

**PROMOSI KESEHATAN, EDUKASI CERDIK DAN DETEKSI DINI SEBAGAI UPAYA
PREVENTIF PENYAKIT TIDAK MENULAR DI WILAYAH PUSKESMAS
BAITUSSALAM ACEH BESAR**

Asri Jumadewi^{1*}, Fahmi Ichwansyah², Putro Simeulu³, Siti Hadijah⁴

^{1,2,4}Jurusan Teknologi Laboratorium Medis, Poltekkes Kemenkes Aceh

³Jurusan Keperawatan, Poltekkes Kemenkes Aceh

Email Korespondensi: asrijumadewi@poltekkesaceh.ac.id

Disubmit: 15 Juni 2026

Diterima: 29 Juni 2026

Diterbitkan: 01 Juli 2026

Doi: <https://doi.org/10.33024/jkpm.v9i7.26503>

ABSTRAK

Penyakit tidak menular atau PTM sering ditemukan tanpa gejala, sehingga sulit diidentifikasi pada tahap awal. Diagnosa penyakit ini sering ditemukan pada stadium lanjut, yang dapat menyebabkan kecacatan atau bahkan kematian dan biasanya sudah masuk dalam tahap sulit disembuhkan, sehingga terkenal dengan penyakit the silent killer. Prevalensi PTM di dunia hampir 70% menyebabkan kematian dan terus meningkat, termasuk di Indonesia. Penyakit dengan rating paling tinggi diantaranya adalah penyakit cardio (jantung), stroke, kanker, diabetes mellitus, dan Penyakit Paru Obstruktif Kronis (PPOK). Tingginya risiko PTM masih menjadi masalah kesehatan di Puskesmas ini berdasarkan hasil survei pendahuluan menunjukkan adanya dua dari 10 penyakit yang terbanyak diantaranya hipertensi dan diabetes. Penyakit ini tidak dapat dicegah jika dihubungkan dengan faktor risiko genetik atau riwayat dari keluarga. Namun, PTM ini dapat dicegah melalui pengendalian faktor risiko yang dapat diubah melalui peningkatan perilaku sehat. Salah satunya program CERDIK yang dikenal dengan gerakan masyarakat rajin (Cek kesehatan secara berkala, Enyahkan asap rokok, Rajin aktivitas fisik, Diet sehat seimbang, Istirahat yang cukup, dan Kelola stress). Program CERDIK dapat mengatasi Triple Burden of Disease terhadap meningkatnya kejadian PTM. Solusi meningkatnya risiko PTM diharapkan dapat dikurangi secara preventif melalui gerakan sehat. Melalui skema PKW program pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk promosi kesehatan PTM melalui edukasi program Cerdik dalam menurunkan risiko kejadian PTM di wilayah kerja Puskesmas Baitussalam. Sasaran mitra pelaksanaan pengabdian masyarakat adalah masyarakat yang mendapat layanan kesehatan di Posbindu wilayah kerja Puskesmas Baitussalam, Aceh Besar. Metode PKM ini dilakukan dengan tahapan deteksi dini PTM, promosi kesehatan PTM melalui penyuluhan program Cerdik kepada masyarakat dan evaluasi kegiatan dengan pretest dan posttest.

Kata Kunci: Deteksi PTM, Edukasi CERDIK, Promosi Kesehatan.

ABSTRACT

Non-communicable diseases (NCDs) often appear asymptomatic, making them difficult to identify in their early stages. These diseases are often diagnosed at an advanced stage, which can lead to disability or even death. They are often difficult to treat, earning them the nickname "silent killer." The prevalence of NCDs globally accounts for nearly 70% of deaths and continues to rise, including

in Indonesia. The most common diseases include cardiovascular disease (heart disease), stroke, cancer, diabetes mellitus, and chronic obstructive pulmonary disease (COPD). The high risk of NCDs remains a health problem at this community health center, with preliminary surveys showing two of the top 10 most common diseases, hypertension and diabetes. These diseases cannot be prevented if they are linked to genetic risk factors or family history. However, NCDs can be prevented by managing modifiable risk factors and improving healthy behaviors. One example is the CERDIK program, known as the "Diligent Community Movement" (regular health checks, Eliminate cigarette smoke, Regular physical activity, Healthy balanced diet, Adequate rest, and Stress management). The CERDIK program can address the Triple Burden of Disease, which aims to address the increasing incidence of NCDs. The solution to the increasing risk of non-communicable diseases (NCDs) is expected to be reduced preventively through healthy movements. Through the PKW scheme, this community service program aims to promote NCD health through education on the Cerdik program to reduce the risk of NCDs in the Baitussalam Community Health Center (Puskesmas) work area. The target partners for the community service implementation are residents who receive health services at the Integrated Health Post (Posbindu) within the Baitussalam Community Health Center work area, Aceh Besar. This PKM method is carried out through the stages of early NCD detection, NCD health promotion through Cerdik program counseling to the community, and activity evaluation with pre- and post-tests.

