kayutanyo Village, East Luwuk District, Banggai Regency, is an area with high potential risk for Non-Communicable Diseases (NCDs) triggered by unhealthy consumption patterns and lifestyles, and exacerbated by the characteristics of NCDs which are asymptomatic and have minimal clinical symptoms, so that they are often not recognized by the community. This community service activity aims to improve public health literacy through nutrition education, early detection of nutritional status and blood sugar level checks. The implementation method consists of anthropometric examinations, blood sugar level checks, and health education delivered interactively to the community. The results of the examination showed that 44.9% of participants had blood sugar levels above normal limits, while 39.2% of participants were overweight or obese. These findings indicate the need for sustainable community-based interventions in promotive and preventive efforts against NCDs. The education provided was responded to positively by the community and increased understanding of the importance of a balanced diet and regular health checks. This activity is expected to be an initial model that can be replicated in other areas with similar characteristics.

Kata kunci: Literasi Kesehatan, Edukasi gizi, Pemeriksaan kesehatan

ABSTRACT

Kayutanyo Village, East Luwuk District, Banggai Regency, is an area with high potential risk for Non-Communicable Diseases (NCDs) triggered by unhealthy consumption patterns and lifestyles, and exacerbated by the characteristics of NCDs which are asymptomatic and have minimal clinical symptoms, so that they are often not recognized by the community. This community service activity aims to improve public health literacy through nutrition education, early detection of nutritional status and blood sugar level checks. The implementation method consists of anthropometric examinations, blood sugar level checks, and health education delivered interactively to the community. The results of the examination showed that 44.9% of participants had blood sugar levels above normal limits, while 39.2% of participants were overweight or obese. These findings indicate the need for sustainable community-based interventions in promotive and preventive efforts against NCDs. The education provided was responded to positively by the community and increased understanding of the importance of a balanced diet and regular health checks. This activity is expected to be an initial model that can be replicated in other areas with similar characteristics.

Keywords: Health Literacy, Nutrition Education, Health Check-ups

PENDAHULUAN

Penyakit Tidak Menular (PTM) seperti diabetes melitus, hipertensi, jantung dan obesitas kini menjadi tantangan utama dalam pembangunan kesehatan masyarakat, tidak terkecuali di wilayah pedesaan seperti Desa Kayutanyo, Kecamatan Luwuk Timur, Kabupaten Banggai. PTM semakin menjadi ancaman serius di seluruh dunia, termasuk di Indonesia (Misbah, et.al, 2018). Kementerian Kesehatan RI melaporkan prevalensi PTM terus meningkat dari tahun ke tahun, memberikan beban yang signifikan terhadap sistem kesehatan nasional (Latifah & Maryati, 2018). Berdasarkan data Riskesdas 2018, prevalensi hipertensi pada orang dewasa mencapai 34,1%, diabetes melitus sebesar 10,9%, dan obesitas sebesar 21,8%. (Badan Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan Republik Indonesia, 2018). Temuan ini menjadi indikasi awal bahwa masyarakat di Indonesia memiliki risiko tinggi terhadap PTM.

Kondisi ini tidak terlepas dari beberapa faktor yang memengaruhi status kesehatan masyarakat, antara lain rendahnya literasi gizi, kurangnya kesadaran akan pentingnya pemeriksaan kesehatan secara rutin, serta minimnya akses terhadap informasi kesehatan yang valid (Fitrah & Ma'rifat, 2022). Studi oleh WHO (2020) menunjukkan bahwa rendahnya tingkat literasi kesehatan berdampak signifikan terhadap keterlambatan deteksi dini penyakit kronis dan ketidakpatuhan terhadap anjuran kesehatan (WHO, 2020). Di daerah pedesaan, keterbatasan akses informasi dan tenaga kesehatan profesional menjadi penghambat utama dalam upaya promotif dan preventif (Kemenkes RI, 2023).

Selain itu, pola konsumsi masyarakat di wilayah perkotaan maupun pedesaan mulai bergeser ke arah pola makan yang tinggi kalori dan rendah serat, serta berkurangnya aktivitas fisik (Yunieswati et al., 2023). Hal ini berkontribusi terhadap meningkatnya angka obesitas dan hiperglikemia, yang merupakan faktor risiko utama PTM (Lancet Glob. Health, 2022). Oleh karena itu, diperlukan upaya komprehensif dan berbasis masyarakat untuk meningkatkan kesadaran dan literasi kesehatan

melalui kegiatan edukatif yang mudah dipahami dan aplikatif.

Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk:

1. Mendeteksi secara dini risiko PTM melalui pemeriksaan antropometri dan kadar gula darah masyarakat di Desa Kayutanyo;
2. Meningkatkan pemahaman masyarakat tentang pentingnya gizi seimbang dan perilaku hidup sehat melalui edukasi kesehatan yang interaktif;
3. Mendorong masyarakat agar lebih proaktif dalam melakukan pemeriksaan kesehatan secara rutin sebagai bagian dari pencegahan primer PTM.

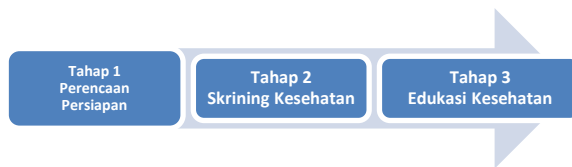
Diharapkan kegiatan ini dapat memberikan kontribusi nyata dalam membangun kesadaran kesehatan masyarakat desa dan menjadi contoh intervensi promotif yang dapat direplikasi di wilayah lain dengan kondisi serupa..

METODE

Desain kegiatan ini menggunakan pendekatan campuran antara screening kesehatan dan edukasi masyarakat. Kegiatan dilaksanakan di Desa Kayutanyo Kecamatan Luwuk Timur Kabupaten Banggai. Kegiatan dilaksanakan pada tanggal 25 April 2024 bertempat di balai desa Kayotanyo. Targat sasaran dari kegiatan ini adalah Masyarakat desa Kayitanyo berjumlah 60 orang.

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan melalui tiga tahapan utama, yaitu tahap perencanaan dan persiapan, tahap pelaksanaan pemeriksaan kesehatan (skrining), serta tahap edukasi kesehatan kepada masyarakat. Seluruh kegiatan dilakukan di Desa Kayutanyo, Kecamatan Luwuk Timur, Kabupaten Banggai. Pelaksana kegiatan ini adalah Tim pengabdian dari prodi DIII Keperawatan Luwuk terdiri dari para dosen dan tenaga kependidikan berjumlah 7 orang dan di bantu oleh 6 orang mahasiswa.

Tahapan dalam kegiatan ini dapat dilihat pada alur bagan berikut:



Gambar 1. Alur Kegiatan Pelaksanaan Pengabdian Masyarakat

1. Perencanaan dan Persiapan

Tahap perencanaan dilakukan dengan mengidentifikasi kebutuhan masyarakat berdasarkan hasil komunikasi awal dengan aparat desa dan tenaga kesehatan setempat. Tim pengabdian melakukan survei lapangan dan koordinasi awal untuk menentukan lokasi kegiatan serta menjalin kemitraan dengan pemerintah desa, Puskesmas, dan kader kesehatan.

Selanjutnya, tim menyusun perangkat kegiatan meliputi:

- Penyusunan instrumen pemeriksaan seperti formulir pencatatan hasil antropometri dan pemeriksaan kadar gula darah,
- Penyiapan alat dan bahan seperti timbangan digital, pengukur tinggi badan, alat ukur lingkar perut, glukometer, serta media edukasi (leaflet, poster, dan materi presentasi),
- Penentuan kriteria sasaran yaitu warga usia dewasa (>18 tahun) yang bersedia mengikuti kegiatan secara sukarela,
- Penyusunan jadwal kegiatan dan teknis pelaksanaan dengan berkoordinasi pada pemerintah desa dan puskesmas Hunduhon.

2. Pelaksanaan Skrining Kesehatan

Kegiatan skrining kesehatan dilaksanakan secara langsung di balai desa Kayutanyo dan mencakup beberapa pemeriksaan dasar, yakni:

- Pemeriksaan antropometri, meliputi pengukuran berat badan, tinggi badan, lingkar perut, serta perhitungan Indeks Massa Tubuh (IMT) untuk menentukan status gizi.
- Pemeriksaan kadar gula darah sewaktu, dilakukan dengan menggunakan alat glukometer. Pemeriksaan ini bertujuan untuk

mengidentifikasi risiko hiperglikemia sebagai indikasi awal kemungkinan diabetes melitus.

