

## Edukasi Pencegahan Penyakit Tidak Menular Berbasis Komunitas di Kabupaten Bandung Barat

**Evy Nurachma<sup>1)</sup>, Yunita Fourina Dewi<sup>2)</sup>, Abdul Rahim<sup>3)</sup>, Putri Ayu Lestari<sup>4)</sup>**

<sup>1</sup>D-III Kebidanan, Fakultas Kebidanan, Poltekkes Kemenkes Kalimantan Timur, Indonesia

<sup>2</sup>Administrasi Negara, Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik, Universitas Nurtanio Bandung, Jawa Barat, Indonesia

<sup>3</sup>Farmasi, Fakultas Farmasi, Universitas Mulawarman, Kalimantan Timur, Indonesia

<sup>4</sup>Farmasi, Ilmu Kesehatan, Universitas Kartamulia Purwakarta, Jawa Barat, Indonesia

e-mail: <sup>1</sup>hjevynurachma@yahoo.co.id, <sup>2</sup>[fourina.dewi@gmail.com](mailto:fourina.dewi@gmail.com), <sup>3</sup>[abdulrahim@farmasi.unmul.ac.id](mailto:abdulrahim@farmasi.unmul.ac.id),

<sup>4</sup>[putrial783@gmail.com](mailto:putrial783@gmail.com)

### ABSTRACT

*Non-Communicable Diseases (NCDs) such as hypertension, diabetes mellitus, and heart disease have become a serious public health concern in Indonesia, including West Bandung Regency. The Community Service Program (PKM) entitled "Community-Based Education on the Prevention of Non-Communicable Diseases" was conducted from August 18 to September 12, 2025, using interactive health education and physical practice through Prolanis Exercise. The pre-test results indicated that only 45% of participants understood the main risk factors of NCDs, while the post-test increased significantly to 88%. Community exercise participation also rose from 30% to 72%. Beyond knowledge improvement, participants demonstrated behavioral commitment to adopting healthier lifestyles, such as reducing sweet food intake, practicing nutritious breakfast, and engaging in regular physical activity. These findings confirm the effectiveness of community-based approaches in raising awareness and promoting preventive behaviors against NCDs. The program is potentially replicable in other regions to support national health development goals.*

**Keywords:** Community, Health education, Healthy behavior, Non-Communicable Diseases, West Bandung

### ABSTRAK

Penyakit Tidak Menular (PTM) seperti hipertensi, diabetes mellitus, dan penyakit jantung menjadi ancaman serius bagi kesehatan masyarakat, termasuk di Kabupaten Bandung Barat. Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat (PKM) bertema Edukasi Pencegahan Penyakit Tidak Menular Berbasis Komunitas dilaksanakan pada 18 Agustus hingga 12 September 2025 dengan metode edukasi interaktif dan praktik fisik melalui Senam Prolanis. Hasil pre-test menunjukkan bahwa hanya 45% peserta memahami faktor risiko utama PTM, sementara hasil post-test meningkat menjadi 88%. Tingkat partisipasi senam warga juga meningkat dari 30% menjadi 72%. Selain peningkatan pengetahuan, warga menunjukkan perubahan sikap dan komitmen untuk menerapkan pola hidup sehat, seperti mengurangi konsumsi makanan manis, membiasakan sarapan bergizi, serta aktif berolahraga. Temuan ini menegaskan efektivitas pendekatan berbasis komunitas dalam meningkatkan kesadaran dan mendorong perubahan perilaku pencegahan PTM. Program ini berpotensi direplikasi di wilayah lain sebagai upaya mendukung pembangunan kesehatan nasional.

