



# Sosialisasi Penyakit Tidak Menular (PTM)

# Apa itu PTM



- \* Yaitu penyakit-penyakit yang tidak disebabkan oleh kuman.
- \* Contoh: Hipertensi, diabetes mellitus, stroke, penyakit jantung, kanker, dan PPOK

# TRANSISI TANTANGAN PEMBANGUNAN KESEHATAN



Kurang bergerak, konsumsi rendah serat dan tinggi GGL, merokok, alkohol, stres.

## TRANSISI PERILAKU

## TRANSISI EPIDEMIOLOGI

Penyakit Menular masih merupakan masalah dan PTM semakin meningkat

1

2

## TRANSISI DEMOGRAFI

Usia produktif dan usia lanjut meningkat yang rentan terhadap PTM

3

## TRANSISI GIZI

Masalah gizi buruk / kurang, kurus dan pendek (Stunting), kegemukan dan obesitas pada anak, remaja dan dewasa

4

PTM





POSBINDU PTM

## Faktor Risiko Penyebab Penyakit Tidak Menular yang Harus Diperbaiki

**80% Penyakit Tidak Menular Disebabkan Oleh Perilaku yang Tidak Sehat \*)**

93.5% Penduduk usia di atas 10 tahun kurang mengonsumsi buah dan sayur



26.1% Penduduk Kurang Aktivitas Fisik



36.3% Penduduk usia 15 tahun ke atas merokok  
Perempuan usia > 10 tahun (1.9%)



4.6% Penduduk di atas usia 10 tahun mengonsumsi alkohol



(\* Sumber : Riskesdas 2007 & Riskesdas 2013)



