

## Topik 13

### Program Kesehatan Masyarakat di Indonesia

Saat ini, Indonesia tengah menghadapi tantangan besar yakni masalah kesehatan triple burden, karena masih adanya penyakit infeksi, meningkatnya penyakit tidak menular (PTM) dan penyakit-penyakit yang seharusnya sudah teratasi muncul kembali. Pada era 1990, penyakit menular seperti ISPA, Tuberkulosis dan Diare merupakan penyakit terbanyak dalam pelayanan kesehatan. Namun, perubahan gaya hidup masyarakat menjadi salah satu penyebab terjadinya pergeseran pola penyakit (transisi epidemiologi). Tahun 2015, PTM seperti Stroke, Penyakit Jantung Koroner (PJK), Kanker dan Diabetes justru menduduki peringkat tertinggi.

Sebuah pembelajaran berharga di era jaminan kesehatan nasional (JKN), anggaran banyak terserap untuk membiayai penyakit katastropik, yaitu: PJK, Gagal Ginjal Kronik, Kanker, dan Stroke. Selain itu, pelayanan kesehatan peserta JKN juga didominasi pada pembiayaan kesehatan di tingkat lanjutan dibandingkan di tingkat dasar. Fakta ini perlu ditindaklanjuti karena berpotensi menjadi beban yang luar biasa terhadap keuangan negara.

Meningkatnya PTM dapat menurunkan produktivitas sumber daya manusia, bahkan kualitas generasi bangsa. Hal ini berdampak pula pada besarnya beban pemerintah karena penanganan PTM membutuhkan biaya yang besar. Pada akhirnya, kesehatan akan sangat mempengaruhi pembangunan sosial dan ekonomi.

Penduduk usia produktif dengan jumlah besar yang seharusnya memberikan kontribusi pada pembangunan, justru akan terancam apabila kesehatannya terganggu oleh PTM dan perilaku yang tidak sehat, tutur Menteri Kesehatan RI, Nila Farid Moeloek, dalam sambutannya dalam rangka Hari Kesehatan nasional (HKN) ke-52 tahun 2016 di Jakarta (14/11).

Oleh karena itu, Kementerian Kesehatan RI secara khusus mengingatkan masyarakat untuk menjaga kesehatan melalui gerakan masyarakat hidup sehat (GERMAS) guna mewujudkan Indonesia sehat.

Mengenai Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (GERMAS)

Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (GERMAS) merupakan suatu tindakan sistematis dan terencana yang dilakukan secara bersama-sama oleh seluruh komponen bangsa dengan kesadaran, kemauan dan kemampuan berperilaku sehat untuk meningkatkan kualitas hidup. Pelaksanaan GERMAS harus dimulai dari keluarga, karena keluarga adalah bagian terkecil dari masyarakat yang membentuk kepribadian.

GERMAS dapat dilakukan dengan cara: Melakukan aktifitas fisik, Mengonsumsi sayur dan buah, Tidak merokok, Tidak mengonsumsi alkohol, Memeriksa kesehatan secara rutin, Membersihkan lingkungan, dan Menggunakan jamban. Pada tahap awal, GERMAS secara nasional dimulai dengan berfokus pada tiga kegiatan, yaitu: 1) Melakukan aktivitas fisik 30 menit per hari, 2) Mengonsumsi buah dan sayur; dan 3) Memeriksa kesehatan secara rutin.

Tiga kegiatan tersebut dapat dimulai dari diri sendiri dan keluarga, dilakukan saat ini juga, dan tidak membutuhkan biaya yang besar, tutur Menkes.

GERMAS merupakan gerakan nasional yang diprakarsai oleh Presiden RI yang mengedepankan upaya promotif dan preventif, tanpa mengesampingkan upaya kuratif-rehabilitatif dengan melibatkan seluruh komponen bangsa dalam memasyarakatkan paradigma sehat. Untuk menyukseskan GERMAS, tidak bisa hanya mengandalkan peran sektor kesehatan saja. Peran Kementerian dan Lembaga di sektor lainnya juga turut menentukan, dan ditunjang peran serta seluruh lapisan masyarakat. Mulai dari individu, keluarga, dan masyarakat dalam mempraktekkan pola hidup sehat, akademisi, dunia usaha, organisasi kemasyarakatan, dan organisasi profesi dalam menggerakkan anggotanya untuk berperilaku sehat; serta Pemerintah baik di tingkat pusat maupun daerah dalam menyiapkan sarana dan prasarana pendukung, memantau dan mengevaluasi pelaksanaannya.

Salah satu dukungan nyata lintas sektor untuk suksesnya GERMAS, diantaranya Program Infrastruktur Berbasis Masyarakat (IBM) Kementerian Pekerjaan Umum dan Perumahan Rakyat yang berfokus pada pembangunan akses air minum, sanitasi, dan pemukiman layak huni, yang merupakan infrastruktur dasar yang mendukung Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dan Badan Pengawas Obat dan Makanan dalam hal keamanan pangan.

Dalam kehidupan sehari-hari, praktik hidup sehat merupakan salah satu wujud Revolusi Mental. GERMAS mengajak masyarakat untuk membudayakan hidup sehat, agar mampu mengubah kebiasaan-kebiasaan atau perilaku tidak sehat. Untuk itu, Pemerintah RI diwakili Menteri Koordinator Bidang Pembangunan Manusia dan Kebudayaan RI, Puan Maharani, mencanangkan GERMAS pada 15 November 2016 di Kabupaten Bantul, DI Yogyakarta. Tidak hanya di Bantul, GERMAS juga dicanangkan di sembilan wilayah lainnya, yaitu: Kabupaten Bogor (Jawa Barat), Kabupaten Pandeglang (Banten), Kota Batam (Kepulauan Riau), Kota Jambi (Jambi), Surabaya (Jawa Timur), Madiun (Jawa Timur), Pare-pare (Sulawesi Selatan), Kabupaten Purbalingga (Jawa Tengah), Kabupaten Padang Pariaman (Sumatera Barat).

Pencanangan GERMAS menandai puncak peringatan Hari Kesehatan Nasional (HKN) ke-52 yang jatuh pada 12 November 2016. Tahun ini, HKN ke-52 mengusung tema Indonesia Cinta Sehat dengan sub tema Masyarakat Hidup Sehat, Indonesia Kuat. Tema ini harus dimaknai secara luas, seiring dengan Program Indonesia Sehat dengan pendekatan keluarga melalui gerakan masyarakat hidup sehat (GERMAS). Secara khusus, GERMAS diharapkan dapat meningkatkan partisipasi dan peran serta masyarakat untuk hidup sehat, meningkatkan produktivitas masyarakat, dan mengurangi beban biaya kesehatan.

