

Upaya Pencegahan Penyakit Tidak Menular Melalui Pelaksanaan Posbindu di Institusi Pendidikan

Preventing Non-Communicable Diseases Through The Implementation of Posbindu in Education Institutions

Ngatoiatsu Rohmani*, Retno Sumiyarini, Dian Puspitasari

Fakultas Kesehatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

*Email: ngatoiatsu@kkumail.com

(Diterima 10-08-2026; Disetujui 23-09-2026)

ABSTRAK

Penyakit Tidak Menular (PTM) menjadi salah satu penyebab utama terjadinya kematian di dunia maupun di Indonesia. Tingginya angka kejadian PTM berhubungan dengan kurangnya aktivitas fisik, pola hidup, obesitas, kurangnya konsumsi buah dan sayur serta stres yang sangat beresiko pada usia produktif. Salah satu upaya pemerintah dalam menangani permasalahan kesehatan tersebut melalui pembentukan Posbindu PTM di masyarakat dengan bersumberdaya masyarakat. Namun upaya tersebut perlu dukungan dari berbagai pihak termasuk institusi pendidikan guna meningkatkan cakupan pelayanan kesehatan. Fakultas Kesehatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta (Fkes Unjaya) sebagai salah satu institusi pendidikan di bidang kesehatan memiliki potensi yang besar sebagai pelaksana pencegahan PTM di masyarakat khususnya di lingkungan sekitarnya. Pelaksanaan Posbindu dilakukan melalui beberapa tahapan yang dimulai dengan penugasan tim pelaksana, sosialisasi kegiatan dan pemeriksaan kesehatan bagi sivitas akademika dan pendukungnya. Kegiatan dilaksanakan pada bulan Februari - Juli 2024 yang diikuti oleh pegawai dosen, non dosen dan mahasiswa tingkat akhir. Kegiatan ini diharapkan dapat meningkatkan kesadaran masyarakat dalam upaya mencegah terjadinya PTM. Kegiatan posbindu dapat menjadi program yang berkelanjutan sebagai wujud partisipasi dalam upaya menciptakan masyarakat Indonesia sehat.

Kata kunci: pencegahan penyakit; penyakit tidak menular; posbindu; skrining kesehatan

ABSTRACT

Non-communicable diseases (NCDs) are one of the leading causes of death in the world and Indonesia. The high incidence of NCDs is related to a lack of physical activity, lifestyle, obesity, lack of fruit and vegetable consumption, and stress, which is very risky in a productive age. One of the government's efforts to deal with these health problems is establishing Posbindu PTM in the community using community resources. However, these efforts need support from various parties, including educational institutions, to increase health service coverage. As an educational institution in the community, the Faculty of Health, Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta (Fkes Unjaya), has excellent potential to implement NCD prevention in the community, especially in the surrounding environment. The implementation of Posbindu is carried out through several stages, starting with the assignment of the implementing team, socialization of activities, and health checks for the academic community and their supporters. The activity was held in February - July 2024 and attended by lecturers, non-lecturers, and final-year students. It is hoped that this activity can increase public awareness in efforts to prevent the occurrence of NCDs. Posbindu activities can become a sustainable program as a form of participation in efforts to create a healthy Indonesian society.

Keywords: disease prevention; non-communicable diseases; posbindu; health screening

PENDAHULUAN

Penyakit Tidak Menular (PTM) menjadi masalah kesehatan masyarakat yang dapat menimbulkan kesakitan, kecacatan bahkan kematian yang tinggi, yang juga menimbulkan beban pembiayaan kesehatan. Masalah penyakit tidak menular tersebut telah menjadi target global dalam SDGs (*Sustainable Development Goals*), sehingga pada tahun 2030 diharapkan angka kematian dini akibat penyakit tidak menular di Indonesia berkurang hingga sepertiga dari angka kematian (Badan Pusat Statistik, 2023).

