PENGARUH PELAKSANAAN GERMAS TERHADAP PENCEGAHAN PENYAKIT TIDAK MENULAR PADA LANSIA: *STUDY LITERATURE*

JURNAL

SERLIN MOHAMAD UMAR

NIM C01416090

PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GORONTALO

2020

PENGARUH PELAKSANAAN GERMAS TERHADAP PENCEGAHAN PENYAKIT TIDAK MENULAR PADA LANSIA: *STUDY LITERATURE*

Serlin Mohamad Umar[1], Rona Febriyona[2], Andi Nur Aina Sudirman[3]

[1,2,3] Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Muhammadiyah Gorontalo

E-mail: [1]serlinumar@gmail.com

ABSTRACT

The Healthy Life Movement or Societies' Movement of healthy life is a government program to improve the quality of life, inviting people to cultivate a healthy life. This literature review is to provide an overview of the effect of germination on prevention of non-communicable diseases in the elderly. The method used is a literature study. Several databases used to search articles / journals include scholar, ProQuest and European Journals, with due regard to predetermined inclusion criteria. There were 5 journals that match the inclusion criteria, 2 journals stated that Societies' Movement of healthy life was effective in preventing and controlling PTM. Meanwhile, 3 other journals stated that the implementation of the program in preventing PTM was still not optimal. The Societies' Movement of healthy life program has not been fully implemented properly and has not been able to influence the community to adopt a healthy lifestyle to prevent PTM, especially among the elderly.

Keywords: Societies' Movement of Healthy Life; Non-Communicable Disease; Elderly

ABSTRAK

Gerakan Hidup Sehat atau GERMAS adalah program dari pemerintah untuk meningkatkan kualitas hidup, mengajak masyarakat untuk membudayakan hidup sehat. *literature review* ini untuk memberikan gambaran mengenai pengaruh pelaksanaan germas dalam pencegahan penyakit tidak menular pada usia lanjut. Metode yang digunakan adalah *study literature.* Beberapa database yang digunakan untuk pencarian artikel/jurnal antara lain *scholar, ProQuest* dan *Erope Jurnal,* dengan memperhatikan kriteria inklusi yang telah ditentukan. terdapat 5 jurnal yang sesuai dengan kriteria inklusi, 2 jurnal menyebutkan GERMAS efektif dalam pencegahan dan pengendalian PTM. Sedangkan 3 jurnal lainnya menyebutkan pelaksanaan Germas dalam upaya pencegahan PTM masih belum optimal. program GERMAS belum sepenuhnya terlaksana dengan baik serta belum mampu mempengaruhi masyarakat untuk menerapkan pola hidup sehat guna mencegah PTM khususnya pada warga usia lanjut.

Kata Kunci: GERMAS; Penyakit Tidak Menular; Lanjut Usia

I. PENDAHULUAN

WHO (*World Health Organization*) mengatakan bahwa mereka yang dikatakan lansia adalah mereka yang berusia 60 tahun atau lebih. Adapun menurut Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 13 tahun 1998 tentang Kesejateraan Lansi mengatakan bahwa yang dimaksud dengan lanjut usia adalah seseorang yang telah berusia 60 tahun ke atas. Saat ini, diseluruh dunia diperkirakan jumlah lanjut usia ada sekitar 500 juta dengan usia rata-rata 60 tahun dan diprediksikan akan mengalami peningkatan hingga 1,2 miliyar pada tahun 2025 mendatang. Salah satu permasalahan yang berkaitan dengan lanjut usia adalah permasalahan pada kesehatannya. Seiring bertambahnya usia seseorang, fungsi fisiologis tubuh akan mengalami kemunduran akibat proses penuaan, sehingga lansia akan lebih rentan mengalami berbagai macam penyakit salah satunya Penyakit Tidak Menular (Ilham & Ilham, 2019; Pinasih, 2018; Wilson et al., 2017)

Secara global Penyakit Tidak Menular (PTM) masih menjadi penyebab kematian nomor satu setiap tahunnya. Penyakit Tidak Menular seperti penyakit stroke, Penyakit Jantung Coroner (PJK), kanker dan diabetes menduduki peringkat tertinggi. Dimana penyakit kardiovaskuler merupakan penyebab terbesar (39%) diikuti kanker (27%), sedangkan untuk penyakit pernapasan kronis, penyakit pencernaan dan penyakit tidak menular lainnya sekitar (30%), serta untuk (4%) kematian disebabkan oleh diabetes. Keempat kelompok kasus penyakit tersebut menyebabkan sekitar 80% dari semua kematian akibat penyakit tidak menular. Penyakit ini diketahui sebagai penyakit yang tidak dapat sebarkan dari satu orang ke satu orang lainnya (Kemenkes, 2019; Sudayasa et al., 2020).

