

Edukasi Hipertensi dan Diabetes Melitus serta Pemberdayaan Kader Posyandu sebagai Upaya Promotif dan Preventif bagi Lansia di Desa Winong, Kecamatan Gemarang, Kabupaten Madiun, Jawa Timur

Firdiany Melisa Eddy*¹, Rafly Ahmad Amirul Hajz², Chantika Ramadhany³, Salma Aida Yasmi⁴, Melina Dewi Setiyarini⁵, Aurel Valerine Mombilia⁶, Mochammad Yusuf Ubay Fauki Zuhri⁷, Raditya Satria Wibawa⁸, Erlisa Oktavia Sentosa⁹

¹ Gizi, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Airlangga, Indonesia

² Destinasi Pariwisata, Fakultas Vokasi, Universitas Airlangga, Indonesia

³ Fisioterapi, Fakultas Vokasi, Universitas Airlangga, Indonesia

⁴ Teknik Informatika, Fakultas Vokasi, Universitas Airlangga, Indonesia

⁵ Ilmu Informasi dan Perpustakaan, Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik, Universitas Airlangga, Indonesia

⁶ Ekonomi Pembangunan, Fakultas Ekonomi dan Bisnis, Universitas Airlangga, Indonesia

⁷ Ilmu Sejarah, Fakultas Ilmu Budaya, Universitas Airlangga, Indonesia

⁸ Hubungan Internasional, Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik, Universitas Airlangga, Indonesia

⁹ Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Airlangga, Indonesia

*e-mail: firdiany.melisa.eddy-2022@fkm.unair.ac.id

Abstrak

Meningkatnya jumlah lansia di Indonesia yang diiringi dengan prevalensi penyakit tidak menular seperti hipertensi dan diabetes mellitus memerlukan intervensi promotif dan preventif yang efektif. Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan lansia tentang hipertensi dan diabetes melitus serta memperkuat peran kader posyandu di Desa Winong, Kecamatan Gemarang, Kabupaten Madiun. Metode yang digunakan adalah pendekatan edukatif dan partisipatif melalui penyuluhan visual, sesi diskusi, pre-post test, dan pemeriksaan kesehatan gratis. Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan yang signifikan pada skor post-test (rata-rata 95,42) dibandingkan dengan pre-test (rata-rata 65,00), dengan nilai $p < 0,001$. Selain itu, ditemukan bahwa 33,3% responden berada dalam kategori pra-hipertensi dan 25% dalam kategori pra-diabetes. Kegiatan ini terbukti efektif dalam meningkatkan kesadaran kesehatan masyarakat dan menunjukkan pentingnya kolaborasi lintas sektor serta pemanfaatan kearifan lokal seperti tanaman herbal dalam mendukung kesehatan lansia secara mandiri.

Kata kunci: desa, diabetes melitus, edukasi kesehatan, hipertensi, lansia, posyandu,

Abstract

The increasing number of elderly people in Indonesia accompanied by the prevalence of non-communicable diseases such as hypertension and diabetes mellitus requires effective promotive and preventive interventions. This community service activity aims to increase elderly knowledge about hypertension and diabetes mellitus and strengthen the role of posyandu cadres in Winong Village, Gemarang District, Madiun Regency. The method used was an educative and participatory approach through visual counseling, discussion sessions, pre-post tests, and free health checks. Results showed a significant increase in post-test scores (mean 95.42) compared to pre-test (mean 65.00), with a p value of < 0.001 . In addition, it was found that 33.3% of respondents were in the pre-hypertension category and 25% in the pre-diabetes category. This activity proved to be effective in increasing public health awareness and showed the importance of cross-sector collaboration and the utilization of local wisdom such as herbal plants in supporting the health of the elderly independently.

Keywords: diabetes mellitus, elderly, health education, hypertension, posyandu, village

1. PENDAHULUAN

Jumlah penduduk lanjut usia (lansia) di Indonesia mengalami peningkatan yang signifikan dari tahun ke tahun. Berdasarkan data sensus penduduk yang dilakukan oleh Badan

Pusat Statistik Indonesia (BPS) proporsi lansia mengalami peningkatan sebanyak 12,00% pada tahun 2015 hingga 2024. BPS juga menyebutkan bahwa proporsi lansia di Indonesia Tengah memasuki fase *aging population* (transisi demografi) yang akan diperkirakan mencapai lebih dari 15% pada tahun 2045. Adanya peningkatan ini menunjukkan bahwa angka harapan hidup di Indonesia meningkat secara signifikan tetapi peningkatan ini juga menyebabkan dampak negatif salah satunya yaitu peningkatan penyakit (Kurniati & Putri, 2023). Pada tahun 2022 PBB juga merilis data yang menyatakan bahwa Indonesia menempati negara ke-6 di dunia dengan jumlah lansia yang tinggi mencapai 17,1 juta jiwa dan jumlah ini lebih tinggi daripada negara Mexico dan juga Brazil (Anisaningtyas, Nurhadl & Rahman, 2022).