Keywords: PTM Detection, CERDIK Education, Health Promotion.

1. PENDAHULUAN

Salah satu beban dari *triple burden of disease* di Indonesia adalah meningkatnya kejadian PTM (Riskesmas, 2018). Asuransi Kesehatan Nasional (JKN) menanggung beban dengan biaya tertinggi akibat masalah penyakit ini, yang tidak hanya memengaruhi lansia tetapi juga mengancam kelompok usia muda dan produktif (Kemenkes RI, 2020). Karena kurangnya gejala dan keluhan, beberapa penyakit sulit diidentifikasi pada tahap awal. Karena biasanya ditemukan pada stadium lanjut dan menyebabkan kecacatan atau kematian, penyakit-penyakit ini sulit diobati (Junita et al., 2020). Mengendalikan faktor risiko yang berkontribusi terhadap perkembangan PTM dapat membantu mencegahnya (Dinas Kesehatan, 2019). Kurangnya olahraga, pola makan yang buruk, merokok, dan ketidaktahuan tentang nutrisi dan kesehatan merupakan faktor risiko (Huriyati et al., 2019a).

Kurangnya aktivitas fisik dapat disebabkan oleh penurunan penggunaan transportasi aktif seperti berjalan kaki dan bersepeda. Perilaku sedentari sudah dikenal saat ini akibat semakin inaktifnya aktivitas yang melibatkan fisik, hanya berbaring atau duduk dalam waktu lama. Perubahan pola kebiasaan di rumah maupun transportasi berakibat seseorang malas bergerak sehingga terciptalah pola gaya hidup menetap (Huriyati et al., 2019b; Saidah et al., 2023).

Hipertensi, diabetes, penyakit jantung, dan stroke, merupakan masalah kesehatan utama di Indonesia. Hampir 70% kematian di seluruh dunia disebabkan oleh penyakit ini, dengan penyakit jantung koroner, kanker, diabetes melitus, stroke, dan PPOK memiliki angka kematian tertinggi (Dinas Kesehatan, 2019; Kemenkes RI, 2020). Diperkirakan bahwa penyakit ini akan terus meningkat pesat baik dalam insiden maupun prevalensi. Karena hipertensi seringkali berkorelasi langsung dengan

morbiditas dan mortalitas penyakit kardiovaskular, diabetes dan hipertensi saat ini merupakan PTM yang paling signifikan (Dina Zakiyyatul & Rahayu, 2018).

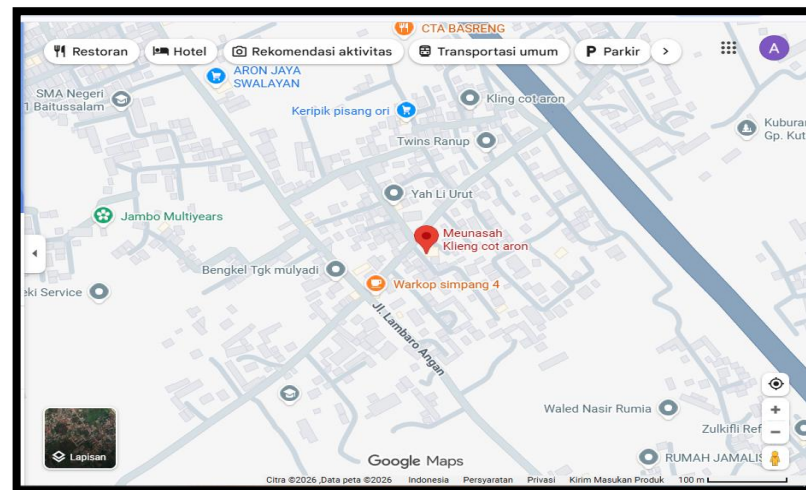
Salah satu inisiatif program CERDIK pemerintah untuk mengurangi prevalensi penyakit tidak menular adalah pemeriksaan kesehatan rutin, dengan fasilitas kesehatan layanan laboratorium (Dinas Kesehatan, 2019). Hal ini disebabkan oleh fakta bahwa kolaborasi lintas sektor masih langka dan Posbindu PTM masih harus bekerja secara optimal dalam memberikan layanan kesehatan (Pranandari et al., 2017). Pelaksanaan program-program kesehatan harus melibatkan berbagai pihak, termasuk pemerintah daerah, Dinas Kesehatan, Puskesmas, rumah sakit, organisasi kesehatan, dan masyarakat secara luas (Handayani et al., 2023b).

