

IMPLEMENTASI ASUHAN KEBIDANAN REMAJA DALAM PENYULUHAN PENYAKIT TIDAK MENULAR DI MTSN 03 KOTA PEKANBARU TAHUN 2025”

Desi Nindya Kirana¹, Delvita Eka Sari², Dewi Sartika³, Azra Ananta⁴, Dinda Aulia Putri⁵,
Dila Safitri⁶

desinindyakirana@gmail.com¹, ekadlvt@gmail.com², dewiharahap2003@gmail.com³,
azrananta@gmail.com⁴, dindaaulia0306@gmail.com⁵, dilasafitri581@gmail.com⁶

Institut Kesehatan Payung Negri Pekanbaru

ABSTRAK

Penyakit Tidak Menular (PTM) merupakan salah satu permasalahan kesehatan yang prevalensinya terus meningkat, termasuk pada kelompok usia remaja. Pola hidup tidak sehat yang mulai terbentuk sejak remaja, seperti konsumsi makanan tidak seimbang, kurangnya aktivitas fisik, dan perilaku sedentari, berkontribusi terhadap meningkatnya faktor risiko PTM. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran remaja mengenai Penyakit Tidak Menular serta upaya pencegahan dan penanganannya melalui asuhan kebidanan dan edukasi kesehatan. Metode yang digunakan meliputi penyuluhan kesehatan, pemeriksaan kesehatan sederhana, serta konseling individu kepada seluruh murid MTSN 3 Kota Pekanbaru. Salah satu hasil anamnesis pada kegiatan ini ditemukan remaja usia 14 tahun dengan indeks massa tubuh (IMT) 30,9 kg/m² (obesitas) disertai keluhan sering sesak dan nyeri haid (dismenore). Materi edukasi mencakup pengertian PTM, jenis-jenis PTM pada remaja, faktor risiko, dampak, serta upaya pencegahan dan pengendalian secara dini. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pemahaman remaja terhadap PTM, meningkatnya kesadaran akan pentingnya pola hidup sehat, serta komitmen untuk menerapkan perilaku hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari. Kegiatan ini menunjukkan bahwa asuhan kebidanan berbasis edukasi kesehatan di lingkungan sekolah efektif sebagai upaya promotif dan preventif dalam pencegahan PTM pada remaja.

Kata Kunci: Pengabdian Masyarakat, Remaja, Penyakit Tidak Menular, Asuhan Kebidanan, Edukasi Kesehatan.

ABSTRACT

Non-Communicable Diseases (NCDs are a major public health problem with an increasing prevalence, including among adolescents. Unhealthy lifestyle behaviors developed during adolescence, such as unbalanced diets, lack of physical activity, and sedentary behavior, contribute significantly to NCD risk factors. This community service activity aimed to improve adolescents' knowledge and awareness of Non-Communicable Diseases and their prevention through midwifery care and health education. The methods included health education sessions, basic health screening, and individual counseling for all students of MTSN 3 Pekanbaru City. One anamnesis result identified a 14-year-old adolescent with a body mass index (BMI) of 30.9 kg/m² (obesity), accompanied by complaints of shortness of breath and dysmenorrhea. The educational materials covered the definition of NCDs, types of NCDs among adolescents, risk factors, impacts, and early prevention and control strategies. The results showed improved adolescents' understanding of NCDs, increased awareness of healthy lifestyle importance, and commitment to adopting healthy behaviors. This activity demonstrates that school-based midwifery care combined with health education is effective as a promotive and preventive strategy for preventing NCDs among adolescents.

Keywords: Community Service, Adolescents, Non-Communicable Diseases, Midwifery Care, Health Education.

PENDAHULUAN

Penyakit Tidak Menular (PTM) merupakan penyakit kronis yang tidak menular dari satu individu ke individu lainnya dan umumnya berkaitan dengan gaya hidup tidak sehat. Dalam beberapa tahun terakhir, PTM menunjukkan peningkatan yang signifikan, tidak hanya pada usia dewasa tetapi juga pada kelompok remaja. Pola makan tidak seimbang, kurangnya aktivitas fisik, perilaku sedentari, serta kebiasaan tidur yang tidak teratur menjadi faktor utama meningkatnya risiko PTM pada remaja.

Masa remaja merupakan periode penting dalam pembentukan perilaku kesehatan. Kebiasaan hidup yang terbentuk pada masa ini akan berdampak terhadap status kesehatan di masa dewasa. Hasil kegiatan pengabdian masyarakat di MTSN 3 Kota Pekanbaru ditemukan remaja usia 14 tahun dengan indeks massa tubuh (IMT) 30,9 kg/m² yang tergolong obesitas, disertai keluhan sering sesak dan nyeri haid (dismenore). Temuan ini menunjukkan bahwa faktor risiko PTM telah muncul sejak usia sekolah dan memerlukan upaya pencegahan sejak dini.

