
Konstelasi Tingkat Pengetahuan Dan Risiko Terkena Penyakit Tidak Menular (PTM) Pada Kalangan Remaja (Studi pada Siswa SMA Muhammadiyah Purbalingga)

Subandiyo^{1*}, Wahyudi²

¹² Poltekkes Kemenkes Semarang

* Corresponding author: subandiyob@gmail.com

ABSTRACT

Background: Adolescence in the community face high risks of non-communicable diseases. Data show that prevalence of non-communicable disease has increased gradually. Life style and environments have mainly caused non communicable diseases. **Objective:** The study aimed to describe and analysis knowledge and risks factor of non-communicable disease in adolescence in Purbalingga. **Methods:** The study was cross sectional correlational design. The samples were 60 subjects Muhammadiyah high school in Purbalingga, recruited by *stratified random sampling*. Data were analyzed with *rank spearman test*. **Results:** The finding shows that knowledge of non-communicable diseases could contribute to decrease risks of non-communicable diseases ($r=-0,863$; $p=0,000$). **Conclusion:** It can be highlighted that the high knowledge of non-communicable diseases in adolescence could lead the awareness of non-communicable disease prevention.

Keywords: Knowledge, risk factor, non-communicable diseases, life style.

PENDAHULUAN

Salah satu fenomena global yang terjadi adalah terus meningkatnya angka kesakitan dan kematian akibat penyakit tidak menular (PTM). Bahkan PTM disebut sebagai penyebab utama kematian di tingkat global karena gejalanya terjadi secara menyeluruh di berbagai belahan dunia.

Kemenkes (2012) menyebutkan bahwa penyakit tidak menular (PTM) menjadi penyebab utama kematian secara global. Badan Kesehatan Dunia WHO memperkirakan kematian akibat PTM akan terus meningkat di seluruh dunia. Lebih dari dua pertiga (70%) dari populasi global akan meninggal akibat penyakit tidak menular seperti kanker, penyakit jantung, stroke dan diabetes.

Antimas (2017) menyebutkan bahwa PTM membunuh 38 juta orang setiap tahun hampir tiga perempat dari kematian penyakit tidak menular 28 juta terjadi di negara

berpenghasilan rendah dan menengah. Termasuk 4 jenis penyakit tidak menular utama yang meliputi penyakit kardiovaskuler yang menyebabkan kematian 17,5 juta orang pertahun, dan diikuti oleh kanker 8,2 juta, penyakit pernapasan 4 juta, dan diabetes 1,5 juta. Hal ini diakibatkan karena meningkatnya beberapa faktor risiko baik faktor risiko dari perilaku yang meliputi penggunaan tembakau, aktivitas fisik, penggunaan alkohol dan diet tidak sehat, maupun faktor risiko menengah meliputi tekanan darah meningkat, peningkatan glukosa darah, lipid darah (kolesterol), dan obesitas.

Remaja merupakan kelompok masyarakat yang sangat berisiko terpapar penyakit tidak menular. Hal tersebut antara lain dipicu oleh pola atau gaya hidup dan kondisi lingkungan. Remaja hingga diketahui memiliki gaya hidup yang kurang sehat yang dapat menyebabkan resiko tinggi terkena penyakit tidak menular. Remaja saat ini tidak lepas dari gaya hidup yang tidak sehat seperti merokok, mengonsumsi makanan siap saji, dan gaming online yang menyebabkan kurangnya aktivitas fisik remaja (Alamsyah, Selatan, & Riau, 2017; Herman & Darwin, 2018; Rikky, Santoso, & Purnomo, 2017).

Menurut Yuningrum (2021), hasil survei Global Schoolbased Student Health Survey (GSHS) atau survei kesehatan global berbasis sekolah pada tahun 2015, menunjukkan bahwa pola hidup remaja saat ini berisiko terhadap penyakit tidak menular. Data GSHS menunjukkan pola makan yang tidak sehat seperti dalam satu hari remaja mengonsumsi makanan siap saji (53%), kurang konsumsi sayur dan buah (78,4%), minuman bersoda (28%), kurang aktivitas fisik (67,9%), pernah merokok (22,5%), dan mengonsumsi alkohol (4,4%). Hal ini senada dengan hasil Riskesdas tahun 2013, bahwa sebanyak 26,1% remaja kurang melakukan aktivitas fisik. Penduduk usia 10 tahun ke atas kurang mengonsumsi sayur dan buah sebanyak 93,5% serta penduduk usia 15 tahun ke atas yang merokok sekitar 36,3% (2). Data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2013 mencatat sebesar 2,5% pasien stroke sudah menderita stroke sejak usia 18-24 tahun. Selain itu, PTM yang dijumpai pada anak usia sekolah dan remaja adalah kanker sebesar 0,6%, asma sebesar 5%, dan obesitas atau kegemukan sebanyak 10%.