Masalah PTM telah memberikan dampak besar terhadap meningkatnya angka kesakitan dan kematian dengan biaya yang relatif tidak murah. Biaya ini tentu sangat mengganggu kestabilan ekonomi penderita yang semakin hari semakin meningkat. Upaya pengendalian PTM memerlukan pendekatan terpadu antar lintas sektor untuk memudahkan komunikasi, edukasi kesehatan dan informasi terkait PTM (Iqbal et al., 2024). Program promosi kesehatan penerapan hidup sehat ala GERMAS, CERDIK, PHBS ataupun program diet yang telah banyak diusung pemerintah disosialisasikan untuk tujuan menekan kejadian PTM (B et al., 2021; Handayani et al., 2023a). Upaya-upaya diatas menjadi penting dilakukan untuk meningkatkan pengetahuan, sikap dan tindakan masyarakat dalam menurunkan risiko kejadian PTM dan meningkatkan kesadaran tentang risiko kejadian PTM.

2. MASALAH DAN RUMUSAN PERTANYAAN

Penyakit tidak menular kini semakin banyak ditemukan, kurangnya gaya hidup sehat dan ketersediaan deteksi kasus di layanan kesehatan seharusnya dapat mengatasi hal ini (Kementrian kesehatan republik indonesia, 2020). Insiden PTM sering berkaitan erat dengan faktor aktivitas fisik, perilaku merokok, obesitas, dan konsumsi makanan tidak sehat (Risikesdas, 2018). Pos pelayanan kesehatan seperti Posbindu PTM berkemampuan dalam memantau dan menangani kejadian PTM secara masif (Pranandari et al., 2017). Adanya laporan 10 penyakit yang terbanyak di puskesmas Baitussalam, yaitu diabetes, hipertensi, paru, dan bronchitis. Penelitian lain menunjukkan sekitar 61,4 % masyarakat mengalami hipertensi, perokok (86,2%), aktivitas fisik yang kurang 63,3%, obesitas berisiko sekitar 55,2%, istirahat kategori buruk sekitar 67,6% (Rizki et al., 2023). Ini menjadi tantangan dan masalah kesehatan utama di indonesia umumnya, dan khususnya Aceh di masa sekarang dan masa yang akan datang.

Rumusan pertanyaan dalam pelaksanaan PKM ini; apakah masyarakat khususnya lansia di desa wilayah Puskesmas Baitussalam berisiko terhadap kejadian penyakit tidak menular atau PTM? Dan bagaimanakah tingkat pengetahuan masyarakat tentang gerakan sehat sebagai preventif PTM? Kegiatan PKM ini diselenggarakan atas kerjasama tim dosen beserta mahasiswa jurusan Teknologi Laboratorium Medis (TLM) Poltekkes Kemenkes Aceh beserta mitra sasaran yaitu Puskesmas Baitussalam Aceh Besar yang berlokasi di Aceh Besar.



Gambar 1. Lokasi pengabdian kepada masyarakat

3. KAJIAN PUSTAKA

a. Promosi Kesehatan

Pembangunan berkelanjutan di sektor kesehatan melalui tujuan pembangunan berkelanjutan atau dikenal dengan *Sustainable Development Goals* (SDGs). Pembangunan berkelanjutan ini merupakan komitmen bersama yang berkaitan dengan program promotif dan preventif dalam menurunkan angka kesakitan dan kematian. Promosi kesehatan adalah program kesehatan dibidang penyuluhan dan edukasi dalam rangka meningkatkan *knowledge-attitude-practice* dibidang kesehatan (Notoatmodjo, 2011), terutama dibidang penyakit tidak menular yang terus meningkat kasusnya.

Sebanyak 17 tujuan dan 169 target capaian dari program Pembangunan Berkelanjutan (SDGs), diantaranya adalah tujuan ketiga yaitu meningkatkan kesejahteraan masyarakat dibidang kesehatan. Menurunkan angka kematian dini akibat PTM melalui tindakan preventif dan kuratif pada sepertiga penderita PTM adalah target yang diharapkan tercapai pada tahun 2030 mendatang. Selain itu, juga menjadi target capaian adalah meningkatkan kesehatan jiwa dan kesejahteraan masyarakat secara baik (Handayani et al., 2023b).

b. Edukasi CERDIK

Menurunkan tingkat prevalensi penyakit tidak menular, salah satunya melalui program pemerintah yaitu gerakan CERDIK dengan berbasis pemeriksaan kesehatan secara rutin (Dinas Kesehatan, 2019). Fasilitas pendekatan pemeriksaan kesehatan secara rutin ini dengan menggunakan layanan laboratorium di pusat-pusat kesehatan masyarakat (Dinas Kesehatan, 2019). Meningkatkan pelayanan kesehatan masyarakat di pusat-pusat kesehatan tentu memerlukan kerjasama antar lintas sektor agar layanan seperti Posbindu PTM dapat berjalan baik dan maksimal (Pranandari et al., 2017). Pelaksanaan program-program kesehatan harus melibatkan berbagai pihak, termasuk pemerintah daerah, Dinas Kesehatan, Puskesmas, rumah sakit, organisasi kesehatan, dan masyarakat secara luas.

