



PENYULUHAN PENGELOLAAN KESEHATAN PADA PENGIDAP GANGGUAN TIROID DI DESA LAM URIT KECAMATAN SIMPANG TIGA

Edy Cahyadi^{1*}

¹Pendidikan Dokter, Fakultas Kedokteran, Universitas Abulyatama, Aceh Besar, 23374, Indonesia

*Email korespondensi: edicahyadi_fk@abulyatama.ac.id¹

¹Diterima 19 Agustus 2023; Disetujui 31 Agustus 2023; Dipublikasi 17 September 2023

Abstract: *Thyroid disorders are one of the most common endocrine diseases in society and can affect the body's overall metabolism. This disease can manifest as hypothyroidism, which occurs due to low thyroid hormone production, or hyperthyroidism, which is caused by excessive thyroid hormone production. The lack of public understanding regarding thyroid disorders can lead to delayed diagnosis and improper treatment, thereby increasing the risk of more serious complications. Health education aims to raise awareness among the people of Lam Urit Village, Simpang Tiga District, about the importance of health management for those with thyroid disorders. The counseling method was conducted through lectures and interactive discussions to provide comprehensive information to the participants. The evaluation conducted after the counseling showed an increase in the community's understanding of thyroid disorders, their symptoms, and prevention methods. With this counseling, it is hoped that the community will be more proactive in maintaining thyroid health and conducting regular medical consultations.*

Keywords: *Thyroid Disorders, Health Education, Community Service*

Abstrak: Gangguan tiroid merupakan salah satu penyakit endokrin yang sering terjadi di masyarakat dan dapat berdampak pada metabolisme tubuh secara keseluruhan. Penyakit ini dapat berupa hipotiroidisme, yang terjadi akibat produksi hormon tiroid yang rendah, atau hipertiroidisme, yang disebabkan oleh produksi hormon tiroid yang berlebihan. Kurangnya pemahaman masyarakat mengenai gangguan tiroid dapat menyebabkan keterlambatan diagnosis dan penanganan yang tidak tepat, sehingga meningkatkan risiko komplikasi yang lebih serius. Penyuluhan kesehatan bertujuan untuk meningkatkan kesadaran masyarakat Desa Lam Urit, Kecamatan Simpang Tiga, tentang pentingnya pengelolaan kesehatan bagi penderita gangguan tiroid. Metode penyuluhan dilakukan melalui ceramah dan diskusi interaktif guna memberikan informasi yang komprehensif kepada peserta. Evaluasi yang dilakukan pasca penyuluhan menunjukkan adanya peningkatan pemahaman masyarakat mengenai gangguan tiroid, gejalanya, serta cara pencegahannya. Dengan adanya penyuluhan ini, diharapkan masyarakat lebih proaktif dalam menjaga kesehatan tiroid dan melakukan konsultasi medis secara berkala.

Kata kunci : *Gangguan Tiroid, Penyuluhan Kesehatan, Pengabdian Masyarakat.*

Gangguan tiroid merupakan salah satu masalah kesehatan yang memiliki dampak luas terhadap metabolisme tubuh. Kelenjar tiroid

berfungsi untuk menghasilkan hormon tiroksin (T4) dan triiodotironin (T3), yang mengatur berbagai proses metabolisme. Gangguan pada

kelenjar ini dapat menyebabkan hipotiroidisme atau hipertiroidisme, yang keduanya memiliki konsekuensi kesehatan yang serius jika tidak ditangani dengan baik. Hipotiroidisme dapat menyebabkan kelelahan, kenaikan berat badan, dan gangguan kognitif, sementara hipertiroidisme dapat menyebabkan penurunan berat badan yang tidak diinginkan, tremor, dan gangguan jantung.

Di Desa Lam Urit, tingkat pemahaman masyarakat mengenai gangguan tiroid masih tergolong rendah. Beberapa faktor yang berkontribusi terhadap hal ini adalah keterbatasan akses informasi, rendahnya kesadaran akan pentingnya pemeriksaan medis, serta minimnya fasilitas kesehatan yang menyediakan layanan pemeriksaan tiroid. Oleh karena itu, penyuluhan kesehatan menjadi solusi penting untuk memberikan edukasi mengenai deteksi dini, faktor risiko, serta strategi pengelolaan yang efektif bagi penderita gangguan tiroid.