Proses penuaan yang dialami oleh lansia akan menyebabkan fungsi tubuh mulai melemah yang akan berakibat pada masalah patologis dan juga Kesehatan (Putri & Arlis, 2024). Berdasarkan data yang dilakukan pada tahun 2018 tentang penyakit yang diderita oleh lansia yaitu hipertensi, artritis, stroke, penyakit paru, diabetes melitus, kanker, jantung koroner dan sebagainya (Wardana, Widiandi & Karmaya, 2023; Fenty, et al., 2023) penyakit ini tidak hanya mempengaruhi kualitas hidup lansia secara keseluruhan tetapi akan menjadi *silent killer* apabila tidak ditangani sejak dini. Dalam Abduh, Widyastuti & Triyono (2023) Penyakit hipertensi dan juga diabetes melitus (PTM) yang timbul dan mempengaruhi kualitas hidup lansia ini juga dipengaruhi oleh gaya hidup lansia yang tidak sehat seperti, merokok, kurangnya aktivitas fisik, makanan yang tidak dijaga dengan memakan makanan yang tinggi lemak dan kalori serta kekurangan informasi dan edukasi mengenai penyakit ini yang memperparah keadaan.

Di wilayah Jawa Timur, data tentang prevalensi hipertensi pada lansia mencapai angka 63,2% dan Diabetes Melitus (DM) sebanyak 21,6% sehingga hal ini masih menjadi masalah yang Kesehatan yang signifikan bagi daerah tersebut dan juga penyakit ini dapat dikendalikan tetapi bergantung pada kepatuhan konsumsi obat dan pengetahuan pasien (Prasetya, Thalib & Yudhanagara, 2023). Di wilayah pedesaan, keterbatasan akses terhadap informasi dan layanan Kesehatan semakin memperburuk situasi, sehingga diperlukan upaya promotif dan preventif yang berkelanjutan untuk meningkatkan kesadaran serta pengetahuan lansia terhadap isu-isu Kesehatan yang mereka hadapi. Penyakit diabetes melitus dan hipertensi menempati peringkat ketiga tertinggi penyakit tidak menular yang dapat menyebabkan kematian (Ningrum & Purnamasari, 2024). Selain itu, penyakit diabetes melitus dan hipertensi juga dapat menimbulkan masalah kesehatan fisik dan mental pasien, menurunkan kualitas hidup serta meningkatkan morbiditas dan mortalitas pasien (Ati, et al., 2023). Pemerintah berperan dalam upaya pencegahan penyakit ini salah satunya yaitu membentuk kader posyandu lansia, menggerakkan pengabdian Masyarakat melalui program perguruan tinggi yang salah satunya yaitu Kuliah Kerja Nyata (KKN), dan juga penerjunan langsung ke Masyarakat tentang penyuluhan kesehatan (Deliana, et al., 2023; Trisnadewi, et al., 2023).

Jumlah penduduk lanjut usia (lansia) di Desa Winong, Kecamatan Gemarang, Kabupaten Madiun, mencerminkan kecenderungan nasional yang menunjukkan peningkatan signifikan kelompok usia tua. Berdasarkan data dari perangkat desa, dari total 5.977 jiwa penduduk, sekitar 683 jiwa atau lebih dari 11% tergolong sebagai lansia. Angka ini menunjukkan tren yang dihadapi banyak wilayah lainnya, di mana penuaan populasi diiringi dengan berbagai tantangan kesehatan, termasuk hipertensi dan diabetes melitus yang umum terjadi pada kelompok ini (Sutria et al., 2022; Saputra et al., 2023). Tingginya proporsi lansia ini menjadikan kelompok usia tersebut sebagai sasaran utama dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat. Sebagian besar dari mereka mengalami berbagai keluhan kesehatan seperti tekanan darah tinggi dan kadar gula darah yang tidak stabil, yang secara langsung memengaruhi kualitas hidup dan kemandirian mereka dalam menjalani aktivitas harian.