Meningkatkan kesadaran masyarakat tentang kejadian PTM dengan memberikan tindakan promotif dan preventif pendidikan kesehatan melalui pemeriksaan dan pemanfaatan laboratorium dalam menunjang kesehatan dini (Nurfadillah et al., 2020), salah satunya dengan membentuk kesiapan tenaga ahli teknologi laboratorium medis sebagai tenaga penunjang laboratorium. Masih adanya kasus diabetes, hipertensi dan jantung koroner dan stroke menjelaskan bahwa PTM masih belum dapat diatasi, namun untuk awalnya dapat ditegakkan secara dini melalui pemeriksaan laboratorium. Sarana dan prasarana yang menunjang tentu akan memotivasi masyarakat dalam berpartisipasi dalam meningkatkan kesehatan diri melalui pemeriksaan kesehatan secara berkala untuk mencegah risiko PTM ataupun penanggulangan PTM di masyarakat sekitar Puskesmas Baitussalam.

Urgensi pelaksanaan pengabdian masyarakat ini dapat menjadi dasar dalam gambaran tenaga kesehatan yang berperan penting untuk menuntaskan permasalahan PTM. Melakukan edukasi dan deteksi dini sebagai tindakan preventif dapat dilakukan dengan cek kesehatan secara berkala di layanan kesehatan yang ada. Selain untuk deteksi dini, juga untuk mengontrol dan mengendalikan kejadian PTM. Oleh sebab itu, menanggulangi prevalensi PTM yang kian meningkat di Aceh penting dilakukan untuk mengetahui faktor determinan penyebabnya, sehingga tindakan promotif dapat dilakukan dan tepat sasaran dalam mengendalikan kejadian PTM, yang kian waktu semakin menguatirkan dan menjadi penyebab kematian hampir 70%. Membiasakan kebiasaan hidup sehat dapat dilakukan untuk tujuan menurunkan insiden kejadian penyakit, terutama penyakit tidak menular sehingga mempercepat *health prevention behaviour* terhadap *fivelevel of prevention against diseases* (Notoatmodjo, 2022).

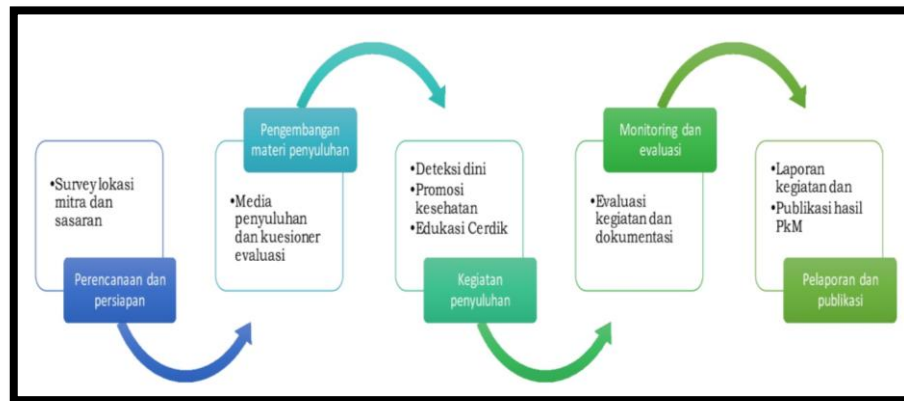
c. Deteksi dini PTM

Deteksi dini penyakit tidak menular dilakukan dengan pemeriksaan laboratorium sederhana, melalui pemeriksaan metode *Point-of-Care Testing* atau POCT. Pemeriksaan ini dilakukan dengan mudah oleh petugas kesehatan yang berwenang secara langsung, tanpa menunggu hasil validasi laboratorium. pemeriksaan metode ini terkenal cepat, mudah dan murah untuk dilakukan dengan jumlah kapasitas masyarakat yang relatif lebih banyak. Pemeriksaan metode ini dapat mendeteksi kadar gula darah sewaktu, kadar kolesterol, kadar asam urat.

4. METODE

Pengabdian kesehatan masyarakat ini dilaksanakan sebagai upaya promotif PTM yang telah dilakukan pada hari jumat, tanggal 12 Juni 2026 di lokasi Desa Klieng Cot Aron Kecamatan Baitussalam Aceh Besar sebagai pusat Posbindu PTM. Pelaksanaan PkM ini merupakan bagian dari tri dharma perguruan tinggi dengan skema program kemitraan wilayah (PKW) yang diprogramkan dalam setiap tahun pendidikan. Metode pelaksanaan PkM adalah metode ceramah dan edukasi CERDIK, deteksi dini PTM melalui pemeriksaan laboratorium sederhana bersama PKM Baitussalam, diskusi dan tanya jawab seputar PTM dan diakhiri dengan evaluasi PkM menggunakan instrumen kuesioner pretes dan postes. Penyuluhan ini diikuti oleh 36 orang

partisipan berusia lanjut yang berusia antara 40 - 60 tahun yang berasal dari desa wilayah Puskesmas Baitussalam.