Pemerintah telah menetapkan 10 prioritas nasional untuk menjadi landasan bagi seluruh proyek dan program-program yang dijalankan pemerintah pada 2018. Seluruh prioritas nasional yang dibentuk merupakan hasil Musyawarah Perencanaan Pembangunan Nasional (Musrenbangnas) 2017 untuk Rencana Kerja Pemerintah (RKP) 2018 yang dihadiri pemerintah pusat dan seluruh perwakilan pemerintah daerah, pekan lalu.

Menteri Perencanaan Pembangunan Nasional/Kepala Bappenas Bambang Brodjonegoro memerinci, kesepuluh prioritas nasional tersebut terdiri atas program pendidikan, kesehatan, perumahan dan permukiman, pengembangan dunia usaha dan pariwisata. Selain itu, ada ketahanan energi, ketahanan pangan, penanggulangan kemiskinan, infrastruktur, konektivitas, dan kemaritiman, pembangunan wilayah, serta polhukam (politik, hukum, pertahanan dan keamanan).

Selain melahirkan 10 prioritas nasional, pemerintah pusat dan daerah juga sepakat untuk menyusun 30 program nasional yang di dalamnya mewakili prioritas-prioritas yang sudah ditetapkan. Pembentukan prioritas ini sebetulnya sejalan dengan permintaan Presiden Joko Widodo kepada kementerian dan lembaga serta pemda untuk membentuk skala prioritas atas program kerja. Alasannya, risiko pengelolaan anggaran pemerintah harus diimbangi dengan efisiensi.

program prioritas nasional bidang kesehatan terdapat tiga program prioritas turunan, yakni peningkatan kesehatan ibu dan anak, pencegahan dan penanggulangan penyakit, serta preventif promotif (Gerakan Masyarakat Hidup Sehat). Sementara untuk bidang pendidikan, Bambang melanjutkan, tidak semua program pendidikan menjadi program prioritas. Menurutnya, tahun 2018 mendatang pemerintah hanya menetapkan dua program prioritas untuk pendidikan, yaitu pendidikan vokasi dan peningkatan kualitas guru.

enetapan 10 Program Prioritas dalam RKP 2018, menurut Bambang, tidak terlepas dari arahan Presiden Joko Widodo agar perencanaan pembangunan dibuat lebih fokus dan mengedepankan prioritas. Ia optimistis, keberadaan 10 prioritas nasional dan 30 program prioritas dapat menjadi kunci untuk benar-benar mengintegrasikan kegiatan di satu kementerian dan lembaga dengan lainnya. Bahkan ia meyakini prioritasasi atas program pemerintah bisa menular ke daerah.

Bentuk-Bentuk Informasi Program kesehatan Masyarakat





Meningkatkan kualitas hidup manusia Indonesia melalui peningkatan kualitas pendidikan, kesejahteraan & kesehatan

# MELALUI NAWA CITA BUTIR 5

## MASYARAKAT HIDUP SEHAT INDONESIA KUAT



Tercantumkan Pembinaan Kesehatan pada periode 2015-2019 melalui Program Indonesia Sehat dengan 3 pilar yaitu:



### 1 PARADIGMA SEHAT

Dilakukan dengan strategi pengarusutamaan kesehatan dalam pembudayaan kesehatan, pengaitan promotif, preventif, dan pemberdayaan masyarakat.



### 2 PENGUATAN PELAYANAN KESEHATAN

Dilakukan dengan strategi peningkatan akses pelayanan kesehatan, optimalisasi sistem rujukan dan peningkatan mutu pelayanan kesehatan, menggunakan pendekatan continuum of care, dan intervensi berbasis risiko kesehatan.



### 3 JAMINAN KESEHATAN NASIONAL (JKN)

Dilakukan dengan strategi perluasan sasaran dan benefit serta kendali mutu & kendali biaya.

@KemenkesRI

www.kemkes.go.id  
www.sehatnegeriku.kemkes.go.id



@sehatnegeriku



sehatnegeriku



sehatnegeriku



## PROGRAM INDONESIA SEHAT

DENGAN



## PENDEKATAN KELUARGA



### INDIKATOR CAPAIAN KELUARGA YANG DIHARAPKAN, YAITU :



Mengikuti Program KB



Ibu Melakukan Persalinan Di Faskes



Bayi Mendapat Imunisasi Dasar Lengkap



Bayi Mendapat Air Susu Ibu Eksklusif



Balita Mendapatkan Pemantauan Pertumbuhan



Penderita TB Paru Mendapatkan Pengobatan Sesuai Standar



Penderita Hipertensi Lakukan Pengobatan Secara Teratur



Penderita Gangguan Jiwa Mendapatkan Pengobatan & Tidak Ditelantarkan



Tidak Ada yang Merokok



Anggota Jaminan Kesehatan Nasional



Mempunyai Akses Sarana Air Bersih



Mempunyai Akses Atau Menggunakan L jamban Sehat

@KemenkesRI

www.kemkes.go.id  
www.sehatnegeriku.kemkes.go.id



@sehatnegeriku



sehatnegeriku



sehatnegeriku



# BENTUK KEGIATAN



MELAKUKAN  
AKTIVITAS FISIK

MEMERIKSA KESEHATAN  
SECARA RUTIN



MENGKONSUMSI  
SAYUR DAN BUAH



TIDAK MEROKOK



MEMBERSIHKAN  
LINGKUNGAN



MENGGUNAKAN  
JAMBAN SEHAT



TIDAK MENGKONSUMSI  
ALKOHOL



@KemenkesRI



www.kemkes.go.id  
www.sehatnegeriku.kemkes.go.id



@sehatnegeriku



sehatnegeriku



sehatnegeriku



# BENTUK DUKUNGAN KEMENTERIAN/LEMBAGA



PROGRAM INFRASTRUKTUR BERBASIS MASYARAKAT, YAITU :

