

SURAT TUGAS

Nomor: 270-R/UNTAR/Pengabdian/II/2025

Rektor Universitas Tarumanagara, dengan ini menugaskan kepada saudara:

ENNY IRAWATY, dr., MPd.Ked.

Untuk melaksanakan kegiatan pengabdian kepada masyarakat dengan data sebagai berikut:

Judul : Edukasi Sindroma Metabolik untuk Mencegah Risiko Penyakit Jantung pada Guru
Mitra : Sekolah Atisa Dipamkara
Periode : 16 Oktober 2024
URL Repository : <https://lintar.untar.ac.id/ltrdosen/lapBKD/srttgspkm.aspx>

Demikian Surat Tugas ini dibuat, untuk dilaksanakan dengan sebaik-baiknya dan melaporkan hasil penugasan tersebut kepada Rektor Universitas Tarumanagara

11 Februari 2025

Rektor



Prof. Dr. Amad Sudiro, S.H., M.H., M.Kn., M.M.

Print Security : d49293e71a651a91f647b057b7711b4c

Disclaimer: Surat ini dicetak dari Sistem Layanan Informasi Terpadu Universitas Tarumanagara dan dinyatakan sah secara hukum.

Jl. Letjen S. Parman No. 1, Jakarta Barat 11440
P: 021 - 5695 8744 (Humas)
E: humas@untar.ac.id

 Untar Jakarta

 untar.ac.id

Lembaga

- Pembelajaran
- Kemahasiswaan dan Alumni
- Penelitian & Pengabdian Kepada Masyarakat
- Penjaminan Mutu dan Sumber Daya
- Sistem Informasi dan Database

Fakultas

- Ekonomi dan Bisnis
- Hukum
- Teknik
- Kedokteran
- Psikologi
- Teknologi Informasi
- Seni Rupa dan Desain
- Ilmu Komunikasi
- Program Pascasarjana

**LAPORAN AKHIR
PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT YANG DIAJUKAN
KE LEMBAGA PENELITIAN DAN PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT**



**EDUKASI SINDROMA METABOLIK UNTUK
MENCEGAH RISIKO PENYAKIT JANTUNG PADA GURU**

Disusun oleh:

Ketua Tim

dr.Enny Irawaty, M.Pd.Ked, Sp. KKLK (0307058004/10410006)

Anggota:

Astrid Kayla Hanun (405230071)
Amanda Dea Fauziyyah (405230221)

**PROGRAM STUDI KEDOKTERAN
FAKULTAS KEDOKTERA
UNIVERSITAS TARUMANAGARA
JAKARTA
2025**

HALAMAN PENGESAHAN LAPORAN AKHIR PKM
Periode II Tahun 2024

1. Judul : Edukasi Sindroma Metabolik untuk Mencegah Risiko Penyakit Jantung pada Guru
2. Nama Mitra PKM : Sekolah Atisa Dipamkara
3. Dosen Pelaksana
 - A. Nama dan gelar : dr.Enny Irawaty, M.Pd. Ked, Sp. KKLP
 - B. NIDN/NIK : 0307058004/10410006
 - C. Jabatan/Golongan : Dosen tetap/IIIb
 - D. Program studi : Sarjana Kedokteran
 - E. Fakultas : Kedokteran
 - F. Bidang keahlian : Ilmu Pendidikan Kedokteran dan Bioetika
 - G. Nomor HP/Telpon :
4. Anggota yang Terlibat
 - A. Jumlah Anggota (Mahasiswa) : 2 orang
 - B. Nama & NIM Mahasiswa 1 : Astrid Kayla Hanun (405230071)
 - C. Nama & NIM Mahasiswa 2 : Amanda Dea Fauziyyah (405230221)
5. Lokasi Kegiatan Mitra
 - A. Wilayah mitra : Lippo Village
 - B. Kabupaten/kota : Tangerang
 - C. Provinsi : Banten
6. Metode Pelaksanaan : Luring/Daring
7. Luaran yang dihasilkan
 - a. Luaran wajib : Jurnal ilmiah
 - b. Luaran tambahan : HKI
8. Jangka Waktu Pelaksanaan : Juli – Desember 2024
9. Biaya Total yang disetujui LPPM : Rp 8.500.000, -