# BEBAN MASALAH PTM



## 10 PENYEBAB KEMATIAN TERTINGGI DI INDONESIA 2014



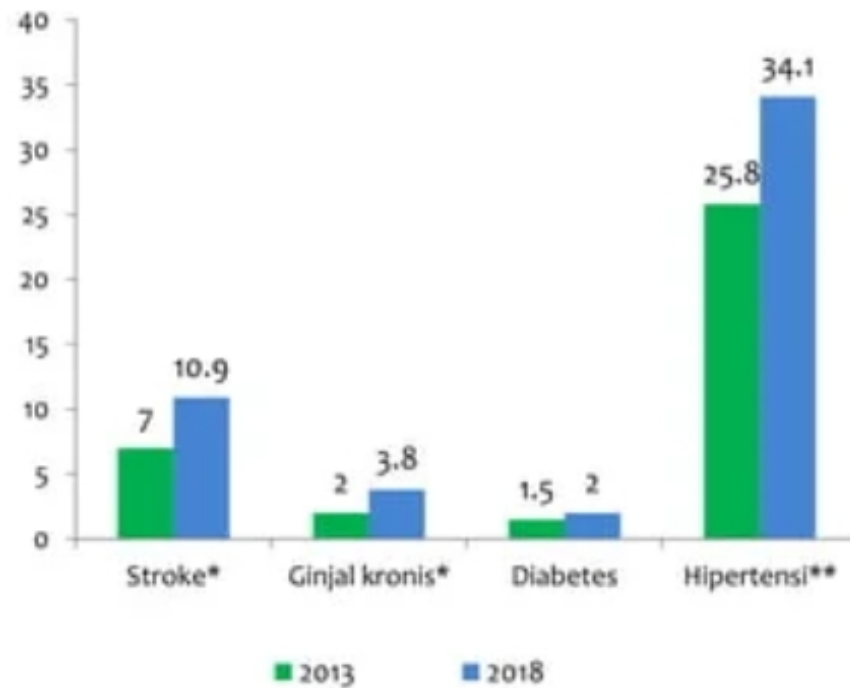
LAKI-LAKI DAN PEREMPUAN



# TREND PTM DAN FAKTOR RISIKO (RISKESDAS)



**Tren Penyakit Tidak Menular meningkat dari tahun 2013 hingga 2018**



\*: Permil

\*\* : hasil pengukuran

**Merokok pada Remaja**



**Faktor Risiko PTM**





# PROGRAM UNGGULAN SEBAGAI STRATEGI P2PTM





## POSBINDU PTM

# Kegiatan POSBINDU PTM





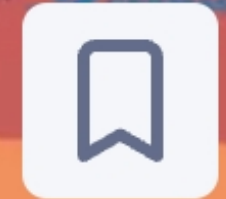
<b>Faktor Risiko</b>	<b>Orang Sehat</b>	<b>Faktor Risiko</b>	<b>Penderita</b>
Glukosa darah puasa	3 tahun sekali	1 tahun sekali	1 bulan
Glukosa darah 2 jam	3 tahun sekali	1 tahun sekali	1 bulan sekali
Glukosa darah sewaktu	3 tahun sekali	1 tahun sekali	1 bulan sekali
Kolesterol darah total	5 tahun sekali	6 bulan sekali	3 bulan sekali
Trigliserida	5 tahun sekali	6 bulan sekali	3 bulan sekali
Tekanan darah	1 bulan sekali	1 bulan sekali	1 bulan sekali
Indeks Masa Tubuh (IMT)	1 bulan sekali	1 bulan sekali	1 bulan sekali
Lingkar Perut	1 bulan sekali	1 bulan sekali	1 bulan sekali
Arus Puncak Ekspirasi	1 tahun sekali	3 bulan sekali	1 bulan sekali
IVA	5 Tahun sekali		
Cedera dan Kekerasan Dalam Rumah Tangga	6 bulan sekali	3 bulan sekali	3 bulan sekali
Kadar Alkohol Pernafasan dan Tes Amfetamin Urin	1 tahun sekali	6 bulan sekali	1 bulan sekali



PUSKESMAS  
TANAH SAREAL



KEMENTERIAN  
KESEHATAN  
REPUBLIK  
INDONESIA



# DETEKSI DINI KANKER LEHER RAHIM

IVA adalah Metode  
Inspeksi Visual dengan  
Asam Asetat atau  
Metode Pap Smear

Apa itu  
IVA???



Tes ini perlu dilakukan  
oleh wanita yang sudah  
melakukan hubungan  
seksual terutama pada usia  
30-50 tahun. Bertujuan  
untuk menemukan lesi  
prakanker dan mengetahui  
adanya perubahan sel leher  
rahim.





# Ayo!

## PERIKSA IVA

sekarang juga



**KANKER LEHER RAHIM MASIH  
MENJADI ANCAMAN KEMATIAN  
NOMOR 1 BAGI PEREMPUAN INDONESIA**

**Apa yang menjadi risiko dan penyebab kanker Leher Rahim?**

- Terinfeksi virus kanker serviks (HPV)
- menikah muda (<20 tahun)
- sering berganti pasangan
- Menular melalui hubungan seksual
- merokok



**Kenapa pilih IVA?**  
Pemeriksaan IVA murah, praktis, sangat mudah dilaksanakan dengan peralatan sederhana serta dapat dilakukan oleh sebagian besar tenaga kesehatan dan tidak harus dokter.



**Bagaimana cara melakukan IVA?**

- Pemeriksaan IVA dilakukan oleh petugas kesehatan dengan melihat secara langsung (mata) leher rahim yang telah dioleskan asam asetat 3-5%.
- Akan terjadi perubahan warna pada leher rahim





# Anjuran Konsumsi Gula, Garam dan Lemak per Hari

Sesuai dengan Permenkes Nomor 30 Tahun 2013 tentang Pencantuman Informasi Kandungan Gula, Garam dan Lemak Serta Pesan Kesehatan Pada Pangan Olahan dan Pangan Siap Saji



**G4**

Anjuran Konsumsi **GULA**  
/orang /hari adalah 10%  
dari total energi  
(200 kkal)  
atau setara dengan  
**Gula 4 sendok makan**  
/orang /hari  
(50 gram/orang/hari)



**G1**

Anjuran Konsumsi **GARAM**  
adalah 2000 mg natrium  
atau setara dengan  
**Garam 1 sendok teh (sdt)**  
/orang /hari  
(5 gram/orang/hari)



**L5**

Anjuran Konsumsi **LEMAK**  
/orang/hari adalah  
20-25% dari  
total energi (702 kkal)  
atau setara dengan  
**Lemak 5 sendok makan**  
/orang /hari  
(67 gram/orang/hari)







KEMENTERIAN  
KESEHATAN  
REPUBLIK  
INDONESIA



C



**Cek Kesehatan Secara Rutin**

E



**Enyahkan Asap Rokok**

R



**Rajin Aktivitas Fisik**

D



**Diet Seimbang**

I



**Istirahat Cukup**

K



**Kelola Stres**



[www.p2ptm.kemkes.go.id](http://www.p2ptm.kemkes.go.id)



@p2ptmkemenkesRI



@p2ptmkemenkesRI



@p2ptmkemenkesRI