BSPS

Bantuan Stimulan  
Perumahan Swadaya



KOTAKU

Kota Tanpa Kumuh



NUSP

Neighborhood Upgrading &  
Slum Project Phase 2



P3-TGAI

Program Percepatan Peningkatan  
Tata Guna Air Irigasi



SANIMAS

Sanitasi Berbasis Masyarakat



KEMENTERIAN  
PEKERJAAN UMUM DAN  
PERUMAHAN RAKYAT



REKOMPAK

Rehabilitasi Rekonstruksi Masyarakat Perumahan  
Berbasis Komunitas



PAMSIMAS

Penyediaan Air Minum dan Sanitasi  
Berbasis Masyarakat



TPS-3R

Tempat Pengolahan Sampah 3R



@KemenkesRI



www.kemkes.go.id  
www.sehatnegeriku.kemkes.go.id



@sehatnegeriku



sehatnegeriku



sehatnegeriku



# BENTUK DUKUNGAN KEMENTERIAN/LEMBAGA



**GERMAS**  
Gerakan Masyarakat  
Hidup Sehat

## PROGRAM KEAMANAN PANGAN, YAITU :



Kesehatan adalah hak setiap orang, permasalahan kesehatan tidak hanya menjadi tanggung jawab insan kesehatan saja melainkan juga menjadi tanggung jawab seluruh bangsa Indonesia baik pemerintah, swasta maupun masyarakat. Bangsa Indonesia sekarang sudah beranjak maju baik dalam hal kualitas sumber daya manusia maupun hal lainnya, namun sampai saat ini, masyarakat bangsa Indonesia belum sepenuhnya maju dalam hal urusan kesehatan ditandai dengan meningkatnya kematian dan kesakitan akibat penyakit tidak menular seperti stroke, jantung, hipertensi, diabetes mellitus, dan lain-lain.

Sampai saat ini Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) belum menjadi gaya hidup bagi sebagian besar masyarakat. Untuk mewujudkan derajat kesehatan masyarakat yang setinggi-tingginya sangat perlu menjadikan PHBS sebagai gaya hidup pada kehidupan sehari-hari di rumah tangga dan di lingkungan masyarakat. Sesuai dengan nafas UU nomor 36 tahun 2009 tentang kesehatan terjadi pergeseran paradigma pembangunan kesehatan dari kuratif – rehabilitatif menjadi penguatan promotif dan preventif dengan ditunjang oleh pelayanan kuratif dan rehabilitatif.

Prioritas nasional pada sektor kesehatan adalah pembangunan kesehatan untuk peningkatan derajat kesehatan dan gizi masyarakat. Ada empat program pada prioritas nasional tersebut yakni :

1. Penguatan promotif dan preventif melalui Gerakan Masyarakat Hidup Sehat.
2. Peningkatan akses dan mutu pelayanan kesehatan.
3. Mempercepat perbaikan gizi masyarakat.
4. Meningkatkan pelayanan keluarga berencana dan kesehatan reproduksi.

Dari keempat program tersebut penguatan promotif dan preventif melalui Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (GERMAS) menjadi program prioritas pada Level 1 dalam pembangunan kesehatan nasional. Prinsipnya GERMAS adalah gerakan bersama multi sektor dan pemangku kepentingan antara sektor kesehatan, akademisi, LSM dan sektor-sektor lainnya; keseimbangan masyarakat, keluarga dan individu; pemberdayaan masyarakat, khususnya mereka yang mau hidup sehat dan menjadi mitra pengendalian penyakit; penguatan sistem kesehatan, reformasi dan reorientasi pelayanan kesehatan; penguatan siklus hidup; jaminan kesehatan sosial; fokus pada pemerataan penurunan penyakit karena determinan sosial seperti kemiskinan, gender, lingkungan, budaya, tingkat pendidikan, dan kemauan politik.

Tujuan dari program GERMAS adalah :

1. Menurunkan beban penyakit menular dan penyakit tidak menular baik kematian maupun kecacatan.
2. Menghindarkan terjadinya produktivitas penduduk.
3. Menurunkan beban pembiayaan pelayanan kesehatan karena meningkatnya penyakit dan pengeluaran kesehatan.
4. Kegiatan yang dilakukan melalui Gerakan Masyarakat Hidup Sehat adalah :
5. Kampanye hidup sehat
6. Pencegahan penyakit dan deteksi dini
7. Konsumsi pangan sehat
8. Lingkungan sehat
9. Aktifitas fisik dan konektifitas antarmoda transportasi
10. Kawasan tanpa rokok, narkoba dan minuman keras
11. Penurunan stress dan keselamatan berkendara
12. Advokasi regulasi gerakan masyarakat hidup sehat

Dari 8 kegiatan GERMAS ini dapat kita ketahui bahwa dibutuhkan keterlibatan aktif secara terus menerus seluruh komponen yang terlibat baik sektor kesehatan pemerintah, non pemerintah dan masyarakat untuk terus bersama-sama membudayakan PHBS dalam gaya hidup di rumah tangga maupun di lingkungan masyarakat.

GERMAS merupakan roh dari UU nomor 36 tahun 2009 tentang kesehatan yang lahir dari penguatan promotif dan preventif demi mewujudkan derajat kesehatan yang setinggi-tingginya. Salah besar jika ada pihak-pihak yang ingin menghilangkan kegiatan kampanye hidup sehat dan merasa rugilah masyarakat yang tidak dapat mengetahui ilmu kesehatan untuk peningkatan derajat kesehatan diri dan keluarganya.

Sudahkan program GERMAS dilakukan di kabupaten/kota anda??? Kalo belum mari kita dorong pemerintah kabupaten/kota untuk melaksanakan GERMAS ini secara serius dan terus menerus, karena perubahan perilaku kesehatan masyarakat tidak semudah membalikkan telapak tangan.

Dalam 30 tahun terakhir ini, Indonesia mengalami perubahan pola penyakit atau yang sering disebut transisi epidemiologi. Pada era 1990an, penyebab kematian dan kesakitan terbesar adalah penyakit menular seperti infeksi saluran pernapasan atas, TBC, diare, dll. Namun sejak tahun 2010, penyebab kesakitan dan kematian terbesar adalah Penyakit Tidak Menular (PTM) seperti stroke, jantung, dan kencing manis. Penderitanya pun mengalami pergeseran. Kini PTM tak hanya menyerang

usia tua, tetapi usia muda juga, dari semua kalangan -baik kaya maupun miskin, tinggal di kota maupun desa. Angka kesakitan dan kematian serta permintaan Oleh. Dedi Kuswenda pelayanan kesehatan (pengobatan) diperkirakan akan terus meningkat. Hal ini didorong oleh perubahan pola hidup masyarakat yang cenderung tidak aktif secara fisik (contohnya banyak menghabiskan waktu dengan menonton TV), konsumsi buah dan sayur yang rendah (banyak makan makanan olahan, siap saji, tinggi gula, garam, dll), serta konsumsi rokok dan alkohol.