Salah satu wilayah Indonesia yang memiliki prevalensi PTM tertinggi ialah wilayah propinsi Yogyakarta (DIY). Prevalensi kasus Diabetes Melitus (DM) dan hipertensi di Yogyakarta jauh diatas

skala nasional (Kementerian Kesehatan RI, 2019). Data kesehatan propinsi DIY pada tahun 2021 menunjukkan bahwa estimasi penderita hipertensi berusia ≥ 15 tahun 251.100 kasus. Namun, baru 51.5% kasus yang telah mendapatkan pelayanan kesehatan (129.420 kasus). Sedangkan kasus DM pada tahun 2021 tercatat 83.568 kasus dan yang mendapatkan pelayanan kesehatan sesuai standar sebanyak 50.530 kasus (60.5%) (Dinas Kesehatan DIY, 2022).

Upaya pencegahan telah dilakukan oleh pemerintah DIY melalui kegiatan deteksi dini PTM pada usia produktif (15 – 59 tahun), dan pelayanan Posbindu PTM. Pada tahun 2022, telah terdapat 250 Posbindu yang tersebar di wilayah kota DIY. Meskipun demikian, berdasarkan Surveilans Terpadu Penyakit (STP) Puskesmas dan RS Tahun 2021, hipertensi masih menjadi 10 besar penyakit di wilayah DIY. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kegiatan Posbindu PTM umumnya belum dilaksanakan secara rutin dan komprehensif (Rahadjeng & Nurhotimah, 2020; Susilawati et al., 2021). Oleh karena itu, Dinas Kesehatan DIY berupaya untuk melakukan perluasan kegiatan Posbindu di semua tatanan masyarakat tidak terkecuali di institusi pendidikan ataupun tempat kerja. Adanya himbauan/ kebijakan implementasi posbindu di institusi pendidikan tentunya sejalan dengan visi Fakultas Kesehatan Unjaya. Hal ini didukung dengan keunggulan - keunggulan program studi yang mengedepankan kepada Pelayanan Kesehatan Primer, Pelayanan Komplementer, dan Promosi Kesehatan.

Jumlah mahasiswa di Fkes Unjaya saat ini berada pada rentang 1900 - 2000 mahasiswa. Sedangkan jumlah pegawai baik dosen, tenaga kependidikan, dan tenaga pendukung lainnya sejumlah 388 pegawai. Mayoritas usia mahasiswa dan pegawai di lingkungan Fkes Unjaya berada pada rentang 18 – 40 tahun, namun ada juga yang berusia lebih dari 50 tahun. Kelompok usia tersebut beresiko mengalami PTM. Bahkan, terdapat beberapa dosen yang mengalami penyakit DM dan rutin mengkonsumsi obat dan kontrol. Kebijakan terkait pelaksanaan kegiatan olahraga di lingkungan Unjaya telah di berlakukan melalui SE Rektor. Namun demikian, kegiatan tersebut belum berjalan dengan baik. Pelaksanaan olahraga hanya diikuti oleh beberapa pegawai dengan alasan kesibukan dosen ataupun tendik pada saat itu. Kurangnya aktifitas fisik dan pola makan yang tidak teratur pada pegawai dan mahasiswa berdampak pada peningkatan berat badan yang cenderung mengarah ke obesitas. Hal ini tentunya meningkatkan resiko terjadinya hipertensi dan penyakit lainnya. Untuk itu perlu adanya pelaksanaan Posbindu PTM bagi pegawai dan mahasiswa melalui kegiatan skrining kesehatan, edukasi dan konseling sebagai bentuk upaya pencegahan PTM.

BAHAN DAN METODE

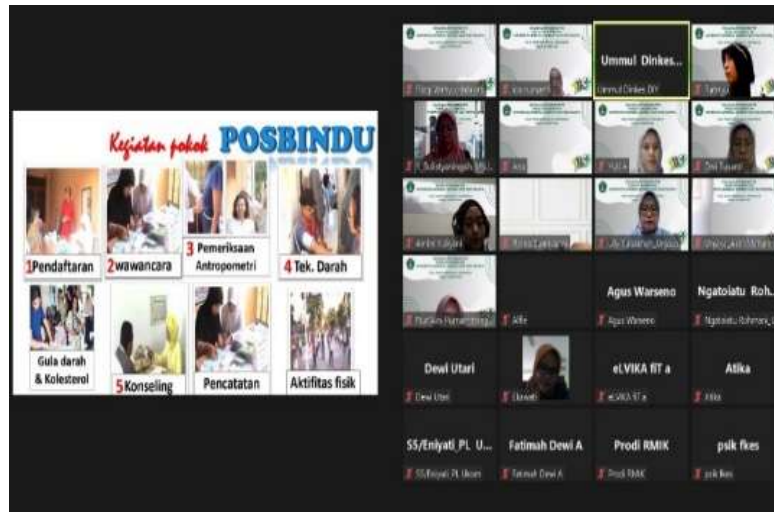
Metode pelaksanaan kegiatan ini dibagi dalam tiga tahap sebagai berikut:

1. Tahap persiapan dimulai dengan berkordinasi dengan Dinas Kesehatan DIY dalam pengarahan terkait Posbindu PTM. Selanjutnya membentuk Tim Pelaksana Posbindu PTM Fkes Unjaya dengan melibatkan dosen, tendik dan juga mahasiswa. Persiapan juga dilakukan untuk mempersiapkan lokasi kegiatan, bahan dan peralatan yang akan digunakan dalam pelaksanaan Posbindu.
2. Pelaksanaan kegiatan dilakukan dengan beberapa tahap sosialisasi Posbindu PTM oleh Dinas Kesehatan DIY dan pelaksanaan skrining kesehatan bagi sivitas akademika dan pendukungnya.
3. Tahap evaluasi dilakukan dengan melakukan analisa hasil pemeriksaan untuk mendapatkan data terkait risiko PTM di lingkungan Fkes Unjaya. Data digunakan sebagai bahan evaluasi dan tindak lanjut akan masalah kesehatan yang terjadi pada sivitas akademika di lingkungan Fkes Unjaya

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan kegiatan dilakukan secara berkelanjutan yang dimulai dengan kegiatan sosialisasi Posbindu yang bertujuan untuk memberikan informasi terkait dasar, tujuan dan manfaat kegiatan Posbindu kepada sivitas akademika di Fkes Unjaya. Pelaksanaan sosialisasi dilakukan secara daring pada Hari Kamis, 14 Maret 2024 pukul 09.00 WIB melalui *platform zoom*. Sosialisasi memiliki peranan penting agar pelaksanaan kegiatan dapat mencapai cakupan yang diharapkan (Sicilia et al., 2018). Melalui sosialisasi dapat memberikan informasi dan pemahaman kepada sasaran akan

pentingnya kegiatan tersebut (Kusniati et al., 2024).



Gambar 1. Kegiatan Sosialisasi Posbindu PTM

Selanjutnya kegiatan skrining kesehatan bagi dosen, tenaga kependidikan dan mahasiswa dilaksanakan di laboratorium *Primary Health Care* Fkes Unjaya secara bertahap sesuai jadwal sebagai berikut:

1. Sesi 1 : Jumat, 22 Maret 2024 pukul 08.00 s.d 10.00
2. Sesi 2 : Jumat, 26 April 2024 pukul 08.00 s.d 10.00
3. Sesi 3 : Rabu, 22 Mei 2024 pukul 08.00 s.d 10.00

Peserta posbindu PTM Fkes Unjaya mayoritas berjenis kelamin perempuan (74.4%) dengan rentang usia 20 – 59 tahun. Peserta berjumlah 176 orang yang terdiri atas mahasiswa, petugas kebersihan/ kendaraan/ keamanan, tenaga kependidikan dan juga dosen. Tingkat pendidikan peserta bervariasi dari mulai sekolah dasar hingga pendidikan magister. Adapun karakteristik demografi peserta Posbindu dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 1. Karakteristik Demografi Peserta Posbindu