Data dari *World Health Organization* (WHO) menunjukkan bahwa ada sebanyak 57 juta atau sekitar 63% angka kematian yang terjadi di dunia dan sebanyak 36 juta atau sekitar 43% angka kesakitan yang disebabkan oleh Penyakit Tidak Menular (PTM). *Global status report on NCD World Health Organization* (WHO) pada tahun 2012 melaporkan bahwa 60% penyebab kematian untuk semua umur di dunia terjadi karena Penyakit Tidak Menular (PTM) serta 4% meninggal dunia sebelum usia 70 tahun. Dari data tersebut didapatkan bahwa seluruh kematian akibat Penyakit Tidak Menular (PTM) terjadi pada orang-orang yang berusia kurang dari 70 tahun. PTM merupakan penyebab utama kematian di semua wilayah kecuali afrika, namun proyeksi saat ini memperlihatkan bahwa pada tahun 2020 akan terjadi peningkatan kematian yang sangat besar akibat PTM di Afrika. Jumlah kematian PTM diproyeksikan akan melebihi jumlah kematian gabungan dari penyakit menular dan gizi buruk, kematian maternal dan perinatal sebagai penyebab utama dari kematian pada tahun 2030 mendatang dimana jumlah kematiannya mencapai 52 juta kematian yang artinya terjadi peningkatan 9 juta pertahunnya dari 38 juta saat ini (Purdiyani, 2016; Septiana, 2019; Yarmaliza & zakiyuddin, 2019) .

Di Indonesia sendiri, berdasarkan hasil Riskesdas tahun 2018 prevalensi Penyakit Tidak Menular (PTM) saat ini mengalami kenaikkan dibandingkan hasil dari Riskesdas tahun 2013, dimana untuk kasus penyakit kanker naik dari 1,4% menjadi 1,8%, kasus penyakit stroke naik dari 7% menjadi 10,9%, kasus penyakit ginjal kronis naik dari 2% menjadi 3,8%, kasus diabetes mellitus berdasarkan pemeriksaan gula darah naik dari 6,9% menjadi 8,5%, dan untuk kasus penyakit hipertensi dilihat dari hasil pengukuran tekanan darah naik dari angka 25,8% menjadi 34,1%. Salah satu dampak yang diakibatkan oleh Penyakit Tidak Menular (PTM) ini

yaitu membunuh 41 juta orang setiap tahunnya atau setara dengan 71% dari semua kematian yang di dunia (Riskesdas, 2018; Septiana, 2019).

Meningkatannya jumlah penderita pada kasus penyakit tidak menular dapat menurunkan produktivitas sumber daya manusia, bahkan kualitas pada generasi bangsa. Serta berdampak pula pada besarnya beban yang ditanggung pemerintah dalam penanganan kasus Penyakit Tidak Menular (PTM) tentunya membutuhkan biaya besar dan memerlukan teknologi yang tinggi. Hal tersebut dapat terlihat dari data Badan Penyelenggaraan Jaminan Sosial Kesehatan (BPJS) di tahun 2017, sebanyak 10.801.787 juta orang atau setara dengan 5,7% peserta Jaminan Kesehatan mendapatkan biaya pelayanan kesehatan, dengan demikian pemerintah melalui peraturan Presiden No.12/2013 tentang jaminan kesehatan terus berupaya untuk mewujudkan pelayanan kesehatan yang bermutu guna menanggulangi PTM di Indonesia yang terus meningkat (Kemenkes, 2019; Paneo, 2019). Penyakit jantung menduduki peringkat pertama yakni sebesar 50,9% atau setara dengan 7,4 triliun, disusul dengan penyakit ginjal kronik yakni sebesar 17,7% atau setara dengan 2,6 triliun, dan penderita paling dominan pada penyakit tidak menular ini yaitu para lanjut usia. Hal ini menunjukkan bahwa penyakit ini paling rentan terjadi pada lansia (Cahyani et al., 2020; Kemenkes, 2019).

Tingginya jumlah penderita PTM diakibatkan oleh masyarakat itu sendiri, dimana masih banyak masyarakat Indonesia yang belum menyadari pentingya pola hidup sehat. Hal ini dapat dilihat dari kebiasaan masyarakat yang masih saja menjadikan rokok sebagai kebutuhan karena masyarakat menganggap merokok merupakan hal yang biasa dan wajar-wajar saja. Bahwa sebagaian besar dari mereka merokok di dalam rumah tanpa mereka sadari asap rokoknya dapat membahayakan kesehatan istri, anak-anak, dan keluarga yang tidak merokok. Permasalahan lainnya yaitu dapat dilihat dari kebiasaan masyarakat yang cenderung tidak aktif melakukan aktivitas fisik, sebagian dari masyarakat masih kurang mengkonsumsi buah dan sayuran. Sebaliknya kebiasaan masyarakat yang masih sering mengkonsumsi gorengan, makanan yang tinggi gula, garam dan makanan siap saji, serta kurangnya kepedulian dari masyarakat itu sendiri dalam memeriksakan dan mendeteksi secara dini penyakitnya. Permasalahan Pola hidup masyarakat yang tidak sehat ini menjadi faktor resiko terjadinya PTM, bahkan mengakibatkan tingginya angka kesakitan dan kematian akibat PTM (Hariawan & pefrianti, 2020; Susanti et al., 2019; Trisnowati et al., 2019).