Risiko PTM menjadi semakin tinggi karena transisi demografi, yaitu semakin meningkatnya proporsi dan jumlah penduduk dewasa dan lanjut usia yang rentan terhadap PTM dan penyakit degeneratif. Ketika ada anggota keluarga terserang PTM, maka perlu pengobatan dan perawatan jangka panjang. Hal ini tentunya dapat meningkatkan beban pembiayaan kesehatan pemerintah, sekaligus meningkatkan beban ekonomi keluarga karena produktivitas keluarga yang menurun. Tak jarang hingga menyebabkan keluarga jatuh miskin karena merawat anggota keluarga yang sakit. Oleh karena itu, perlu dilakukan upaya bersama untuk mencegah faktor-faktor risiko PTM ini.

Upaya tersebut berupa kegiatan pencegahan yang melibatkan seluruh masyarakat Indonesia, tanpa membedakan usia, jenis pekerjaan, status sosial, status ekonomi, dan lokasi tinggal. Wakil Presiden RI dalam Rapat Terbatas tanggal 18 September 2015 menugaskan kepada Menteri PPN/Kepala Bappenas untuk menyusun kerangka kerja dalam melaksanakan pesan penguatan paradigma pembangunan kesehatan dari kuratif rehabilitatif menjadi promotif preventif yang dilakukan melalui pendekatan multi sektor, serta menyusun rencana aksi terkait penguatan upaya promotif preventif kesehatan. Arahan tersebut selanjutnya disusun dalam Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (GERMAS) yang akan menjadi panduan bagi lintas sektor terkait, dalam berpartisipasi aktif mendorong masyarakat untuk berperilaku hidup sehat.

Agar gerakan ini bisa membudaya pada seluruh masyarakat Indonesia, maka kita harus BERSAMA-SAMA BERGERAK, melakukan suatu GERAKAN untuk HIDUP SEHAT. Gerakan ini diperkuat oleh Instruksi Presiden Nomor 1 Tahun 2017, yang Aktivitas fisik · Adalah setiap gerakan tubuh yang melibatkan otot rangka dan mengakibatkan pengeluaran energi · Dapat dilakukan dimana saja dan kapan saja · Lakukan paling sedikit 30 menit setiap hari · Batasi kegiatan banyak duduk seperti menonton TV, main game dan komputer, apalagi jika ditambah dengan makan kudapan yang manis, asin, dan berminyak · Aktivitas fisik dapat dilakukan di sekolah, rumah, tempat kerja, tempat umum Makanan seimbang · Sayur dan buah harus selalu tersaji dalam menu sehari-hari baik untuk semua anggota keluarga, baik dikonsumsi di rumah maupun di tempat aktivitas lainnya · Manfaatkan buah dan sayur lokal yang tersedia di pasar setempat · Batasi makanan yang mengandung gula, garam, minyak · Perbanyak minum air putih Pemeriksaan kesehatan rutin · Pemeriksaan kesehatan rutin meliputi cek tekanan darah, cek kadar gula darah, cek kolesterol darah, tes darah lengkap di laboratorium, ukur lingkar perut ·

Khusus perempuan lakukan tes IVA (Inspeksi Visual Asam cuka) untuk deteksi dini kanker leher rahim; pemeriksaan rutin setiap 6 bulan sekali, di Puskesmas dan pelayanan kesehatan lainnya, serta Pos Pembinaan Terpadu (Posbindu) terdekat · Ibu hamil melakukan pemeriksaan kehamilan secara rutin, dan anak balita harus dipantau tumbuh kembangnya setiap bulan di Posyandu. menginstruksikan kepada

para Menteri Kabinet Kerja, Kepala Lembaga Pemerintah dan non Pemerintah, Direktur Utama BPJS Kesehatan serta Para Gubernur dan Bupati/Walikota untuk menetapkan kebijakan dan mengambil langkah-langkah sesuai tugas, fungsi, dan kewenangan masing-masing untuk mewujudkan Germas.

Dengan Germas diharapkan masyarakat bisa berperilaku sehat, sehingga produktivitas ikut meningkat. Selain itu tercipta lingkungan yang bersih, yang pada akhirnya menurunkan angka kesakitan dan biaya yang dikeluarkan masyarakat. Seluruh lapisan masyarakat diharapkan terlibat dalam Germas. Bersama-sama, baik individu, keluarga, dan masyarakat mempraktekkan pola hidup sehat sehari-hari. Demikian pula dari kalangan akademisi (universitas), dunia usaha (swasta), organisasi masyarakat (Karang Taruna, PKK, dsb), organisasi profesi, masing-masing menggerakkan institusi dan organisasi agar anggotanya berperilaku sehat. Sedangkan pemerintah pusat dan daerah menyiapkan sarana dan prasarana serta kegiatan yang mendukung pelaksanaan Germas sesuai tugas dan fungsinya.

Kegiatan Germas antara lain melakukan aktivitas fisik, mengonsumsi sayur dan buah, tidak merokok, tidak mengonsumsi alkohol, memeriksa kesehatan secara rutin, membersihkan lingkungan serta menggunakan jamban. Pada tahun 2016 dan 2017 Kementerian Kesehatan secara nasional akan memulai dengan kampanye melaksanakan kegiatan aktivitas fisik, mengonsumsi sayur dan buah, serta memeriksa kesehatan secara rutin.

Pembangunan kesehatan pada hakekatnya adalah upaya yang dilaksanakan oleh semua komponen Bangsa Indonesia. Tujuannya untuk meningkatkan kesadaran dan kemampuan hidup sehat bagi setiap orang agar terwujud derajat kesehatan masyarakat yang setinggi-tingginya. Saat ini, Indonesia tengah mengalami perubahan pola penyakit yang sering disebut transisi epidemiologi yang ditandai dengan meningkatnya kematian dan kesakitan akibat penyakit tidak menular (PTM) seperti stroke, jantung, diabetes, dan lain-lain. Meningkatnya kejadian PTM berdampak pada meningkatnya pembiayaan pelayanan kesehatan yang harus ditanggung oleh masyarakat dan pemerintah. Selain itu juga menurunnya produktivitas masyarakat, menurunnya daya saing negara, dan pada akhirnya mempengaruhi kondisi sosial ekonomi masyarakat itu sendiri. Masalah kesehatan sendiri telah mengalami pergeseran.