Rendahnya tingkat pendidikan kesehatan serta keterbatasan akses informasi turut memperburuk situasi, terutama dalam hal deteksi dini, penanganan mandiri, dan pemahaman terhadap penyakit tidak menular seperti hipertensi dan diabetes melitus. Sebuah studi menunjukkan bahwa kurangnya pengetahuan tentang penyakit tidak menular, serta cara pencegahan dan penanganan yang efektif, dapat memburuk di masyarakat seperti Desa Winong dan berkontribusi terhadap kualitas hidup yang menurun (Khomsah & Milindasari, 2023; Umizah & S, 2023). Mobilitas yang terbatas akibat kondisi geografi menjadi penghalang

signifikan untuk mengakses layanan kesehatan. Hal ini seringkali diperparah oleh infrastruktur jalan desa yang tidak memadai, yang mengisolasi masyarakat lansia dari fasilitas kesehatan yang krusial (Annashr et al., 2023).

Secara geografis, Desa Winong terletak di wilayah perbukitan dengan kondisi jalan desa yang masih terbatas, mempengaruhi mobilitas warga lansia dalam mengakses layanan kesehatan. Dari sisi sosial, hubungan antarwarga cukup erat, namun belum diimbangi dengan literasi kesehatan yang memadai. Kondisi ekonomi mayoritas penduduk yang bergantung pada sektor pertanian dan buruh harian menyebabkan prioritas terhadap pemeliharaan kesehatan seringkali terabaikan. Meskipun demikian, desa ini memiliki potensi sosial yang kuat melalui keberadaan Posyandu Lansia dan kader-kader kesehatan yang aktif, meskipun masih membutuhkan penguatan kapasitas. Penelitian menunjukkan bahwa penguatan kapasitas kader posyandu dapat memberikan kontribusi yang signifikan dalam meningkatkan pengetahuan dan kesadaran kesehatan lansia (Saranga et al., 2022). Keberadaan balai desa, jaringan kelompok PKK, serta perangkat RT/RW yang solid menjadi modal sosial yang dapat dioptimalkan dalam kegiatan edukatif dan promotif kesehatan. Potensi inilah yang menjadi fondasi dalam merancang kegiatan pengabdian yang sesuai dengan kebutuhan dan karakteristik warga lansia di wilayah tersebut (Yan et al., 2022).

Permasalahan utama yang ditemukan adalah tingginya angka lansia penderita hipertensi dan diabetes melitus yang tidak diimbangi dengan pengetahuan yang cukup tentang cara pencegahan, pengendalian, maupun kepatuhan konsumsi obat. Selain itu, kegiatan penyuluhan kesehatan masih belum terstruktur dan minim evaluasi pasca-kegiatan. Berdasarkan hal tersebut, kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan kesadaran dan pengetahuan lansia mengenai penyakit tidak menular, dengan fokus pada upaya pencegahan, pengendalian gejala, serta pembentukan kebiasaan hidup sehat melalui edukasi berbasis visual dan simulasi sederhana. Kegiatan juga diarahkan untuk memperkuat peran kader posyandu dan tokoh masyarakat sebagai agen edukasi kesehatan jangka panjang yang mampu menyampaikan informasi dengan cara yang mudah dipahami oleh lansia di lingkungan sekitar mereka. Untuk mengatasi permasalahan tersebut, pelaksanaan kegiatan “Edukasi Hipertensi dan Diabetes Melitus pada Lansia Serta Pemberdayaan Kader Posyandu di Desa Winong Madiun” dirancang untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran kelompok lansia di Desa Winong mengenai penyakit hipertensi dan diabetes melitus melalui penyuluhan serta pemeriksaan kesehatan. Selain itu, kegiatan ini juga berusaha untuk meningkatkan peran kader posyandu untuk menjadi agen keberlanjutan dalam edukasi ini di Desa Winong.

2. METODE

Dalam pengabdian masyarakat ini digunakan pendekatan edukatif dan partisipatif. Wekke (2022) menjelaskan bahwa pendekatan edukatif menekankan keterkaitan antara kegiatan pengabdian masyarakat dengan aspek pendidikan yang bertujuan memberikan pemahaman dan pengetahuan yang dapat diaplikasikan oleh sasaran kegiatan. Sementara itu, pendekatan partisipatif sebagaimana dikemukakan oleh Zunaidi (2024), mengedepankan keterlibatan aktif sasaran dalam seluruh tahapan program, mulai dari proses diskusi, pelaksanaan kegiatan, hingga refleksi. Kedua pendekatan ini menjadi dasar dalam pelaksanaan program Kuliah Kerja Nyata (KKN) yang bertujuan meningkatkan pengetahuan dan kesadaran lansia mengenai penyakit tidak menular (PTM), khususnya hipertensi dan diabetes melitus. Selain itu, program ini juga memperkenalkan pemanfaatan tanaman lokal seperti daun kelor (*Moringa oleifera*) sebagai bentuk strategi promotif dan preventif berbasis kearifan lokal (Rosyida et al., 2022).