Jakarta, 10 Januari 2025

Menyetujui,
Ketua LPPM



Dr. Hetty Karunia Tunjungasari, S.E., M.Si
NIDN/NIK: 0316017903/10103030

Ketua Pelaksana



dr.Enny Irawaty, M.Pd. Ked, Sp. KKLP
NIDN/NIK: 0307058004/10410006

RINGKASAN

Angka kejadian sindrom metabolik di Indonesia semakin meningkat seiring dengan perubahan gaya hidup dan pola makan. Beberapa studi menunjukkan bahwa prevalensi sindrom metabolik di berbagai wilayah di Indonesia berkisar antara 20% - 30% pada populasi dewasa. Sindrom metabolik meningkatkan risiko penyakit kardiovaskular. Mitra kegiatan bakti kesehatan ini adalah guru dan staf di KB-TK. Kekurangpedulian individu terhadap penyakit kardiovaskuler yang disebabkan oleh sindrom metabolik dapat menjadi masalah serius di masyarakat. Maka dengan itu tim bakti kesehatan Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara merasa perlu melakukan suatu kegiatan bakti kesehatan berupa edukasi terhadap sindrom metabolik. Metode yang digunakan kegiatan ini adalah edukasi dalam bentuk edukasi. Keberhasilan kegiatan dinilai dari hasil pretes dan postes yang dianalisis dengan uji t berpasangan. Total sebanyak 19 orang mengikuti kegiatan ini. Rerata nilai pretes adalah sebesar $73,68 \pm 15,53$ dan rerata nilai postes adalah $93,42 \pm 7,65$. Hasil uji t berpasangan didapatkan perbedaan rerata sebesar $19,74 \pm 13,38$ dengan $p \text{ value} = 0,0001$. Kegiatan bakti kesehatan ini telah mampu meningkatkan pengetahuan peserta mengenai sindrom metabolik dan secara statistik bermakna. Hasil ini merupakan suatu hasil yang sangat baik. Selain meningkatkan pengetahuan peserta, kegiatan ini diharapkan dapat juga meningkatkan kepedulian dan kewaspadaan terhadap bahaya dari sindrom metabolik. Sehingga bahaya penyakit akibat dari sindrom metabolik tidak timbul dikemudian hari.

Kata kunci: edukasi, pengetahuan, sindrom metabolik

PRAKATA

Puji syukur kami panjatkan kehadiran Tuhan Yang Maha Esa atas rahmat dan karunia-Nya atas terlaksananya kegiatan “**Edukasi Sindroma Metabolik untuk Mencegah Risiko Penyakit Jantung pada Guru**” terlaksana dengan baik dan lancar serta sampai terselesaikannya laporan akhir. Laporan akhir kegiatan pengabdian masyarakat dibuat sebagai pertanggungjawaban secara tertulis kegiatan yang didanai oleh LPPM Universitas Tarumanagara periode 2 tahun 2024.

Kegiatan bakti kesehatan ini terselenggara atas kerja keras semua pihak yang telah memberikan dukungan moril maupun materil. Kami mengucapkan banyak terima kasih, khususnya kepada:

- a. Yayasan Tarumanagara, baik Pimpinan (Pembina, Pengawas dan pengurus) yang mendukung kegiatan pengabdian masyarakat di Universitas Tarumanagara
- b. Rektor Universitas Tarumanagara
- c. Ketua Lembaga Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat Universitas Tarumanagara
- d. Dekan Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara
- e. Dosen Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara
- f. Kepala dan seluruh staf di Sekolah KB-TK Atisa Dipamkara
- g. Pihak lain yang tidak dapat kami sebutkan satu persatu, yang telah membantu terwujudnya kegiatan bakti kesehatan .

Semoga laporan akhir ini dapat memberikan gambaran tentang kegiatan pengabdian masyarakat Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara. Mohon maaf atas segala kekurangan yang terjadi. Atas perhatian dan kerjasama semua pihak, kami ucapkan terima kasih

Jakarta, Januari 2025

Tim Pengabdian Kesehatan

DAFTAR ISI

Halaman Sampul.....	i
Halaman Pengesahan.....	ii
Ringkasan.....	iii
Daftar Isi.....	iv
Daftar Tabel.....	v
Bab 1. Pendahuluan.....	1
1.1. Analisa Situasi.....	1
1.2. Permasalahan Mitra dan Tujuan Kegiatan PKM atau PKM sebelumnya.....	2
1.3. Uraian penelitian dan PKM terkait.....	2
1.4. Uraikan keterkaitan topik dengan Peta Jalan PKM yang ada di Rencana Induk Penelitian dan PKM Untar.....	3
Bab 2. Solusi Permasalahan dan Luaran.....	4
2.1. Solusi Permasalahan.....	4
2.2. Rencana Luaran Kegiatan.....	4
Bab 3. Metodologi Pelaksanaan.....	5
3.1. Bentuk/Jenis Metode Pelaksanaan.....	5
3.2. Langkah – Langkah/Tahapan Pelaksanaan.....	5
3.3. Partisipasi Mitra dalam Kegiatan PKM.....	6
Bab 4. Hasil dan Luaran yang Dicapai.....	7
4.1. Hasil Kegiatan Bakti Kesehatan.....	7
4.2. Luaran yang Dicapai.....	10
Bab 5. Kesimpulan dan Saran.....	12
5.1. Kesimpulan.....	12
5.2. Saran.....	12
Daftar Pustaka.....	13
Lampiran.....	15