Karakteristik	N	%
Jenis Kelamin		
1. Perempuan	131	74.4
2. Laki – laki	45	25.8
Total	176	100.0
Usia		
1. Remaja (13 – 19 tahun)	0	0.0
2. Dewasa Muda (20 – 29 tahun)	90	51.1
3. Dewasa (30 – 59 tahun)	85	48.3
4. Lansia ($\geq$ 60 tahun)	1	6.0
Total	176	100.0
Pendidikan		
1. SD	1	0.6
2. SMP	2	1.1
3. SMA/ SMK	89	50.6
4. D3	9	5.1
5. S1/ D4	14	8.0
6. S2	61	34.7
Total	176	100.0
Pekerjaan		
1. Mahasiswa	72	40.9
2. Petugas kebersihan/ kendaraan/ keamanan	19	10.8
3. Tenaga kependidikan	27	15.3
4. Dosen	58	33.0

Karakteristik	N	%
Total	176	100.0
Status		
1. Belum Kawin	93	52.8
2. Kawin	83	47.2
Total	176	100.0

Skrining kesehatan terdiri atas penimbangan berat badan, pengukuran tinggi badan, lingkar perut, tekanan darah dan gula darah sewaktu. Skrining kesehatan merupakan bagian dari deteksi dini untuk mengendalikan faktor risiko terjadinya PTM. Edukasi dan konseling dilakukan untuk meningkatkan pemahaman dan perilaku peserta posbindu dalam mengendalikan faktor risiko PTM (Sudayasa et al., 2024). Rujukan dilakukan jika ada peserta yang memerlukan pemeriksaan dan pengobatan lebih lanjut.

Tabel 2. Hasil Pemeriksaan Kesehatan Peserta Posbindu PTM		
Jenis Pemeriksaan	N	%
Berat Badan		
1. ≤ 50 kg	43	24.4
2. 51 – 60 kg	55	31.3
3. 61 – 70 kg	29	16.5
4. 71 – 80 kg	29	16.5
5. 81 – 90 kg	12	6.8
6. 90 – 100 kg	5	2.8
7. > 100 kg	3	1.7
Total	176	100.0
Tinggi Badan		
1. ≤ 150 cm	40	22.7
2. 151 – 160 cm	86	48.9
3. 161 – 170 cm	42	23.9
4. 171 – 180 cm	7	4.0
5. > 180 cm	1	0.6
Total	176	100.0
Indeks Massa Tubuh (IMT)		
1. Kurang (< 18.5)	17	9.7
2. Normal (18.5 – 22.9)	49	27.8
3. Resiko Obesitas (23.0 – 24.9)	27	15.3
4. Obesitas I (25.0 – 29.9)	48	27.3
5. Obesitas II (≥ 30)	35	19.9
Total	176	100.0
Lingkar Perut		
1. Normal	113	64.2
2. Tidak Normal	63	35.8
Total	176	100.0
Tekanan Darah		
1. Normal	131	74.4
2. Pre Hipertensi	34	19.3
3. Hipertensi Derajat I	8	4.5
4. Hipertensi Derajat II	3	1.7
Total	176	100.0
Gula Darah Sewaktu		
1. < 200 mg/dl	172	97.7
2. ≥ 200 mg/dl	4	2.3
Total	176	100.0

Berdasarkan data hasil pemeriksaaan dapat diketahui bahwa permasalahan kesehatan utama yang perlu ditindak lanjuti adalah masalah obesitas. Hasil pemeriksaan menunjukkan 27 peserta beresiko mengalami obesitas dan 83 peserta telah mengalami obesitas baik derajat 1 ataupun II. Kelebihan berat badan dan obesitas merupakan masalah yang sering ditemukan pada masyarakat. Hasil pemeriksaan melalui posbindu di salah satu institusi pendidikan di wilayah Yogyakarta menunjukkan

bahwa 46.9% peserta posbindu mengalami *overweight* hingga obesitas I (Fatmawati et al., 2023). Jika hal ini tidak segera dicegah tentunya akan menimbulkan masalah kesehatan seperti Diabetes Mellitus, dimana faktor pola makan dan kurangnya aktifitas fisik merupakan faktor determinan terjadinya penyakit DM (Susanti & Rosdiana, 2022).



Gambar 2. Kegiatan Posbindu PTM

Selain itu, masalah kesehatan hipertensi juga perlu menjadi perhatian khusus, dimana ditemukan sejumlah peserta yang telah mengalami hipertensi derajat II (3 orang). Hipertensi merupakan salah satu faktor risiko penyakit jantung koroner (Saraswati, 2024). Melalui pemeriksaan kesehatan yang berkala di posbindu diharapkan dapat mencegah timbulnya penyakit pada masyarakat.