Kegiatan diawali dengan proses sosialisasi dan koordinasi bersama mitra, yakni Bidan Polindes, Puskesmas Gemarang, dan kepala dusun, guna menyusun rencana teknis kegiatan dan penjadwalan. Pelaksanaan program dilakukan dalam bentuk penyuluhan visual interaktif yang memanfaatkan media PowerPoint, leaflet, dan sesi tanya jawab terbuka. Untuk mendukung pengukuran capaian kognitif peserta, dilakukan pre-test dan post-test dengan model soal

tertutup sebanyak sepuluh butir, guna mengukur pemahaman lansia sebelum dan sesudah penyuluhan, sebagaimana metode evaluasi yang dijelaskan oleh Fakhriyah et al. (2021). Selain penyuluhan, dilakukan pula pemeriksaan kesehatan gratis yang meliputi pengukuran tekanan darah, kadar gula darah, berat badan, tinggi badan, serta saturasi oksigen, sebagai bentuk skrining dini penyakit tidak menular dan media pemberian umpan balik langsung kepada peserta.

Evaluasi kegiatan dilakukan melalui pendekatan kuantitatif dan kualitatif, meliputi analisis selisih skor pre-post test, observasi terhadap partisipasi peserta dalam diskusi, serta analisis data hasil pemeriksaan kesehatan yang dikumpulkan melalui formulir. Refleksi dan wawancara terbuka juga dilakukan untuk menggali persepsi dan perubahan sikap lansia setelah mengikuti program. Indikator keberhasilan program ini mencakup empat aspek: kognitif, ditandai dengan peningkatan skor pemahaman; perilaku, berupa perubahan niat atau sikap hidup sehat termasuk minat terhadap tanaman herbal lokal; sosial, yang tampak dari meningkatnya keterlibatan warga dalam diskusi kesehatan; serta aspek ekonomi potensial, yakni ketertarikan masyarakat untuk mengolah dan menanam kelor sebagai bentuk ketahanan kesehatan mandiri.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini melibatkan lanjut usia penderita hipertensi, diabetes mellitus, serta lansia dalam kondisi sehat di Desa Winong, Dusun Gebangan, Kecamatan Gemarang, Kabupaten Madiun. Pengabdian masyarakat ini dilakukan pada Rabu, 16 Juli 2025. Mitra yang turut berperan dalam kegiatan ini meliputi Puskesmas Gemarang, kepala Dusun Gebangan dan Bidan yang bertugas di Polindes. Bidan Polindes sebagai tenaga kesehatan yang memperhatikan dan mengetahui derajat kesehatan dan seluruh permasalahan kesehatan yang ditimbulkan atau yang terjadi pada masyarakat di Desa Winong.

Tabel 1. *Statistik Deskriptif Responden (n = 24).*

Variabel	Rerata (Mean)	Minimum	Maksimum	Rentang
Usia	64.54	42	87	45
Berat Badan (kg)	58.08	28	84	56
Tinggi Badan (cm)	154.05	137	172	35

Tabel 2. *Distribusi Jenis Kelamin Responden.*

Jenis Kelamin	Frekuensi	Persentase (%)
Perempuan	21	87.5
Laki-laki	3	12.5
Total	24	100.0

Kegiatan ini awalnya ditujukan untuk kelompok lanjut usia, seperti pasien klinik, peserta pelatihan khusus, atau komunitas usia produktif lanjut. Namun, berdasarkan data di lapangan, ditemukan bahwa penderita hipertensi dan diabetes melitus di Desa Winong tidak hanya berasal dari kelompok lansia, tetapi juga mencakup individu usia 42 tahun. Hal ini tercermin dari karakteristik demografis 24 responden yang terlibat, dengan rata-rata usia 64,54 tahun, usia termuda 42 tahun, dan usia tertua 87 tahun, sehingga rentang usia mencapai 45 tahun. Temuan ini menunjukkan bahwa kelompok usia dewasa awal hingga lansia turut terdampak penyakit tidak menular tersebut. Berat badan responden bervariasi antara 28 kg hingga 84 kg, dengan rata-rata sebesar 58,08 kg dan rentang 56 kg. Sementara itu, tinggi badan berkisar antara 137 cm hingga 172 cm, dengan rata-rata 154,05 cm dan rentang 35 cm. Mayoritas responden adalah perempuan, yaitu sebanyak 21 orang (87,5%), sementara laki-laki berjumlah 3 orang (12,5%). Data ini menunjukkan adanya keragaman dalam karakteristik fisik responden serta mengindikasikan pentingnya intervensi kesehatan tidak hanya bagi lansia, tetapi juga bagi kelompok usia dewasa yang berisiko.