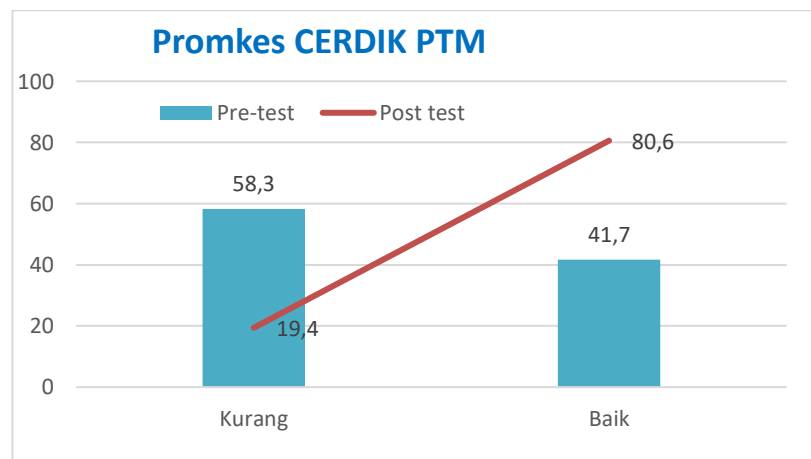
Gambar 2. Alur kegiatan pengabdian masyarakat

5. HASIL DAN PEMBAHASAN

a. Hasil

Kegiatan PkM ini diikuti oleh 36 peserta dengan persentase umur antara 40-60 tahun, yang didominasi oleh perempuan sebanyak 83%. Hasil screening PTM yang diperoleh dengan hasil diatas normal berupa kadar gula darah sewaktu (KGDs) ditemukan sebanyak 22%, kadar asam urat sekitar 26% dan kolesterol 39%, sedangkan sisanya masih kategori normal.

Hasil kegiatan edukasi PTM berdasarkan pretes dan postes yang diperoleh ditunjukkan oleh gambar 2 berikut ini:



Gambar 3. Evaluasi pretes dan postes PkM

Gambar 3 diatas, menunjukkan adanya peningkatan distribusi dan frekuensi hasil penyuluhan pada pengetahuan akhir sebesar (80,6%) kategori baik dari sebelum penyuluhan yaitu kategori kurang (58,3%). Adapun kegiatan PkM yang telah dilakukan di desa wilayah PkM Baitussalam diperoleh dokumentasi bersama tim PkM yang ditunjukkan oleh kegiatan di bawah ini:



Gambar 4. Kegiatan penyuluhan



Gambar 5. Deteksi PTM



Gambar 6. Kegiatan PkM bersama tim

b. Pembahasan

Program CERDIK selaras dengan tujuan RPJMD Kementerian Kesehatan untuk meningkatkan kualitas hidup masyarakat dan menurunkan angka PTM. Program ini dapat diimplementasikan melalui kegiatan pengabdian masyarakat diantaranya edukasi, penyuluhan kesehatan dan promosi kesehatan PTM, Posbindu PTM (Pos Pelayanan dan Kesehatan Penyakit Tidak Menular), dan kampanye kesehatan. Begitu pula dengan RPJMD daerah Kota Provinsi Aceh tahun 2021-2026, yang mencakup program CERDIK dan pengendalian Penyakit Tidak Menular (PTM), berfokus pada peningkatan kualitas hidup masyarakat melalui pencegahan dan penanganan dini PTM.

Meningkatnya prevalensi PTM menjadi penyebab kematian hampir 70% berasal dari golongan penyakit cardio (jantung koroner), penyakit kanker, *diabetes mellitus*, dan penyakit PPOK menduduki rating tertinggi penyebab kematian (Kemenkes RI, 2020). Diperkirakan penyakit ini terus meningkat secara signifikan (Dinas Kesehatan, 2019), terutama kasus hipertensi dan diabetes mellitus (Jumadewi et al., 2023; Sidari &

Hidayati, 2019). Berdasarkan laporan estimasi *International Diabetes Federation* (IDF) jumlah penderita diabetes mellitus di Indonesia diperkirakan pada tahun 2045 akan mencapai 28,57 juta jiwa, meningkat lebih besar 47% dibandingkan dengan jumlah 19,47 juta pada tahun 2021 (Pahlevi, 2021). Adaya temuan penderita diabetes ditandai dengan peningkatan kadar glukosa darah yang disertai dengan gangguan metabolisme karbohidrat, lipid dan protein, kejadian ini akibat kurangnya fungsi responsif sel-sel tubuh terhadap insulin (Huriyati et al., 2019a).