Di masa lalu, persoalan penyakit menular merupakan masalah yang paling utama. Saat ini, masalah kesehatan terbesar justru pada penyakit tidak menular (PTM). Data menunjukkan bahwa periode 1990-2015, kematian akibat PTM meningkat dari 37% menjadi 57%. Di sisi lain, kematian akibat penyakit menular menurun dari 56% menjadi 38%. Pada saat yang sama, ada satu trend yang cukup penting untuk disimak, yakni kematian akibat kecelakaan meningkat dari 7% menjadi 13%. Pembangunan kesehatan pun juga harus disesuaikan dengan perubahan pola epidemiologis itu. HL Bloem (1908) telah mengidentifikasi bahwa derajat kesehatan masyarakat dipengaruhi oleh 4 faktor, yakni: perilaku, lingkungan, pelayanan kesehatan, dan keturunan. Faktor 'perilaku' dan 'lingkungan' memegang peran lebih dari 75% dari kondisi derajat kesehatan masyarakat. Kementerian Kesehatan melalui Ditjen Kesehatan Masyarakat mengindikasikan, adanya fenomena pola hidup tidak sehat di kalangan masyarakat.

Berdasarkan data Riskesdas 2007 & Riskesdas 2013, ada sejumlah faktor risiko perilaku kesehatan yang terjadi, yakni penduduk kurang aktivitas fisik (26,1%), perilaku merokok penduduk sejak usia dini (36,3%), penduduk >10 tahun kurang konsumsi buah dan sayur (93,5%), penduduk >10 th minum minuman beralkohol (4,6%). Kesehatan masyarakat erat kaitannya dengan perilaku dan lingkungan. Terutama perilaku. Ia berperan menentukan derajat kesehatan lebih dari 80 persen. Hampir 90 persen penyakit berkategori PTM seperti kanker, HIV-AIDS, diabetes, dan lain sebagainya sebenarnya bisa dicegah dengan melakukan perilaku hidup bersih dan sehat. Contoh perilaku yang bersih dan sehat di antaranya, pertama, melakukan aktivitas fisik; kedua, mengonsumsi buah dan sayuran; ketiga, melakukan pemeriksaan kesehatan secara total dan berkala. Perbaikan lingkungan dan perubahan perilaku ke arah yang lebih sehat perlu dilakukan secara sistematis dan terencana oleh semua komponen bangsa. Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (Germas) menjadi sebuah pilihan dalam mewujudkan derajat kesehatan masyarakat yang lebih baik. Tujuannya memunculkan kesadaran pada masyarakat dalam mencegah penyakit. Melakukan olahraga teratur dan pemeriksaan kesehatan secara rutin akan lebih menghemat biaya jika dibandingkan dengan mengobati.

Ada empat kelompok yang menjadi prioritas sasaran Germas, yakni tenaga kesehatan, pengambil kebijakan, institusi, dan masyarakat umum. Sedangkan pelakunya adalah semua komponen bangsa, yakni (1) Pemerintah, baik pusat maupun daerah, (2) Dunia pendidikan, (3) Swasta dan dunia usaha, (4) Organisasi kemasyarakatan, (5) Individu, keluarga dan masyarakat. Bahwa pentingnya mengedukasi masyarakat agar berperilaku sehat, perlunya mengajak masyarakat membiasakan hidup sehat, dan memberikan tanggung jawab menjaga diri sendiri, keluarga, dan lingkungannya untuk hidup sehat melalui upaya preventif dan promotif. Karena sehat adalah milik kita, tidak pandang usia, sehingga pada setiap tahapan siklus hidupnya sejak usia dini hingga lanjut usia harus cinta sehat. Ayo hidup sehat dengan lakukan aktivitas fisik minimal 30 menit setiap hari, konsumsi sayur dan buah setiap hari, agar sehat dan cerdas, serta cek kesehatan rutin untuk mengontrol tekanan darah, gula darah, kolesterol yang ada dalam tubuh kita.

Tidak kurang Presiden Joko Widodo (Jokowi) pun turut menyeruakan Germas ketika memberi sambutan pada pembukaan Rakeskesnas 2017 di Hotel Bidakara Jakarta beberapa waktu lalu. Presiden meminta kepada para tenaga kesehatan untuk terus mengingatkan kepada masyarakat mengenai pola hidup sehat ini melalui Gerakan Masyarakat Menuju Sehat, GERMAS. Diharapkan, pola hidup sehat menjadi tren baru yang terus digelorakan agar masyarakat menjadi sadar akan pentingnya kesehatan. Dalam sambutannya, Kepala Negara mengajak masyarakat untuk kembali dan membiasakan diri dengan pola hidup sehat. Presiden meminta kepada para tenaga kesehatan untuk terus mengingatkan kepada masyarakat mengenai pola hidup sehat ini melalui Germas. "Kita kembalikan lagi kepada pola hidup sehat. Entah pola makannya, pemeriksaan dirinya, kegiatan olahraganya, lingkungan sanitasi, atau air bersihnya. Kita gerakkan ke sana," tutur Presiden. Presiden juga meminta seluruh pihak untuk mengubah pola pikirnya mengenai kesehatan. Banyaknya pasien yang berhasil ditangani oleh sebuah fasilitas kesehatan, menurut Presiden bukan menjadi tolak ukur sebuah keberhasilan pemerintah. Sebab, keberhasilan pemerintah dalam menangani persoalan kesehatan masyarakat sesungguhnya ditandai dengan semakin meningkatnya masyarakat yang menjalankan hidup sehat. "Yang benar adalah kita membuat masyarakat itu sehat sehingga puskesmas dan rumah sakit sepi. Yang benar itu,

jangan dibalik-balik. Saya masuk rumah sakit daerah dapat laporan kalau di sana pasien selalu antre. Ini yang keliru,” ucapnya. Lebih lanjut, upaya perbaikan kesehatan yang dimulai dengan pemenuhan gizi merupakan salah satu investasi jangka panjang terbaik yang dapat dilakukan. Di era persaingan seperti ini, Indonesia –selain membutuhkan sumber daya manusia yang terampil, tentunya juga memerlukan sumber daya manusia yang sehat. “Kenapa saya berkunjung ke daerah untuk pemberian makanan tambahan ke ibu hamil dan balita? Saya hanya ingin memberikan pesan bahwa yang namanya gizi itu diperlukan sejak dalam kandungan. Ini investasi jangka panjang. Begitu kita berkompetisi dengan negara lain, menang dan kalah itu ditentukan dari investasi kita sejak dini,” lanjut Presiden.