Hasil skrining kesehatan menunjukkan bahwa hampir 50% peserta Posbindu Fkes Unjaya memiliki resiko masalah kesehatan yang jika tidak ditangani dapat berlanjut pada timbulnya PTM. Sejalan dengan temuan penelitian Nurhayati et al., (2020) menunjukkan bahwa terdapat 27% peserta Posbindu yang memiliki status kesehatan yang kurang sehat. Namun sayangnya pemanfaatan posbindu masih cukup kurang, tercatat target peserta Posbindu sebanyak 267 peserta namun pada kenyataannya yang melakukan pemeriksaan hanya 167 peserta.

Pemanfaatan pelayanan oleh masyarakat masih menjadi masalah umum yang terjadi pada kegiatan posbindu. Penelitian menunjukkan bahwa beberapa faktor yang dapat mempengaruhi pemanfaatan posbindu diantaranya: pendidikan, pengetahuan terkait posbindu, persepsi kesehatan, sosialisasi posbindu dan biaya administrasi (Sudharma, Kusumaratna, et al., 2016). Selain itu, komunikasi dan koordinasi serta adanya pengawasan dari pihak terkait juga memiliki pengaruh terhadap keberhasilan cakupan pelayanan posbindu. Sehingga diharapkan adanya peran serta pemangku kepentingan dalam pengawasan secara berkala agar posbindu dapat berjalan dengan optimal (Lubis, 2022).

Pelaksanaan kegiatan skrining kesehatan melalui Posbindu ini tentunya diharapkan dapat berkelanjutan. Ketersediaan tim pelaksana kegiatan, fasilitas/ sarana prasarana, biaya operasional dan dukungan dari sasaran kegiatan menjadi poin utama yang harus di perhatikan agar posbindu dapat dilaksanakan secara konsisten (Fitriyani et al., 2024).

KESIMPULAN DAN SARAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat melalui implementasi kegiatan Posbindu untuk mencegah Penyakit Tidak Menular (PTM) berlangsung dengan lancar. Sejumlah 176 peserta yang terdiri atas dosen, tenaga kependidikan dan mahasiswa telah mengikuti kegiatan dengan baik. Sebagian besar peserta memiliki status kesehatan yang sehat namun juga terdapat 47% peserta yang memiliki IMT diatas rentang normal sehingga beresiko memiliki masalah kesehatan. Selain itu terdapat beberapa peserta yang juga terdeteksi memiliki masalah kesehatan seperti hipertensi dan hiperglikemia.

Pemanfaatan kegiatan posbindu oleh sivitas akademika di lingkungan Fkes Unjaya dirasa masih belum optimal karena peserta belum mencapai target.