Peran bidan sebagai tenaga kesehatan sangat penting dalam upaya promotif dan preventif melalui asuhan kebidanan dan edukasi kesehatan. Oleh karena itu, kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan melalui penyuluhan kesehatan, pemeriksaan kesehatan sederhana, serta konseling individu kepada murid MTSN 3 Kota Pekanbaru dengan materi Penyakit Tidak Menular dan penanganannya. Kegiatan ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan dan kesadaran remaja untuk menerapkan pola hidup sehat sebagai upaya pencegahan PTM sejak dini.

Penyakit Tidak Menular (PTM) merupakan penyakit kronis yang tidak disebabkan oleh agen infeksi dan tidak menular dari satu individu ke individu lainnya. PTM berkembang secara perlahan dan berkaitan erat dengan faktor perilaku, lingkungan, serta gaya hidup tidak sehat. World Health Organization (WHO) menyatakan bahwa PTM muncul akibat kombinasi faktor genetik, fisiologis, lingkungan, dan perilaku, seperti pola makan tidak seimbang, kurang aktivitas fisik, dan kebiasaan merokok (WHO, 2023).

Pada kelompok remaja, PTM mulai banyak ditemukan dalam bentuk obesitas, hipertensi, diabetes melitus tipe 2, dan gangguan metabolik. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia melaporkan bahwa peningkatan prevalensi obesitas pada remaja berkaitan dengan tingginya konsumsi makanan cepat saji, minuman manis, serta rendahnya aktivitas fisik (Kemenkes RI, 2023). Obesitas pada remaja merupakan faktor risiko utama terjadinya PTM di usia dewasa dan dapat disertai keluhan kesehatan seperti mudah lelah, sesak napas, serta gangguan menstruasi.

Masa remaja merupakan periode penting dalam pembentukan perilaku kesehatan. Kebiasaan hidup yang terbentuk pada masa ini cenderung berlanjut hingga dewasa dan berpengaruh terhadap kualitas kesehatan jangka panjang (Azzopardi et al., 2022). Oleh karena itu, upaya pencegahan PTM perlu dilakukan sejak dini melalui pendekatan promotif dan preventif.

Asuhan kebidanan memiliki peran strategis dalam pencegahan PTM pada remaja, terutama melalui edukasi kesehatan, konseling, dan deteksi dini faktor risiko. Pelaksanaan penyuluhan kesehatan di lingkungan sekolah terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan kesadaran remaja mengenai pentingnya pola hidup sehat (Romdzati et al., 2023). Dengan demikian, kegiatan pengabdian masyarakat berbasis asuhan kebidanan diharapkan dapat berkontribusi dalam menurunkan risiko PTM pada remaja.

METODE PENELITIAN

Kegiatan ini merupakan pengabdian kepada masyarakat dengan pendekatan deskriptif yang dilaksanakan di MTSN 3 Kota Pekanbaru pada Oktober 2025 dengan sasaran seluruh

murid sekolah. Kegiatan dilakukan melalui asuhan kebidanan berbasis edukasi Kesehatan.

Metode pelaksanaan meliputi penyuluhan kesehatan, pemeriksaan kesehatan sederhana, dan konseling individu. Penyuluhan dilakukan dengan metode ceramah dan tanya jawab menggunakan media presentasi dan leaflet yang membahas Penyakit Tidak Menular (PTM) pada remaja, faktor risiko, dampak, serta upaya pencegahan. Pemeriksaan kesehatan meliputi pengukuran tinggi badan, berat badan, perhitungan indeks massa tubuh (IMT), pengukuran tekanan darah, serta pemeriksaan gula darah sewaktu pada peserta tertentu.

Pengumpulan data dilakukan melalui anamnesis, pemeriksaan fisik, dan observasi. Data dianalisis secara deskriptif untuk menggambarkan kondisi kesehatan remaja dan respons terhadap edukasi yang diberikan. Evaluasi kegiatan dilakukan berdasarkan partisipasi peserta dan pemahaman materi. Seluruh kegiatan dilaksanakan dengan persetujuan pihak sekolah dan memperhatikan prinsip etika pelayanan kesehatan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

