


Upaya Pencegahan Penyakit Degeneratif Melalui Pemeriksaan dan Edukasi Kesehatan Pada Lansia di Kelurahan Panau, Kecamatan Tawaeli

Ririen Hardani^{1*}, Yuliet², Andi Atirah Masyita³

^{1,2,3}Universitas Tadulako, Jl. Soekarno Hatta No.KM. 9, Tondo, Kec. Mantikulore, Kota Palu, Sulawesi Tengah
E-mail: s.atyrah.almahdy@gmail.com

* Corresponding Author

 <https://doi.org/10.31004/jerkin.v4i1.2296>

ARTICLE INFO

Article history

Received: 10 July 2025

Revised: 20 July 2025

Accepted: 08 August 2025

Kata Kunci:

Pemeriksaan Kesehatan,
Kolestrol, Gula Darah,
Asam Urat, Lansia

Keywords:

Health Check-Up,
Cholesterol, Blood Sugar,
Uric Acid, Elderly

ABSTRACT

Penuaan adalah proses alami yang meningkatkan risiko masalah kesehatan, sehingga lansia sering menghadapi tantangan fisik dan mental. Upaya peningkatan pemahaman masyarakat tentang kesehatan lansia dan pemeriksaan rutin diperlukan. Edukasi kesehatan dari Ikatan Apoteker Indonesia (IAI) bermanfaat dalam meningkatkan kesadaran penggunaan obat yang benar. Pemeriksaan kesehatan lansia penting untuk deteksi dini, pencegahan komplikasi, dan perawatan tepat, mencakup tekanan darah, gula darah, kolesterol, berat, dan tinggi badan. Kegiatan ini melibatkan lansia di Kelurahan Panau, Kecamatan Tawaeli, dengan metode pemberdayaan partisipatif yang menekankan keterlibatan masyarakat. Tujuannya adalah meningkatkan kesadaran akan pentingnya tes kesehatan berkala sebagai pencegahan penyakit degeneratif, menyediakan pemeriksaan rutin, serta memberi edukasi kesehatan bagi lansia dan keluarganya untuk mendorong pola hidup sehat. Program dilakukan melalui pemeriksaan kolesterol, gula darah, asam urat, tekanan darah, serta edukasi kesehatan. Hasil pengabdian ini akan dipublikasikan di Jurnal Pengabdian Masyarakat Indonesia (JPMI).

Aging is a natural process that increases the risk of health problems, with older adults often facing both physical and mental challenges. Efforts to improve public understanding of elderly health and the need for regular check-ups are essential. Health education from the Indonesian Pharmacists Association (IAI) plays a role in raising awareness about the correct use of medication. Regular health examinations for the elderly are important for early detection, prevention of complications, and appropriate treatment, covering blood pressure, blood sugar, cholesterol, weight, and height. This program involved older adults in Panau Village, Tawaeli District, using a participatory empowerment approach that emphasizes community involvement. The goal is to raise awareness of the importance of regular health tests to prevent degenerative diseases, provide routine check-ups, and deliver health education to the elderly and their families to encourage healthy lifestyles. Activities included cholesterol, blood sugar, uric acid, and blood pressure checks, as well as health education. The results of this community service program will be published in the Jurnal Pengabdian Masyarakat Indonesia (JPMI).



This is an open access article under the [CC-BY-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/) license.



How to Cite: Ririen Hardani, et al (2025). Upaya Pencegahan Penyakit Degeneratif Melalui Pemeriksaan dan Edukasi Kesehatan Pada Lansia di Kelurahan Panau, Kecamatan Tawaeli, 4 (1) 3625-3629. <https://doi.org/10.31004/jerkin.v4i1.2296>