Daftar Tabel

Tabel 1. Rencana Luaran Kegiatan.....	4
Tabel 2. Hasil kegiatan edukasi.....	9
Tabel 3. Analisis hasil pretes dan postes.....	10

Daftar Gambar

Gambar 1. Pengisian pretes.....	8
Gambar 2. Kegiatan edukasi.....	8
Gambar 3. <i>Leaflet</i> “Cegah Sindrom Metabolik dengan SADAR”.....	10
Gambar 4. Sertifikat HKI <i>Leaflet</i> “Cegah Sindrom Metabolik dengan SADAR”....	11

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Analisa Situasi

Sindroma metabolik didefinisikan sebagai sekumpulan setidaknya tiga dari lima abnormalitas kardiometabolik yang terjadi secara bersamaan. Abnormalitas ini meliputi obesitas abdominal, hiperglikemia, hipertrigliseridemia, kolesterol HDL rendah, dan hipertensi. (Swarup, 2024) Federasi Diabetes Internasional (IDF), Pedoman Program Pendidikan Kolesterol Nasional Panel Perawatan Dewasa – III (NCEP ATP-III), mendefinisikan sindroma metabolik (MetS) sebagai sekumpulan abnormalitas metabolik yang saling terhubung, meliputi metabolisme glukosa (diabetes melitus), metabolisme lipid (hiperkolesterolemia dan dislipidemia), tekanan darah tinggi, dan obesitas sentral. MetS meningkatkan risiko diabetes tipe-2, penyakit kardiovaskular, dan mortalitas akibat semua penyebab. Selain itu, juga terkait dengan komorbiditas lain, termasuk keadaan pro-trombotik dan pro-inflamasi, steatohepatitis non-alkoholik, dan gangguan reproduksi. (Guembe,2020)

Prevalensi sindroma metabolik di Indonesia semakin meningkat seiring dengan perubahan gaya hidup dan pola makan. Beberapa studi menunjukkan bahwa angka prevalensi sindromaa metabolik di berbagai wilayah di Indonesia berkisar antara 20% hingga 30% dari populasi dewasa. Dengan meningkatnya obesitas secara global, sindroma metabolik juga menjadi epidemi global. Diperkirakan 12–37% populasi Asia dan 12–26% populasi Eropa mengalami sindromaa metabolik. Individu dengan sindromaa metabolik memiliki risiko yang lebih tinggi terhadap morbiditas dan mortalitas kardiovaskular, karena sindroma metabolik diketahui sebagai faktor risiko kuat untuk diabetes tipe 2, penyakit kardiovaskular, dan stroke. (Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, 2018; Kementerian Kesehatan RI, 2017)

Penyakit jantung koroner (PJK) adalah penyebab utama kematian di antara kelompok penyakit tidak menular (PTM) di Indonesia. Analisis awal Survei Pendaftaran Sampel (SRS) yang dilakukan oleh Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan pada tahun 2015 menunjukkan bahwa secara nasional, PJK merupakan salah satu dari lima penyebab kematian tertinggi (12,9%) dan 2018 meningkat pada dewasa muda terkait resiko penyakit jantung akibat sindroma metabolik sebanyak 1,5%. (Kementerian Kesehatan RI, 2017; Sigit, 2020)

Sindroma metabolik (MetS) meningkatkan faktor risiko kardiovaskular, hipertrigliseridemia, kolesterol HDL yang menurun, dan hipertensi. Sindroma metabolik sering terjadi pada orang muda sehingga meningkatkan angka dan keparahan penyakit kardiovaskular, terkait dengan spektrum kondisi kardiovaskular yang meliputi disfungsi mikrovascular, aterosklerosis koroner dan kalsifikasi, disfungsi jantung, infark miokard, dan gagal jantung (Tune,2017)

1.2. Permasalahan Mitra dan Tujuan Kegiatan PKM atau PKM sebelumnya

Mitra kegiatan edukasi pada kegiatan PKM ini adalah guru KB-TK di Atisa Dipamkara. Ketidakpedulian individu terhadap penyakit jantung yang disebabkan oleh sindroma metabolik dapat menjadi masalah serius di masyarakat. Banyak orang yang tidak memahami hubungan antara sindromaa metabolik dan risiko penyakit jantung. Edukasi mengenai pentingnya mengenali faktor risiko sangat diperlukan. Seseorang baru menyadari adanya masalah kesehatan setelah mengalami gejala serius, seperti serangan jantung, yang seringkali terlambat. (Ranasinghe, 2017)