**Kata kunci:** Penyakit Tidak Menular, edukasi kesehatan, komunitas, perilaku sehat, Bandung Barat

### PENDAHULUAN

Penyakit Tidak Menular (PTM) seperti hipertensi, diabetes mellitus, penyakit jantung, stroke, dan kanker telah menjadi ancaman serius bagi kesehatan masyarakat Indonesia (Citami et al, 2025; Rizkiana et al, 2025), termasuk di wilayah Kabupaten Bandung Barat. Berbeda dengan penyakit menular yang biasanya disebabkan oleh mikroorganisme, Penyakit Tidak Menular (PTM) umumnya timbul akibat gaya

hidup tidak sehat, pola makan yang buruk, kurangnya aktivitas fisik, serta kebiasaan merokok dan konsumsi alkohol. Data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) dalam beberapa tahun terakhir menunjukkan tren peningkatan prevalensi PTM di Indonesia. Hal ini sejalan dengan temuan Fadhillah (2019) yang menegaskan bahwa konsumsi makanan berisiko tinggi, terutama yang mengandung lemak, gula, dan garam, merupakan faktor signifikan penyebab meningkatnya kasus PTM. Selain itu, Nurjanah (2023) menemukan bahwa perilaku remaja, seperti merokok, jarang berolahraga, dan pola makan tidak seimbang, berkontribusi terhadap risiko PTM di usia muda, sehingga menegaskan bahwa penyakit ini tidak lagi hanya mengancam kelompok usia lanjut. Temuan serupa juga diungkapkan oleh Habsy (2024) yang menekankan pentingnya penerapan pola hidup sehat pada remaja sebagai langkah preventif terhadap PTM, mengingat usia produktif menjadi fase rentan bila tidak memiliki kesadaran kesehatan yang baik.

Situasi ini semakin terasa urgensinya belakangan ini, ketika kasus-kasus PTM mulai muncul di usia yang lebih muda (Utami et al, 2019). Fenomena tersebut menunjukkan bahwa PTM tidak lagi hanya mengancam kelompok usia lanjut, tetapi juga generasi produktif yang mestinya menjadi pilar pembangunan bangsa. Di Kabupaten Bandung Barat, misalnya, berbagai laporan dari fasilitas kesehatan tingkat pertama menunjukkan peningkatan jumlah pasien hipertensi dan diabetes pada usia 30–40 tahun (Ulfah et al, 2024). Kondisi ini mengkhawatirkan, karena kelompok usia tersebut seharusnya sedang berada pada masa produktif, tetapi justru terancam kehilangan kualitas hidup akibat penyakit kronis. Faktor risiko utama yang memicu maraknya PTM di masyarakat sebenarnya berakar pada pola hidup yang kurang sehat. Konsumsi makanan cepat saji yang tinggi lemak, gula, dan garam semakin meningkat seiring dengan gaya hidup modern yang praktis namun kurang memperhatikan gizi seimbang (Cahyati et al, 2021; Adekayanti et al, 2024). Di sisi lain, perubahan pola kerja masyarakat yang semakin banyak dilakukan di dalam ruangan juga mengurangi aktivitas fisik harian. Hanya sebagian kecil masyarakat yang meluangkan waktu untuk berolahraga secara rutin. Kebiasaan merokok masih cukup tinggi di kalangan remaja maupun dewasa muda, dan hal ini diperburuk dengan kurangnya kesadaran akan pentingnya pemeriksaan kesehatan secara berkala. Kombinasi faktor-faktor tersebut membuat masyarakat semakin rentan terhadap ancaman PTM.