PENDAHULUAN

Masyarakat di Kelurahan Panau, Kecamatan Tawaeli cenderung masih kurang memiliki kesadaran terhadap kesehatan. perhatian terhadap pemeriksaan kesehatan terutama pada lansia. Lansia di kelurahan Panau mayoritas memiliki pekerjaan sebagai nelayan dan petani. Pemeriksaan tekanan darah, gula darah, asam urat, dan kolesterol karena alasan yang beragam antara lain aspek biaya, keterjangkauan ke lokasi pemeriksaan serta keterbatasan waktu. Oleh karena itu perlu adanya

pengabdian yang melakukan pemeriksaan kesehatan untuk membantu meningkatkan identifikasi masyarakat terhadap cara deteksi penyakit kronis sedini mungkin. Kesehatan adalah suatu hal yang sangat penting dalam kehidupan, jika seseorang sakit maka seseorang akan berusaha untuk sehat kembali. Hal yang biasa dilakukan seseorang untuk sembuh, yaitu berobat ke dokter atau mengobati diri sendiri. Pengobatan sendiri atau yang biasa disebut swamedikasi adalah hal yang paling sering dilakukan masyarakat sebelum ke tenaga kesehatan (Sitindon, 2020). Cek kesehatan merupakan pemeriksaan yang difokuskan pada upaya pencegahan primer dan sekunder, yaitu mendeteksi berbagai faktor kesehatan secara menyeluruh yang dapat menimbulkan penyakit tertentu di kemudian hari. Harapan dari melakukan cek kesehatan adalah mengetahui berbagai faktor risiko penyakit sehingga dapat mencegah penyakit tersebut dengan melakukan perubahan - perubahan, misalnya mengubah kebiasaan merugikan tubuh dan mungkin juga bantuan obat-obatan. Pemeriksaan Kesehatan adalah waktu dimana seseorang dapat secara proaktif menanyakan kondisi kesehatannya, masalah kesehatan, dapat belajar bagaimana tentang perawatan tubuh, meminta saran dan evaluasi, meminta pengobatan sesuai kondisi, juga belajar tentang pencegahan suatu penyakit (indakan preventif) sehingga dapat meningkatkan kualitas hidup (Nurhayati & Cahyati, 2016).

Seiring bertambahnya usia kapasitas fisik dan mental lansia cenderung menurun dan kondisi kesehatan menjadi lebih kronis dan kompleks (WHO, 2018). Pada kondisi lanjut usia kondisi kesehatan lansia mengalami penurunan, berberapa penyakit sering terjadi pada masa lanjut usia seperti diabetes melitus, hipertensi, gagal jantung, osteoporosis, osteoarthritis, Penyakit Paru Obstruktif Kronik (PPOK), hal ini disebabkan beberapa faktor seperti usia, gaya hidup dan pola hidup (Novfrida et al., 2023). Hipertensi adalah keadaan di mana tekanan darah terlalu tinggi, angka pertama disebut sistolik mewakili tekanan dalam pembuluh darah saat jantung beristirahat diantara detak. Hipertensi didiagnosis ketika diukur pada dua hari yang berbeda, pembacaan tekanan darah sistolik pada kedua hari adalah 140 mmHg dan/atau pembacaan tekanan darah diastolik pada kedua hari adalah 90 mmHg (WHO, 2023). Didunia, negara Cina, India dan Amerika Serikat menduduki peringkat tiga terbesar untuk kasus diabetes mellitus, dan Indonesia berada pada peringkat ke-3 di Asia Tenggara (Kemenkes, 2022). Beberapa penelitian menunjukkan asam urat sebagai faktor resiko hipertensi, dislipidemia, penyakit kardiovaskuler dan ginjal, walau penelitian lain menduga bahwa hubungan antara asam urat dengan diabetes temuannya masih belum jelas. Pada kasus hipertensi terdapat hubungan dengan asam urat (Haque et al., 2019). Faktor resiko peningkatan hipertensi dengan obesitas dapat dicegah melalui pola makan yang sehat (Butarbutar et al., 2021). Pemerintah berharap pada masa yang akan datang lansia dapat hidup sehat secara produktif dan aktif dapat tetap melakukan aktifitas-aktifitas sosial yang membuat kualitas hidup lansia meningkat dan tetap menjalani masa tua yang sehat dan bahagia (Kemenkes, 2019). Upaya skrining hiperkolesterolemia membutuhkan partisipasi dari semua pihak, baik dokter pemerintah, swasta maupun masyarakat diperlukan agar hiperkolesterolemia dapat dikendalikan. Sebagian besar masyarakat enggan untuk melakukan skrining hiperkolesterolemia, Angka kolestrol yang disarankan adalah dibawah 200 mg/dl. Penyebab keengganan tersebut beragam, mulai dari aspek biaya, keterjangkauan ke lokasi pemeriksaan, keterbatasan sarana prasarana maupun aspek waktu (Fitria A.D., 2019) Tujuan dalam pemeriksaan kesehatan kolestrol ini, dimaksudkan untuk memfasilitasi pemeriksaan kesehatan melalui pemahaman masyarakat tentang kesehatan lansia, menyediakan pemeriksaan kesehatan berkala untuk mendeteksi dini masalah kesehatan pada lansia, serta memberikan edukasi kesehatan yang efektif dan efisien sehingga diharapkan dapat mendapatkan hasil yang akurat, sehingga dapat dilakukan tindakan perawatan atau pencegahan yang tepat. Diabetes Mellitus dapat menimbulkan kematian karena menyerang hampir semua organ tubuh dan menimbulkan berbagai macam tanda dan gejala. Tanda dan gejala pada penderita DM dipengaruhi banyak faktor antara jenis kelamin, umur, tingkat pendidikan, jenis pekerjaan, social ekonomi, riwayat penyakit dan dapat dipengaruhi juga dengan faktor penannnganan yang meliputi diet, aktivitas fisik, terapi obat dan pemantauan glukosa darah. Untuk mencegah terjadinya penyakit DM serta menghindari terjadinya komplikasi yang akan ditimbulkan dari penyakit DM maka perlu dilakukan pemeriksaan secara berkala pada lansia (Anggrain et al., 2021). Tujuan pengabdian yang dilakukan yaitu, Peningkatan kesehatan melalui pemeriksaan kesehatan sedini mungkin terhadap penyakit kronis yang baik dan benar. Peningkatan pengetahuan terhadap cara pencegahan penyakit dan cara memelihara kesehatan. Peningkatan pengetahuan melalui edukasi kesehatan melalui kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini diharapkan menjadi strategi bagi kelompok mitra yaitu Lansia di Kelurahan Panau, Kecamatan

