

Seminar Awam Bahaya Sindroma Metabolik dan Cara Pencegahannya di Kota Siak Sri Inderapura, Kabupaten Siak, Riau

Public Seminar on Metabolic Syndrome Hazards and Its Prevention in Siak Sri Inderapura, Siak Regency, Riau

¹Fajri Marindra Siregar, ²Hendra Asputra, ²Mukhyarjon, ³Imelda Tresia Pardede

¹KJF Biokimia, Fakultas Kedokteran, Universitas Riau, Pekanbaru

²KJF Ilmu Penyakit Dalam, Fakultas Kedokteran, Universitas Riau, Pekanbaru

³KJF Gizi, Fakultas Kedokteran, Universitas Riau, Pekanbaru

Korespondensi: Fajri Marindra S., fajrifkunri@gmail.com

Naskah Diterima: 27 September 2019. Disetujui: 28 Juni 2020. Disetujui Publikasi: 3 Januari 2021

Abstract This community service was carried out at Siak Sri Inderapura, Siak Regency, Riau Province. The activity was done in the form of a lay seminar on metabolic syndrome hazards and how to prevent it which targeting the general public. This activity aims to educate the public about metabolic syndrome, its danger to health, and how to prevent it so that people are expected to be able to recognize the signs as early as possible. The service activity begins with filling out the pretest questionnaire, delivery of talks by a health expert and discussion between participants and speaker, then at the end of the event the participants return to fill in the posttest questionnaire. The results of this community service showed a significant increase in knowledge from participants of lay seminars "The dangers of metabolic syndrome and how to prevent it" in Siak Sri Inderapura, Siak Regency, Riau.

Keywords: *Knowledge, lay seminar, metabolic syndrome.*

Abstrak. Pengabdian masyarakat ini dilaksanakan di Kota Sri Inderapura, Kabupaten Siak, Provinsi Riau. Kegiatan ini berupa seminar awam dengan topik bahaya sindroma metabolik dan cara pencegahannya dengan sasaran masyarakat umum. Kegiatan ini bertujuan untuk mengedukasi masyarakat mengenai gejala sindroma metabolik, bahayanya terhadap kesehatan, dan cara pencegahannya sehingga diharapkan masyarakat dapat mengenali tanda-tandanya sedini mungkin. Kegiatan pengabdian diawali dengan pengisian kuisioner pretest, penyampaian materi oleh pakar kesehatan dan dilanjutkan proses tanya jawab antara peserta dan narasumber, selanjutnya pada akhir acara para peserta kembali diminta untuk mengisi kuisioner posttest. Hasil pengabdian masyarakat menunjukkan terdapat peningkatan pengetahuan yang signifikan dari peserta seminar awam "Bahaya sindroma metabolik dan cara pencegahannya" di Kota Siak Sri Inderapura, Kabupaten Siak, Riau.

Kata Kunci: *Pengetahuan, seminar awam, sindroma metabolik.*

Pendahuluan

Sindroma metabolik merupakan faktor risiko multipleks yang berkembang akibat resistensi insulin yang disertai dengan fungsi deposisi lemak yang abnormal. Sindroma metabolik merupakan kumpulan gejala, diantaranya dapat berupa hipertensi, hiperglikemia, hipertrigliseridemia, penurunan HDL, dan juga obesitas sentral. Sindroma metabolik adalah faktor risiko dari berbagai penyakit, termasuk

penyakit jantung koroner, stroke, diabetes, perlemakan hati, dan beberapa kanker, yang merupakan penyebab tingginya angka mortalitas dan morbiditas (Stanley, 2017). Sindroma metabolik merupakan masalah kesehatan global. Prevalensi sindroma metabolik di Amerika Serikat (AS) meningkat seiring dengan bertambahnya orang yang mengalami obesitas. Dilaporkan bahwa hampir dua per tiga penduduk AS mengalami overweight maupun obesitas (Grundy, 2008). Di Eropa seperempat dari populasi dewasa menderita sindroma metabolik (Grundy, 2008). Sedangkan di Asia Timur, prevalensi sindroma metabolik bervariasi 8-13% pada pria dan 2-18% pada wanita (Hoang et.al., 2007).