Pada pemerintahan Presiden Jokowi, pembangunan kesehatan menjadi investasi utama untuk pengembangan kualitas sumber daya manusia (SDM) Indonesia. Pembangunan kesehatan merupakan suatu meningkatkan kesadaran, kemauan, dan kemampuan setiap individu untuk dapat berperilaku hidup sehat bagi tercapainya derajat kesehatan masyarakat yang setinggi-tingginya. Untuk mewujudkan itu, diperlukan perencanaan pembangunan kesehatan secara sistematis, terarah, terpadu, menyeluruh, serta keterlibatan berbagai komponen bangsa. Sejak dicanangkannya Germas di 10 kota/kabupaten bersamaan pada peringatan Hari Kesehatan Nasional (HKN) ke-52 yang jatuh pada 12 November 2016 lalu, gaung Germas terus membahana menerobos ke pelosok nusantara melalui sosialisasi ke berbagai pihak maupun tindakan nyata yang dilakukan Kemenkes dengan penggerak utamanya melalui Ditjen Kesmas. Indonesia saat ini tengah menghadapi tantangan serius berupa beban ganda penyakit, yaitu perubahan gaya hidup masyarakat yang ditengarai menjadi salah satu penyebab terjadinya pergeseran pola penyakit (transisi epidemiologi) dalam 30 tahun terakhir. Pada era 1990-an, penyebab kematian dan kesakitan terbesar adalah penyakit menular seperti infeksi saluran pernapasan atas (ISPA), tuberkulosis (TBC), dan diare. Namun sejak 2010, penyakit tidak menular (PTM) seperti stroke, jantung, dan kencing manis memiliki proporsi lebih besar di pelayanan kesehatan.

Pergeseran pola penyakit ini juga mengakibatkan beban pada pembiayaan kesehatan negara. Karena alasan itu, Germas menjadi momentum bagi masyarakat guna membudayakan pola hidup sehat. Germas tidak bisa dilakukan sendiri oleh Kemenkes, karena memang harus menjadi suatu tindakan sistematis dan terencana yang dilakukan secara bersama-sama oleh seluruh komponen bangsa dengan kesadaran, kemauan, dan kemampuan berperilaku sehat untuk meningkatkan kualitas hidup. Germas meliputi kegiatan: melakukan aktivitas fisik, mengonsumsi sayur dan buah, tidak merokok, tidak mengonsumsi alkohol, memeriksa kesehatan secara rutin, membersihkan lingkungan, dan menggunakan jamban.

Pada tahap awal, Germas secara nasional dimulai dengan berfokus pada tiga kegiatan, yaitu: 1) melakukan aktivitas fisik 30 menit per hari, 2) mengonsumsi buah dan sayur, dan 3) memeriksakan kesehatan secara rutin minimal 6 bulan sekali sebagai upaya deteksi dini penyakit. Gerakan nasional yang diprakarsai oleh Presiden RI ini dicanangkan dalam rangka penguatan pembangunan kesehatan yang mengedepankan upaya promotif-preventif, tanpa mengesampingkan upaya kuratif-rehabilitatif dengan melibatkan seluruh komponen bangsa dalam memasyarakatkan paradigma sehat.

Germas bertujuan menurunkan beban penyakit, menghindarkan terjadinya penurunan produktivitas penduduk, dan menurunkan beban pembiayaan pelayanan kesehatan karena meningkatnya penyakit dan pengeluaran kesehatan. Permasalahan kesehatan yang timbul saat ini merupakan akibat dari perilaku hidup yang tidak sehat juga ditambah sanitasi lingkungan serta ketersediaan air bersih yang masih kurang memadai di beberapa tempat. Hal tersebut sebenarnya dapat dicegah bila fokus upaya kesehatan diutamakan pada upaya preventif dan promotif dalam menumbuh-kembangkan kemandirian keluarga dan masyarakat untuk berperilaku hidup bersih dan sehat (PHBS).

Satuan tatanan terkecil dalam masyarakat adalah keluarga. Ketika seorang bayi lahir di tengah sebuah keluarga, tentunya yang pertama akan berinteraksi, yang didengar, yang dilihat dan yang dirasakannya adalah sikap, suara, sentuhan dan perilaku keluarga. Dan ini berlangsung seterusnya sampai anak tersebut tumbuh dan berkembang menjadi seorang yang siap memasuki usia dewasa. Di sinilah pentingnya sebuah keluarga untuk menciptakan sumber daya manusia yang berkualitas. Friedman (1998) menjelaskan lima fungsi keluarga, yaitu, fungsi afektif, fungsi sosialisasi, fungsi reproduksi, fungsi ekonomi, dan fungsi perawatan atau pemeliharaan kesehatan. Kesehatan merupakan sebuah investasi untuk meningkatkan kualitas sumber daya manusia sesuai dengan Undang-Undang Nomor 36 Tahun 2009 tentang Kesehatan.

Tujuan pembangunan kesehatan adalah meningkatnya kesadaran masyarakat, kemauan dan kemampuan hidup sehat bagi setiap orang agar peningkatan derajat kesehatan masyarakat setinggi-tingginya dapat terwujud. Agar tujuan tersebut berjalan optimal, pembangunan kesehatan dimulai dari unit terkecil dalam tatanan masyarakat yaitu keluarga. Tentu saja dalam pelaksanaannya tidak semudah membalikkan telapak tangan. Banyak tantangan dalam mewujudkannya. Pendekatan siklus hidup yang telah dilakukan selama ini dirasa belum dapat mengetahui secara pasti sumber penyebab permasalahannya. Untuk itu diperlukan pendekatan keluarga yang diinisiasi dengan pemetaan atas permasalahan secara mendalam dari pendekatan siklus hidup melalui kunjungan rumah.