Tawaeli untuk dapat memahami dan mengaplikasikan atau melakukan pemeriksaan kesehatan terutama untuk diri sendiri dan keluarga dengan baik sehingga dapat mengurangi kejadian yang tidak diinginkan dari komplikasi yang akan terjadi. Harapan yang lebih besar yaitu para lansia kelompok mitra bisa memaksimalkan hasil terapi tanpa efek samping dalam melakukan pengobatan.

METODE

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini digunakan metode pelaksanaan melalui pelayanan pemeriksaan kesehatan dan edukasi kesehatan. Pelayanan pemeriksaan yang akan diberikan antara lain pengukuran bobot badan, tekanan darah, kadar glukosa darah, kadar asam urat dan kadar kolesterol total. Sedangkan untuk edukasi kesehatan akan diberikan dalam bentuk penyuluhan melalui media presentasi atau pembagian brosur/leaflet. Metode yang diterapkan dapat dilihat pada Tabel 1 berikut:

Tabel 1. Rencana Kegiatan Program Pengabdian

No	Uraian kegiatan	Tujuan	Sasaran
1	Kegiatan pendekatan	Mengumpulkan data lansia tentang pemeriksaan kesehatan mulai dari caram endapatkan, frekuensi dan durasi sampai pemeriksaan selanjutnya yang biasa mereka lakukan untuk mengobati penyakit yang biasa diderita lansia /masyarakat.	Anggota kelompok mitra
2	Koordinasi tim pengabdian dengan mitra	Untuk mengetahui jadwal pelaksanaan kegiatan pengabdian	Ketua mitra
3	Kegiatan aksi	Memberikan pelayanan pemeriksaan kesehatan (tekanan darah, gula darah, asam urat, kolestrol, berat badan dan tinggi badan) serta edukasi penggunaan obat yang baik dan benar dan jenis-jenis penyakit degeneratif serta pengobatannya disertai KIE.	Tim anggota kelompok mitra yang hadir
4	Evaluasi	Untuk mengetahui tingkat pengetahuan yang diperoleh setelah kegiatan pengabdian yang dilakukan diawal dan diakhir kegiatan	Lansia di kelurahan Panau, kecamatan Tawaeli yang hadir dalam kegiatan pengabdian