Morbiditas dan mortalitas risiko penyakit kardiovaskular pada orang dewasa muda karena sindromaa metabolik terus meningkat dalam beberapa dekade terakhir. Tren ini sesuai dengan meningkatnya prevalensi faktor risiko kardiovaskular seperti obesitas dan diabetes melitus tipe 2, di kalangan orang dewasa muda pada negara maju termasuk Indonesia. Peningkatan risiko kardiovaskular pada orang dewasa muda sebagian besar disebabkan oleh faktor risiko perilaku yang umum, seperti merokok, pola makan tidak sehat, gangguan tidur, jarang berolahraga, sibuk pekerjaan sehingga tidak peduli terhadap kesehatan. (Gooding,2020) Tim pengabdian sebelumnya pernah bekerjasama dengan mitra terkait kegiatan edukasi pentingnya menjaga kadar kolesterol.

1.3. Uraian Hasil Penelitian dan PKM terkait

Sebuah kegiatan yang dilakukan oleh Fikri dkk pada tahun 2022 di Desa Cadaskertajaya, Karawang, Jawa Barat mendapatkan sebanyak 50% peserta dengan pengetahuan kurang dan sedang serta dan tidak ada peserta yang berpengetahuan baik mengenai penyakit sindroma metabolik pada hasil pretesnya. (Fikri dkk, 2023) Setelah dilakukan postes mendapatkan sebanyak 54,5% peserta dengan pengetahuan sedang dan tidak ada peserta yang berpengetahuan baik (Fikri, 2023).

Kegiatan yang dilakukan oleh Widhiyastuti dkk pada masyarakat di Dusun Ngringo, Jateng, Karanganyar pada tahun 2022 yang mendapatkan rerata nilai pretes peserta adalah sebesar 73,00 poin dan rerata nilai postes peserta adalah 90,00 poin (Widhiastuti, 2022). Namun pada kegiatan yang dilakukan oleh Novendy dkk, pada guru SD di Kabupaten Tangerang pada bulan September tahun 2023, mendapatkan rerata pretes adalah 81,2 poin dan rerata hasil postes adalah 87,7 poin (Novendy dkk, 2024).

1.4. Uraikan keterkaitan topik dengan Peta Jalan PKM yang ada di Rencana Induk Penelitian dan PKM Untar

Topik pada kegiatan pengabdian terkait edukasi pencegahan penyakit jantung dan sindroma metabolik sesuai dengan RIP Penelitian dan PKM terkait upaya peningkatan layanan kesehatan Masyarakat.

BAB 2

SOLUSI PERMASALAHAN DAN LUARAN

2.1. Solusi Permasalahan

Berdasarkan uraian pada permasalahan mitra perlu dilakukan edukasi dalam upaya meningkatkan pengetahuan tentang sindroma metabolik dan penyakit jantung sehingga meningkatkan kesadaran mitra untuk peduli melakukan pemeriksaan kesehatan secara berkala guna deteksi dini risiko sindroma metabolik. Dengan meningkatkan kesadaran dan pengetahuan tentang risiko yang terkait dengan sindroma metabolik, diharapkan dapat mengurangi prevalensi penyakit jantung dan meningkatkan kesehatan masyarakat secara keseluruhan (Gooding,2020) Pengukuran dampak penyuluhan dilakukan secara kualitatif yaitu apabila pertanyaan yang diberikan oleh penyuluh dapat dijawab dengan benar oleh peserta edukasi serta hasil pretest dan posttest yang dikerjakan umpan balik menunjukkan penyampain materi yang diberikan dapat diterima oleh peserta. Tujuan kegiatan adalah meningkatkan pengetahuan terkait penyakit jantung dan sindroma metabolik di mitra PKM. Edukasi kesehatan bagian dari upaya promotif dan preventif melalui kemandirian para peserta edukasi kesehatan sehingga mampu mencegah sindroma metabolik dan resiko penyakit jantung.