Sementara itu, seringkali adanya hubungan linier antara penyakit hipertensi dengan morbiditas dan mortalitas penyakit kardiovaskular (Dina Zakiyyatul & Rahayu, 2018). Apabila tekanan darah sistolik dan diastolik meningkat di atas kisaran normal, yaitu diatas 140 mmHg/90 mmHg menjadi tanda penyakit hipertensi. Hipertensi akan berdampak buruk terhadap penurunan kesehatan seseorang, diantaranya yang berisiko utama terhadap kejadian penyakit jantung, stroke, dan gagal ginjal. Mirip dengan diabetes, hipertensi dikategorikan sebagai penyakit tidak menular (PTM) yang juga dianggap sebagai pembunuh secara diam-diam (Bustan, 2007). Upaya mencegah komplikasi akibat hipertensi dapat menerapkan perilaku *self-care* (Kumalasari et al., 2023).

Perubahan pola penyakit yang disebabkan oleh lingkungan, perilaku masyarakat, pergeseran demografis, sosioekonomi, dan sosiobudaya semuanya berkontribusi pada tren peningkatan penyakit tidak menular. Menurut data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018, 95,5% penduduk Indonesia tidak cukup mengonsumsi buah dan sayur. Selain itu, 21,8% orang dewasa mengalami obesitas, 31% dengan obesitas sentral, 29,3% sebagai perokok, dan 33,5% penduduk memiliki gaya hidup sedentari (kurang aktif secara fisik).

Upaya yang tidak kalah penting adalah layanan kesehatan fasilitas terdekat, yaitu Puskesmas. Layanan laboratorium kesehatan untuk cek kesehatan dapat memonitoring dan mengevaluasi derajat kesehatan masyarakat. Layanan ini merupakan fasilitas pilihan untuk menunjang akurasi cek kesehatan yang dilakukan secara berkala. Pengendalian, monitoring dan pencegahan penyakit PTM agar tidak berkembang menjadi risiko menjadi penting. Pemerintah melalui pusat kesehatan masyarakat setiap wilayah telah membangun akses untuk pengendalian PTM, yang dikenal dengan Pos Pembinaan Terpadu (POSBINDU) penyakit tidak menular (Dina Zakiyyatul & Rahayu, 2018; Rahajeng, 2020) yang ada di setiap wilayah Puskesmas. Selain itu adanya fasilitas layanan pemeriksaan kesehatan laboratorium medik secara lengkap telah tersedia di fasilitas layanan yang lebih tinggi yaitu layanan Rumah Sakit baik daerah, ataupun RSU provinsi Aceh. Peran serta ahli ATLM dan tenaga kesehatan dapat meningkatkan persepsi dan tindakan masyarakat dalam rangka kegiatan deteksi dini dan monitoring terhadap faktor risiko PTM secara terpadu, rutin, dan periodik.

Kerjasama antara layanan kesehatan setempat dan masyarakat diperlukan untuk mendukung kegiatan promotif, preventif, kuratif dan rehabilitatif kejadian PTM. (Direktorat Pencegahan dan Pengendalian Penyakit, 2019) Memaksimalkan peranan tenaga kesehatan, pendidikan tinggi dan masyarakat dalam menanggulangi dan mengendalikan PTM. Menumbuhkan kepedulian sesama untuk mengentaskan permasalahan

kesehatan inilah yang menjadi kendala dalam meningkatkan produktifitas masyarakat terhadap kesadaran diri dalam melakukan pemeriksaan kesehatan untuk preventif kejadian penyakit tidak menular. Pengabdian masyarakat melalui Program Kemitraan Wilayah (PKW) hadir untuk memberi kontribusi dalam meningkatkan layanan kesehatan masyarakat melalui pemanfaatan laboratorium dan melakukan deteksi dini PTM untuk mengetahui secara dini dan dapat melakukan tindakan selanjutnya agar penyebaran penyakit PTM dapat diminimalisir dan ditekan agar tidak berkembang kearah yang lebih serius. Program PKW ini juga diharapkan memberikan manfaat dalam melaksanakan kemandirian perilaku sehat masyarakat dan memaksimalkan derajat kesehatan lingkungan.

Pada dasarnya, semua tindakan kesehatan masyarakat sebagai upaya untuk mencegah dan mengobati beberapa masalah kesehatan, seperti penyakit tidak menular (PTM), inisiatif peningkatan kesehatan ini akan meningkatkan kesadaran masyarakat tentang pentingnya menjalani gaya hidup bersih dan sehat (Jumadewi et al., 2023). Meningkatkan perilaku kesehatan pada dasarnya adalah sikap dan kebiasaan yang muncul dari stimulus secara konsisten mengikat seseorang. Keyakinan seringkali memengaruhi hal tersebut, maka konsep *knowledge-attitude-practice* harus selalu didepan (Notoatmodjo, 2011).