Kecenderungan meningkatkan kasus PTM pada kalangan remaja, selain dipengaruhi oleh gaya hidup, juga dapat disebabkan karena rendahnya pengetahuan remaja mengenai konstelasi PTM. Kaum remaja bisa jadi belum sepenuhnya memahami berbagai faktor yang dapat menyebabkan PTM, memahami risiko-risiko yang timbul akibat pola konsumsi, rendahnya aktivitas fisik, dan berbagai perilaku lain yang dapat memicu terjadinya PTM. Terlebih lagi, terjadinya PTM tidak secara tiba-tiba, melainkan melalui proses yang cukup panjang, sehingga remaja cenderung mengabaikan berbagai perilaku yang dapat memicu terjadinya PTM.

Berpijak pada fenomena kecenderungan meningkatkan kasus kesakitan dan kematian akibat PTM di kalangan remaja, penelitian ini berupaya untuk mengkaji kondisi terkait PTM pada remaja di Purbalingga. Kajiannya meliputi pengetahuan tentang konstelasi PTM dan faktor risiko PTM. Aspek kajian faktor risiko PTM mengacu pada dimensi-dimensi menurut survei Global Schoolbased Student Health Survey (GSHS).

Penyakit Tidak Menular (PTM) adalah penyakit yang tidak dapat ditularkan atau dari suatu individu ke individu lainnya. Dengan kata lain, penyakit tersebut tidak membahayakan orang lain. Penyakit tidak menular dijabarkan sebagai penyakit yang disebabkan oleh menurunnya organ manusia ataupun penyakit yang termasuk dalam kategori penyakit degeneratif (faktor usia). Beberapa contoh penyakit tidak menular

adalah penyakit jantung, stroke, diabetes dan penyakit lainnya. Penyakit tidak menular umumnya diderita oleh seseorang yang tidak menjaga kesehatan dan tidak mampu menjaga pola kesehatan tersebut. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa orang yang mengalami sakit tidak menular tidak disebabkan oleh bakteri, virus, maupun juga kuman. Oleh karena itu, pengidap penyakit tidak menular tidak perlu cemas dalam menangani penyakitnya (Irwan, 2018).

Ditjen P2P (2019) mengungkap-kan bahwa PTM (Penyakit Tidak Menular) merupakan penyakit katastrofik atau noncommunicable diseases yang menjadi penyebab dari tingginya angka kematian di dunia. Penyakit tidak menular menjadi penyebab dari sedikitnya 71% kematian yang ada di dunia pada tahun 2016. Berdasarkan data WHO (World Health Organization) tahun 2018 menunjukkan bahwa penyebab kematian yang disebabkan oleh penyakit tidak menular adalah sebesar 73%.

Secara global, penyakit tidak menular (PTM) merupakan penyakit dengan kejadian tertinggi dan menjadi penyebab kematian tertinggi di dunia (71%) setiap tahun menurut WHO, dan tujuh dari setiap sepuluh kematian di negara berkembang disebabkan oleh PTM, Diperkirakan rata-rata kematian karena PTM secara global dari jumlah total kematian akan menjadi 75,26% pada tahun 2030, PTM menimbulkan konsekuensi kesehatan yang menghancurkan bagi individu, keluarga dan komunitas, dan mengancam sistem kesehatan (Wang, 2020).

Secara teoritis, faktor risiko PTM diklasifikasikan ke dalam 2 hal, yaitu aspek perilaku dan fisiologis termasuk faktor risiko metabolik. Dari segi perilaku diantaranya adalah pola makan yang tidak sehat, tidak aktif secara fisik, merokok dan menggunakan alkohol. Dimensi fisiologis dan metabolik meliputi peningkatan kadar glukosa darah (hiperglikemia), peningkatan tekanan darah (hipertensi), hiperkolesterol, overweight atau obesitas, umur, dan jenis kelamin (Simpson and Camorlinga, 2017).