Di Indonesia sendiri tindakan yang dilakukan dalam mengendalikan PTM yakni berfokus pada pengendalian faktor resiko melalui upaya kesehatan baik secara promotif maupun preventif, yang dilaksanakan mulai dari pencegahan penyakit dengan cara menerapkan pola hidup sehat, memeriksakan kesehatan dan mendeteksi penyakit secara dini, menghilangkan kebiasaan masyarakat dalam merokok, mengkonsumsi alcohol, serta mendorong masyarakat untuk melakukan aktivitas fisik secara rutin seperti berolahraga. Hal-hal tersebut merupakan tindakan yang harus dilakukan dalam pencegahan penyakit tidak menular (Hariawan & pefrianti, 2020; Ilham & Ilham, 2019; Septiana, 2019).

Salah satu bentuk upaya pemerintah Indonesia dalam mengendalikan serta mengurangi angka penyakit menular dan penyakit tidak menular adalah melalui instruksi Presiden No. 01 tahun 2017 tentang Gerakan Hidup Sehat (GERMAS) yang merupakan suatu tindakan yang sudah teratur dan terencana serta

dilakukan secara bersama oleh seluruh bangsa Indonesia dengan kesadaran, kemauan dan kemampuan masyarakat dalam berperilaku sehat untuk meningkatkan kualitas hidup. GERMAS mengajak masyarakat untuk membudayakan hidup sehat, sehingga masyarakat mampu mengubah perilaku masyarakat yang tidak sehat ke perilaku yang sehat. Pemerintah pusat menciptakan Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (GERMAS) yang berpusat untuk meningkatkan perilaku CERDIK (Cek kesehatan secara berkala, Enyahkan asap rokok, Rajin berolahraga, Diet seimbang, Istirahat cukup, dan Kelola stress) (Cahyani et al., 2020; Septiana, 2019).

Sebelum dicetuskannya program germas sudah ada suatu program lainnyaa yang digunakan untuk mencegah dan menurunkan angka kesakitan. Program tersebut yaitu program Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dimana program ini mempunyai beberapa indikator yang terdiri dari pertolongan persalinan oleh tenaga kesehatan, pemberian Air Susu Ibu (ASI) ekslusif pada bayi, mewajibkan untuk menimbang balita setiap bulan, adanya ketersediaan air bersih, jamban yang sehat, pemberantasan jentik nyamuk, membiasakan mencuci tangan dengan air bersih dan sabun, tidak merokok di dalam rumah, melakukan aktivitas fisik seperti olahraga setiap hari, dan makan makanan yang bergizi seperti buah dan sayur**.** Namun kenyataan program PHBS tersebut belum berjalan dengan lancar, hal ini dilihat dari hasil penelitian Dewi Ratna Mukaromah, Dewi Rostyaningsih (2014) dalam penelitiannya tentang "Evaluasi Program Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) didapatkan bahwa responsivitas program PHBS belum mampu berjalan sesuai target. Dimana hanya ada beberapa kelompok lansia dari 5 kelompok sasaran yang mengatakan sudah merasa puas terhadap program tersebut. Dapat disimpulkan bahwa responsivitas Program PHBS belum terwujud sebagaimana yang diharapkan, hal tersebut disebabkan karena rendahnya upaya advokasi dari pemerintah, serta rendahnya pengetahuan dan kesadaran masyarakat dalam berperilaku hidup bersih dan sehat. Oleh karena itu pemerintah membuat strategi kembali untuk upaya pengendalian dengan mencetuskan program Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (GERMAS) (Ilham & Ilham, 2019; Susanti et al., 2019).