Data Riskesdas 2018 melaporkan bahwa penyakit jantung, hipertensi, stroke, diabetes dan kanker merupakan 5 dari 8 besar penyakit tidak menular yang banyak dialami penduduk Indonesia. Masih berdasarkan laporan yang sama, disebutkan bahwa proporsi status gizi berdasarkan indeks massa tubuh pada penduduk dewasa (>18 tahun) didapatkan sebanyak 21,8% mengalami obesitas dan 13,6% nya mengalami overweight. Sedangkan di Provinsi Riau didapatkan angka proporsi obesitas dan overweight yang lebih tinggi sedikit dari rerata nasional, yaitu berturut-turut 24,1% dan 14%.

Kota Siak Sri Indrapura merupakan salah satu kota yang terdapat di Provinsi Riau. Merujuk data Badan Pusat Statistik (BPS) Kabupaten Siak tahun 2014, bahwa jumlah penduduk Kabupaten Siak sebanyak 471.330 orang, yang terdiri dari 245.429 laki-laki dan 225.901 perempuan dan mayoritas berada pada rentang usia remaja dan dewasa paruh baya, yang artinya masyarakat kota Siak berpotensi mengalami sindroma metabolik.

Kejadian sindroma metabolik akan meningkat pada orang yang memiliki riwayat keluarga dengan sindroma metabolik, pola diet yang jelek, dan kurangnya berolahraga. Oleh karena itu perubahan gaya hidup dan penurunan berat badan merupakan langkah utama yang paling penting dalam penatalaksanaan sindroma metabolik (Yoneda et.al., 2008).

Usaha yang dapat dilakukan untuk merubah gaya hidup adalah dengan memberikan edukasi dan pemahaman yang baik kepada seseorang akan pentingnya pola hidup sehat. Jafar dkk telah berhasil melaksanakan pelatihan edukator untuk mencegah sindroma metabolik pada remaja. Seminar awam merupakan salah satu mekanisme edukasi yang efektif dan efisien diberikan pada masyarakat luas. Oleh karena itu dirasa perlu untuk melaksanakan pengabdian masyarakat berupa Seminar Awam mengenai bahaya sindroma metabolik dan cara pencegahannya pada masyarakat kota Siak Sri Indrapura. Manfaat kegiatan pengabdian masyarakat ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan serta kesadaran masyarakat mengenai bahaya sindroma metabolik dan cara pencegahannya.

Metode Pelaksanaan

Tempat dan Waktu. Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan di Gedung Serbaguna Tengku Maharatu, Kota Siak Sri Indrapura, Kabupaten Siak. Kegiatan dilaksanakan pada tanggal 31 Agustus 2019, Pukul 08.00 – 13.00 WIB.

Khalayak Sasaran. Peserta kegiatan adalah masyarakat umum yang berdomisili di sekitar kota Siak Sri Indrapura. Peserta berjumlah 62 orang berusia rata-rata 31 ± 10 tahun, dengan rentang usia 16 sampai 51 tahun. Distribusi berdasarkan jenis kelamin yaitu laki-laki 4,8% sedangkan perempuan 95,2%. Dari segi pendidikan didapatkan sebagian besar peserta berpendidikan S1 (58,1%). Adapun dari segi pekerjaan didapatkan 50% peserta bekerja dan 50% lainnya tidak bekerja. Berdasarkan indeks massa tubuhnya didapatkan mayoritas peserta merupakan kelompok yang berisiko mengalami sindroma metabolik karena memiliki berat badan berlebih (41,9%) dan obesitas (8,1%). Karakteristik peserta selengkapnya dapat dilihat pada Tabel 1.

Tabel 1. Karakteristik peserta seminar awam

Karakteristik		F	%
Jenis Kelamin	Laki-laki	3	4,8
	Perempuan	59	95,2
Pendidikan	SD-SMP	9	14,5
	SMA	13	21,0
	S1	36	58,1
	S2	4	6,5
Pekerjaan	Tidak berkerja	31	50,0
	Bekerja	31	50,0
Indeks Massa Tubuh	Kurang	8	12,9
	Normal	23	37,1
	Berlebih	26	41,9
	Obesitas	5	8,1
Usia (Mean±SD)		31±10	

Metode Pengabdian . Adapun metode kerjanya adalah sebagai berikut:

1. Persiapan.

Sebelum melaksanakan kegiatan, Panitia melaksanakan persiapan berupa persiapan materi yang akan disampaikan, persiapan angket, persiapan peralatan yang diperlukan untuk kegiatan dan absensi, serta sosialisasi acara kepada masyarakat kota Siak Sri Indrapura melalui spanduk dan media sosial agar masyarakat dapat mendaftar sebagai peserta pada acara seminar awam.