Urgensi program edukasi berbasis komunitas menjadi semakin penting ketika kita menyadari bahwa pengetahuan masyarakat mengenai pencegahan PTM masih relatif rendah. Banyak orang hanya datang ke fasilitas kesehatan ketika sudah sakit, sementara upaya pencegahan masih belum menjadi prioritas dalam kehidupan sehari-hari. Padahal, pencegahan jauh lebih murah dan efektif dibandingkan pengobatan, terutama untuk penyakit kronis yang membutuhkan perawatan jangka Panjang (Haque et al, 2020; Demaio et al, 2014; Airhihenbuwa et al, 2021). Oleh sebab itu, kegiatan PKM berupa edukasi pencegahan PTM berbasis komunitas di Kabupaten Bandung Barat merupakan langkah strategis untuk meningkatkan kesadaran masyarakat agar lebih peduli terhadap kesehatan diri dan lingkungan. Pelaksanaan kegiatan ini pada tanggal 18 Agustus hingga 12 September 2025 menjadi momentum yang tepat, mengingat situasi pascapandemi COVID-19 yang menyisakan perubahan besar dalam pola hidup masyarakat. Di satu sisi, kesadaran terhadap kesehatan mulai meningkat, namun di sisi lain kebiasaan sedentari semakin mengakar karena banyak pekerjaan dilakukan secara daring. Hal ini menjadi kontradiktif, sebab meskipun masyarakat kini lebih memperhatikan kebersihan dan imunitas, tetapi risiko PTM juga meningkat akibat kurangnya aktivitas fisik serta meningkatnya konsumsi makanan instan. Dengan adanya edukasi berbasis komunitas, masyarakat diharapkan dapat memahami cara mengintegrasikan pola hidup sehat dalam aktivitas sehari-hari tanpa harus mengeluarkan biaya besar atau mengubah gaya hidup secara drastis.

Program ini memiliki urgensi lain yang tidak kalah penting, yaitu melibatkan peran komunitas sebagai agen perubahan. Edukasi yang hanya bersifat satu arah seringkali tidak cukup efektif untuk mengubah perilaku masyarakat. Melalui pendekatan komunitas, kegiatan ini berupaya membangun kesadaran kolektif dan dukungan sosial, sehingga setiap individu tidak merasa sendirian dalam mengubah kebiasaan hidupnya. Misalnya, dengan adanya kelompok warga yang bersama-sama berkomitmen melakukan senam pagi mingguan, membatasi konsumsi gula dan garam dalam menu keluarga, serta

saling mengingatkan untuk melakukan pemeriksaan kesehatan rutin, maka upaya pencegahan PTM menjadi lebih mudah dilaksanakan secara berkesinambungan.

Selain itu, kegiatan PKM ini relevan dengan agenda pembangunan kesehatan nasional yang menekankan pentingnya promotif dan preventif dibandingkan kuratif. Program Jaminan Kesehatan Nasional (JKN) misalnya, menghadapi beban besar akibat tingginya klaim pengobatan PTM. Jika upaya pencegahan berhasil ditanamkan di masyarakat, maka dalam jangka panjang akan mengurangi beban pembiayaan negara sekaligus meningkatkan kualitas sumber daya manusia. Oleh karena itu, pelaksanaan PKM ini tidak hanya bermanfaat bagi masyarakat Desa Jambudipa dan sekitarnya, tetapi juga mendukung pencapaian target pembangunan kesehatan nasional secara lebih luas.

Dengan mempertimbangkan berbagai faktor di atas, kegiatan PKM “Edukasi Pencegahan Penyakit Tidak Menular Berbasis Komunitas di Kabupaten Bandung Barat” diharapkan dapat menjadi upaya nyata untuk mengurangi prevalensi faktor risiko PTM di tingkat masyarakat. Melalui edukasi, pelatihan, dan pendampingan berbasis komunitas, masyarakat tidak hanya memperoleh pengetahuan, tetapi juga terdorong untuk mengubah perilaku hidupnya menjadi lebih sehat. Pada akhirnya, program ini bertujuan untuk menciptakan komunitas yang lebih sehat, produktif, dan berdaya saing, sekaligus menjadi contoh praktik baik yang dapat direplikasi di wilayah lain yang menghadapi masalah serupa.