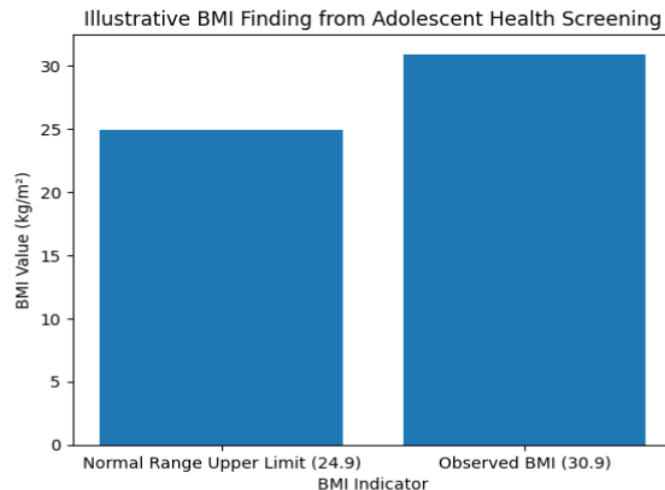


Gambar 1. Penyuluhan di MTSN 3 Kota Pekanbaru oleh Kelompok 2 Profesi Bidan

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang dilaksanakan di MTSN 3 Kota Pekanbaru berjalan dengan baik dan mendapat respons positif dari para remaja. Seluruh murid mengikuti kegiatan penyuluhan kesehatan mengenai Penyakit Tidak Menular (PTM) yang disertai pemeriksaan kesehatan sederhana dan konseling individu.

Hasil anamnesis dan pemeriksaan kesehatan menunjukkan adanya remaja dengan faktor risiko PTM. Salah satu temuan penting adalah remaja usia 14 tahun dengan indeks massa tubuh (IMT) $30,9 \text{ kg/m}^2$ yang tergolong obesitas, disertai keluhan sering sesak dan nyeri haid (dismenore). Hasil pemeriksaan tekanan darah dan gula darah sewaktu masih dalam batas normal, namun kondisi obesitas menunjukkan adanya risiko PTM yang perlu ditangani sejak dini.

Setelah diberikan edukasi kesehatan dan konseling, sebagian besar remaja mampu menjelaskan kembali pengertian PTM, faktor risiko, serta upaya pencegahan yang dapat dilakukan. Remaja juga menunjukkan kesadaran dan komitmen untuk mulai menerapkan pola hidup sehat, seperti mengurangi konsumsi makanan cepat saji, meningkatkan aktivitas fisik, dan menjaga pola istirahat.



Gambar 2. Ilustrasi hasil pemeriksaan indeks massa tubuh (IMT) remaja (Gambar menunjukkan perbandingan antara batas atas IMT normal dan IMT remaja yang tergolong obesitas).

Hasil kegiatan menunjukkan bahwa faktor risiko Penyakit Tidak Menular telah muncul sejak usia remaja, khususnya obesitas. Kondisi ini sejalan dengan laporan Kementerian Kesehatan Republik Indonesia yang menyatakan bahwa prevalensi obesitas pada remaja terus mengalami peningkatan akibat pola makan tidak seimbang dan rendahnya aktivitas fisik. Obesitas pada remaja merupakan faktor risiko utama terjadinya PTM seperti diabetes melitus tipe 2, hipertensi, dan penyakit kardiovaskular di masa dewasa.

Keluhan sesak napas dan dismenore yang dialami remaja dalam kegiatan ini dapat diperberat oleh kondisi obesitas. Penumpukan lemak tubuh dapat memengaruhi kapasitas paru dan keseimbangan hormon, sehingga berdampak pada kesehatan fisik dan kenyamanan remaja dalam aktivitas sehari-hari. Oleh karena itu, deteksi dini faktor risiko PTM pada remaja menjadi sangat penting.

Pemberian edukasi kesehatan melalui asuhan kebidanan terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan kesadaran remaja mengenai PTM. Remaja yang sebelumnya belum memahami bahwa obesitas termasuk penyakit tidak menular, menjadi lebih sadar akan pentingnya perubahan perilaku hidup sehat. Hal ini sejalan dengan berbagai penelitian yang menyatakan bahwa edukasi kesehatan berbasis sekolah merupakan strategi promotif dan preventif yang efektif dalam mencegah PTM sejak usia dini.

Obesitas pada remaja merupakan faktor risiko utama terjadinya PTM seperti diabetes melitus tipe 2, hipertensi, dan penyakit kardiovaskular di usia dewasa. Penelitian Azzopardi et al. (2022) menyatakan bahwa perilaku hidup tidak sehat yang terbentuk pada masa remaja berkontribusi signifikan terhadap peningkatan risiko PTM di kemudian hari. Selain itu, obesitas juga dapat menimbulkan keluhan fisik seperti sesak napas dan gangguan hormonal yang dapat memengaruhi siklus menstruasi, termasuk terjadinya dismenore (Soeroso et al., 2024).