Menurut Patimah, et. al (2021) Indonesia tengah mengalami pergeseran pola penyakit yang sering disebut transisi epidemiologi, ditandai dengan meningkatnya angka kesakitan penyakit tidak menular (stroke, jantung, diabetes, kanker) dan menjadi penyebab utama kematian. Dalam kurun waktu tahun 2013-2018 hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) menunjukkan kondisi penyakit tidak menular di Indonesia yang didominasi oleh penyakit jantung dan pembuluh darah (hipertensi, stroke, penyakit jantung), diabetes, kanker dan penyakit paru obstruktif (asma) cenderung mengalami peningkatan, seperti peningkatan penyakit hipertensi 2.3% (31.7% ke 34%), stroke 3.9% (7% ke 10.9%), diabetes mellitus 1.6% (6.9% ke 8.5%), dan kanker 0.4% (1.4% ke 1.8%), sedangkan prevalensi penyakit jantung berdasarkan hasil riskesdas 2018 sebanyak 1.5%). Kejadian penyakit tersebut semakin banyak terjadi di usia dini (≥ 15 tahun), dan faktor risikonya berupa overweight dan obesitas mengalami peningkatan yang cukup bermakna, masing-masing 2.1% (11.5% ke 13.6%) dan 7% (14.8% ke 21.8%).

Tren PTM (Penyakit Tidak Menular) pada usia muda semakin meningkat. Pada tahun 2019 diketahui DALYs (Disability-Adjusted Life Year) untuk penyakit tidak menular mengalami peningkatan sebesar 13,1% pada usia remaja umur 10- 24 tahun (Global 2019 Disease and Injuries Collaborators, 2020). Peningkatan tren PTM pada usia muda turut terjadi di Indonesia. Berdasarkan persentase DALYs Loss, tiga kelompok penyakit menurut kelompok umur di Indonesia tahun 2017 menunjukkan adanya peningkatan

penyakit tidak menular pada kelompok umur 10-14 tahun. Hipertensi merupakan salah satu PTM (Penyakit Tidak Menular) yang dapat diderita oleh kelompok usia muda. Berdasarkan laporan Riskesdas tahun 2013 dan Riskesdas tahun 2018 menunjukkan adanya peningkatan prevalensi penyakit hipertensi pada usia ≥ 18 tahun dari 25,8% meningkat menjadi 34,1% (Badan Litbangkes, 2019).

Penyebab utama terjadinya PTM pada remaja adalah pola hidup yang tidak sehat. Di antaranya konsumsi makanan yang tidak seimbang, tidak beraktivitas fisik, merokok, dan mengonsumsi alkohol. Pola hidup tersebut berdampak pada kemungkinan timbulnya penyakit jantung, hipertensi, diabetes, dan stroke. Jika remaja tidak pernah melakukan aktivitas fisik, sementara kalori yang masuk tubuh banyak, otomatis kalori akan disimpan dan mereka akan terkena obesitas atau kegemukan (Kemenkes, 2013). Menurut hasil survei Global School-based Student Health Survey (GSHS) atau survei kesehatan global berbasis sekolah pada tahun 2015, diketahui bahwa pola hidup remaja saat ini berisiko terhadap penyakit tidak menular. Adapun pola makan yang tidak sehat adalah di mana dalam satu hari remaja mengonsumsi makanan siap saji (53%), kurang konsumsi sayur dan buah (78,4%), minuman bersoda (28%), kurang aktivitas fisik (67,9%), pernah merokok (22,5%), dan mengonsumsi alkohol (4,4%). Sementara berdasarkan hasil Riskesdas tahun 2013, menunjukkan sebanyak 26,1% remaja kurang melakukan aktivitas fisik. Sementara, sebanyak 93,5% penduduk usia 10 tahun ke atas kurang mengonsumsi sayur dan buah serta sekitar 36,3% penduduk Indonesia usia 15 tahun ke atas merokok. Pola hidup tersebut berdampak pada kemungkinan timbulnya penyakit jantung, hipertensi, diabetes, dan stroke (Yuningrum, 2021).