## METODE

Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat (PKM) dengan tema “Edukasi Pencegahan Penyakit Tidak Menular Berbasis Komunitas di Kabupaten Bandung Barat” dilaksanakan pada 18 Agustus hingga 12 September 2025. Kegiatan ini menerapkan metode berbasis komunitas dengan menggabungkan pendekatan edukasi kesehatan dan praktik fisik melalui Senam Prolanis, sehingga masyarakat tidak hanya memperoleh pengetahuan, tetapi juga mengalami secara langsung manfaat perilaku sehat dalam kehidupan sehari-hari. Tahap pertama adalah edukasi kesehatan yang disampaikan oleh dosen pakar kesehatan masyarakat bersama tenaga kesehatan dari puskesmas. Edukasi ini menggunakan metode ceramah interaktif yang diselingi dengan diskusi terbuka dan media visual sederhana berupa poster dan video singkat. Materi edukasi berfokus pada pemahaman masyarakat tentang apa itu Penyakit Tidak Menular (PTM), faktor risiko utama yang memicunya, serta langkah-langkah sederhana yang dapat dilakukan untuk pencegahan. Narasumber juga menekankan pentingnya pengendalian pola makan, pengurangan konsumsi gula, garam, dan lemak, serta ajakan untuk rutin melakukan aktivitas fisik ringan.

Menariknya sesi edukasi ini tidak hanya berhenti pada pemberian materi, tetapi juga membuka ruang bagi masyarakat untuk menyampaikan pertanyaan, pengalaman, dan kekhawatiran pribadi terkait PTM. Beberapa peserta mengungkapkan kecemasannya mengenai riwayat penyakit dalam keluarga, misalnya ada orang tua atau kerabat dekat yang menderita hipertensi dan diabetes, sehingga mereka merasa khawatir terhadap potensi faktor keturunan. Ada pula yang bertanya tentang cara mengukur lingkar perut atau mengelola berat badan agar tetap ideal, meskipun tidak memiliki akses rutin ke layanan kesehatan. Diskusi ini membuat suasana lebih hidup, karena warga merasa dihargai sebagai subjek aktif yang turut menentukan arah pembelajaran, bukan sekadar sebagai pendengar.



Gambar 1. Senam Bersama

Tahap kedua adalah Senam Prolanis (Program Pengelolaan Penyakit Kronis) yang dilaksanakan secara rutin selama program berlangsung. Senam ini dipandu oleh instruktur berpengalaman dan diikuti antusias oleh warga dari berbagai kelompok usia. Aktivitas ini dipilih karena mudah, murah, dan menyenangkan, serta dapat dilakukan bersama-sama tanpa memerlukan fasilitas khusus. Melalui senam bersama, masyarakat belajar bahwa pencegahan PTM tidak harus rumit, tetapi bisa dilakukan dengan cara sederhana asalkan konsisten. Selain meningkatkan kebugaran, kegiatan ini juga memperkuat ikatan sosial antarwarga sehingga tercipta semangat kebersamaan dalam menjalani gaya hidup sehat.

Metode pelaksanaan ini secara keseluruhan mengintegrasikan antara penyampaian informasi, keterlibatan emosional, dan praktik nyata. Edukasi memberikan pengetahuan, sesi diskusi memberi ruang untuk refleksi dan kesadaran diri, sementara senam menjadi wujud konkret perilaku sehat yang bisa dipertahankan. Selain itu, keterlibatan perangkat desa, kader kesehatan, dan tokoh masyarakat sebagai fasilitator juga memastikan bahwa kegiatan ini tidak berhenti pada satu kali pertemuan, tetapi memiliki potensi untuk berlanjut sebagai gerakan komunitas yang berkelanjutan.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