- Seluruh hasil pemeriksaan dicatat secara sistematis, dan peserta diberikan penjelasan awal terkait interpretasi hasil oleh tim pengabdian. Peserta dengan hasil pemeriksaan yang menunjukkan risiko tinggi kemudian diarahkan untuk melakukan pemeriksaan lanjutan di fasilitas kesehatan.

3. Edukasi Kesehatan

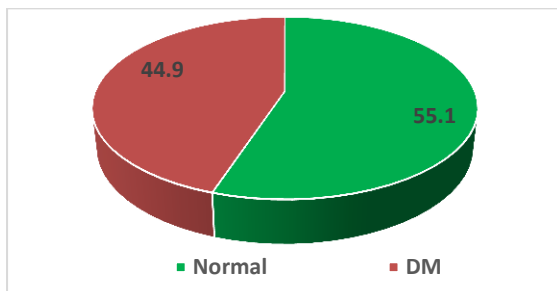
Setelah pelaksanaan pemeriksaan, kegiatan dilanjutkan dengan sesi edukasi kesehatan yang disampaikan secara komunikatif dan partisipatif. Materi edukasi difokuskan pada:

- Pemahaman dasar tentang Penyakit Tidak Menular (Diabetes melitus, hipertensi, obesitas),
- Pola makan sehat dan gizi seimbang (Prinsip “Isi Piringku”, pengurangan konsumsi gula, garam, dan lemak),
- Pentingnya aktivitas fisik rutin,
- Pentingnya deteksi dini dan pemeriksaan kesehatan secara berkala.

Penyampaian edukasi dilakukan dengan metode ceramah interaktif, diskusi kelompok, dan pembagian leaflet. Peserta juga diajak untuk menyampaikan pertanyaan dan berbagi pengalaman, sehingga kegiatan berjalan secara dua arah dan lebih bermakna. Materi edukasi disampaikan oleh Ir. Wijianto, M.Kes dan Djudid Suchan SKM, MPH.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian ini berhasil menjangkit sebanyak 60 orang peserta yang terdiri dari 14 (23,3%) laki-laki dan 46 (76,7%) perempuan dengan rentang usia 30-84 tahun. Masing masing peserta memiliki data yang dianalisis yaitu data antropometri dan data pemeriksaan kadar gula darah sewaktu. Adapun hasil pemeriksaan dapat dilihat pada gambar berikut :



Gambar 2 Hasil Pemeriksaan Gula darah darah

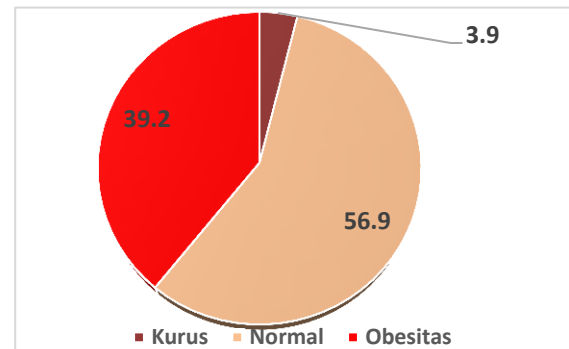
1. Pemeriksaan Gula Darah Sewaktu (GDS)

Pada gambar 2 menunjukkan distribusi peserta berdasarkan hasil pemeriksaan kesehatan (pengukuran kadar GDS). Sebanyak 44,9% dari peserta menunjukkan kadar gula darah melebihi batas normal (≥ 140 mg/dL), yang menunjukkan adanya risiko hiperglikemia. Hasil yang sama juga dilaporkan oleh Maisaroh & Rosdiana, (2020) jumlah kasus prediabetes dan diabetes lebih dari 60%. Sementara itu berbeda dengan screening yang dilakukan oleh (Barasa et al., 2023; Nelissa et al., 2024; Novita et al., 2023; W, 2023) yang melaporkan bahwa kadar gula darah yang lebih masih dibawah 30%. Terjadi perbedaan pada hasil yang dilaporkan dengan penelitian terdahulu dapat dikarenakan adanya perbedaan pada populasi maupun karakteristik dari subjek. Pada penelitian maisaroh dan Rosdinana (2020) populasi dan subjeknya adalah lansia, sedangkan pada penelitian oleh Vovita et.al (2023) dan Barasa et.al subjeknya adalah usia dewasa.