Sejauh ini terdapat 301 kabupaten dan kota di Indonesia yang telah memiliki peraturan daerah terkait Gerakan Masyarakat Hidup Sehat. Bengkulu, Gorontalo, dan Jawa Tenga adalah provinsi yang sukses mengimplementasikan inpres terkait Germas. Program Germas sendiri sudah berjalan 3 tahun sejalan dengan Inpres Nomor 1 Tahun 2017. Awal Kegiatan dari GERMAS itu sendiri meliputi: Melakukan aktifitas fisik, Mengonsumsi makanan bergizi seperti buah dan sayuran, Tidak merokok, Tidak mengonsumsi alcohol, Memastikan lingkungan bersih, Menggunakan jamban, serta Memeriksakan kesehatan secara rutin. Untuk tahap awal GERMAS secara nasional berfokus pada 3 kegiatan utama, yaitu; 1) Melakukan aktifitas fisik seperti olahraga selama 30 menit setiap hari; 2) Mengonsumsi buah dan sayur; 3) Serta memeriksakan kesehatan secara rutin paling sedikit 6 bulan sekali sebagai bentuk dari upaya mendeteksi penyakit secara dini. Ketiga program germas tersebut dapat kita laksanakan secara mandiri di rumah karena tidak membutuhkan biaya. Harapan pemerintah dalam pelaksanaan program GERMAS ini adalah untuk membangkitkan rasa tanggungjawab masyarakat maupun individu bahwa sehat itu harus diawali dari diri sendiri, keluarga, dan masyarakat. Namun sampai saat ini kesadaran masyarakat terhadap gaya hidup sehat masih sangat rendah,

sehingga menyebabkan masih banyaknya masyarakat yang memiliki faktor resiko terhadap Penyakit Tidak Menular (PTM) (Kemenkes RI, 2017; Susanti et al., 2019; Trisnowati et al., 2019).

Berdasarkan latar belakang diatas maka peneliti tertarik untuk melakukan *literature review* terhadap artikel-artikel yang meneliti tentang "Pengaruh Pelaksanaan GERMAS Terhadap Pencegahan Penyakit Tidak Menular Pada Lansia".

II. METODE PENELITIAN

Pengumpulan data yang dilakukan pada penelitian ini adalah dengan cara mengumpulkan jurnal-jurnal penelitian sebelumnya yang sudah dipublikasikan baik jurnal nasional dan jurnal internasional. Dalam melakukan penelitian ini peneliti melakukan pencarian jurnal maupun artikel-artikel melalui pencarian melalui internet, pengamatan ulang artikel, serta menggunakan pencarian database yang meliputi *google scholar,* Proquest, Perpustakaan nasional, dan *Europe Jurnal.*

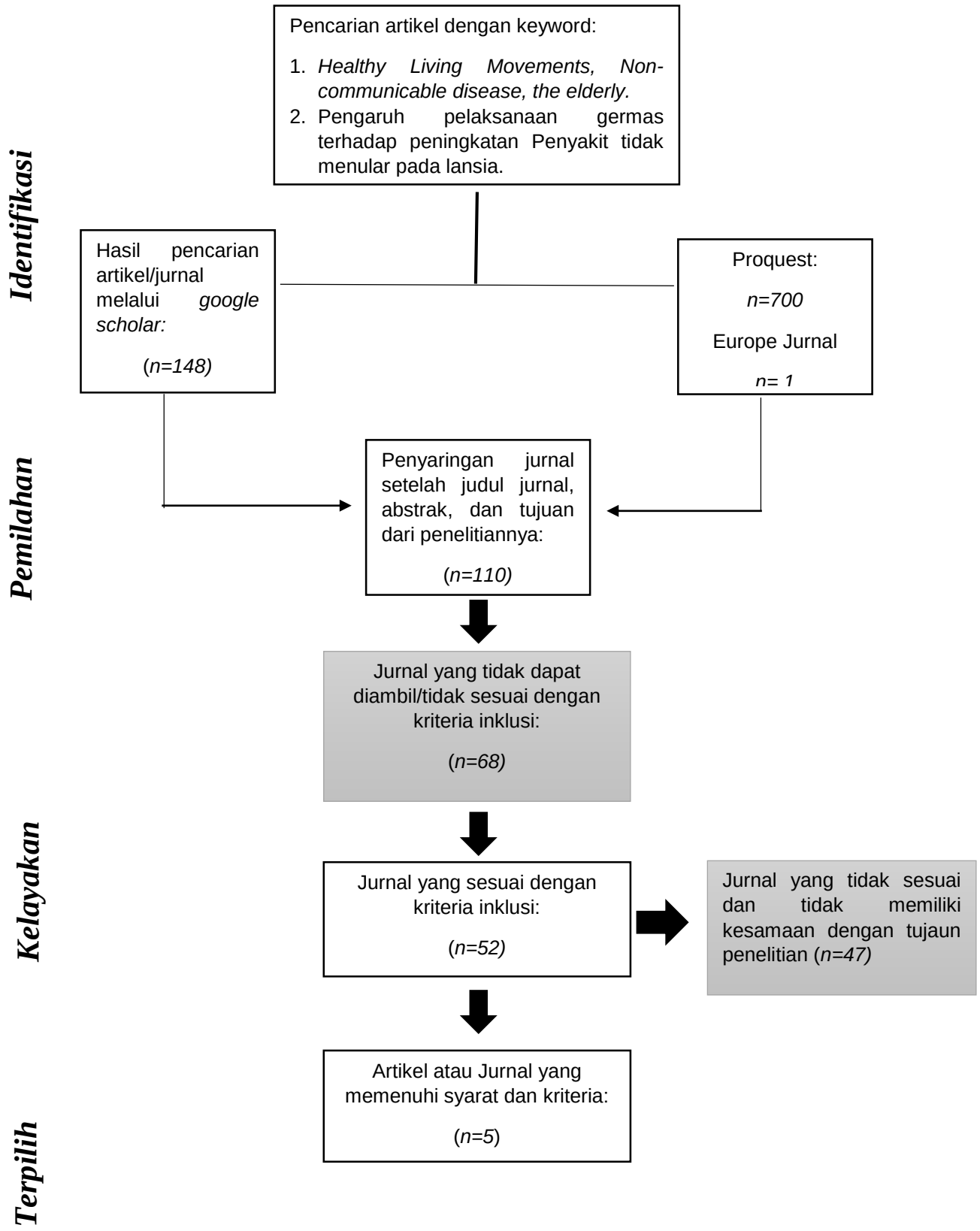
Pengumpulan data yang dilakukan pada penelitian ini adalah dengan cara mengumpulkan jurnal-jurnal penelitian sebelumnya yang sudah dipublikasikan baik jurnal nasional dan jurnal internasional. Dalam melakukan penelitian ini peneliti melakukan pencarian jurnal maupun artikel-artikel melalui pencarian melalui internet, pengamatan ulang artikel, serta menggunakan pencarian database yang meliputi *google scholar,* Proquest, Perpustakaan nasional, dan *Europe Jurna.*