2.2. Rencana Luaran Kegiatan

Tabel 1. Rencana Luaran Kegiatan

No.	Jenis Luaran	Keterangan
Luaran Wajib		
1	Publikasi ilmiah pada jurnal ber ISSN atau	-
2	Prosiding dalam temu ilmiah	Publikasi
Luaran Tambahan (wajib ada)		
1	Hak Kekayaan Intelektual (HKI) atau	Sertifikat
2	Teknologi Tepat Guna (TTG) atau	-
3	Model/Purwarupa (Prototip)/Karya Desain/Seni atau	-
4	Buku ber ISBN atau	-
5	Produk Terstandarisasi	-

BAB 3

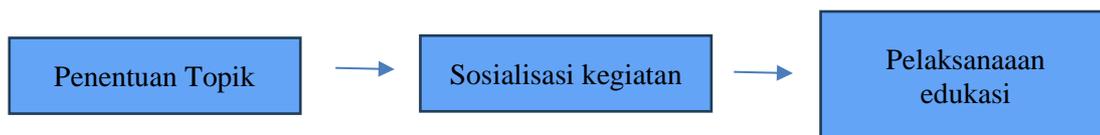
METODE PELAKSANAAN

3.1. Bentuk/Jenis Metode Pelaksanaan

Metode pelaksanaan kegiatan adalah edukasi kesehatan terkait sindroma metabolik dan penyakit jantung pada guru KB-TK.

3.2. Langkah-Langkah/Tahapan Pelaksanaan

1. Kegiatan persiapan meliputi: penentuan topik berdasarkan masalah dan permintaan dari masyarakat, penentuan tim, pembuatan proposal hingga menyampaikan rencana kepada mitra terkait sasaran edukasi kesehatan, materi serta metode pelaksanaan edukasi kesehatan. Target sasaran pada kegiatan edukasi ini adalah guru TK Atisa Dipamkara
2. Tim pengabdian bekerjasama dengan mitra untuk mensosialisasikan kegiatan serta membantu agar peserta yang ingin mengikuti acara edukasi kesehatan
3. Rangkaian Pelaksanaan pada edukasi kesehatan dibagi menjadi 2 bagian, yaitu bagian persiapan pelaksanaan kegiatan dan hasil kegiatan bakti kesehatan. Menjelang acara kegiatan maka tim pengabdian secara internal melakukan rapat membahas persiapan materi, kuesioner yang dibagikan sebelum dan sesudah penyampaian materi edukasi.
4. Kegiatan edukasi kesehatan dimulai dengan pretest untuk mengukur pengetahuan awal peserta edukasi kesehatan terkait materi. Kegiatan edukasi dilanjutkan pemaparan materi oleh tim pengabdian FK UNTAR, setelah penyampaian materi maka kegiatan dilanjutkan tanya jawab interaktif serta posttes. Posttes dilakukan untuk mengukur tingkat pengetahuan peserta edukasi kesehatan setelah mengikuti kegiatan edukasi .
5. Tim Pengabdian membuat laporan akhir serta luaran pengabdian yang telah ditentukan tim pengabdian



3.3. Partisipasi Mitra dalam Kegiatan PKM

Mitra edukasi diikutsertakan pada persiapan, sosialisasi serta pelaksanaan kegiatan. Pada pelaksanaan kegiatan edukasi kesehatan maka peserta edukasi diminta mengisi kuisisioner untuk menilai pengetahuan awal sehingga kegiatan ini dapat berlangsung berkelanjutan dan berkesinambungan dan menilai apakah kegiatan edukasi ini memberikan manfaat bagi mitra. Target kegiatan jangka pendek terjadi peningkatan wawasan serta kesadaran peserta edukasi

tentang pencegahan resiko penyakit jantung karena sindroma metabolik. Manfaat kegiatan adalah peserta edukasi bertambah wawasan kesehatan terkait pencegahan resiko penyakit jantung karena sindroma metabolik serta dapat menerapkan pola hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari. Target jangka menengah adalah meningkatkan derajat kesehatan serta kualitas hidup peserta edukasi dalam pencegahan resiko penyakit jantung karena sindroma metabolik. Target jangka panjang adalah menciptakan lingkungan yang sehat serta menurunkan angka kesakitan serta komplikasi penyakit jantung dan sindroma metabolik.

BAB 4

HASIL dan PEMBAHASAN

4.1. Hasil Kegiatan Bakti Kesehatan

Kegiatan bakti kesehatan berupa edukasi mengenai penyakit sindrom metabolik dilaksanakan pada tanggal 16 Oktober 2024. Kegiatan ini diikuti oleh 19 orang peserta. Hampir seluruh peserta dalam kegiatan ini adalah perempuan, hanya satu peserta adalah laki – laki. Kejadian sindrom metabolik pada laki – laki dan perempuan berbeda di beberapa negara, seperti di Brazil menunjukkan prevalensi sindroma metabolik pada laki – laki sebesar 7,5% sedangkan pada perempuan adalah 10,5% (Ramires et al. 2018). Prevalensi lebih tinggi ditemukan di Portugal yaitu sebesar 47,2% sama pada laki – laki dan perempuan (Santos et al, 2010). Kejadian sindrom metabolik di Belanda, laki – laki lebih tinggi dibandingkan pada perempuan (36% vs 24%), sedangkan angka kejadian di Indonesia laki – laki (28%) lebih rendah dari perempuan (46%) (Sigit et al, 2020). Rerata usia peserta dalam kegiatan ini adalah 37,68 tahun dengan rentang aatar 19 tahun hingga 58 tahun. Sebuah *systematic review* yang dilakukan oleh de Carvalho Vidigal dkk yang melibatkan responden dewasa usia 19 tahun hingga 64 tahun di Brasil mendapatkan prevalensi sindroma metabolik sebanyak 29,6% (de Carvalho Vidigal et al, 2013).