2. Pengukuran Status Gizi

Pengukuran berat badan dan tinggi badan yang dikonfersi menjadi Indeks Massa Tubuh (IMT). IMT (Indeks Masa Tubuh) adalah alat pemantau status gizi untuk orang dewasa, agar bisa melihat kelebihan ataupun kekurangan dari BB (berat badan) (Yohana et al., 2022). Pada pengukuran IMT (gambar 3) diketahui bahwa 39,2% peserta berada pada kategori overweight dan obesitas, 56.9% berstatus gizi normal dan 3.9% berstatus gizi kurus, hasil yang sama juga dilaporkan dari pelaksanaan screening oleh (Barasa et al., 2023; Fitrah, Ma'rifat IM, 2022; Nelissa et al., 2024; Simatupang et al., 2020; Yohana et al., 2022) yang menyatakan lebih dari 40% peserta memiliki IMT dengan kategori overweight. Hal ini menunjukkan masalah gizi lebih yang

berpotensi meningkatkan risiko penyakit tidak menular seperti hipertensi, dislipidemia, dan diabetes melitus.



Gambar 3. Status Gizi Peserta (Hasil IMT)

Kelebihan berat badan dan obesitas terbukti menjadi faktor risiko utama untuk berkembangnya PTM (Mustakim, SMK, 2023; Yunieswati et al., 2023). Berdasarkan penelitian oleh Kemenkes RI (2018), prevalensi obesitas sentral di Indonesia meningkat dari tahun ke tahun, dan lebih dari 30% populasi dewasa mengalami obesitas (Kemenkes RI, 2023). Temuan ini sejalan dengan hasil pengabdian di Desa Kayutanyo.

3. Edukasi Kesehatan

Edukasi kesehatan dilaksanakan Setelah skreaning kesehatan. Edukasi kesehatan disampaikan secara komunikatif dan partisipatif. Materi yang disampaikan antara lain pemahaman tentang penyakit DM, Hipertensi dan Obesitas, pola hidup sehat dan gizi seimbang serta pentingnya deteksi dini dan pemeriksaan kesehatan secara berkala.



Gambar 4. Penyampaian Edukasi Kesehatan

Peserta menunjukkan antusiasme tinggi dalam mengikuti sesi edukasi. Diskusi interaktif terjadi antara peserta dan tim pemateri. Dari hasil evaluasi lisan, mayoritas

peserta menyatakan memperoleh informasi baru terkait pengendalian gula darah, pentingnya aktivitas fisik, serta penerapan pola makan sehat.

SIMPULAN

Kegiatan pengabdian masyarakat yang dilakukan di Desa Kayutanyo, Kecamatan Luwuk Timur, Kabupaten Banggai menunjukkan bahwa masih tingginya proporsi masyarakat yang memiliki faktor risiko penyakit tidak menular, khususnya diabetes melitus dan obesitas. Hasil pemeriksaan menunjukkan bahwa 44,9% peserta memiliki kadar gula darah melebihi batas normal, serta 39,2% berada dalam kategori overweight atau obesitas. Hal ini mengindikasikan perlunya upaya promotif dan preventif yang lebih intensif di masyarakat.

Pemberian edukasi kesehatan terbukti mendapat respon positif dari masyarakat dan berpotensi meningkatkan literasi kesehatan, terutama terkait pengendalian faktor risiko melalui pola makan sehat dan peningkatan aktivitas fisik. Kombinasi antara deteksi dini dan edukasi kesehatan menjadi strategi yang efektif untuk meningkatkan kesadaran masyarakat terhadap pentingnya pencegahan penyakit tidak menular.

Intervensi edukatif yang berkesinambungan perlu dirancang ke depan sebagai upaya memperkuat literasi kesehatan dan pencegahan PTM secara berkelanjutan.