Salah satu cara yang efektif dalam melakukan penelusuran jurnal yakni dengan memasukkan judul jurnal yang hendak dicari maupun dengan memasukkan kata kunci sesuai judul penelitian, langkah berikutnya adalah melakukan penelusuran sesuai *advance search* dengan menambahkan kata *AND/OR* atau bisa juga dengan menambahkan simbol + sebagai penghubung dari kata kunci. Contohnya jika kita melakukan pencarian jurnal di Proquest dengan mengetikkan kalimat *"Healthy Living Movements"* AND/OR *"Non-communicable disease"* AND/OR *"the elderly",* atau bisa juga dengan menambahkan simbol + seperti *"Healthy Living Movements"+"Non-communicable disease"+"the elderly"*.

Setiap jurnal yang diambil telah diseleksi berdasarakan kriteria yang telah ditentukan yaitu: (1) Minimal jurnal 5 tahun terakhir; (2) Bahasa Indonesia dan Inggris; (3) Artikel yang diambil merupakan publikasi jurnal ful text; (4) penelitian yang tentang program gerakan masyarakat sehat, dan pencegahan penyakit tidak menular pada lansia.

III. HASIL PEMBAHASAN

Hasil pencarian jurnal atau artikel yang direview dapat dilihat pada gambar berikut ini:



Berdasarkan hasil review yang dilakukan dari ke-3 jurnal terlihat bahwa sebagian besar program germas dalam pencegahan penyakit tidak menular belum sepenuhnya menunjukkan hasil yang diharapkan. Dilihat dari angka prevalensi PTM yang masih terus mengalami kenaikkan setiap tahunnya, yang bahwakan diprediksikan pada tahun 2030 mendatang angka kesakitan serta kematian akibat penyakit tidak menular di Indonesia akan mengalami peningkatan. Hal ini terjadi karena kurangnya kesadaran masyarakat itu sendiri yang cenderung kurang melakukan aktivitas fisik, dan kurang mengkonsumsi buah dan sayuran, kebiasaan merokok dan mengkonsumsi minuman beralkohol, tidak memeriksakan kesehatan secara rutin dan tidak melakukan kegiatan gerakan hidup sehat dengan baik (Cahyani et al., 2020; Grace Sicilia, Fatwa Sari Tetra Dewi, 2018; Susanti et al., 2019).

Penyakit Tidak Menular merupakan penyakit yang berlangsung lama, namun tidak bisa ditularkan kepada orang lain. Pola hidup yang sehat dapat memperlihatkan upaya dari seseorang dalam meningkatkan kesehatannya. Gerakan Masyarakat Hidup Sehat atau yang biasa disebut dengan GERMAS merupakan program terbaru yang diupayakan oleh Presiden RI dalam meningkatkan kualitas kesehatan masyarakat Indonesia. Kebijakan Presiden tersebut diintruksikan kepada seluruh Kementerian RI, Lembaga Pemerintahan Non Kementerian, BPJS Kesehatan, serta Gubernur dan Bupati/Walikota untuk menetapkan kebijakan, serta mengambil peran dalam tindakan kebijakan Germas (Cahyani et al., 2020; Susanti et al., 2019).