Sosialisasi pelaksanaan kegiatan posbindu perlu dioptimalkan kepada seluruh sivitas akademika agar pemanfaatan posbindu dapat mencapai target 100%. Mekanisme rujukan dan tindak lanjut hasil pemeriksaan juga perlu ditetapkan sehingga jika ada temuan yang mengarah kepada resiko terjadinya PTM dapat segera tertangani. Selain itu, institusi pendidikan juga harus memiliki komitmen yang tinggi sehingga pelaksanaan posbindu dapat berkelanjutan guna menciptakan masyarakat sehat yang mendukung terwujudnya Indonesia Sehat.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terimakasih kepada Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta yang telah memfasilitasi pendanaan dalam pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Badan Pusat Statistik (Central Bureau of Statistics). (2023). *Statistik Kesehatan 2022 (Health Statistics)*. <https://www.bps.go.id/id/publication/2023/08/31/923a16f1d75232565f1e0446/statistik-kesehatan-2022.html>
- Dinas Kesehatan DIY. (2022). *Profil Kesehatan D.I Yogyakarta Tahun 2021*.
- Fatmawati, V., Faizah Kaeni, N., Rohmawati, Z., Lestari Linawati, S., & Wahyu Hidayati, R. (2023). Inisiasi Posbindu untuk Cegah Penyakit Tidak Menular. *Masyarakat Berdaya Dan Inovasi*, 4(2), 212–218. <https://doi.org/10.33292/mayadani.v4i2.142>
- Fitriyani, D., Dewi, U. S., Wirawan, S., Kartadarma, S., & Purnomo, H. (2024). Implementasi Program Posbindu Penyakit Tidak Menular. *Ensiklopedia of Journal*, 6(3), 57–63. <http://jurnal.ensiklopediaku.org>
- Kementerian Kesehatan RI. (2019). *Laporan Nasional Riskesdas 2018*.
- Kusniati, E., Paulinda, D., & Widiawati, R. (2024). Implementasi Pelaksanaan Pos Pembinaan Terpadu Penyakit Tidak Menular (Posbindu PTM) di Puskesmas Pekik Nyaring Bengkulu Tengah. *Journal of Nursing and Public Health*, 12(1), 139–147.
- Lubis, E. M. (2022). Kendala Pelaksanaan Program Pos Pembinaan Terpadu Penyakit Tidak Menular (POSBINDU PTM): Literatur Review. *Journal of Cahaya Mandalika*, 2(1), 43–71. <https://ojs.cahayamandalika.com/index.php/jtm/article/view/683>
- Nurhayati, I., Yuniarti, T., Sunaryanti, H. S., Iswahyuni, S., & Hidayat, R. A. (2020). Faktor Determinan Pemanfaatan Posbindu. *Jurnal Terpadu Ilmu Kesehatan*, 9(2), 117–268. <https://doi.org/https://doi.org/10.37341/interest.v9i2.199>
- Rahadjeng, E., & Nurhotimah, E. (2020). Evaluasi Pelaksanaan Posbindu Penyakit Tidak Menular (POSBINDU PTM) di Lingkungan Tempat Tinggal. *JURNAL EKOLOGI KESEHATAN*, 19(2), 134–147. <https://doi.org/10.22435/jek.v19i2.3653>
- Saraswati, D. (2024). Inovasi Pelayanan Kesehatan: Deteksi Dini Penyakit Jantung Koroner melalui Posbindu PTM. *Jurnal Kesehatan Dan Kebidanan Nusantara*, 2(1), 10–16. <https://loddosinstitute.org/journal/index.php/JKN/article/view/81>
- Sicilia, G., Dewi, S. T. F., & Padmawati, S. R. (2018). Evaluasi Kualitatif Program Pengendalian Penyakit Tidak Menular Berbasis Posbindu di Wilayah Kerja Puskesmas Muara Bungo I. *Jurnal Kebijakan Kesehatan Indonesia*, 07(02), 88–92. <https://doi.org/https://doi.org/10.22146/jkki.36117>
- Sudayasa, I. P., Alifariki, L. O., & Mulyawati, S. A. (2024). Pelatihan Deteksi Dini Penyakit Tidak Menular Pada Kader Posbindu di Wilayah Kerja Puskesmas Kapoiala. *Indonesia Berdaya*, 5(1), 179–186.
- Sudharma, N., Kusumaratna, R., & Meiyanti. (2016). Factors Influence The Utilization of Community Participation (POSBINDU). *OIDA International Journal of Sustainable Development*, 9(3), 77–88. <http://www.ssrn.com/link/OIDA-Intl-Journal-Sustainable-Dev.html>

- Susanti, S. R., & Rosdiana. (2022). Faktor Determinan Kejadian Diabetes Mellitus di Pos Binaan Terpadu (Posbindu) Bone Tua Puskemas Masamba Kabupaten Luwu Utara Tahun 2022. *Indonesia Timur Journal of Public Health*, 1(1), 1–7. <https://jurnalfkmuuit.id/index.php/itjph/article/view/1>
- Susilawati, N., Adyas, A., & Djamil, A. (2021). Evaluasi Pelaksanaan Pos Pembinaan Terpadu (Posbindu) PTM di Kabupaten Pesisir Barat. *Poltekita : Jurnal Ilmu Kesehatan*, 15(2), 178–188. <https://doi.org/10.33860/jik.v15i2.494>