Gangguan tiroid merupakan salah satu masalah kesehatan yang sering terjadi di masyarakat, namun masih kurang mendapatkan perhatian yang memadai. Penyakit ini dapat berdampak signifikan terhadap metabolisme, pertumbuhan, serta fungsi organ tubuh lainnya. Beberapa jenis gangguan tiroid yang umum dijumpai meliputi hipotiroidisme, hipertiroidisme, dan nodul tiroid. Kurangnya pemahaman masyarakat mengenai faktor risiko, gejala, serta pengelolaan yang tepat terhadap gangguan tiroid dapat menyebabkan

keterlambatan dalam diagnosis dan pengobatan, yang pada akhirnya dapat menurunkan kualitas hidup penderita.

Desa Lam Urit, yang terletak di Kecamatan Simpang Tiga, memiliki populasi yang sebagian besar masih minim pengetahuan mengenai penyakit tiroid dan cara penanganannya. Kondisi ini mendorong perlunya kegiatan penyuluhan sebagai bentuk pengabdian kepada masyarakat, dengan tujuan meningkatkan pemahaman masyarakat tentang gangguan tiroid, faktor risiko, tanda dan gejala, serta langkah-langkah pencegahan dan pengelolaannya.

KAJIAN PUSTAKA

Gangguan tiroid telah menjadi salah satu fokus penelitian dalam bidang endokrinologi. Menurut penelitian Mangaku et al. (2024), gangguan tiroid dapat dipengaruhi oleh faktor genetik, lingkungan, dan pola hidup yang tidak sehat. Studi oleh Komang Mentary Putri Sudibia (2024) menunjukkan bahwa prevalensi gangguan tiroid semakin meningkat secara global, terutama di daerah dengan defisiensi yodium yang tinggi. Hal ini diperkuat oleh temuan Yurizali & Adhyka (2024), yang menyatakan bahwa defisiensi yodium merupakan salah satu penyebab utama hipotiroidisme, sementara hipertiroidisme sering kali dikaitkan dengan penyakit autoimun seperti Graves' disease.

Penelitian Deswita et al. (2019) juga menyoroti dampak gangguan tiroid terhadap ibu

hamil, di mana gangguan ini dapat meningkatkan risiko keguguran, persalinan prematur, dan gangguan perkembangan janin. Selain itu, penelitian dari World Health Organization (2023) mengungkapkan bahwa sekitar 200 juta orang di dunia mengalami gangguan tiroid, dengan prevalensi yang meningkat setiap tahunnya. Studi yang dilakukan oleh National Institute of Health (2022) menekankan pentingnya diagnosis dini melalui pemeriksaan hormon tiroid untuk mencegah komplikasi lebih lanjut.

Lebih lanjut, penelitian oleh Endocrine Society (2023) menunjukkan bahwa pengobatan gangguan tiroid harus dilakukan secara individual berdasarkan tingkat keparahan dan penyebab yang mendasarinya. American Thyroid Association (2022) merekomendasikan terapi hormon tiroid sebagai langkah utama dalam menangani hipotiroidisme. Selain itu, penelitian dari Mayo Clinic (2023) menyoroti pentingnya gaya hidup sehat, termasuk pola makan kaya yodium dan selenium, dalam mendukung fungsi kelenjar tiroid. Harvard Medical School (2023) juga menegaskan bahwa stres dan gangguan autoimun dapat memperburuk kondisi tiroid, sehingga diperlukan pendekatan holistik dalam pengelolaannya.

Selain edukasi, akses terhadap layanan kesehatan juga menjadi faktor penting dalam penanganan gangguan tiroid. Menurut World Health Organization (WHO, 2021), keterbatasan

akses ke fasilitas kesehatan, kurangnya tenaga medis yang terlatih, serta minimnya ketersediaan obat-obatan menjadi tantangan dalam manajemen penyakit tiroid, terutama di daerah pedesaan. Oleh karena itu, adanya program pemeriksaan kesehatan berkala dan peningkatan kapasitas tenaga medis sangat diperlukan untuk membantu masyarakat dalam mendeteksi serta mengelola penyakit ini dengan lebih baik.