HASIL DAN PEMBAHASAN

Peserta merupakan pada lansia di Kelurahan Panau, Kecamatan Tawaeli yang terdiri dari laki-laki dan perempuan dengan berbagai usia. Pemeriksaan dan edukasi kesehatan ini pada awalnya menargetkan peserta sebanyak 100 orang, tetapi yang ikut serta dalam kegiatan ini hanya 95 orang. Hal ini di sebabkan masyarakat sedang mengikuti kegiatan di tempat lain sehingga peserta yang datang tidak sesuai target.

Pelaksanaan pengabdian ini dipersiapkan oleh tim pengabdian dengan tahapan sebagai berikut:

1. Lansia mengisi presensi terlebih dahulu sebelum melakukan pemeriksaan
2. Lansia melaksanakan pemeriksaan kesehatan yang dimulai dari pemeriksaan tekanan darah, gula darah, kolestrol dan asam urat.
3. Lansia melakukan konseling dan PIO terkait hasil pemeriksaan.

Diperoleh sebanyak 42 peserta lansia yang memiliki kadar tekanan darah tinggi dari standar normal yang ada, 18 peserta yang mendapatkan nilai gula darah tinggi, 54 peserta lansia yang mendapatkan kadar kolestrol tinggi, dan 39 peserta lansia yang mendapatkan kadar asam urat tinggi. Pada saat pemeriksaan kadar gula darah banyak pasien yang tidak berpuasa sehingga nilai standar yang di pakai adalah nilai kadar gula darah sewaktu.

Banyak pasien lansia yang sudah mengetahui menderita penyakit degeratif tertentu. Namun masih kurang rutin dalam melakukan pemeriksaan dengan berbagai alasan seperti lupa waktu kontrol dan tidak patuh pada pengobatan. Hal ini sesuai dengan(Desreza et al., 2022) di dapatkan sebanyak 10 orang yang

mengalami hipertensi, 12 orang dengan masalah asam urat, dan 5 orang peserta gula darah tinggi dan sisanya memiliki resiko terkena penyakit hipertensi, asam urat dan diabetes militus.

Masyarakat terlihat antusias mengikuti kegiatan ini yang terlihat pada saat awal pemeriksaan dilakukan dengan pembagian brosur untuk membantu mengedukasi terkait penyakit-penyakit degeneratif yang disertai dengan tanda dan gejala yang bisa di kenali masyarakat sebagai deteksi sedini mungkin. Setelah pemeriksaan dilakukan diakhiri dengan pemberian informasi obat (PIO) yang dapat menunjang pengetahuan dan pemahaman terkait pentingnya pemeriksaan kesehatan secara teratur demi mendapatkan kondisi sehat dan terhindar dari faktor resiko penyakit degeneratif.

Penyakit lanjut usia yang sering muncul khususnya di Indonesia yaitu hipertensi, osteoporosis, kolestrolema, angina, stroke, trigliserida tinggi dll, sedangkan penyakit terbanyak pada lansia yaitu diabetes militus sebanyak 17%, hipertensi sebanyak 69,5%, jantung sebanyak 4,7%, dan penyakit sendi sebanyak 18,9%(Wulandari et al., 2023).

Pemeriksaan tekanan darah, gula darah, kolestrol dan asam urat ini dimaksudkan untuk masyarakat dan pemerintah dalam upaya preventif penyakit tidak menular seperti hipertensi, gout dan diabetes militus, hal ini sejalan dengan pembudayaan prilaku hidup sehat bagi seluruh masyarakat termasuk dengan orang resiko diabetes militus mampu mengontrol resiko penderita(Ginting & Fentiana, 2023).

Pada pelaksanaan pengabdian masyarakat ini diharapkan masyarakat lansia bisa lebih bisa produktif sehingga tujuan dari kegiatan pemeriksaan ini dapat tercapai, hal ini terlihat melalui pemahaman masyarakat lansia tentang pentingnya pemeriksaan kesehatan secara rutin atau berkala dan segera di anjurkan untuk melakukan pemeriksaan lebih lanjut ke puskesmas terdekat, serta menganjurkan warga untuk tetap menjaga kesehatannya.