Soekanto (2012) menyatakan pengetahuan merupakan suatu hasil usaha manusia untuk memahami kenyataan sejauh mana kenyataan dapat dijangkau oleh daya pemikiran manusia berdasarkan pengalaman secara empiris. Perubahan perilaku seseorang dapat terjadi melalui belajar. Belajar diartikan sebagai suatu proses perubahan perilaku yang didasari oleh perilaku terdahulu. Sementara Notoatmodjo (2012) mengemukakan bahwa pengetahuan merupakan hasil dari tahu, dan ini terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Penginderaan terjadi melalui panca indera manusia, yakni indera penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa, dan raba. Sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh melalui mata dan telinga. Dari pengalaman dan penelitian terbukti bahwa perilaku yang didasari oleh pengetahuan akan lebih langgeng daripada perilaku yang tidak didasari oleh pengetahuan. Rogers (Notoatmodjo, 2012) mengungkapkan bahwa sebelum orang mengadopsi perilaku baru (berperilaku baru), di dalam diri orang tersebut terjadi proses yang berurutan, yakni: 1) Awareness (kesadaran), 2) Interest, 3) Evaluation, 4) Trial, 5) Adoption.

TUJUAN

Penelitian ini bertujuan menggambarkan dan menganalisa hubungan pengetahuan dan faktor risiko terjadi penyakit tidak menular pada anak SMU Muhammadiyah Purbalingga.

METODE

Jenis penelitian ini adalah design penelitian korelasi analitik observasional dengan desain cross-sectional. Subjek penelitian adalah siswa SMA Muhammadiyah

Purbalingga, dengan sampel sebanyak 60 orang. Pengambilan sampel menggunakan metode proportional stratified random sampling. Analisis data menggunakan uji distribusi frekuensi (univariat) dan uji korelasi rank spearman untuk menganalisis arah dan signifikansi korelasi antara pengetahuan tentang PTM dengan risiko terkena PTM dari perspektif perilaku konsumsi.

HASIL

Pengetahuan tentang PTM

Berdasarkan hasil penelitian, diperoleh total skor minimal sebesar 23, total skor maksimal sebesar 41, nilai tengah (median) sebesar 33 dan nilai rata-rata (mean) sebesar 32,93. Hasil penelitian tingkat pengetahuan menunjukkan responden dengan tingkat pengetahuan yang baik tentang PTM mengingat. Dari total 60 orang responden, terdapat 29 orang responden (48,3%) yang mempunyai tingkat pengetahuan dalam kategori baik tentang PTM dan 31 responden (51,7%) lainnya mempunyai tingkat pengetahuan yang cukup baik tentang PTM. Tidak ada responden yang memiliki pengetahuan rendah terkait PTM.

Risiko Terkena PTM dari Perspektif Perilaku Konsumsi

Berdasarkan hasil penelitian, diperoleh total skor minimal sebesar 14, total skor maksimal sebesar 29, nilai tengah (median) sebesar 23, dan nilai rata-rata (mean) sebesar 22,92. Data hasil penelitian menunjukkan bahwa responden mempunyai risiko tinggi terkena PTM. Hal ini dilihat dari sebaran jawaban responden yang paling banyak berada pada kategori risiko tinggi, yaitu sebanyak 42 responden (70%). Sementara 18 responden lainnya (30%) lainnya mempunyai tingkat risiko terkena PTM dalam kategori sedang.

Korelasi antara Pengetahuan tentang PTM dan Risiko Terkena PTM

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa tingkat pengetahuan responden yang terbanyak pada kategori baik. Sementara risiko terkena PTM dari perspektif perilaku konsumsi yang terbanyak pada kategori tinggi. Dari hasil analisis yang dilakukan dengan korelasi Rank Spearman test ($r = -0,863$, $p = 0,000$). Berdasarkan hasil tersebut maka dapat disimpulkan bahwa terdapat korelasi yang positif dan signifikan antara Pengetahuan tentang PTM dengan Risiko terkena PTM dari perspektif perilaku konsumsi pada siswa SMA Muhammadiyah Purbalingga. Artinya bahwa tingginya pengetahuan tentang PTM diikuti pula dengan tingginya risiko terkena PTM dari perspektif perilaku konsumsi. Kondisi demikian dapat dimaknai bahwa pengetahuan tentang PTM ternyata tidak berdampak positif dalam mengarahkan perilaku konsumsi yang sehat, yang dapat mengurangi risiko terkena PTM.