Peran dukungan sosial dan psikologis juga menjadi aspek penting dalam pengelolaan gangguan tiroid. Menurut penelitian yang dilakukan oleh Taylor et al. (2018), penderita gangguan tiroid sering mengalami perubahan suasana hati, kecemasan, dan depresi akibat ketidakseimbangan hormon. Dukungan dari keluarga dan lingkungan sosial dapat membantu pasien dalam menghadapi kondisi ini, terutama dalam hal kepatuhan terhadap pengobatan dan penerapan gaya hidup sehat. Oleh karena itu, selain edukasi medis, penting juga untuk meningkatkan kesadaran masyarakat akan dampak psikologis gangguan tiroid dan bagaimana cara mendukung penderita agar tetap memiliki kualitas hidup yang baik.

Terakhir, teknologi kesehatan berperan dalam mempermudah deteksi dan pengelolaan gangguan tiroid. Menurut laporan dari National Institute of Diabetes and Digestive and Kidney Diseases, perkembangan teknologi seperti penggunaan tes darah dengan metode ultrasensitif dan pencitraan tiroid dengan ultrasound telah meningkatkan akurasi diagnosis gangguan tiroid. Selain itu, aplikasi kesehatan

digital juga mulai digunakan untuk membantu pasien dalam memantau gejala, mengingatkan jadwal obat, serta memberikan edukasi terkait pola hidup sehat bagi penderita tiroid. Integrasi teknologi dalam pelayanan kesehatan diharapkan dapat membantu meningkatkan efisiensi dan efektivitas dalam penanganan gangguan tiroid, terutama di daerah dengan akses layanan kesehatan yang masih terbatas.

METODE PELAKSANAAN

Metode pelaksanaan dalam kegiatan penyuluhan ini dilakukan melalui beberapa tahapan sebagai berikut:

1. Tahap Persiapan

- Melakukan survei lokasi dan menentukan tempat pelaksanaan penyuluhan.
- Mengurus administrasi dan perizinan yang diperlukan.
- Menyusun materi penyuluhan yang mencakup pengenalan gangguan tiroid, faktor risiko, pencegahan, serta cara pengobatan.
- Menyiapkan media penyuluhan seperti poster, brosur, dan presentasi untuk mendukung penyampaian materi.

2. Tahap Pelaksanaan

- Penyuluhan dilakukan dengan metode ceramah dan diskusi interaktif.

- Materi penyuluhan disampaikan oleh tenaga medis yang berkompeten dalam bidang gangguan tiroid.
- Sesi tanya jawab diberikan kepada peserta untuk meningkatkan pemahaman mereka terhadap materi yang disampaikan.
- Pembagian leaflet dan brosur kepada peserta sebagai bahan informasi tambahan.

3. Tahap Evaluasi

- Melakukan evaluasi pemahaman peserta sebelum dan sesudah penyuluhan melalui kuesioner.
- Menganalisis hasil evaluasi untuk mengetahui efektivitas penyuluhan dalam meningkatkan pemahaman masyarakat.
- Memberikan rekomendasi tindak lanjut untuk penyuluhan lebih lanjut jika diperlukan.

Dengan metode pelaksanaan ini, diharapkan masyarakat Desa Lam Urit lebih memahami pentingnya menjaga kesehatan tiroid dan mampu menerapkan langkah-langkah pencegahan serta penanganan dini terhadap gangguan tiroid.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan penyuluhan ini dihadiri oleh 40 peserta dari berbagai kelompok usia di Desa Lam Urit. Penyampaian materi dilakukan

melalui ceramah interaktif selama 40 menit, diikuti dengan sesi tanya jawab selama 60 menit. Para peserta aktif dalam mengajukan pertanyaan, yang menunjukkan tingginya minat mereka terhadap informasi yang disampaikan. Mayoritas pertanyaan yang diajukan berkaitan dengan gejala gangguan tiroid, faktor penyebab, serta metode pengobatan yang tersedia.