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (Kemenkes) pada tahun 2016 sampai dengan 2017 memfokuskan kegiatan Germas pada 3 kegiatan yakni melakukan aktivitas fisik minimal 30 menit sehari, mengonsumsi buah dan sayuran serta memeriksakan kesehatan secara rutin (Ilham & Ilham, 2019; Susanti et al., 2019). Selain dari 3 kegiatan tersebut pemerintah melalui program Germas juga membentuk program Posbindu PTM Lansia yang merupakan salah satu program pemberdayaan masyarakat dibawah binaan puskesmas setempat yang tujuannya untuk pencegahan, medeteksi dini PTM serta memantau adanya faktor resiko PTM. Program lainnya yakni dengan menerapkan perilaku CERDIK untuk mencegah terjadinya PTM, dimana perilaku CERDIK ini mempunyai arti yaitu Cek kesehatan secara berkala, Enyahkan asap rokok, Rajin aktivitas fisik, Diet sehat dan tepat, Istirahat yang cukup, Kelola stress. Program CERDIK tersebut tentunya tidak jauh berbeda dengan 3 kegiatan utama yang menjadi fokus kegiatan dari program Germas (Grace Sicilia, Fatwa Sari Tetra Dewi, 2018; Hastuti & Sahar, 2017; Ilham & Ilham, 2019)

(Hastuti & Sahar, 2017) dalam penelitiannya mendapatkan 43,3% dari lansia memiliki sikap kurang baik dalam pengendalian penyakit tidak menular, serta terdapat 37,9% lansia yang kurang baik dalam pengelolaan DM. Hal tersebut dapat dilihat dari hasil penelitian yang didapat yaitu sekitar 62% lansia memiliki kebiasaan ngemil makanan manis, 58,6% lansia yang mengonsumsi nasi yang lebih banya daripada lauk, 62% lansia yang sering mengonsumsi gorengan, 44,8% lansia yang memiliki kebiasaan minum kopi, serta terdapat 37,9% lansia yang mengatakan tidak perlu olahraga rutin. (Ilham & Ilham, 2019) awalnya mendapatkan beberapa masyarakat yang mengatakan mereka tidak perlu berolahraga, sebab melakukan pekerjaan rumah sudah mereka anggap sebagian dari olahraga, mereka juga mengungkapkan bahwa dalam melakukan pemeriksaan kesehatan hanya dilakukan pada saat mereka sakit saja. Untuk mengatasi permasalahan tersebut (Hastuti & Sahar, 2017; Ilham & Ilham, 2019) melalui penelitiannya menerapkan program germas sebagai solusi dari permasalahan yang didapatkan.

Adapun program germas yang dilaksanakan yaitu; (1) Melakukan aktivitas fisik, pada lansia kegiatan olahraga ini dapat meningkatkan ketahanan fisik lansia, mengurangi berat badan, memperbaiki kualitas tidur, mencegah penyakit osteoporosis serta mengurangi rasa sakit dan nyeri. Melakukan aktivitas fisik ini memiliki segudang manfaat guna mencegah penyakit tidak menular seperti hipertensi, stroke, dan DM; (2) Mengonsumsi buah dan sayur adalah salah satu faktor protektif terhadap penyakit tidak menular, artinya semakin banyak mengonsumsi buah dan sayur maka akan memberikan manfaat sebagai faktor protektif dalam pencegahan penyakit tidak menular; (3) Memeriksanakan kesehatan secara rutin, merupakan program germas yang dilaksanakan selanjutnya untuk mendorong masyarakat dalam mengenali faktor resiko yang dapat mengakibatkan penyakit tidak menular. Hasilnya dari pelaksanaan program ini didapatkan bahwa lansia yang awalnya memiliki pola hidup yang tidak sehat, dengan adanya program ini mulai menerapkan perilaku hidup sehat. Terdapat 81,5% dari warga lansia yang melakukan aktivitas fisik dengan baik, 97,2% dari mereka mengkonsumsi buah dan sayur, dan terdapat 96,3% melakukan pemeriksaan kesehatan secara rutin. Bahkan didapatkan ada beberapa lansia yang awalnya memiliki kadar gula darah tinggi, namun setelah menerapkan 3 program germas kadar gula darah lansia tersebut mengalami penurunan. Dapat disimpulkan bahwa pelaksanaan germas sangatlah berpengaruh dalam pencegahan penyakit tidak menular khususnya untuk warga lanjut usia (Hastuti & Sahar, 2017; Ilham & Ilham, 2019)