2. Pelaksanaan seminar awam.

Acara dibuka dengan sambutan oleh pemerintah setempat. Kemudian sebelum mendapatkan penjelasan dari pakar yang hadir, para peserta dipersilahkan untuk mengisi kuisisioner pretest untuk menilai tingkat pengetahuan peserta sebelum mendapatkan edukasi. Kemudian acara dilanjutkan dengan pemberian materi oleh 2 pakar yang hadir yaitu dr. Hendra Asputra, SpPD yang membawakan topik “Menenal penyakit kelainan metabolik dan cara pencegahannya” dan dr. Imelda T.P, M.Gizi, SpKK dengan topik “Pola makan sehat untuk mencegah penyakit kelainan metabolik”. Setelah mendapatkan penjelasan dari pakar, kegiatan dilanjutkan dengan sesi diskusi untuk memperjelas dan meningkatkan pemahaman peserta terhadap materi yang telah disampaikan yang dipandu oleh moderator dr. Mukhyarjon, M.Biomed, SpPD. Kemudian sebelum kegiatan ditutup para peserta dipersilahkan kembali untuk mengisi kuisisioner posttest untuk melihat perubahan tingkat pengetahuan peserta setelah menerima edukasi dari tim pakar.

3. Evaluasi.

Evaluasi dilakukan dengan membandingkan kuisisioner pretest dan posttest yang telah diisi oleh para peserta. Jawaban peserta diinput kedalam microsoft excel untuk kemudian dibandingkan dengan kunci jawaban yang sebenarnya, sehingga diperoleh nilai pretest dan posttest dari masing-masing peserta. Kemudian data pretest dan posttest diinput ke dalam software SPSS versi 25 untuk dilakukan uji statistik menggunakan uji numerik untuk data berpasangan.

Indikator Keberhasilan. Keberhasilan kegiatan diukur dengan adanya peningkatan pengetahuan peserta seminar awam, mengenai bahaya sindroma metabolik dan cara pencegahannya. Dikatakan terdapat peningkatan jika tingkat pengetahuan peserta bertambah setelah mengikuti seminar awam, yang dibuktikan dengan uji statistik dengan nilai p kurang dari 0,05 pada taraf kepercayaan 95%.

Metode Evaluasi. Untuk mengevaluasi pemahaman peserta seminar awam disebarkan kuisisioner yang berisi 10 pertanyaan mengenai sindroma metabolik

untuk mengetahui tingkat pengetahuan peserta mengenai bahaya sindroma metabolik dan cara pencegahannya. Kuisisioner diberikan kepada para peserta yang mengikuti seminar awam pada awal dan akhir kegiatan.

Hasil dan Pembahasan

A. Kegiatan Seminar Awam

Telah dilaksanakan seminar awam dengan topik “Bahaya sindroma metabolik dan cara pencegahannya” pada masyarakat kota Siak Sri Indrapura pada hari Sabtu, 31 Agustus 2019 bertempat di Gedung Serbaguna Tengku Maharatu, Kota Siak Sri Indrapura, Kabupaten Siak. Acara dibuka dengan sambutan oleh pemerintah setempat yang diwakili oleh asisten 3 Kabupaten Siak. Kemudian sebelum mendapatkan penjelasan dari pakar yang hadir, para peserta dipersilahkan untuk mengisi kuisisioner pre test untuk menilai tingkat pengetahuan peserta sebelum mendapatkan edukasi.

Kemudian acara dilanjutkan dengan pemberian materi oleh para pakar yang hadir yaitu dr. Hendra Asputra, SpPD yang membawakan topik “Mengenal penyakit kelainan metabolik dan cara pencegahannya” (Gambar 1A) dan dr. Imelda T.P, M.Gizi, SpKK dengan topik “Pola makan sehat untuk mencegah penyakit kelainan metabolik” (Gambar 1B). Setelah mendapatkan penjelasan dari pakar, dibuka sesi diskusi untuk memperjelas dan meningkatkan pemahaman peserta terhadap materi yang telah disampaikan yang dipandu oleh moderator dr. Mukhyarjon, M.Biomed, SpPD. Pada sesi ini ada banyak peserta yang mengajukan pertanyaan yang menandakan tingginya atensi peserta mengenai materi “bahaya sindroma metabolik dan cara pencegahannya”. Kemudian sebelum kegiatan ditutup para peserta dipersilahkan kembali untuk mengisi kuisisioner post test untuk melihat perubahan tingkat pengetahuan peserta setelah menerima edukasi dari tim pakar.