6. KESIMPULAN

Adanya peningkatan pengetahuan masyarakat di Wilayah Puskesmas Baitussalam meningkat menjadi kategori baik (80,3%) dari kategori kurang (58,3%). Hal ini akan menjadi diseminasi informasi di lingkungan masyarakat wilayah Puskesmas Baitussalam dalam pentingnya menerapkan gaya hidup sehat ala CERDIK yang dapat menurunkan risiko kejadian PTM apalagi pada usia lanjut. Diantaranya, cek kesehatan secara berkala, enyahkan asap rokok, rajin aktifitas fisik, diet sehat dengan kalori seimbang, istirahat yang cukup dan kelola stress.

Saran berikutnya adalah untuk pengabdian masyarakat selanjutnya dapat diprogramkan dengan pendampingan aktivitas fisik melalui senam diabetesi untuk menurunkan risiko diabetes mellitus sebagai tindakan preventif kejadian diabetes, mengingat adanya masyarakat yang menderita diabetes.

Ucapan Terimakasih

Terimakasih penulis kepada semua pihak terkait dan tim yang telah bekerjasama secara langsung maupun tidak dalam pelaksanaan PkM ini, yaitu Bapak Direktur Poltekkes Kemenkes Aceh, Unit Penelitian dan Pengabdian Masyarakat (UPPM), Ketua Jurusan TLM, Kapus PKM dan Kepala desa, Tim PKM, mahasiswa dan semua partisipan. Semoga kerjasama ini dapat terus berlanjut dalam memberikan manfaat kepada masyarakat dan dunia pendidikan dalam rangka meningkatkan derajat kesehatan masyarakat.

7. DAFTAR PUSTAKA

- B, H., Akbar, H., & Sarman, S. (2021). Pencegahan Penyakit Tidak Menular Melalui Edukasi Cerdik Pada Masyarakat Desa Moyag Kotamobagu. *Abdimas Universal*, 3(1), 83-87. <https://doi.org/10.36277/Abdimasuniversal.V3i1.94>
- Dina Zakiyyatul, F., & Rahayu, N. F. (2018). Pemanfaatan Posbindu Penyakit Tidak Menular Penderita Hipertensi. *Nasional*, Volume 5, 20-28. <https://doi.org/10.26699/Jnk.V5i1.Art.P020>
- Dinas Kesehatan. (2019). *Profile Kesehatan Aceh 2019*. Dinas Kesehatan Pemerintah Aceh.
- Direktorat Pencegahan Dan Pengendalian Penyakit. (2019). *Buku Pedoman Manajemen Penyakit Tidak Menular*. (P2ptm) Pencegahan Dan Pengendalian Penyakit Tidak Menular.
- Handayani, L. T., Kurniawan, H., Jumanto, Hidayat, Fatahillah, D., & Ascarya, F. (2023a). Program Latihan " Cerdik " Dalam Mendeteksi Penyakit Tidak Menular (Ptm). *Diankes : Jurnal Pengabdian Teknologi Informasi Dan Kesehatan*, 1(2), 76-84. <https://doi.org/10.47134/Diankes.V1i2.15>
- Handayani, L. T., Kurniawan, H., Jumanto, J., Hidayat, H., Fatahillah, D., & Ascarya, F. (2023b). Program Latihan "Cerdik" Dalam Mendeteksi Penyakit Tidak Menular (Ptm). *Jurnal Pengabdian Teknologi Informasi Dan Kesehatan (Diankes)*, 1(2), 76-84. <https://doi.org/10.47134/Diankes.V1i2.15>
- Huriyati, E., Ratrikaningtyas, P. D., Projosasmito, S. R., & Farmawati, A. (2019a). Kader Hidup Sehat Dalam Upaya Promotif Penyakit Degeneratif. *Journal Of Community Empowerment For Health*, 2(1), 36. <https://doi.org/10.22146/Jcoemph.41292>
- Huriyati, E., Ratrikaningtyas, P. D., Projosasmito, S. R., & Farmawati, A. (2019b). Kader Hidup Sehat Dalam Upaya Promotif Penyakit Denegeratif. *Journal Of Community Empowerment For Health*, 2(1), 36. <https://doi.org/10.22146/Jcoemph.41292>
- Iqbal, C., Ihsan Kamaruddin, M., Ode Novi Angreni, W., Asmi, A. S., & Muhammad Nur, Q. (2024). Communication, Education, And Information On Non-Communicable Diseases. *Abdimas Polsaka*, 3(2), 67-74. <https://doi.org/10.35816/Abdimaspolsaka.V3i2.74>
- Jumadewi, A., Lizam, T. C., & Fathimi. (2023). Prevalensi Dan Determinan Kejadian Penyakit Tidak Menular Di Laboratorium Patologi Klinik Rsud Dr. Zainoel Abidin. *Journal Of Healthcare Technology And Medicine*, 9(2), 885-898. <https://doi.org/10.24269/ljhs.V7i1.5740>
- Junita, E., Handayani, E. Y., & Alfiah, L. N. (2020). Germas (Gerakan Masyarakat Hidup Sehat) Di Desa Rambah Hilir. *Kumawala*, 3(1), 100-105.
- Kemendes Ri. (2020). *Penyakit Tidak Menular Kini Ancam Usia Muda*. Kemendes Ri. <https://www.kemkes.go.id/article/view/20070400003/penyakit-tidak-menular-kini-ancam-usia-muda.html>
- Kementrian Kesehatan Republik Indonesia. (2020). Tetap Produktif, Cegah Dan Atasi Diabetes Mellitus. In *Pusat Data Dan Informasi Kementrian Kesehatan Ri*.
- Kumalasari, I. D., Musthofa, S. B., & Jati, S. P. (2023). Determinan Perilaku