Evaluasi pasca penyuluhan dilakukan melalui survei singkat kepada peserta untuk menilai efektivitas kegiatan. Hasil evaluasi menunjukkan peningkatan signifikan dalam pemahaman masyarakat terkait gangguan tiroid, khususnya dalam hal deteksi dini dan cara pencegahannya. Sebelum penyuluhan, hanya sekitar 30% peserta yang memahami pentingnya pemeriksaan kadar hormon tiroid, namun setelah penyuluhan angka ini meningkat hingga 85%. Hal ini menunjukkan bahwa metode ceramah dan diskusi interaktif yang digunakan dalam penyuluhan ini efektif dalam meningkatkan kesadaran masyarakat.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Penyuluhan kesehatan mengenai pengelolaan gangguan tiroid di Desa Lam Urit berhasil meningkatkan pemahaman masyarakat mengenai penyakit ini. Hasil evaluasi menunjukkan peningkatan pengetahuan masyarakat terkait faktor risiko, gejala, serta metode pencegahan dan pengobatan gangguan tiroid. Penyuluhan ini juga mendorong masyarakat untuk lebih proaktif dalam menjaga kesehatan tiroid dengan menerapkan pola makan

sehat dan melakukan pemeriksaan medis secara rutin.

Sebagai langkah lanjutan, disarankan agar kegiatan serupa dilakukan secara berkala untuk memperkuat pemahaman masyarakat mengenai gangguan tiroid. Selain itu, pemerintah daerah dapat berperan dalam meningkatkan akses layanan kesehatan terkait gangguan tiroid, seperti pemeriksaan kadar hormon tiroid yang lebih mudah diakses. Dengan adanya kerja sama antara tenaga medis dan masyarakat, diharapkan angka kejadian gangguan tiroid dapat diminimalkan di masa mendatang.

Saran

1. Diharapkan adanya penyuluhan rutin mengenai gangguan tiroid agar masyarakat terus mendapatkan informasi terbaru.
2. Pemerintah daerah disarankan untuk menyediakan fasilitas pemeriksaan tiroid yang lebih mudah diakses oleh masyarakat.
3. Kampanye kesehatan melalui media sosial, seminar, dan program desa untuk meningkatkan kesadaran masyarakat tentang pentingnya menjaga kesehatan tiroid.
4. Penggunaan media cetak dan digital untuk menyebarluaskan informasi kesehatan yang relevan.

5. Edukasi mengenai pentingnya asupan nutrisi yang seimbang, terutama makanan yang kaya yodium, selenium, dan zat besi untuk mendukung kesehatan tiroid.
6. Penyuluhan tentang gaya hidup sehat yang dapat membantu mencegah gangguan tiroid.
7. Perlu dilakukan evaluasi berkala terhadap efektivitas program penyuluhan guna mengetahui tingkat pemahaman masyarakat.
8. Monitoring berkelanjutan terhadap peserta penyuluhan untuk mengetahui dampak jangka panjang dari kegiatan ini.

Dengan adanya saran ini, diharapkan masyarakat dapat lebih memahami dan mengelola kesehatan tiroid mereka dengan lebih baik, serta mendapatkan akses yang lebih baik terhadap informasi dan layanan kesehatan.

DAFTAR PUSTAKA

- Deswita, F., et al. (2019). *Thyroid Disease in Pregnancy: Diagnosis and Management*. *Medula*, 9(1), 186–191.
- Komang Mentary Putri Sudibia, N. (2024). *Analisis Pemeriksaan Laboratorium pada Penyakit Tiroid*. *Action Research Literate*, 8(8), 2193–2198.
- Mangaku, A., et al. (2024). *Evaluasi

Penggunaan dan Potensi Interaksi Obat pada Pasien Gangguan Tiroid*. *12(3)*, 454–461.

Yurizali, B., & Adhyka, N. (2024). *Profil Tingkat Hormon Stimulasi Tiroid dan Kondisi Kesehatan dalam Studi Populasi Dewasa. *Jurnal Kedokteran Dan Kesehatan*, 20(1), 124–137.

World Health Organization (2023). *Global Health Estimates: Thyroid Disorders and Management Strategies.

National Institute of Health (2022). *Thyroid Diseases: Diagnosis and Treatment Guidelines.

Endocrine Society (2023). *Thyroid Function and Its Role in Human Metabolism.*

American Thyroid Association (2022). *Hyperthyroidism and Hypothyroidism: Clinical Guidelines.*

Mayo Clinic (2023). *Thyroid Health: Symptoms and Treatments.*

Harvard Medical School (2023). *Thyroid Disorders and Their Management Strategies.