PEMBAHASAN

Pengetahuan tentang PTM

Tingkat pengetahuan siswa SMU Muhammadiyah tinggi menjadi modal dalam upaya pencegahan PTM pada remaja. Berpijak pada pengetahuan yang baik pada responden penelitian ini terkait dengan PTM, maka responden antara lain dapat mengetahui dan memahami tentang jenis-jenis PTM dan berbagai faktor yang dapat menyebabkan PTM. Melalui pengetahuan tersebut, responden dapat mengembangkan perilaku untuk mencegah dan memperkecil risiko terkena PTM, khususnya melalui pola konsumsi

yang baik, yaitu dengan mengkonsumsi makanan yang sehat dan berimbang serta menghindari makanan atau minuman yang berisiko dapat menyebabkan terkena PTM.

Jadi pengetahuan responden tentang konstelasi PTM secara konseptual mempunyai peranan yang sangat penting dalam membentuk perilakunya dalam upaya mencegah dan memperkecil risiko terkena PTM. Perilaku dimaksud secara spesifik terwujud melalui perilaku konsumsi makanan dan minuman yang sehat. Soekanto (2012) menyatakan bahwa pengetahuan adalah hasil usaha manusia untuk memahami kenyataan sejauh mana kenyataan dapat dijangkau oleh daya pemikiran manusia berdasarkan pengalaman secara empiris. Sementara Notoatmodjo (2012) berpendapat bahwa pengetahuan merupakan hasil dari tahu, dan ini terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Penginderaan terjadi melalui panca indera manusia, yakni indera penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa, dan raba. Variabel Pengetahuan tentang PTM (X) diukur dengan 11 (sebelas) item pernyataan dengan 4 (empat) opsi tanggapan dengan rentang skor 1 s.d 4.

Risiko Terkena PTM dari Perspektif Perilaku Konsumsi

Penyakit Tidak Menular (PTM) adalah penyakit yang tidak dapat ditularkan atau dari suatu individu ke individu lainnya. Beberapa contoh penyakit tidak menular adalah penyakit jantung, stroke, diabetes dan penyakit lainnya. Penyakit tidak menular umumnya diderita oleh seseorang yang tidak menjaga kesehatan dan tidak mampu menjaga pola kesehatan tersebut (Irwan, 2018). Ditjen P2P (2019) mengungkapkan bahwa PTM (Penyakit Tidak Menular) merupakan penyakit katastropik atau noncommunicable diseases yang menjadi penyebab dari tingginya angka kematian di dunia. Penyakit tidak menular menjadi penyebab dari sedikitnya 71% kematian yang ada di dunia pada tahun 2016. Berdasarkan data WHO (World Health Organization) tahun 2018 menunjukkan bahwa penyebab kematian yang disebabkan oleh penyakit tidak menular adalah sebesar 73%. Variabel Risiko terkena PTM dari perspektif perilaku konsumsi (Y) diukur dengan (delapan) item pernyataan dengan rentang skor 1 s.d 4.

Responden pada satu sisi sering mengkonsumsi buah dan sayur, tetapi di sisi lain juga sering mengkonsumsi berbagai jenis makanan dan minuman yang kurang atau bahkan tidak sehat, seperti fastfood, mie instan, jajanan yang sering dibumbui dengan saos dan bumbu penyedap (misalnya bakso, cilok, nugget, sosis, dan sejenisnya), snack buatan pabrik (misalnya Chiki, Cheetos, Taro, Chitato, dan sejenisnya), minuman bersoda (misalnya Coca Cola, Sprite, Fanta, Big Cola, dan sejenisnya), serta minuman energi (misalnya Extra Jos, Karatingdaeng, Hemaviton Energy Drink, dan sejenisnya). Frekuensi konsumsi oleh responden terhadap berbagai jenis makanan dan minuman tersebut secara keseluruhan minimal 2-3 kali dalam seminggu. Bahkan sebagian besar responden menyatakan frekuensinya sebanyak 4-6 kali dalam seminggu. Kondisi demikian memberikan gambaran bahwa responden umumnya hampir setiap hari mengkonsumsi berbagai jenis makanan dan minuman yang bisa memicu terjadinya PTM. Jadi jelas bahwa perilaku konsumsi responden sangat berisiko menyebabkan terkena PTM.

Berbagai jenis makanan dan minuman yang tidak sehat tersebut sangat mudah didapatkan karena rumah makan, toko-toko, warung hingga para penjual perorangan (bakul) bertebaran di mana-mana. Selain itu, berkembangnya sistem delivery order pada

sejumlah rumah makan dan sistem pembelian makanan secara online melalui layanan aplikasi transportasi berbasis online seperti Grab dan Gojek semakin memudahkan masyarakat, termasuk kaum remaja, untuk membeli berbagai jenis makanan dan minuman yang diinginkan.