- Self-Care Hipertensi Pada Usia Dewasa Di Asia Tenggara : Literature Review. *The Indonesian Journal Of Health Promotion Mppki Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia*, 6(3), 410-415. <https://doi.org/10.56338/Mppki.V6i3.3212>
- Notoatmodjo, S. (2011). *Kesehatan Masyarakat Ilmu Dan Seni*. Penerbit Rineka Cipta.
- Notoatmodjo, S. (2022). *Promosi Kesehatan Teori Dan Aplikasi*.
- Nurfadillah, A. R., Studi, P., Masyarakat, K., & Negeri, U. (2020). Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Di Sekolah Pada Masa Adaptasi Kebiasaan Baru (New Normal). *Jurnal Pengabdian Kesehatan Masyarakat (Jpkm)*, November.
- Pahlevi, Reza. (2021). *Jumlah Penderita Diabetes Di Indonesia Diproyeksikan Capai 28,57 Juta Pada 2045*. [https://databoks.katadata.co.id/datapublish/2021/11/24/jumlah-penderita-diabetes-di-indonesia-diproyeksikan-capai-2857-juta-pada-2045#:~:text=International Diabetes Federation \(Idf\)Memperkirakan,Pesat Dalam Sepuluh Tahun Terakhir.](https://databoks.katadata.co.id/datapublish/2021/11/24/jumlah-penderita-diabetes-di-indonesia-diproyeksikan-capai-2857-juta-pada-2045#:~:text=International Diabetes Federation (Idf)Memperkirakan,Pesat Dalam Sepuluh Tahun Terakhir.)
- Pranandari, L. L., Arso, S. P., & Fatmasari, E. Y. (2017). Analisis Implementasi Program Pos Pembinaan Terpadu Penyakit Tidak Menular (Posbindu Ptm) Di Kecamatan Banguntapan Kabupaten Bantul. *Jurnal Kesehatan Masyarakat (E-Journal)*, 5(4), 76-84.
- Rahajeng, E. (2020). *Orasi Pengukuhan Profesor Riset Bidang Epidemiologi Dan Biostatistik, Penguatan Posbindu Ptm Dalam Menurunkan Prevalensi Faktor Risiko Penyakit Tidak Menular Utama* (1st Ed.). Badan Litbangkes. https://repository.badankebijakan.kemkes.go.id/id/eprint/3928/1/Penguatan_Posbindu_Ptm_Ekowati_Rahajeng.Pdf
- Riskesdas. (2018). *Hasil Utama Riskesdas 2018*. Badan Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan. https://kesmas.kemkes.go.id/assets/upload/dir_519d41d8cd98f00/files/hasil-riskesdas-2018_1274.pdf
- Rizki, M., Erlina, R., & Fuziati. (2023). Faktor Faktor Yang Mempengaruhi Kejadian Hipertensi Di Desa Kajhu Wilayah Baitussalam. *Jurnal Aceh Medika*, 7(2), 8-12. <https://jim.usk.ac.id/fkep/article/view/24362/13413>
- Saidah, Hafnidar, Rani, A., & Mawardi. (2023). Determinan Faktor Yang Berhubungan Dengan Penyakit Tidak Menular Pada Jemaah Haji Provinsi Aceh. *Sehat Rakyat (Jurnal Kesehatan Masyarakat)*, 2(1), 99-108. <https://doi.org/10.54259/Sehatrakyat.V2i1.1424>
- Sidari, & Hidayati, R. (2019). Tingkat Pengetahuan, Peran Petugas Kesehatan Dan Penerapan Germas Di Rw 8 Kelurahan Kubu Marapalam. *Ensiklopedia Of Journal*, 2.