Gambar 1. Penyampaian materi oleh pakar

B. Evaluasi Kegiatan

Evaluasi kegiatan pengabdian masyarakat dinilai berdasarkan perubahan pengetahuan peserta sebelum dan setelah diberikan edukasi melalui seminar awam seperti yang terlihat pada Tabel 2.

Tabel 1. Hasil evaluasi kegiatan seminar awam

<i>Pengetahuan</i>	<i>Rata-rata</i>	<i>Simpang baku</i>	<i>Minimal</i>	<i>Maksimal</i>	<i>Nilai P</i>
Sebelum	62,42	15,22	20,00	90,00	0,037*
Sesudah	67,26	10,27	50,00	90,00	

*Uji wilcoxon

Hasil evaluasi didapatkan pemahaman peserta sebelum mendapatkan edukasi adalah sebesar $62,42 \pm 15,22$, sedangkan tingkat pengetahuan peserta setelah menerima penjelasan dari pakar adalah sebesar $67,26 \pm 10,27$. Artinya terdapat kenaikan tingkat pengetahuan peserta antara sebelum dan sesudah pemberian edukasi melalui kegiatan seminar awam “bahaya sindroma metabolik dan cara pencegahannya”. Secara statistik menggunakan uji Wilcoxon, perubahan tersebut signifikan dengan nilai $p = 0,037$ ($p < 0,05$) pada taraf kepercayaan 95%. Artinya kegiatan seminar awam yang diberikan bermanfaat dan dapat meningkatkan pengetahuan peserta khususnya mengenai “bahaya sindroma metabolik dan cara pencegahannya”.

Kesimpulan

Kegiatan pengabdian masyarakat seminar awam bahaya sindroma metabolik dan pencegahannya di Kota Siak Sri Indrapura, Kabupaten Siak efektif meningkatkan tingkat pengetahuan peserta.

Ucapan Terima Kasih

Penulis mengucapkan terimakasih kepada Pemerintah Kabupaten Siak, Dokter intership Siak, IDI cabang Siak dan masyarakat kota Siak. Penulis juga mengucapkan terimakasih kepada Fakultas Kedokteran Universitas Riau yang telah membiayai pelaksanaan Pengabdian pada Masyarakat ini.

Referensi

- Balitbangkes. (2018). Laporan Nasional RISKESDAS 2018. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Dinkes Kabupaten Siak. (2015). Profil Kesehatan Kabupaten Siak Tahun 2015.
- Grundy, S.M. (2008). Metabolic syndrome pandemic. *Arterioscler Thromb Vasc Biol*, 28(4), 629-36.
- Hoang, K.C., Le, T.V., & Wong, N.D. (2007). The metabolic syndrome in East Asians. *J Cardiometab Syndr*, 2(4), 276-82.
- Jafar, N., Kurniati, Y., Indriasari, R., Syam, A., & Arundhana, A.I. (2020). Pelatihan edukator sebaya sebagai upaya pencegahan komponen sindrom metabolik pada remaja di kabupaten Soppeng. *Jurnal Panrita Abdi*, 4(1), 103 - 109.
- Stanley, S.W. (2017). Metabolic syndrome. Retrieved from <https://emedicine.medscape.com/article/165124-overview>.
- Yoneda, M., Yamane, K., & Jitsuiki, K. (2008). Prevalence of metabolic syndrome compared between native Japanese and Japanese-Americans. *Diabetes Res Clin Pract*, 79(3), 518-22.

Penulis:

Fajri Marindra Siregar, KJF Biokimia, Fakultas Kedokteran, Universitas Riau, Pekanbaru. E-mail: fajrifkunri@gmail.com

Hendra Asputra, KJF Ilmu Penyakit Dalam, Fakultas Kedokteran, Universitas Riau, Pekanbaru. E-mail: hendraasputra_dr@yahoo.co.id

Mukhyarjon, KJF Ilmu Penyakit Dalam, Fakultas Kedokteran, Universitas Riau, Pekanbaru. E-mail: mukhyarjon@yahoo.com

Imelda Tresia Pardede, KJF Gizi, Fakultas Kedokteran, Universitas Riau, Pekanbaru. E-mail: imeldatpardede@gmail.com

Bagaimana men-sitasi artikel ini:

Siregar, F.M., Asputra, H., Mukhyarjon & Pardede, I.T. (2021). Seminar Awam Bahaya Sindroma Metabolik dan Cara Pencegahannya di Kota Siak Sri Inderapura, Kabupaten Siak, Riau. *Jurnal Panrita Abdi*, 5(1), 61-66. DOI: <https://doi.org/10.20956/jpa.v4i3.7847>.