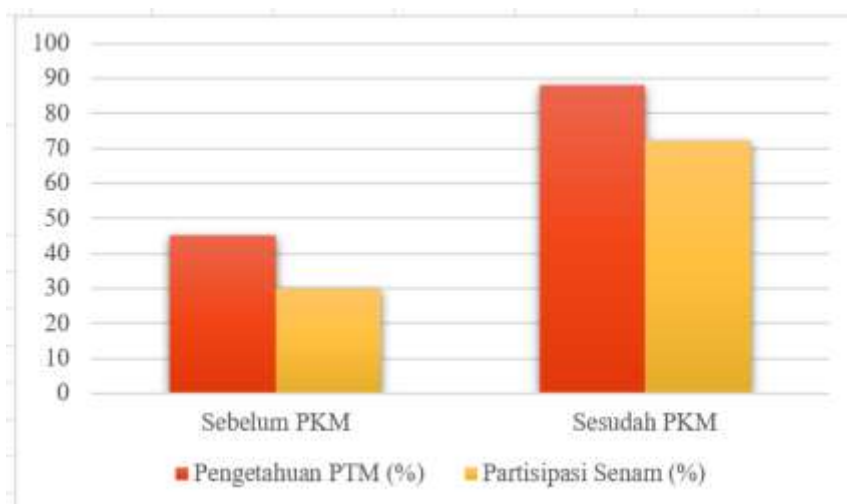
Pelaksanaan kegiatan PKM yang berlangsung sejak 18 Agustus hingga 12 September 2025 menunjukkan sejumlah hasil yang menggembirakan. Dari sisi pengetahuan, masyarakat peserta program mengalami peningkatan yang cukup signifikan. Berdasarkan hasil *pre-test* dan *post-test* sederhana yang diberikan, terlihat bahwa sebelum kegiatan berlangsung hanya sekitar 45% peserta yang mampu menjawab dengan benar pertanyaan terkait faktor risiko utama Penyakit Tidak Menular (PTM), seperti konsumsi gula berlebih, kebiasaan merokok, kurangnya aktivitas fisik, dan pola makan tidak seimbang. Setelah mengikuti rangkaian edukasi, jumlah peserta yang memahami faktor risiko PTM meningkat dari 45% menjadi 88%. Artinya, terdapat peningkatan pengetahuan sebesar 43 poin persentase yang menegaskan efektivitas metode penyampaian pendidikan berbasis komunitas dengan diskusi interaktif. Hasil ini sejalan dengan temuan Que et al. (2025) yang menunjukkan bahwa edukasi mengenai pola makan sehat memberikan kontribusi signifikan dalam meningkatkan pemahaman masyarakat terkait pencegahan penyakit degeneratif. Temuan tersebut menegaskan bahwa pendekatan edukatif berbasis komunitas tidak hanya memperluas pengetahuan, tetapi juga efektif dalam membentuk kesadaran preventif. Selaras dengan itu, penelitian Kusnul & Nugroho (2025) juga menekankan pentingnya edukasi gizi dengan menerapkan konsumsi gula, garam, dan lemak sebagai strategi untuk meningkatkan kesehatan remaja.

Walaupun fokus pada pencegahan penyakit menular, prinsip perubahan perilaku konsumsi yang ditekankan memiliki relevansi erat dengan pencegahan PTM.

Selain peningkatan pengetahuan, kegiatan ini juga berhasil membuka wawasan masyarakat. Banyak peserta yang mengaku sebelumnya menganggap PTM hanya terjadi pada orang tua atau lansia, tetapi setelah mengikuti sesi edukasi mereka memahami bahwa penyakit tersebut bisa muncul sejak usia produktif, bahkan di usia muda, apabila gaya hidup tidak dijaga. Warga pun mulai menunjukkan keterbukaan berpikir (*open-minded*) untuk mengubah pola hidup. Misalnya, beberapa peserta menyatakan berkomitmen untuk tidak lagi makan malam terlalu larut, membatasi konsumsi makanan manis, mengurangi porsi berlebihan, serta membiasakan sarapan sehat sebelum beraktivitas. Kesadaran ini muncul bukan karena paksaan, melainkan karena warga merasa mendapat pengetahuan yang relevan dengan kondisi nyata mereka sehari-hari.