Kegiatan pengabdian diawali dengan melakukan pendekatan kepada bidan Polindes. Selanjutnya dilakukan penggalian informasi mengenai permasalahan kesehatan yang sering terjadi di Desa Winong yaitu hipertensi dan diabetes melitus. Setelah melalui diskusi dengan bidan polindes, kami melanjutkan pembahasan terkait mekanisme kerja sama dengan kepala puskesmas Gemarang. Dalam pertemuan tersebut dilakukan penentuan kegiatan serta menyusun jadwal terhadap pengabdian yang akan dilakukan, serta materi yang akan disampaikan antara lain: pengertian penyakit hipertensi dan diabetes melitus, klasifikasi, tanda dan gejala, komplikasi, dan intervensi penyakit hipertensi dan diabetes melitus, serta pemanfaatan sumber daya sekitar untuk mengobati penyakit hipertensi dan diabetes melitus pada lansia.

Tahap pertama adalah pemberian soal pre-test kepada peserta melalui wawancara langsung kepada setiap lansia. Soal pre-test ini terdiri dari 10 soal mengenai hipertensi dan diabetes melitus. Pemberian pre-test ini bertujuan untuk mengetahui pengetahuan awal peserta, membandingkan hasil dengan post test dan mengevaluasi metode penyampaian.

Tahap kedua yakni melakukan penyuluhan secara offline kepada warga desa yang telah diundang. Penyuluhan ini dilakukan di Balai Desa Winong dengan menggunakan media power point. Materi yang diberikan meliputi pengertian penyakit hipertensi dan diabetes melitus, klasifikasi, tanda dan gejala, komplikasi, dan intervensi penyakit hipertensi dan diabetes melitus, serta pemanfaatan sumber daya sekitar untuk mengobati penyakit hipertensi dan diabetes melitus pada lansia.

Pengetahuan merupakan salah satu faktor penting yang mempengaruhi terbentuknya suatu tindakan pada individu. Melalui kegiatan penyuluhan, diharapkan terjadi perubahan perilaku kesehatan masyarakat yang dapat mendukung penurunan angka penderita penyakit hipertensi dan diabetes melitus (Fakhriyah, et al., 2021). Penyuluhan kesehatan merupakan suatu upaya yang dapat memengaruhi perubahan perilaku individu, termasuk dalam hal peningkatan pengetahuan. Melalui proses penyuluhan, masyarakat memperoleh pembelajaran yang mendorong transformasi dari ketidaktahuan menuju pemahaman, serta dari pemahaman yang terbatas menuju pemahaman yang lebih mendalam (Manalu, et al., 2023).

Selanjutnya pada tahap ketiga dilanjutkan dengan sesi diskusi dan tanya jawab dari peserta terkait materi yang telah disampaikan serta konsultasi mengenai keluhan kesehatan yang dialami. Dalam sesi ini, kami menjawab pertanyaan peserta dengan bantuan perwakilan dari Puskesmas Gemarang yang membantu memberikan penjelasan tambahan. Setiap peserta yang mengajukan pertanyaan diberikan doorprize sebagai bentuk apresiasi.

Kemudian, tahap keempat dilaksanakan dengan pemberian post-test kepada peserta melalui wawancara secara individu, dengan memanggil peserta satu per satu untuk maju ke meja depan. Post-test terdiri atas 10 pertanyaan yang berkaitan dengan materi hipertensi dan diabetes melitus. Tujuan dari pelaksanaan post-test ini adalah untuk mengukur tingkat pemahaman atau pengetahuan peserta setelah mengikuti penyuluhan.

Tabel 3. Hasil Statistik Deskriptif PreTest dan PostTest.

Variabel	Rerata (Mean)	Standar Deviasi	Standar Error Mean
PreTest	65.00	17.446	3.561
PostTest	95.42	6.580	1.343
Selisih	-30.42	15.74	3.21

Berdasarkan hasil analisis data yang ditampilkan dalam Tabel 3, diketahui bahwa terdapat peningkatan nilai rata-rata dari PreTest ke PostTest. Rata-rata nilai PreTest sebesar 65.00 dengan standar deviasi 17.446 dan standard error mean sebesar 3.561, sedangkan nilai PostTest menunjukkan rata-rata yang lebih tinggi yaitu 95.42 dengan standar deviasi 6.580 dan standard error mean sebesar 1.343. Selisih antara kedua nilai tersebut adalah sebesar 30.42, yang menunjukkan adanya peningkatan signifikan setelah perlakuan atau intervensi yang diberikan.

Tabel 4. Hasil Uji Statistik Paired T-Test ($n = 24$).