Tingginya risiko terkena PTM dari perspektif perilaku konsumsi merupakan kondisi yang ironis mengingat responden memiliki tingkat pengetahuan yang baik tentang PTM. Semakin baiknya tingkat pengetahuan tentang PTM idealnya dapat mengarahkan responden untuk menjaga perilaku konsumsi yang sehat, khususnya dengan menghindari berbagai jenis makanan dan minuman yang dapat menyebabkan PTM apabila sering dikonsumsi atau bahkan terus dikonsumsi dalam jangka panjang.

Tingginya risiko terkena PTM pada responden yang merupakan bagian dari kaum remaja, sejalan dengan pendapat berbagai ahli bahwa remaja merupakan kelompok masyarakat yang sangat berisiko terpapar penyakit tidak menular. Tingginya risiko terkena PTM pada kalangan remaja antara lain dipicu oleh pola atau gaya hidup dan kondisi lingkungan. Remaja hingga diketahui memiliki gaya hidup yang kurang sehat yang dapat menyebabkan resiko tinggi terkena penyakit tidak menular. Remaja saat ini tidak lepas dari gaya hidup yang tidak sehat seperti merokok, mengonsumsi makanan siap saji, dan gaming online yang menyebabkan kurangnya aktivitas fisik remaja (Alamsyah, Selatan, & Riau, 2017; Herman & Darwin, 2018; Rikky, Santoso, & Purnomo, 2017).

Korelasi antara Pengetahuan tentang PTM dan Risiko Terkena PTM

Hasil penelitian ini menggambarkan bahwa perilaku konsumsi siswa SMA Muhammadiyah Purbalingga cenderung tidak sehat dan berisiko tinggi terhadap kemungkinan terkena PTM. Meskipun para siswa mengetahui konstelasi tentang PTM, akan tetapi mereka tidak berusaha untuk menghindari risiko terkena PTM. Hal demikian ditunjukkan melalui seringnya mengonsumsi berbagai jenis makanan dan minuman yang dapat memicu terjadinya PTM jika banyak dikonsumsi atau sering dikonsumsi dalam jangka panjang, seperti makanan siap saji, mie instan, makanan yang banyak mengandung garam, bahan pengawet, dan berbagai jenis bumbu penyedap, minuman bersoda, minuman energi, dan sebagainya. Pada konteks ini para responden, seperti halnya kaum remaja pada umumnya cenderung lebih memilih aspek kepraktisan dalam memilih makanan dan minuman yang konsumsinya, terlebih lagi jika teman-teman sebayanya juga banyak yang konsumsinya. Jadi, aspek kepraktisan lebih diutamakan dengan mengabaikan bahaya yang bisa ditimbulkan. Apalagi dampak dari berbagai jenis makanan dan minuman yang tidak sehat pada umumnya terjadi dalam jangka panjang, misalnya beberapa tahun ke depan, sehingga para remaja cenderung kurang menyadari bahaya yang dapat ditimbulkan oleh makanan dan minuman yang tidak sehat.

Kepraktisan secara empiris merupakan bagian dari gaya hidup remaja jaman sekarang. Dapat diamati bahwa berbagai hal yang bersifat praktis dan instan banyak disukai oleh kaum remaja masa kini. Gaya hidup semacam ini juga berdampak pada perilaku konsumsi remaja sekarang, yang banyak menyukai berbagai jenis makanan dan minuman yang sifatnya instan dan praktis. Sejalan dengan itu, dampak negatif yang bisa ditimbulkan dari aspek kepraktisan, nampaknya cenderung kurang diindahkan. Semua

itu pada satu sisi mengarahkan pada tingginya risiko terkena PTM. Artinya bahwa gaya hidup remaja jaman sekarang sangat rentan bagi risiko terkena PTM.

Temuan penelitian ini bahwa perilaku konsumsi pada responden penelitian ini memiliki kecenderungan kuat mengutamakan kepraktisan dan mengabaikan bahaya yang bisa ditimbulkan sejalan dengan hasil survei Global Schoolbased Student Health Survey (GSHS) atau survei kesehatan global berbasis sekolah pada tahun 2015, yang menunjukkan bahwa pola hidup remaja saat ini berisiko terhadap penyakit tidak menular. Data GSHS menunjukkan pola makan yang tidak sehat seperti dalam satu hari remaja mengkonsumsi makanan siap saji (53%), kurang konsumsi sayur dan buah (78,4%), minuman bersoda (28%). Demikian pula dengan Hasil Riskesdas tahun 2013, yang menunjukkan bahwa 93,5% penduduk usia 10 tahun ke atas kurang mengkonsumsi sayur dan buah. Data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2013 mencatat sebesar 2,5% pasien stroke sudah menderita stroke sejak usia 18-24 tahun. Selain itu, PTM yang dijumpai pada anak usia sekolah dan remaja adalah kanker sebesar 0,6%, asma sebesar 5%, dan obesitas atau kegemukan sebanyak 10%.

