

Jurnal Pengabdian Pada Masyarakat

Volume. 7, No. 1, Desember 2025

Pendidikan Kesehatan Mengenai Diabetes Mellitus dan Hipertensi Serta Pemeriksaan Kesehatan di Poskesdes Kampung Peres, Desa Pulo Panjang, Kabupaten Serang

Retno Kumalasari¹, Ade Rahayu Prihartini², Siti Isnaeni³, Dinda Arumsari⁴, Pegi Juliana Sinaga⁵, Madona Sintiyawati⁶

Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Bina Bangsa^{1,2,3}

Program Studi Sarjana Keperawatan, Universitas Bina Bangsa^{4,5}

Program Studi Sistem Informasi, Universitas Bina Bangsa⁶

Jl. Bhayangkara, Cipocok Jaya, Kec. Cipocok Jaya, Kota Serang, Banten

Korespondensi : kumalasari_retno@yahoo.com

Received: 26 July 2025: Accepted: 31 July 2025

ABSTRAK

Lansia adalah individu berusia 60 tahun ke atas yang lebih rentan mengalami berbagai gangguan kesehatan, terutama penyakit degeneratif. Penyakit ini bersifat kronis dan jangka panjang, serta berdampak pada kualitas hidup dan produktivitas. Hipertensi merupakan salah satu penyakit degeneratif yang kerap muncul tanpa gejala. Antusiasme warga Desa Pulo Panjang cukup tinggi terhadap edukasi mengenai Hipertensi dan Diabetes Mellitus. Selama kegiatan berlangsung, banyak lansia yang aktif bertanya, terutama karena terdapat 5 dari 18 peserta yang diketahui mengidap hipertensi, dan 7 lainnya menderita diabetes mellitus. Mereka berharap mendapatkan kesembuhan atau setidaknya perbaikan kondisi, yang ditandai dengan penurunan kadar gula dan tekanan darah, sebagai hasil dari peningkatan pemahaman mereka terhadap pencegahan dan pengobatan penyakit tersebut.

Kata kunci: hipertensi, diabetes mellitus, lansia

A. PENDAHULUAN

Kampung Peres, yang berada di Pulau Panjang, merupakan pulau kecil di Teluk Banten dan termasuk wilayah Kabupaten Serang. Pulau ini hanya bisa diakses dengan perahu bermotor dari Dermaga Karangantu atau Dermaga Grenyang. Mata pencaharian penduduknya mayoritas adalah nelayan, dengan jumlah penduduk sebanyak 2.768 jiwa, seluruhnya memeluk agama Islam.

Jurnal Pengabdian Pada Masyarakat

Volume. 7, No. 1, Desember 2025

Kebutuhan pokok, termasuk makanan dan air bersih, harus diangkut dari daratan. Karena air di pulau bersifat payau, masyarakat harus membeli air bersih dan air mineral dari luar pulau. Sayuran juga harus didatangkan dari Pasar Grenyang di Cilegon, yang memaksa pedagang lokal berangkat dini hari menggunakan perahu kecil, bahkan saat cuaca buruk.

Menurut WHO dan Peraturan Presiden RI No. 88 Tahun 2021, lansia adalah mereka yang berusia 60 tahun ke atas. Proses penuaan bukanlah penyakit, melainkan bagian alami dari kehidupan. Namun, lansia lebih mudah mengalami penyakit degeneratif seperti hipertensi, yaitu kondisi peningkatan tekanan darah dalam arteri secara terus-menerus. WHO menetapkan batas tekanan darah normal 140/90 mmHg, dan tekanan $\geq 160/95$ mmHg dikategorikan sebagai hipertensi. (PERATURAN PRESIDEN, 2021)

Diperkirakan 972 juta orang di dunia mengidap hipertensi, dan jumlah ini diprediksi meningkat menjadi 29,2% pada 2025. Mayoritas kasus berada di negara berkembang, termasuk Indonesia. Sedangkan, diabetes telah menyebabkan sekitar 1,3 juta kematian per tahun, dengan sebagian besar terjadi pada penduduk usia 45–54 tahun di perkotaan. IDF memperkirakan diabetes akan menjadi penyebab kematian ketujuh dunia pada 2030, seiring meningkatnya obesitas sejak 1980. (R et al., 2024)