Edukasi adalah faktor penting dalam promosi kesehatan (Fallah et al, 2013). Pengetahuan, sikap dan keyakinan yang salah merupakan hambatan utama untuk terjadinya perubahan perilaku (Khajavishojaii et al, 2001). Pada dasarnya tujuan dengan dilakukannya suatu edukasi kesehatan adalah menghilangkan perilaku – perilaku yang tidak diinginkan dan digantikan dengan perilaku – perilaku yang lebih tepat dan produktif untuk menuju hidup yang lebih sehat (Pérez-Escamilla et al, 2008). Edukasi yang dilakukan pada kegiatan bakti kesehatan ini mendapatkan rerata nilai pretes sebesar $73,68 \pm 15,53$ poin. Hasil yang tidak terlalu berbeda dengan kegiatan pengabdian yang dilakukan oleh Widhiyastuti pada tahun 2022 yang mendapatkan rerata nilai pretes sebesar 73,00 poin (Widhiyastuti dkk, 2022). Hasil yang berbeda jika dibandingkan dengan kegiatan bakti kesehatan yang dilakukan oleh Novendy dkk tahun 2023 di salah satu sekolah dasar di daerah Kabupaten Tangerang, dimana pada kegiatan Novendy dkk didapatkan nilai rerata pretes sebesar 81,2 poin (Novendy dkk, 2024). Hasil yang lebih tinggi bila dibandingkan dengan kegiatan bakti kesehatan ini.



Gambar 1. Pengisian pretes



Gambar 2. Kegiatan edukasi

Setelah dilakukan edukasi didapatkan rerata nilai postes pada kegiatan bakti kesehatan ini sebesar $93,42 \pm 7,65$ poin. Hasil yang sama juga didapatkan pada kegiatan pengabdian Widhiyastuti dengan nilai rerata postes sebesar 93,00 poin (Widhiyastuti dkk, 2022). Namun nilai rerata postes yang didapatkan pada kegiatan oleh Novendy dkk sedikit lebih rendah yaitu rerata nilai postes sebesar 87,7 poin (Novendy dkk, 2024). Bila dilihat berdasarkan

tingkat pengetahuan yang dikategorikan oleh Arikunto, maka hasil pretes didapatkan kebanyakan peserta yaitu sebanyak 63,2% peserta memiliki tingkat pengetahuan cukup mengenai sindrom metabolik. Setelah dilakukan edukasi, pada hasil postes didapatkan hampir semua peserta memiliki tingkat pengetahuan baik (94,7%). Hasil pada kegiatan ini sangat berbeda dengan kegiatan yang dilakukan oleh Fikri dkk pada bulan Oktober 2022 di Desa Cadaskertajaya, Karawang, Jawa Barat. Hasil pretes dari kegiatan Fikri dkk mendapatkan sebanyak 50% peserta memiliki pengetahuan kurang dan sedang (Fikri dkk, 2023). Sedangkan pada hasil postes hanya terdapat sedikit peningkatan, dimana terdapat 54,5% peserta dengan tingkat pengetahuan sedang dan tidak terdapat peserta dengan tingkat pengetahuan baik (Fikri dkk, 2023). Perbedaan tersebut mungkin dapat dikarenakan adanya perbedaan dalam penentuan kategori tingkat pengetahuan. Sedangkan pada kegiatan dari Novendy dkk, hasil yang didapatkan juga berbeda dengan kegiatan bakti kesehatan ini dan kegiatan dari Widhiyastuti dkk. Hasil yang didapatkan pada kegiatan Novendy dkk, baik pretes maupun postes tingkat pengetahuan mengenai sindrom metabolik paling banyak berada pada tingkat pengetahuan baik, yaitu dengan pretes sebesar 63,6% dan postes sebesar 72,7% (Novendy dkk, 2024). Hasil selengkapnya dapat dilihat pada tabel 2.