Hasil lain yang cukup penting adalah tumbuhnya kesadaran kolektif tentang pentingnya aktivitas fisik. Melalui kegiatan Senam Prolanis, warga tidak hanya belajar teori tentang manfaat olahraga, tetapi juga merasakan langsung dampaknya. Banyak peserta yang mengungkapkan rasa bahagia, lebih segar, dan bersemangat setelah mengikuti senam bersama. Temuan ini sejalan dengan pendapat Anita & Febriawati (2019) yang menekankan bahwa program berbasis komunitas seperti Prolanis menjadi bagian integral dari upaya promotif dan preventif dalam sistem Jaminan Kesehatan Nasional (JKN), karena mampu menekan biaya kuratif sekaligus meningkatkan kualitas hidup masyarakat. Lebih lanjut, penelitian Susiani & Magfiroh (2020) membuktikan bahwa pelaksanaan kegiatan Prolanis berpengaruh signifikan dalam menurunkan kekambuhan hipertensi pada peserta, sehingga aktivitas fisik terstruktur seperti senam tidak hanya berdampak pada peningkatan kebugaran, tetapi juga berfungsi sebagai strategi klinis dalam pengendalian penyakit kronis. Bahkan, beberapa warga mengaku kegiatan ini sekaligus menjadi sarana rekreasi murah yang mempererat hubungan sosial antar tetangga. Suasana senam yang meriah membuat masyarakat merasa lebih akrab dan saling mendukung untuk menjaga kesehatan. Hal ini membuktikan bahwa pencegahan PTM tidak harus dilakukan dengan cara-cara yang berat atau membebani, melainkan bisa dikemas menjadi kegiatan yang menyenangkan dan membangun rasa kebersamaan. Keterlibatan aktif peserta juga tampak dalam sesi diskusi. Ada warga yang mengungkapkan kekhawatiran karena memiliki riwayat keluarga menderita hipertensi dan diabetes. Kekhawatiran tersebut direspons oleh narasumber dengan memberikan penjelasan bahwa faktor keturunan memang bisa meningkatkan risiko, tetapi perilaku sehat tetap menjadi kunci utama untuk mencegah terjadinya penyakit. Respons positif dari warga terhadap penjelasan ini menunjukkan adanya perubahan pola pikir: mereka kini menyadari bahwa meskipun memiliki faktor risiko bawaan, langkah-langkah preventif tetap dapat dilakukan untuk menjaga kesehatan.

Dari aspek perilaku, meskipun perubahan nyata tidak dapat diukur secara langsung dalam waktu singkat, indikasi komitmen warga untuk melakukan perubahan sudah mulai terlihat. Beberapa warga menyatakan ingin membiasakan sarapan dengan menu sederhana namun bergizi, mengurangi konsumsi makanan cepat saji, serta mulai mengajak anak-anak mereka untuk ikut aktif bergerak daripada hanya bermain gawai di rumah. Ada pula yang berjanji untuk saling mengingatkan antarwarga agar tidak lagi bermalas-malasan (*mager*), melainkan meluangkan waktu untuk aktivitas fisik bersama. Semangat gotong royong dalam mendorong perubahan gaya hidup ini menjadi salah satu hasil penting yang muncul dari program PKM.



Dari sisi kuantitatif, selain peningkatan pengetahuan dari 45% menjadi 88%, keikutsertaan warga dalam senam juga terbilang tinggi. Rata-rata partisipasi harian mencapai lebih dari 70% dari total undangan, dan beberapa kali warga bahkan mengajak anggota keluarga lain yang sebelumnya tidak terdaftar untuk ikut serta. Fakta ini menunjukkan bahwa pendekatan berbasis komunitas berhasil menciptakan efek berantai (*multiplier effect*), di mana kesadaran tidak hanya berhenti pada peserta utama, tetapi juga menular ke anggota keluarga dan lingkungan sekitar.

Secara keseluruhan, hasil dan pembahasan ini memperlihatkan bahwa kegiatan PKM mampu mencapai dua hal penting: pertama, meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat mengenai pencegahan PTM; kedua, membangun komitmen nyata untuk menerapkan pola hidup sehat dalam keseharian. Keberhasilan ini tidak terlepas dari strategi yang mengombinasikan edukasi dengan praktik langsung melalui senam, serta ruang diskusi terbuka yang memberi kesempatan warga untuk menyampaikan pengalaman, pertanyaan, maupun kekhawatiran mereka.