DAFTAR PUSTAKA

- Badan Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan Republik Indonesia. (2018). Laporan Riskesdas 2018 Nasional.pdf. In *Lembaga Penerbit Balitbangkes* (p. hal 156).
- Barasa, N. R. T., Silitonga, H. T. H., Wijaya, E. D., Husna, H. N., Prayogo, B. R., Salvita, I. X., Rahmawati, L., Wartiningsih, M., Juliasih, N. D., & Isnaini, I. (2023). Pemeriksaan Status Gizi dan Edukasi Pencegahan Diabetes Melitus terhadap Lansia di Wilayah Putukrejo, Desa Peniwen, Kabupaten Malang. *Jurnal Abdimas Kesehatan* (JAK), 5(3), 558.
<https://doi.org/10.36565/jak.v5i3.581>
- Fitrah, Ma'rifat IM, D. A. (2022). *Edukasi Gizi berbasis Teknologi, dalam Penanggulangan DM pada Prolanis.pdf*.
- Kemendes RI. (2023). Hasil Survei Status Gizi Indonesia. *Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2024*(Ssgi 2024), 77–77.
- Lancet Glob. Health. (2022). *Articles The state of health in Indonesia 's provinces , 1990 – 2019 : a systematic analysis for the Global Burden of Disease Study 2019. 10*(November).
- Latifah, I., & Maryati, H. (2018). Analisis Pelaksanaan Program Pengelolaan Penyakit Kronis (Prolanis) Bpjs Kesehatan Pada Pasien Hipertensi Di Uptd Puskesmas Tegal Gundil Kota Bogor. *Hearty*, 6(2).
<https://doi.org/10.32832/hearty.v6i2.1277>
- Maisaroh, L., & Rosdiana, W. (2020). *Implementasi Program Pengelolaan Penyakit Kronis (Prolanis) Di Puskesmas Pangarengan Kabupaten Sampang Madura*. 1–8.
- Misbah, Sitti Rachmi, Rusna, S. P. (2018). *Aplikasi e-PTM Sebagai Media Screening Faktor Resikon Penyakit Tidak Menular pada Remaja*. 12(4), 336–347.
- Mustakim, SMK, M. (2023). Buku Ajar Gizi Dan Penyakit. *Repository UMJ*, 97–111.
- Nelissa, D., Junaedi, M. P., & Nur'Amaliyah, M. (2024). Skrining Status Gizi dan Penyakit Diabetes Melitus pada Lansia. *Jurnal Bhakti Masyarakat FPST*, 2(1), 12–15.
- Novita, W., Guspianto., & Maharani, A. (2023). Upaya Pencegahan dan Pengendalian Diabetes Melitus di Puskesmas Tahyul Yaman. *Jurnal Salam Sehat Masyarakat (JSSM)*, 5(1), 55–62.
- Simatupang, R., Mizwar Tarihoran, D., Kristina Hutagalaung, D., Silaban, N., & Cindy. (2020). Edukasi Gizi Bagi Penderita Diabetes Melitus. *TRIDARMA: Pengabdian Kepada Masyarakat (PkM)*,

3(2), 245–253.

W, U. K. & S. (2023). *Penyuluhan Gizi Untuk Pengendalian Diabetes Melitus Dan Hipertensi.pdf*.

WHO. (2020). Non-communicable diseases. In *Public Health: An action guide to improving health*.
<https://doi.org/10.1093/acprof:oso/9780199238934.003.15>

Yohana, Y., Meiyanti, M., Kartadinata, E., & Margo, E. (2022). Pengukuran Status Gizi dan Pengobatan Penyakit Metabolik Warga Kelurahan Angke, Jakarta Barat. *Jurnal ABDINUS : Jurnal Pengabdian Nusantara*, 6(2), 305–311.
<https://doi.org/10.29407/ja.v6i2.16080>

Yunieswati, W., Yulianingsih, I., & Gery, M. I. (2023). Edukasi Gizi Seimbang Lansia dan Pemeriksaan Kesehatan pada Lansia Komunitas Olahraga Woodball. *PengabdianMu: Jurnal Ilmiah Pengabdian Kepada Masyarakat*, 8(1), 96–102.
<https://doi.org/10.33084/pengabdianmu.v8i1.4193>