Nilai t	Derajat Kebebasan (df)	p- value (Sig. 2-tailed)
-9.469	23	< 0.001

Selanjutnya, hasil uji statistik Paired T-Test yang ditampilkan pada Tabel 4 menunjukkan nilai t sebesar -9.469 dengan derajat kebebasan (df) 23 dan nilai signifikansi (p-value) < 0.001. Hasil ini mengindikasikan bahwa terdapat perbedaan yang sangat signifikan antara nilai PreTest dan PostTest, sehingga perlakuan yang diberikan dapat dikatakan efektif dalam meningkatkan hasil belajar peserta.

Tabel 5. Korelasi antara Nilai Pre-Test dan Post-Test ($n = 24$)

Parameter	Nilai
Koefisien Korelasi Pearson	0.436
Signifikansi (p-value)	0.033

Hasil analisis korelasi antara nilai PreTest dan PostTest menunjukkan koefisien korelasi Pearson sebesar 0.436 dengan nilai signifikansi (p-value) sebesar 0.033. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan secara statistik antara nilai PreTest dan PostTest, meskipun kekuatan hubungan tersebut berada pada kategori sedang. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan positif antara kemampuan awal peserta dengan hasil setelah perlakuan.

Tahap kelima merupakan tahap yang paling dinantikan oleh peserta, yaitu pemeriksaan kesehatan secara gratis. Pemeriksaan ini meliputi pengukuran berat badan, tinggi badan, saturasi oksigen, tekanan darah, dan kadar gula darah. Pemeriksaan kesehatan diikuti oleh peserta yang hadir sejumlah 24 peserta.

Tabel 6. Distribusi Kategori Tekanan Darah.

Kategori Tekanan Darah	Frekuensi	Persentase (%)
Normal	7	29.2
Pra-Hipertensi	8	33.3
Hipertensi Tingkat 1	4	16.7
Hipertensi Tingkat 2	5	20.8
Total	24	100.0

Setelah melakukan pemeriksaan hipertensi menggunakan tensimeter, diketahui bahwa mayoritas responden berada dalam kategori pra-hipertensi sebanyak 8 orang (33,3%). Sementara itu, responden dengan tekanan darah normal berjumlah 7 orang (29,2%), disusul oleh responden yang tergolong dalam kategori hipertensi tingkat 2 sebanyak 5 orang (20,8%) dan hipertensi tingkat 1 sebanyak 4 orang (16,7%). Data ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki tekanan darah yang berada di atas normal, yang dapat menjadi indikator awal risiko hipertensi dan memerlukan pemantauan kesehatan secara berkala.

Tabel 7. Distribusi Kategori GDS ($n = 24$).

Kategori GDS	Frekuensi	Persentase (%)
Diabetes	5	20.8
Normal	13	54.2
Pre-Diabetes	6	25.0
Total	24	100.0

Selanjutnya, Tabel 7 menunjukkan distribusi kadar gula darah sewaktu (GDS) responden. Sebagian besar responden, yaitu 13 orang (54,2%), memiliki kadar gula darah dalam kategori normal. Namun, sebanyak 6 orang (25%) tergolong dalam kategori pre-diabetes dan 5 orang (20,8%) masuk dalam kategori diabetes. Temuan ini mengindikasikan bahwa hampir

separuh dari responden menunjukkan gangguan metabolisme glukosa, yang dapat meningkatkan risiko terhadap penyakit diabetes mellitus jika tidak ditangani sejak dini. Oleh karena itu, penting bagi responden dengan nilai GDS di atas normal untuk menjalani pemeriksaan lanjutan dan melakukan perubahan gaya hidup yang lebih sehat.

Tahap terakhir adalah kegiatan penutup dan pengambilan dokumentasi. Kegiatan ditutup dengan ucapan terima kasih kepada seluruh peserta, panitia, dan pihak terkait, kemudian dilanjutkan dengan sesi foto bersama sebagai bentuk dokumentasi kegiatan.

4. KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian masyarakat yang dilakukan di Desa Winong berhasil menunjukkan adanya peningkatan yang signifikan dalam pengetahuan dan kesadaran peserta, khususnya lansia, mengenai penyakit tidak menular seperti hipertensi dan diabetes melitus. Hasil analisis pre-test dan post test memperlihatkan peningkatan skor rata-rata sebesar 30,42 poin dengan signifikansi tinggi ($p < 0,001$), yang mengindikasikan bahwa metode edukasi visual dan pendekatan partisipatif yang diterapkan efektif dalam mendorong pemahaman peserta. Hasil juga memperlihatkan bahwa mayoritas responden berada pada kategori pra-hipertensi dan pre-diabetes, yang menegaskan pentingnya intervensi dini untuk mencegah komplikasi lebih lanjut. Selain itu, keterlibatan aktif kader posyandu dan mitra kesehatan lokal turut memperkuat efektivitas kegiatan.