Gambar 1 Kegiatan Pemeriksaan Kesehatan

SIMPULAN

Kegiatan pengabdian masyarakat dengan pemeriksaan dan edukasi ini berjalan dengan baik dan lancar. Masalah kesehatan pada lansia di Kelurahan Panau, Kecamatan Tawaeli terbanyak adalah kolestrol. Oleh karena itu di harapkan melalui pengabdian masyarakat ini kesadaran masyarakat khususnya lansia di Kelurahan Panau, Kecamatan Tawaeli dapat meningkat untuk meningkatkan derajat kesehatan yang optimal.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada kepala Kelurahan Pangau, Kecamatan Tawaeli dan kepada tokoh masyarakat yang ada di Kelurahan Pangau yang telah memberikan kami fasilitas untuk melaksanakan pengabdian kepada masyarakat di Kelurahan Pangau.

REFERENSI

Anggrain, N., Haiti, M., Hutabarat, M. S., Septie Ch, L., & Manurung, A. (2021). Screening Lansia Sehat Dengan Kontrol Gula Darah Di Panti Werdha Sumarah Sukomoro. *LOYALITAS, Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(2), 114. <https://doi.org/10.30739/loyalitas.v4i2.1255>

- Butarbutar, M. H., Chaniago, A. D., Ferusgel, A., & Hutabarat, N. I. (2021). Factors Associated with the Incidence of Hypertension in the Elderly at the Millenium Clinic in Medan. *Science Midwifery*, 9(2), 237–242.
- Desreza, N., Mulfianda, R., Ariska, I., & Damayanti, R. (2022). *Jurnal Pengabdian Masyarakat (Kesehatan)*, Vol . 4 No . 2 Oktober 2022 Universitas Ubudiyah Indonesia Kegiatan Preventif Melalui Pemeriksaan Umum Dan Edukasi Kesehatan Secara Dini Pada Masyarakat Di Desa Cot Mancang Aceh Besar Preventive Activities Throu. 4(2).
- Ginting, D., & Fentiana, N. (2023). Pemeriksaan Kesehatan Gratis (Pemeriksaan Tekanan Darah , Kadar Gula Darah , Dan Asam Urat) Di GBKP Tiga Panah Free Health Checks (Blood Pressure , Blood Sugar Levels , And Gout Examination) At GBKP Tiga Panah. 1(1), 74–78.
- Haque, T., Rahman, S., Islam, S., Molla, N. H., & Ali, N. (2019). Assessment of the relationship between serum uric acid and glucose levels in healthy, prediabetic and diabetic individuals. *Diabetology and Metabolic Syndrome*, 11(1), 1–8. <https://doi.org/10.1186/s13098-019-0446-6>
- Kemenkes. (2019). *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2019*.
- Kemenkes. (2022). *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2021*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Novfrida, Y. N., Simatupang, E. J., & Kusnadi, Y. (2023). Pemeriksaan Kesehatan dan Edukasi Kesehatan pada Lansia di Kelurahan Kapuk Jakarta Barat. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)*, 6(2), 663–675. <https://doi.org/10.33024/jkpm.v6i2.8451>
- Nurhayati, S., & Cahyati, W. H. (2016). Hubungan Antara Status Medical Check Up Terhadap Kejadian Disabilitas Fisik Pada Lansia Di Kecamatan Punung Kabupaten Pacitan. *Unnes Journal of Public Health*, 5(1), 84. <https://doi.org/10.15294/ujph.v5i1.9710>
- Sitindon, L. A. (2020). Perilaku Swamedikasi. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 9(2), 787–791. <https://doi.org/10.35816/jiskh.v10i2.405>
- WHO. (2023). Hypertension. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/hypertension>
- Wulandari, setyo retno, Winarsih, W., & Istikhomah. (2023). Pengabdian Masyarakat Cendekia Volume 02 Nomor 02 (2023) 58-61. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Cendekia*, 02, 58–61. <https://doi.org/xx.xxxxx/xxxxx>