Tabel 2. Hasil kegiatan edukasi

Variabel	Proporsi (%) N = 19	Mean±SD	Median Min - Maks
Jenis Kelamin			
Laki-laki	1 (5,3)		
Perempuan	18 (94,7)		
Usia (tahun)		37,68±10.42	38 (19 – 58)
Pretes		73,68±15,53	75 (50 – 100)
Kurang	3 (15,8)		
Cukup	12 (63,2)		
Baik	4 (21,1)		
Postes		93,42±7,65	100 (75 – 100)
Kurang	0 (0)		
Cukup	1 (5,3)		
Baik	18 (94,7)		

Hasil pretes dan postes kemudian dilakukan analisis dengan menggunakan uji t berpasangan. Hasil uji t berpasangan mendapatkan nilai *mean difference* antara pretes dan postes sebesar 19,74±13,38 dengan *p value* = 0,0001. Hal ini mengartikan bahwa kegiatan edukasi yang

telah dilakukan secara signifikan dapat meningkatkan pengetahuan peserta mengenai sindrom metabolik. Peningkatan pengetahuan yang didapatkan adalah sebesar 26,8%. Hasil ini sejalan dengan hasil dari kegiatan Widhiyastuti dkk yang juga mendapatkan adanya perbedaan yang signifikan antara hasil pretes dan postes dengan $p\ value = 0,0001$ (Widhiyastuti dkk, 2022). Hasil selengkapnya dapat dilihat pada tabel 3.

Tabel 3. Hasil analisis pretes dan postes

Variabel	Mean \pm SD	Mean difference \pm SD	P value	95% CI
Pretes	73,68 \pm 15,53	19,74 \pm 13,38	0,0001	13,29 – 26,19
Postes	93,42 \pm 7,65			

4.2. Luaran yang dicapai

Kegiatan bakti kesehatan ini menghasilkan dua buah luaran, yaitu luaran wajib dan luaran tambahan. Luaran wajib berupa publikasi yang akan dibawakan dalam acara seminar pengabdian masyarakat, yang rencananya akan dipublikasikan dalam Seri Seminar Nasional (SERINA) tahun 2024. Sedangkan luaran tambahan yang dihasilkan berupa poster dengan judul “Pilih Karbohidrat Tepat, Gula Darah Tidak Melompat” dan telah memperoleh Hak Kekayaan Intelektual dengan nomor sertifikat EC002024215742 pada tanggal 31 Oktober 2024.

BAB 5

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1. Kesimpulan

Kegiatan edukasi yang dilakukan telah mampu meningkatkan pengetahuan peserta mengenai sindrom metabolik dan peningkatan tersebut secara statistik bermakna. Hasil ini menunjukkan suatu hasil yang sangat baik. Selain meningkatkan pengetahuan peserta, kegiatan bakti kesehatan ini juga dapat meningkatkan kepedulian dan kewaspadaan peserta terhadap bahaya dari sindrom metabolik. Sehingga kegiatan seperti ini harus dilakukan secara rutin agar kejadian sindrom metabolik di masyarakat akan semakin berkurang.

5.2 Saran

1. Menindak lanjuti hasil laporan kegiatan bakti kesehatan sehingga dapat melakukan kegiatan pengabdian berkelanjutan serta membuat rancangan strategi bakti kesehatan selanjutnya.
2. Kegiatan bakti kesehatan dilakukan secara multidisplin dengan menjalin kerjasama dengan berbagai disiplin ilmu baik di dalam fakultas kedokteran maupun dengan fakultas lain masyarakat setempat untuk menyelesaikan permasalahan yang ada.