Dalam rangka pembangunan kesehatan melalui Program Indonesia Sehat yang merupakan turunan dari visi misi Presiden Republik Indonesia dan 9 agenda prioritas (Nawa Cita) disepakati intervensi jangka pendek melalui 12 indikator utama untuk penanda status kesehatan sebuah keluarga, Indikator pertama, Keluarga Berencana, yaitu bagaimana agar pasangan usia subur dalam keluarga tersebut menggunakan kontrasepsi. Dalam arti tidak hanya untuk mencegah kehamilan dan mengatur jarak kehamilan, tapi yang terpenting diharapkan agar keluarga mempersiapkan sebuah kehamilan yang sehat. Kehamilan yang diharapkan bukan kehamilan akibat kecelakaan karena tidak/lupa menggunakan kontrasepsi. Dengan demikian maka janin yang dikandung mendapat perhatian sejak dini, diberikan kasih sayang penuh oleh orangtuanya, dan kehadirannya akan disambut dengan sukacita. Indikator kedua, persalinan di fasilitas kesehatan. Jika kelahiran bayi merupakan dambaan keluarga, tentulah pasangan dan keluarga akan sangat berhati-hati dalam menjaga kehamilannya sehingga akan melakukan pemeriksaan kehamilan, mengikuti nasihat tenaga kesehatan baik itu bidan, dokter, ataupun dokter spesialis kandungan yang melakukan pemeriksaan sekaligus deteksi resiko pada kehamilannya. Pemanfaatan buku KIA sebagai media informasi serta edukasi keluarga akan mempermudah tenaga kesehatan dalam upaya membangun

perubahan perilaku ibu hamil, suami, dan keluarga. Apalagi ketika dilakukan pendampingan diberikan juga informasi tambahan tentang kesehatan ibu dan anak, tentunya keluarga akan tertarik untuk menindaklanjuti edukasi yang diberikan.

Pendampingan dan media kelas ibu adalah strategi penting untuk menggiring masyarakat agar mau mencari pertolongan persalinan di fasilitas kesehatan. Tidak kalah penting agar tenaga kesehatan melakukan pertolongan persalinan yang sesuai standar dan bayi yang lahir agar mendapatkan inisiasi menyusu dini dalam upaya mencapai indikator ketiga yaitu setiap bayi mendapatkan ASI eksklusif selama 6 bulan. Indikator keempat, imunisasi lengkap, adalah juga hal yang penting agar anak terhindar dari risiko penyakit seperti tuberkulosis, difteri, campak, tetanus, hepatitis. Imunisasi diberikan sesuai jadwal yang dianjurkan agar anak mempunyai daya tahan fisik terhadap dengan orangtua serta murid untuk menanamkan perilaku hidup bersih dan sehat. Saling memberikan informasi, dan dilakukan pertemuan secara berkala antara sekolah dengan orangtua untuk membahas cara agar murid dapat mengenyam pendidikan sekaligus mendapatkan pengetahuan kesehatan, agama, dan contoh perilaku yang baik. Buku rapor kesehatanku merupakan media yang dapat digunakan sebagai komunikasi antara pihak sekolah dengan orangtua. Jika komunikasi dan pola asuh diterapkan secara bersamasama serta saling mendukung antara sekolah, pihak puskesmas dengan orangtua, tentunya bukan hal yang sulit dalam penerapan perilaku yang sehat, memberikan kecerdasan, serta memberikan ketahanan mental sesuai kaidah agama.

Di satu sisi situasi kesehatan saat ini dihadapkan pada tiga masalah kesehatan yaitu penyakit menular yang belum terselesaikan, penyakit tidak menular yang semakin banyak, serta adanya emerging disease. Salah satu penyakit menular yang tetap menjadi masalah adalah tuberkulosis yang dijadikan sebagai indikator keenam yaitu penderita TB paru berobat sesuai standar. Seperti diketahui pengobatan tuberkulosis membutuhkan waktu cukup panjang. Minimal 6 bulan penderita harus minum obat secara teratur dan terus menerus. Hal ini seringkali membuat penderita jenuh dan tidak minum obat secara rutin, bahkan ada yang berhenti minum obat dengan berbagai alasan. Maka penderita tuberkulosis pun membutuhkan Edisi 01 | 2017 21 pendampingan keluarga; berupaya mencegah terjadinya penularan dalam keluarga, menyediakan makanan yang berprotein tinggi serta agar secara terus menerus termotivasi minum obat sampai bisa mendapatkan kesembuhan. Penyakit tidak menular yang memberikan komplikasi sangat luas adalah penyakit hipertensi sehingga ini dijadikan sebagai indikator ketujuh yaitu penderita hipertensi berobat teratur. Hasil Riskesdas mengatakan 1 dari 4 orang dewasa di Indonesia menderita hipertensi, namun hanya 1/3 penderita yang melakukan pemeriksaan rutin serta minum obat secara teratur.

Di sisi lain penyakit hipertensi menyumbangkan komplikasi pada penyebab kematian dan penyakit kronis yang membebani negara seperti penyakit jantung, stroke, penyakit ginjal, yang saat ini menghabiskan hampir 30% dana Jaminan Kesehatan Nasional (JKN). Keluarga memegang peranan penting untuk memotivasi penderita hipertensi agar rutin memeriksakan tekanan darah, minum obat secara teratur, serta memberikan dukungan dalam mengkonsumsi makanan yang sesuai untuk mencegah terjadinya hipertensi berat yang akan menimbulkan komplikasi. Penyakit tidak menular lainnya adalah gangguan jiwa, yang sangat membutuhkan pendampingan keluarga, baik berupa motivasi maupun dalam ketekunan minum obat. Saat ini penderita gangguan jiwa bukan lagi hal yang ditakutkan karena dengan

minum obat, pendampingan serta memotivasi penderita, mereka dapat hidup normal dalam lingkungan sosial yang kondusif bahkan mampu hidup produktif. Ada 4 (empat) indikator pada pendekatan keluarga terkait lingkungan yaitu tidak ada anggota keluarga yang merokok, keluarga memiliki dan memakai air bersih, keluarga memiliki atau memakai jamban sehat serta semua anggota keluarga mempunyai jaminan kesehatan. Keempat indikator ini perlu menjadi bagian dalam keseharian perilaku keluarga agar dapat menjadi pembelajaran sekaligus menanamkan pola lingkungan sehat. Orangtua yang merokok, selain asap rokok yang dikeluarkan menjadi racun yang dapat menghambat pertumbuhan seorang anak dapat juga menjadi penyebab penyakit dalam keluarga.