Namun hal tersebut berbeda dengan hasil penelitian (Cahyani et al., 2020; Grace Sicilia, Fatwa Sari Tetra Dewi, 2018; Susanti et al., 2019) walaupun sudah dilaksanakan program germas, namun masih saja didapatkan banyak warga usia lanjut yang kurang menerapkan pola hidup sehat seperti tidak aktif melakukan aktivitas fisik, pola hidup yang tidak sehat lainnya yakni masyarakat kurang mengkonsumsi buah dan sayur dan lebih memilih makan makanan olahan yang siap saji untuk mereka konsumsi, tidak pernah melakukan pemeriksaan kesehatan secara rutin. Adapun beberapa kendala dalam pelaksanaan germas pada penelitian ini yaitu: (1) Kebiasaan buruk dari masyarakat itu sendiri yang sangat sulit dihilangkan seperti merokok dan makan gorengan yang dianggap sebagai hal yang biasa dan wajar-wajar saja oleh masyarakat; (2) Tingginya biaya pemeriksaan yang perlu dikeluarkan dinilai oleh masyarakat sebagai kegiatan membuang-buang uang; (3) Minimnya pendapat masyarakat membuat mereka sulit untuk membeli buah dan sayuran, Hal ini disebutkan oleh beberapa masyarakat yang mengatakan bahwa mereka yang berekonomi rendah akan sangat sulit untuk memenuhi pola makan yang sehat seperti mengonsumsi buah dan sayuran yang mahal, Hasilnya Kondisi ekonomi masyarakat inilah yang menjadi kendala terlaksananya program germas dalam hal mencegah PTM; (4) Selain itu pemberian informasi germas hanya dilakukan melalui pertemuan seperti rapat, kegiatan posyandu, sehingga penyampaian informasi yang diberikan terkait dengan Germas belum sepenuhnya diterima secara menyeluruh menyebabkan tidak adanya kejelasan informasi yang diterima oleh masyarakat, sehingga perilaku masyarakat dalam melaksanakan program gerakan hidup sehat masih kurang. Sehingga dari hasil penelitian tersebut dapat disimpulkan bahwa pelaksanaan germas belum mampu mempengaruhi masyarakat dalam mencegah penyakit tidak menular.

Adapun hasil penelitian lainnya yang menyatakan bahwa ternyata pelaksaan Germas sampai saat ini belum mampu mencegah terjadinya PTM di Indonesia, (Trisnowati et al., 2019) dalam penelitiannnya mengatakan bahwa masih didapatkan masalah kesehatan

pada lansia akibat dari PTM, setelah dilakukan penelitian ternyata hal tersebut diakibatkan karena kebiasaan yang kurang sehat dari masyarakat itu sendiri, seperti masyarakat masih menjadikan rokok sebagai kebutuhan, kebiasaan masyarakat yang kurang mengonsumsi buah dan sayur, sebaliknya sebagian besar masyarakat mengonsumsi gorengan. (Winangsih & Nisa, 2020) dalam penelitiannya juga mengatakan bahwa pelaksanaan germas dalam upaya pencegahan PTM di Indonesia dinilai masih kurang baik, hal tersebut dikarenakan adanya keterbatasan biaya dalam melaksanakan sosialisasi Germas, rendahnya budaya hidup sehat dari masyarakat itu sendiri, serta masih banyak lokasi sosialisasi yang sulit untuk dijangkau.

Berdasarkan hasil review diatas dapat disimpulkan bahwa sampai saat ini PTM pada usia lanjut masih terus mengalami peningkatan, program germas yang di racangan oleh Presiden RI yang tujuannya untuk meningkatkan kualitas hidup nyatanya belum bisa mempengaruhi seluruh masyarakat dalam mencegah PTM, serta belum mampu menurunkan angka kesakitan dan kematian akibat PTM di Indonesia. Hal tersebut terjadi karena kurangnya kesadaran dari masyarakat itu sendiri yang belum menyadari akan arti pentingnya pola hidup sehat. Sehingga membuat pelaksanaan germas ini belum bisa mempengaruhi masyarakat dalam pencegahan penyakit tidak menular pada usia lanjut.

IV. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil review diatas dapat disimpulkan bahwa sampai saat ini PTM pada usia lanjut masih terus mengalami peningkatan, program germas yang di racangan oleh Presiden RI yang tujuannya untuk meningkatkan kualitas hidup nyatanya belum bisa mempengaruhi seluruh masyarakat dalam mencegah PTM, serta belum mampu menurunkan angka kesakitan dan kematian akibat PTM di Indonesia. Hal tersebut terjadi karena kurangnya kesadaran dari masyarakat itu sendiri yang belum menyadari akan arti pentingnya pola hidup sehat. Sehingga membuat pelaksanaan germas ini belum bisa mempengaruhi masyarakat dalam pencegahan penyakit tidak menular pada usia lanjut.