## KESIMPULAN

Pelaksanaan Program Pengabdian kepada Masyarakat (PKM) bertema “Edukasi Pencegahan Penyakit Tidak Menular Berbasis Komunitas” yang dilaksanakan pada 18 Agustus hingga 12 September 2025 di Kabupaten Bandung Barat berhasil menunjukkan capaian yang signifikan, baik dari sisi pengetahuan maupun perubahan sikap warga. Hasil pre-test memperlihatkan bahwa hanya sekitar 45% peserta memahami faktor risiko utama Penyakit Tidak Menular (PTM), namun setelah mengikuti kegiatan edukasi angka ini meningkat tajam menjadi 88%. Demikian pula pada aspek perilaku aktif, partisipasi dalam kegiatan senam bersama yang semula hanya sekitar 30% melonjak hingga mencapai 72% pasca program. Data ini memperlihatkan adanya peningkatan nyata sebesar 43 poin persentase pada pengetahuan dan 42 poin persentase pada keterlibatan aktivitas fisik, yang menegaskan efektivitas pendekatan berbasis komunitas.

Lebih jauh, kegiatan ini juga menghasilkan perubahan pola pikir masyarakat. Warga menjadi lebih terbuka untuk menerapkan gaya hidup sehat, seperti membatasi makan malam terlalu larut, mengurangi makanan manis dan porsi berlebihan, membiasakan sarapan bergizi, serta berkomitmen untuk tidak lagi bermalas-malasan. Kegiatan senam bukan hanya berfungsi sebagai sarana olahraga, tetapi juga memperkuat ikatan sosial antarwarga sehingga tercipta suasana yang menyenangkan dan penuh kebersamaan. Hal ini memperlihatkan bahwa pencegahan PTM dapat dikemas dengan cara yang sederhana, inklusif, dan menyenangkan sehingga lebih mudah diterima oleh masyarakat. PKM ini dapat

disimpulkan telah berhasil meningkatkan kesadaran, pengetahuan, dan komitmen warga dalam upaya pencegahan PTM. Keberhasilan ini membuka peluang untuk pengembangan program serupa secara berkelanjutan di wilayah lain, dengan melibatkan lebih banyak stakeholder dan memperluas inovasi kegiatan agar dampaknya semakin luas dan mendalam.

## SARAN

Kegiatan serupa baiknya diadakan secara berkala, utamanya senam atau program jalan sehat baiknya diadakan tiap minggu minimal satu kali dikoordinasi oleh instruktur. Bisa juga diagendakan dengan kegiatan kerja bakti.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Tim PKM mengucapkan terima kasih kepada Forum Komunikasi Dosen (FKD) sebagai narasumber, Kepala Sekolah dan Komite SD di Desa Jambudipa, aparat desa, RT/RW, serta seluruh orang tua peserta yang telah mendukung dan berpartisipasi aktif sehingga kegiatan ini berjalan dengan lancar. Semoga kerjasama ini menjadi langkah awal