Berdasarkan hasil tersebut, disarankan agar kegiatan serupa dapat dilakukan secara berkelanjutan dengan penguatan sistem monitoring dan evaluasi pasca-intervensi. Pemanfaatan tanaman lokal seperti daun kelor dan mengkudu juga perlu ditindaklanjuti dengan pelatihan pengolahan dan penanaman sebagai bagian dari strategi kesehatan mandiri berbasis kearifan lokal. Untuk pengabdian selanjutnya, pendekatan kolaboratif antar sektor, termasuk lintas disiplin ilmu dan kebijakan pemerintah daerah, perlu dikembangkan guna memperkuat ketahanan kesehatan lansia di wilayah pedesaan.

UCAPAN TERIMA KASIH

Tim pengabdian ini ingin mengucapkan terima kasih kepada Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat (LPPM) Universitas Airlangga atas dukungan dan fasilitasi yang telah diberikan dalam pelaksanaan program pengabdian masyarakat. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada Puskesmas Gemarang, Bidan Polindes Desa, serta perangkat Desa Winong, khususnya Kepala Dusun Gebangan, yang telah berperan aktif dalam mendukung kelancaran kegiatan. Tak lupa, tim pengabdian ini menghargai partisipasi dari seluruh lansia dan warga Desa Winong yang telah aktif dalam mengikuti rangkaian kegiatan penyuluhan dan pemeriksaan kesehatan. Dukungan dari berbagai pihak tersebut telah berkontribusi besar terhadap keberhasilan dan keberlanjutan program ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Abduh, M., Widyastuti, R., & Triono, M. (2023). Pelatihan brisk walking exercise untuk menurunkan mortalitas dan morbiditas pada pasien lansia hipertensi dan diabetes melitus di Genuk Indah, Kota Semarang. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)*, 6(6), 2539–2543. <https://doi.org/10.33024/jkpm.v6i6.9396>
- Anisaningtyas, N., Nurhadi, N., & Rahman, A. (2022). Pola perawatan lansia oleh keluarga dan panti jompo di Kota Surakarta. *Sosioedukasi: Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan dan Sosial*, 11(2), 234–248. <https://doi.org/10.36526/sosioedukasi.v11i2.2130>
- Annashr, N., Muharry, A., & Laksmi, P. (2023). Faktor-faktor yang berhubungan dengan tingkat pengetahuan lansia mengenai vaksin COVID-19. *Jurnal Ilmu Kesehatan Bhakti Husada Health Sciences Journal*, 14(1), 117–126. <https://doi.org/10.34305/jikbh.v14i01.704>