Beberapa penyakit yang berkaitan dengan pernafasan sangat dipengaruhi oleh perilaku merokok dimulai dari penyakit yang paling ringan yaitu infeksi pernafasan atas, bronchitis, pneumonia, memperberat tuberculosis, asma, dan bahkan merupakan pemicu terjadinya kanker paru. Keluarga yang menggunakan air bersih dan jamban sehat terbukti dapat mengurangi kejadian penyakit infeksi seperti diare dan penyakit kulit. Dengan demikian budaya menggunakan air bersih dan jamban sehat seharusnya dibudayakan di setiap rumah agar memberikan dampak terhadap lingkungan yang sehat. Selain sebelas indikator tersebut di atas, setiap anggota keluarga juga diharapkan mempunyai jaminan kesehatan yang mampu mengatasi setiap permasalahan kesehatan yang terjadi pada keluarga tersebut.

Pendekatan keluarga menjadi bagian tak terpisahkan dalam tatanan masyarakat. Jika semua keluarga telah mampu menjadi keluarga sehat diharapkan akan menyumbang dalam arti mengajak semua keluarga yang ada di sekitarnya untuk juga peduli terhadap kesehatan. Pendamping keluarga menjadi bagian sangat penting sebagai pembawa perubahan (agent of change) dalam keluarga yang didampinginya. Ketika menemukan permasalahan kesehatan individu, menjadi kewajiban puskesmas untuk memberikan pelayanan kesehatan kepada individu yang sakit tersebut. Namun ketika masalahnya muncul di beberapa keluarga tentunya pendekatan tidak bisa hanya pada keluarga tersebut melainkan harus dilakukan pendekatan ke komunitas masyarakat; komunitas yang mempunyai tanggungjawab dalam membangun kesehatan di wilayahnya. Dengan demikian akan tercipta masyarakat yang sehat dalam mewujudkan desa sehat, kecamatan sehat, kota sehat, dan seterusnya menjadikan Indonesia Sehat.

Sejak tahun 2016, setidaknya dua kali dalam setahun Direktorat Gizi Masyarakat membuka layanan konsultasi gizi gratis pada kegiatan Rakesnas dan Pameran Agrinex. Hal ini dilakukan sebagai salah satu pendukung Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (GERMAS). Kegiatan konsultasi gizi ini direspon sangat baik oleh masyarakat. Pada saat pameran Agrinex yang berlangsung tanggal 31 Maret - 2 April 2017, teman-teman dari Direktorat Gizi Masyarakat telah memberikan konsultasi gizi pada 600 orang masyarakat yang datang ke stand Kementerian Kesehatan. Kegiatan konsultasi gizi sendiri dimulai dengan penimbangan berat badan dan pengukuran tinggi badan. Setelah itu ahli gizi mengecek Indeks Massa Tubuh (IMT) dari klien. Jika IMT sudah diketahui barulah ahli gizi dapat memberikan konseling gizi sesuai dengan IMT klien. Kategori IMT < 17 : sangat kurus 17– 18,5 : Kurus 18,5 – 25 : Normal 25 – 27 : Gemuk > 27 : Obesitas Cara Mengukur IMT : Berat Badan (KG) : Tinggi Badan <sup>2</sup> (M) Tujuan dari konseling gizi antara lain membimbing dan mengarahkan klien dalam memahami masalah gizi yang dihadapi dan bagaimana mengatasinya sehingga dapat terjadi perubahan perilaku kesehatan.

Memberikan informasi ke klien pentingnya makan sayur dan buah dan diet gizi seimbang. Dalam diet gizi seimbang tidak ada satu pun makanan yang dilarang; semua makanan dapat dimakan dengan porsi dan jumlah tertentu, tentunya disesuaikan dengan kebutuhan tubuh klien tersebut. Selain diet gizi seimbang klien juga harus melakukan aktivitas fisik minimal 30 menit dalam sehari. Dengan konseling gizi, ahli gizi berusaha agar klien dapat merubah perilaku/ pola makannya.

Pada tahap pertama, faktor yang Oleh. LIA RAHMAWATI mempengaruhi perilaku adalah pengetahuan (knowledge). Pengetahuan adalah hasil penginderaan manusia atau hasil tahu seseorang terhadap objek melalui indera yang dimilikinya (mata, hidung, telinga). Komponen kognitif merupakan representasi yang dipercaya oleh individu, kepercayaan dipengaruhi oleh informasi yang didapat.

Tahap kedua adalah tahap memahami (comprehension), merupakan tahap memahami suatu objek bukan sekedar tahu atau dapat menyebutkan, tetapi juga dapat menginterpretasikan secara benar tentang objek.

Tahap ketiga, tahap aplikasi (application), yaitu jika orang yang telah memahami objek yang dimaksud dapat mengaplikasikan prinsip yang diketahui pada situasi yang lain.

Sedangkan tahap keempat merupakan tahap analisis (analysis), merupakan kemampuan seseorang menjabarkan dan atau memisahkan. Indikasi bahwa pengetahuan seseorang sudah sampai pada tingkat analisis jika dapat membedakan, memisahkan, mengelompokkan, membuat diagram pada pengetahuan atas objek tersebut.

Tahap kelima adalah sintesis (synthesis). Tahap ini menunjukkan kemampuan seseorang untuk merangkum suatu hubungan logis dari komponen pengetahuan yang dimiliki. Sedangkan tahap terakhir, berupa tahap evaluasi (evaluation), tahap ini berkaitan dengan kemampuan seseorang untuk melakukan penilaian terhadap suatu objek. Menjaga status gizi agar tetap berada di kategori normal amatlah penting. Obesitas akan mengarah ke penyakit tidak menular (penyakit kardiovaskuler, gagal ginjal, diabetes melitus, kanker, dll). Jika terserang salah satu penyakit tidak menular tersebut sudah barang tentu dana yang dikeluarkan untuk ke rumah sakit tidak sedikit.

Menurut data dari Badan Penyelenggara Jaminan Sosial (BPJS), pada enam bulan pertama pelaksanaan dana Jaminan Kesehatan Nasional (JKN), penyakit kardiovaskuler, stroke, gagal ginjal, diabetes, dan kanker, menduduki peringkat teratas klaim biaya rawat inap di antara penyakitpenyakit katastropik lainnya. Diprediksi beban pengeluaran untuk penyakit tidak menular (PTM) ini akan terus meningkat bila tidak ada upaya terobosan untuk memutus jalur PTM ini. Semua orang mengetahui jika mencegah lebih baik daripada mengobati. Melalui Germas masyarakat diharapkan memulai perubahan perilaku ke arah gaya hidup yang lebih sehat.