Pemberian edukasi kesehatan melalui asuhan kebidanan dalam kegiatan ini terbukti meningkatkan pengetahuan dan kesadaran remaja mengenai PTM. Hal ini ditunjukkan dengan kemampuan remaja dalam menjelaskan kembali materi yang diberikan serta adanya komitmen untuk menerapkan pola hidup sehat. Temuan ini sejalan dengan penelitian Romdzati et al. (2023) yang menyatakan bahwa edukasi kesehatan berbasis sekolah efektif meningkatkan pengetahuan dan kesadaran remaja dalam pencegahan PTM.

Peran bidan dalam kegiatan promotif dan preventif sangat penting, terutama dalam mendukung deteksi dini faktor risiko PTM pada remaja. WHO (2023) menekankan bahwa

intervensi kesehatan sejak usia remaja merupakan strategi kunci dalam menurunkan beban PTM secara global. Oleh karena itu, asuhan kebidanan berbasis edukasi kesehatan di lingkungan sekolah dapat menjadi pendekatan yang efektif dan berkelanjutan dalam pencegahan PTM pada remaja.

Dengan demikian, kegiatan pengabdian masyarakat ini menunjukkan bahwa peran bidan dalam edukasi kesehatan remaja sangat penting, terutama dalam upaya pencegahan Penyakit Tidak Menular melalui pendekatan promotif dan preventif di lingkungan sekolah.

KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat melalui asuhan kebidanan dan edukasi kesehatan di MTSN 3 Kota Pekanbaru menunjukkan bahwa faktor risiko Penyakit Tidak Menular (PTM) telah muncul sejak usia remaja, khususnya obesitas. Hasil anamnesis dan pemeriksaan kesehatan sederhana menemukan remaja dengan indeks massa tubuh (IMT) dalam kategori obesitas disertai keluhan kesehatan. Pemberian edukasi kesehatan terbukti meningkatkan pengetahuan dan kesadaran remaja mengenai PTM, faktor risiko, serta pentingnya penerapan pola hidup sehat. Kegiatan ini menunjukkan bahwa edukasi kesehatan berbasis sekolah dengan pendekatan asuhan kebidanan efektif sebagai upaya promotif dan preventif dalam pencegahan PTM pada remaja.

Saran

1. Bagi Profesi

Diharapkan dalam penatalaksanaan asuhan kebidanan pada remaja hendaknya bidan dapat tanggap dalam melakukan tatalaksana asuhan sehingga remaja dapat mengetahui cara untuk mengatasi masalah yang terjadi pada remaja.

2. Bagi Institusi pendidikan

Diharapkan bagi institusi pendidikan lebih meningkatkan atau menambah reverensi, sehingga dapat membantu penulis atau mahasiswa yang akan mengambil kasus yang sama.

3. Bagi puskesmas

Agar terus meningkatkan mutu pelayanan yang lebih baik lagi sehingga dapat memberikan dan menyelenggarakan pelatihan mengenai tatalaksana kasus penyakit tidak menular pada remaja

DAFTAR PUSTAKA

- Azzopardi, P. S., Hearps, S. J. C., Francis, K. L., Kennedy, E. C., Mokdad, A. H., Kassebaum, N. J., Lim, S., Irvine, C. M. S., Vos, T., & Patton, G. C. (2022). Progress in adolescent health and wellbeing: Tracking 12 headline indicators for 195 countries and territories, 1990–2019. *The Lancet*, 398(10316), 237–254.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2014). *Pedoman gizi seimbang*. Jakarta: Kemenkes RI.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2017). *Isi piringku untuk remaja*. Direktorat Gizi Masyarakat.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). *Profil kesehatan Indonesia tahun 2023*. Jakarta: Kemenkes RI.
- Romdzati, A., Nugroho, H. S. W., & Suryani, D. (2023). Pemberdayaan remaja dalam pencegahan penyakit tidak menular melalui edukasi kesehatan berbasis sekolah. *Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 4(2), 85–92.
- Soeroso, A., Rahmawati, D., & Putri, N. R. (2024). Hubungan faktor risiko penyakit tidak menular dengan kesejahteraan fisik dan mental remaja. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 19(1), 45–53.
- UNICEF Indonesia. (2022). *Nutrition for adolescents*. Jakarta: UNICEF Indonesia.
- World Health Organization. (2021). *Healthy diet: Fact sheet*. Geneva: WHO.
- World Health Organization. (2023). *Noncommunicable diseases*. Geneva: WHO.