## DAFTAR PUSTAKA

- Adekayanti, P., Fitri, M., Hamid, A., & Rafi'a, R. A. (2024). Edukasi Diet Seimbang pada Ibu Rumah Tangga sebagai upaya Pencegahan Penyakit Tidak Menular (PTM) di Desa Poto Kecamatan Moyo Hilir. *Jurnal Pengabdian Bidang Kesehatan*, 2(4), 103-112.
- Airhihenbuwa, C. O., Tseng, T. S., Sutton, V. D., & Price, L. (2021). Global perspectives on improving chronic disease prevention and management in diverse settings. *Preventing chronic disease*, 18, E33.
- Anita, B., & Febriawati, H. (2019). *Puskesmas dan Jaminan Kesehatan Nasional*. Deepublish.
- Cahyati, Y., Somantri, I., Cahyati, A., Rosdiana, I., Sugiarti, I., Iman, A. T., & Puruhita, T. K. A. (2021). *Penatalaksanaan terpadu penyakit tidak menular (pedoman bagi kader dan masyarakat)*. Deepublish.
- Citami, N., Saputra, N., Susani, Y. P., Wardoyo, E. H., Widiastuti, I. A. E., Sari, P. S., ... & Dirja, B. T. (2025). PELAYANAN KESEHATAN PENYAKIT TIDAK MENULAR MASYARAKAT DESA SENGKOL KECAMATAN PUJUT LOMBOK TENGAH: DALAM RANGKA "UNIVERSITAS MATARAM MENGABDI 2024". *Jurnal Abdi Insani*, 12(6), 2392-2402.
- Demaio, A. R., Nielsen, K. K., Tersbøl, B. P., Kallestrup, P., & Meyrowitsch, D. W. (2014). Primary Health Care: a strategic framework for the prevention and control of chronic non-communicable disease. *Global health action*, 7(1), 24504.
- Fadhilah, N. (2019). Konsumsi makanan berisiko faktor penyebab penyakit tidak menular. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 8(2), 102-107.
- Habsy, M. M. (2024). Pola Hidup Sehat Untuk Mencegah Penyakit Tidak Menular Pada Remaja. *VAKSIN: Jurnal Ilmu Kesehatan dan Kedokteran*, 1(01), 13-18.
- Haque, M., Islam, T., Rahman, N. A. A., McKimm, J., Abdullah, A., & Dhingra, S. (2020). Strengthening primary health-care services to help prevent and control long-term (chronic) non-communicable diseases in low-and middle-income countries. *Risk management and healthcare policy*, 409-426.
- Kusnul, Z., & Nugroho, C. (2025). PENINGKATAN KESEHATAN REMAJA MELALUI EDUKASI PENCEGAHAN PENYAKIT MENULAR DENGAN PEMBATAAN KONSUMSI GULA, GARAM DAN LEMAK: IMPROVING ADOLESCENT HEALTH THROUGH EDUCATION ON

PREVENTION OF INFECTIOUS DISEASES BY LIMITING SUGAR, SALT AND FAT CONSUMPTION. Jurnal Abdimas Pamenang, 3(1), 84-90.

- Nurjanah, Y. (2023). Gambaran karakteristik perilaku remaja berisiko pada penyakit tidak menular (PTM) di SMA Negeri 4 Palangka Raya Tahun 2023 (Doctoral dissertation, POLTEKKES KEMENKES PALANGKA RAYA).
- Que, B. J., Lekatompessy, J. C., Taihuttu, Y. M. J., Noya, F. C., Huwae, L. B. S., Rahawarin, H., ... & Istia, S. (2025). EDUKASI POLA MAKAN SEHAT SEBAGAI UPAYA PENCEGAHAN PENYAKIT DEGENERATIF. BUDIMAS: JURNAL PENGABDIAN MASYARAKAT, 7(1).
- Rizkiana, S. R., Ruhyat, E., Roslina, N., & Komalaningsih, S. (2024). GAMBARAN PERILAKU RISIKO DIABETES MELITUS MELALUI PROGRAM PENYAKIT TIDAK MENULAR (PTM) PADA PESERTA POSBINDU RW 02 DESA ALAMENDAH DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS RANCABALI KABUPATEN BANDUNG TAHUN 2024.
- Susiani, A., & Magfiroh, R. (2020). Pengaruh pelaksanaan kegiatan prolanis terhadap kekambuhan hipertensi. Jurnal Kesehatan, 11(1), 1-9.
- Ulfah, M., Herawati, I. E., Risfayanti, I., Tristiyanti, D., Sari, N. K., Fauzi, N. I., ... & Rusmana, W. E. (2024). Gambaran Tingkat Pengetahuan Masyarakat Mengenai Hipertensi dan Diabetes Melitus di Desa Kayuambon Lembang Kabupaten Bandung Barat. Jurnal Mandala Pengabdian Masyarakat, 5(1), 187-192.
- Utama, F., Rahmiwati, A., Alamsari, H., & Lihwana, M. A. (2019). Gambaran penyakit tidak menular di universitas sriwijaya. Jurnal Kesehatan, 11(2), 52-64.