V. DAFTAR PUSTAKA

Cahyani, D. I., Kartasurya, M. I., & Rahfiludin, M. Z. (2020). Gerakan Masyarakat Hidup Sehat dalam Perspektif Implementasi Kebijakan (Studi Kualitatif). *Jurnal Kesehatan Masyarakat Indonesia*, *15*(1), 10. https://doi.org/10.26714/jkmi.15.1.2020.10-18

Grace Sicilia, Fatwa Sari Tetra Dewi, R. S. P. (2018). Evaluasi kualitatif program penyakit tidak menular berbasis Posbindu di wilayah kerja Puskesmas Muara Bungo I. *Jurnal Kebijakan Kesehatan Indonesia : JKKI*, *7*(2), 88–92. https://doi.org/10.22146/JKKI.36117

Hariawan, H., & pefrianti, D. (2020). CERDIK Meningkatkan Pengendalian Penyakit Tidak Menular di Indonesia: *Doi.Org*, *10*(1), 16–20.

Hastuti, H., & Sahar, J. (2017). Pengaruh Intervensi Keperawatan "CERDIK" Terhadap Pengendalian Diabetes Melitus Pada Kelompok Lansia di Kelurahan Curug Kota Depok. *Jurnal Keperawatan Respati Yogyakarta*, *4*(2), 142–147.

Ilham, R., & Ilham, nurfatwa I. (2019). The Implementation of GERMAS (Healthy Life Movement) in Senior Citizens With Degenarative Diseases. *European Journal of Public Health Studies*, *1*(2), 79–89. https://doi.org/10.5281/zenodo.3357283

Kemenkes. (2019). *Buku pedoman manajemen penyakit tidak menular*.

Kemenkes RI. (2017). Buku Panduan GERMAS (Gerakan Masyarakat Hidup Sehat). *Warta Kesmas*, *1*(kesehatan masyarakat), 27 halaman. http://www.kesmas.kemkes.go.id/assets/upload/dir_519d41d8cd98f00/files/Warta-Kesmas-Edisi-01-2017_752.pdf

Paneo, I. (2019). *JKN dan kualitas pelayanan kesehatan masyarakat*. Ideals Publishing.

Pinasih, A. (2018). *Praktik GERMAS pada Lansia*.

Purdiyani, F. (2016). PEMANFAATAN POS PEMBINAAN TERPADU PENYAKIT TIDAK MENULAR (POSBINDU PTM) OLEH WANITA LANSIA DALAM RANGKA MENCEGAH PENYAKIT TIDAK MENULAR. *E-Journal JKM*, *4*(1), 470–480.

Riskesdas. (2018). *HASIL UTAMA RISKESDAS 2018*.

Septiana, E. (2019). *Identifikasi penyakit tidak menular (ptm) pada pasien di puskesmas sleman yogyakarta*.

Sudayasa, I. P., Rahman, M. F., & Eso, A. (2020). Deteksi Dini Faktor Risiko Penyakit Tidak Menular Pada Masyarakat Desa Andepali Kecamatan Sampara Kabupaten Konawe. *Jurnal Of Community Engagement in Health*, *3*(1), 60–67.

Susanti, Y., Hastuti, N. P., & Iqomh, M. K. B. (2019). Gambaran Pelaksanaan Kegiatan Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (Germas). *Jurnal Ilmiah Permas: Jurnal Ilmiah STIKES Kendal*, *9*(2), 141–148. https://doi.org/10.32583/pskm.9.2.2019.141-148

Trisnowati, H., Marlinawati, V. U., & S, N. N. R. (2019). Gerakan Masyarakat Cinta Sehat (Germacis) sebagai Strategi Mengendalikan Penyakit Tidak Menular di Kampung Jogokariyan Yogyakarta. *Jurnal Pengabdian "Dharma Bakti," 2*(1), 1–11.

Wilson, A., Kundre, R., & Onibala, F. (2017). Hubungan Inkontinensia Urin Dengan Tingkat Depresi Pada Lansia Di Panti Werdha Bethania Lembean. *Jurnal Keperawatan UNSRAT*, *5*(1), 107408.

Winangsih, R., & Nisa, H. (2020). Strategi Komunikasi Dinas Kesehatan Kota Serang Mengenai Program Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (GERMAS). *Journal of Scientific Communication (Jsc)*, *1*(1), 14–26. https://doi.org/10.31506/jsc.v1i1.7765

Yarmaliza, & zakiyuddin. (2019). PENCEGAHAN DINI TERHADAP PENYAKIT TIDAK MENULAR (PTM) MELALUI GERMAS. *Pengabdian Masyarakat Multidisiplin*, *3*(2), 93–100.