KESIMPULAN

Pengetahuan tentang PTM bermanfaat dalam upaya pencegahan risiko menderita PTM, diabetes melitus, hipertensi, jantung coroner dan asma pada siswa SMA Muhammadiyah Purbalingga. Siswa juga tidak menderita PTM dalam kurun waktu 3 tahun terakhir.

Peneliti menyarankan agar: 1)Bagi Remaja: diharapkan agar lebih meningkatkan pengetahuan kesehatan khususnya PTM dan bisa menghindari sesuatu yang dapat menyebabkan timbulnya PTM; 3)Bagi Peneliti: Diharapkan dapat melakukan penelitian lebih lanjut dengan pengembangan variabel penelitian dan jumlah responden yang lebih banyak sehingga akan diperoleh hasil yang lebih baik.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan banyak terimakasih disampaikan kepada: 1)Kepala Sekolah SMA Muhammadiyah yang telah memberi kesempatan kepada peneliti untuk mengambil data. 2)Semua pihak yang telah membantu terlaksananya kegiatan penelitian oleh tim Peneliti Prodi Keperawatan Purwokerto Program Diploma III Poltekkes Kemenkes Semarang.

REFERENSI

- Alamsyah, A., Selatan, T., & Riau, P. (2017). Determinan perilaku merokok pada remaja. *Journal Endurance*, 2(February), 25–30.
- Antimas, N.A., Lestari, H., Afa, J.R. (2017). Survei faktor risiko penyakit tidak menular pada mahasiswa Universitas Halu Oleo. *Jimkesmas*, 2(6).
- Badan Litbangkes. (2019). *Laporan Riskesdas 2018*. Jakarta: Kemenkes RI.
- Ditjen P2P. (2019). *Buku pedoman manajemen penyakit tidak menular*. Jakarta: Kemenkes RI.

- Global 2019 Disease and Injuries Collaborators. (2020). Global burden of 369 diseases and injuries in 204 countries and territories, 1990-2019: A systematic analysis for the global burden of disease study 2019. *Lancet*, 396 (10238), 1204–1222.
- Herman, D., & Darwin, E. (2018). Artikel penelitian keinginan berhenti merokok pada pelajar perokok berdasarkan global youth tobacco survey di SMK Negeri Kota Padang. *Jurnal Kesehatan Andalas*, 7 (2), 205–211.
- Irwan. (2018). *Epidemiologi Penyakit Tidak Menular*. Yogyakarta: Deepublish.
- Kemkes RI. (2012). *Penyakit tidak menular. buletin jendela data dan informasi kesehatan*. Jakarta: Pusat Data dan Informasi Kemkes.
- Kemkes RI. (2013). *Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas)*. Jakarta: Balitbangkes Kemkes.
- Patimah, Sitti, Idhar D., Masriadi, & Nukman. (2021). Upaya pencegahan dan pengendalian penyakit tidak menular berbasis masyarakat melalui kegiatan penyuluhan dan pelatihan. *Caradde: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 3(3).
- Rikky, Y., Santoso, D., & Purnomo, J.T. (2017). Hubungan kecanduan game online terhadap penyesuaian sosial pada remaja. *Jurnal Humaniora Yayasan Bina Darma*, 4(1), 27–44.
- Simpson, O. and Camorlinga S.G. (2017). A framework to study the emergence of non-communicable diseases. *Procedia Computer Science*, 114, 116–125.
- Yuningrum, Hesti, Heni T. & Naomi N.R. (2021). Faktor risiko penyakit tidak menular (PTM) pada remaja: Studi kasus pada SMA Negeri dan Swasta di Kota Yogyakarta. *Jurnal Formil (Forum Ilmiah) KesMas Respati*, 6(1).
- Wang Y, W. J. (2020). Modelling and prediction of global noncommunicable diseases. *BMC Public Health*, 20, 822.