DAFTAR PUSTAKA

- Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. Laporan_Nasional_RKD2018_FINAL.pdf [Internet]. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. 2018. p. 198. Available from: https://labdata.litbang.kemkes.go.id/images/download/laporan/RKD/2018/Laporan_Nasional_RKD2018_FINAL
- de Carvalho Vidigal, F., Bressan, J., Babio, N., & Salas-Salvadó, J. 2013. Prevalence of metabolic syndrome in Brazilian adults: a systematic review. *BMC public health*, 13, 1198. <https://doi.org/10.1186/1471-2458-13-1198>
- Fallah, F., Pourabbas, A., Delpisheh, A., Veisani, Y., & Shadnoush, M. (2013). Effects of nutrition education on levels of nutritional awareness of pregnant women in Western iran. *International journal of endocrinology and metabolism*, 11(3), 175–178. <https://doi.org/10.5812/ijem.9122>
- Fikri, A. M., Elvandari, M., & Kurniasari, R. 2023. Edukasi Pencegahan Sindrom Metabolik pada Wanita Dewasa di Pedesaan. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Sasambo*, 4(2), 157-164. doi: <http://dx.doi.org/10.32807/jpms.v4i2.1094>
- Guembe, M.J., Fernandez-Lazaro, C.I., Sayon-Orea, C. *et al.* Risk for cardiovascular disease associated with metabolic syndrome and its components: a 13-year prospective study in the RIVANA cohort. *Cardiovasc Diabetol* **19**, 195 (2020).
- H.C. Gooding, S.S. Gidding, A.E. Moran, N. Redmond, N.B. Allen, F. Bacha, T.L. Burns, J.M. Catov, M.A. Grandner, K.M. Harris, H.M. Johnson, M. Kiernan, T.T. Lewis, K.A. Matthews, M. Monaghan, J.G. Robinson, D. Tate, K. Bibbins Domingo, B. Spring. Challenges and opportunities for the prevention and treatment of cardiovascular disease among young adults: report from a national heart, lung, and blood institute working group. *J. Am. Hear. Assoc. Cardiovasc. Cerebrovasc. Dis.*, 9 (2020), [10.1161/JAHA.120.016115](https://doi.org/10.1161/JAHA.120.016115)
- Kementerian Kesehatan RI. Rencana Aksi Strategis Nasional Pencegahan dan Pengendalian Penyakit Tidak Menular (RAN PP-PTM) 2015-2019. Kementerian Kesehatan RI. 2017. p. 1–166.
- Khajavishojaii, K., Parsay, S., & Fallah, N. (2001). Assessment of nutritional knowledge, attitude and practices in pregnant women in university hospitals of Tehran . *J Gorgan Univ Med Sci*; 3 (2) :70-75. <http://goums.ac.ir/journal/article-1-137-en.html>
- Novendy., Hartanto., Naibaho, E.M., & Anggraini, J. (2024). Pencegahan Sindroma Metabolik pada Tenaga Pendidik Melalui Edukasi. *Jurnal Serina Abdimas*. 2(1): 24-28. doi: <https://doi.org/10.24912/jsa.v2i1.29188>
- Pérez-Escamilla, R., Hromi-Fiedler, A., Vega-López, S., Bermúdez-Millán, A., & Segura-Pérez, S. (2008). Impact of peer nutrition education on dietary behaviors and health outcomes among Latinos: a systematic literature review. *Journal of nutrition education and behavior*, 40(4), 208–225. <https://doi.org/10.1016/j.jneb.2008.03.011>

- Ramires, E. K. N. M., Menezes, R. C. E. de., Longo-Silva, G., Santos, T. G. dos., Marinho, P. de M., & Silveira, J. A. C. da. (2018). Prevalence and Factors Associated with Metabolic Syndrome among Brazilian Adult Population: National Health Survey - 2013. *Arquivos Brasileiros De Cardiologia*, *110*(5), 455–466. <https://doi.org/10.5935/abc.20180072>
- Ranasinghe, P., Mathangasinghe, Y., Jayawardena, R., Hills, A. P., & Misra, A. (2017). Prevalence and trends of metabolic syndrome among adults in the asia-pacific region: a systematic review. *BMC public health*, *17*(1), 101. <https://doi.org/10.1186/s12889-017-4041-1>
- Santos, A. C., Severo, M., & Barros, H. (2010). Incidence and risk factors for the metabolic syndrome in an urban South European population. *Preventive medicine*, *50*(3), 99–105. <https://doi.org/10.1016/j.ypmed.2009.11.011>
- Sigit, F. S., Tahapary, D. L., Trompet, S., Sartono, E., Willems van Dijk, K., Rosendaal, F. R., & de Mutsert, R. (2020). The prevalence of metabolic syndrome and its association with body fat distribution in middle-aged individuals from Indonesia and the Netherlands: a cross-sectional analysis of two population-based studies. *Diabetology & metabolic syndrome*, *12*, 2. <https://doi.org/10.1186/s13098-019-0503-1>
- Swarup S, Ahmed I, Grigorova Y, et al. Metabolic Syndrome. [Updated 2024 Mar 7]. In: StatPearls [Internet]. Treasure Island (FL): StatPearls Publishing; 2024 Jan. Available from: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK459248/>
- Tune, J. D., Goodwill, A. G., Sassoon, D. J., & Mather, K. J. (2017). Cardiovascular consequences of metabolic syndrome. *Translational research : the journal of laboratory and clinical medicine*, *183*, 57–70. <https://doi.org/10.1016/j.trsl.2017.01.001>
- Widhiyastuti, E., Harningsih, T., PH, L., & Wulaningsih, I. (2022). Upaya Peningkatan Pengetahuan dan Edukasi Masyarakat tentang Penyakit Tidak Menular Sindrom Metabolik. *Jurnal Peduli Masyarakat*, *4*(3), 393-398. <https://doi.org/10.37287/jpm.v4i3.1223>