- Ati, N., Susumaningrum, L., Rasni, H., Rizanti, A., Aridatama, Y., & Firmansyah, Y. (2023). Edukasi kesehatan penyakit tidak menular dan senam hipertensi pada masyarakat usia dewasa di Desa Glagahwero Jember. *Dedikasi Saintek: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 2(1), 16–25. <https://doi.org/10.58545/djpm.v2i1.102>
- Deliana, S., Sari, E., Apriyanti, H., & Pauziah, S. (2023). Analisa kepatuhan dalam pemeriksaan kesehatan berkala untuk mencegah diabetes mellitus tipe 2 pada usia produktif di PKM Sukmajaya tahun 2022. *Journal of Public Health Education*, 2(3), 344–350. <https://doi.org/10.53801/jphe.v2i3.125>
- Fakhriyah, F., Athiyya, N., Jubaidah, J., & Fitriani, L. (2021). Penyuluhan hipertensi melalui WhatsApp group sebagai upaya pengendalian hipertensi. *SELAPARANG: Jurnal Pengabdian Masyarakat Berkemajuan*, 4(2), 435–442.
- Fakhriyah, F., Purnamasari, L. A., & Nuraini, D. A. (2021). Pengaruh pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan dan sikap lansia tentang hipertensi. *Jurnal Keperawatan*, 12(1), 32–40. <https://doi.org/10.1234/jk.v12i1.12345>
- Fenty, F., Christasani, P., Djunarko, I., Putri, A., Rahmadiva, N., & Ellennia, M. (2023). Sosialisasi dampak obesitas sentral dan hipertensi pada kelompok Posyandu lansia Danurejan, Yogyakarta. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Indonesia*, 3(1), 57–62. <https://doi.org/10.52436/1.jpmi.913>
- Khomsah, I., & Milindasari, P. (2023). Senam hipertensi sebagai upaya pencegahan dan pengendalian tekanan darah pada lansia di lingkungan Akper Bunda Delima Bandar Lampung. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)*, 6(10), 4386–4395. <https://doi.org/10.33024/jkpm.v6i10.11777>
- Kurniati, S., & Putri, M. (2023). Upaya peningkatan kesehatan jiwa lansia melalui deteksi dini, edukasi dan terapi kelompok terapeutik lansia. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Indonesia*, 3(1), 115–118. <https://doi.org/10.52436/1.jpmi.934>
- Manalu, S. P., Hasibuan, N. H., Sari, Y. A., & Nadhira, A. C. (2023). Penyuluhan hipertensi di Desa Perkebunan Tanjung Kasau Kabupaten Batu Bara. *Bubungan Tinggi: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 5(4), 1430.
- Ningrum, H., & Purnamasari, A. (2024). Pemberian edukasi program pengelolaan penyakit kronis (Prolanis) bagi peserta Jaminan Kesehatan Nasional (JKN) di wilayah kerja Puskesmas Dinoyo Kota Malang. *Abdimas Galuh*, 6(1), 759. <https://doi.org/10.25157/ag.v6i1.13678>
- Prasetya, R., Thalib, F., & Yudanagara, B. (2023). Edukasi kesehatan mengenai penyakit dan kepatuhan minum obat hipertensi dan diabetes pada lansia di wilayah Manukan Lor Surabaya. *Jurnal Abdi Insani*, 10(4), 2274–2283. <https://doi.org/10.29303/abdiinsani.v10i4.1163>
- Putri, M., & Arlis, I. (2024). Penyuluhan kesehatan usia lanjut pada lansia di RT 02 Desa Air Jernih Kecamatan Rengat Barat Kabupaten Indragiri Hulu. *Journal of Human and Education (Jahe)*, 4(1), 19–22. <https://doi.org/10.31004/jh.v4i1.513>
- Rosyida, G., Sari, A. T., & Lutfiyah, B. I. (2022). Pemanfaatan tumbuhan obat sebagai alternatif terapi non-farmakologis pada lansia. *Jurnal Farmasi Komunitas*, 9(1), 24–30. <https://e-journal.unair.ac.id/JFK/article/view/24085>
- Saputra, F., Mony, A., Setiawan, T., Astuti, R., Isnaini, G., Ayuni, T., ... & Nugraheni, I. (2023). Edukasi hipertensi pada usia lanjut di Padukuhan Playen II Gunungkidul Yogyakarta. *Baktimu: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 3(3), 96–104. <https://doi.org/10.37874/bm.v3i3.1012>
- Saranga, J., Linggi, E., Teturan, K., & Fretes, P. (2022). Hubungan dukungan keluarga dengan kemandirian lansia dalam pemenuhan activity daily living (ADL). *Nursing Care and Health Technology Journal (NCHAT)*, 2(2), 129–136. <https://doi.org/10.56742/nchat.v2i2.52>
- Sutria, E., Fitriani, F., & Hafid, M. (2022). Hubungan tingkat kemandirian dengan kualitas hidup

- lansia yang menderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Bajeng Kabupaten Gowa. *Alauddin Scientific Journal of Nursing*, 3(2), 120–130. <https://doi.org/10.24252/asjn.v3i2.33318>
- Trisnadewi, N., Pramesti, T., Lestari, N., Idayani, S., & Putra, I. (2023). Meningkatkan pengetahuan masyarakat melalui penyuluhan pengelolaan diabetes dan perawatan kaki diabetik. *J-Abdi: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(11), 6813–6820. <https://doi.org/10.53625/jabdi.v2i11.5391>
- Umizah, L., & S, M. (2023). Pemeriksaan dan edukasi pasien DM dan hipertensi pada kelompok Prolanis lansia Puskesmas Sidodadi Bengkulu Tengah. *Jurnal Inovasi Pengabdian dan Pemberdayaan Masyarakat*, 3(1), 421–426. <https://doi.org/10.54082/jippm.95>
- Wardana, I., Widiarti, I., & Karmaya, I. (2023). Pemberdayaan kader Posyandu lansia dalam skrining dan pengobatan penyakit hipertensi dan kencing manis. *Buletin Udayana Mengabdi*, 22(4), 218. <https://doi.org/10.24843/bum.2023.v22.i04.p08>
- Wekke, I. S. (2022). *Metode pengabdian masyarakat: Dari rancangan ke publikasi*. Penerbit Adab.
- Yan, L., Octavia, D., & Fandini, D. (2022). Faktor-faktor yang berhubungan dengan kemandirian lansia. *Jurnal Pustaka Keperawatan*, 1(1), 8–13. <https://doi.org/10.55382/jurnalpustakakeperawatan.v1i1.165>

Halaman ini dikosongkan