Hipertensi, atau yang dikenal sebagai tekanan darah tinggi, merupakan kondisi di mana tekanan dalam pembuluh darah arteri meningkat secara tidak normal dan berlangsung terus-menerus dalam jangka waktu tertentu. Berdasarkan pedoman WHO, tekanan darah dikategorikan normal jika berada di angka 140/90 mmHg atau lebih rendah, sementara nilai $\geq 160/95$ mmHg sudah termasuk dalam klasifikasi hipertensi. Jika tekanan darah berada di antara kisaran normal dan hipertensi, kondisi ini disebut dengan hipertensi batas atau *borderline hypertension* (Garis Batas Hipertensi). Ketentuan dari WHO mengenai batas tekanan darah tidak membedakan berdasarkan usia maupun jenis kelamin. Berdasarkan data WHO, sekitar 972 juta orang di seluruh dunia—atau sekitar 26,4% dari populasi global—mengalami hipertensi. Angka ini diperkirakan akan meningkat hingga mencapai 29,2% pada tahun 2025. Dari jumlah tersebut, sekitar 333 juta penderita berasal dari negara maju, sedangkan 639 juta lainnya berada di negara berkembang, termasuk Indonesia. (Herlien Sinay et al., 2025)

Data menunjukkan bahwa jumlah kematian akibat diabetes mencapai sekitar 1,3 juta jiwa, dengan 4% di antaranya terjadi sebelum usia 70 tahun. Kematian akibat diabetes paling banyak ditemukan pada kelompok usia 45–54 tahun, terutama di wilayah perkotaan dibandingkan dengan daerah pedesaan. Federasi Diabetes Internasional (IDF) memperkirakan bahwa pada tahun 2030, diabetes mellitus akan menjadi penyebab kematian ketujuh di dunia. Sejak tahun 1980, jumlah penderita diabetes di kalangan orang dewasa meningkat dua kali lipat, dari 4,7% menjadi 8,5%, yang juga mencerminkan tren peningkatan angka obesitas selama beberapa dekade terakhir. (Nasution et al., 2021)

Penyuluhan kesehatan pada lansia harus dilakukan secara terus menerus dengan metode yang tepat. Tujuan dari penyuluhan ini adalah untuk memberikan dampak yang

Jurnal Pengabdian Pada Masyarakat

Volume. 7, No. 1, Desember 2025

nyata, tidak hanya meningkatkan pengetahuan, tetapi juga membentuk sikap dan perilaku yang lebih sehat. Oleh karena itu, metode yang digunakan harus tepat agar informasi yang diterima tidak hanya dipahami, tetapi juga dapat diaplikasikan dalam kehidupan sehari-hari. (Utami & Purwani, 2019)

Penyuluhan yang dilakukan secara singkat biasanya tidak mampu membentuk pemahaman yang mendalam, sehingga dibutuhkan pendekatan yang berkesinambungan dan sistematis agar hasilnya lebih efektif. (Bohn et al., 2020) Agar dapat mendorong perubahan pengetahuan, sikap, dan perilaku masyarakat terkait pencegahan hipertensi, metode penyuluhan yang digunakan perlu dikombinasikan dengan pendekatan lain. Salah satu metode tambahan yang efektif adalah simulasi, karena dapat membantu masyarakat memahami materi secara lebih nyata dan memudahkan mereka untuk mengaplikasikannya dalam kehidupan sehari-hari. (Istichomah, 2020)

Berbagai faktor yang memengaruhi seseorang dalam merawat tekanan darah tinggi meliputi pengetahuan, tingkat pendidikan, pengalaman pribadi, pendapatan, kepercayaan, serta nilai-nilai budaya yang dianut. Upaya pengelolaan hipertensi bertujuan untuk menjaga tekanan darah tetap dalam kisaran normal. Melalui edukasi mengenai hipertensi, diharapkan para lansia dapat meningkatkan pemahaman mereka serta menyadari pentingnya menjalani pola hidup sehat.

Hipertensi dapat diatasi dengan melakukan perubahan gaya hidup dan menerapkan perawatan diri, di mana perawatan diri menjadi fokus utama dalam pengelolaan awal penyakit ini. Kepatuhan terhadap pengobatan diartikan sebagai kegiatan masyarakat yang menjalankan terapi sesuai dengan petunjuk dari tenaga kesehatan. Ketidakepatuhan dalam pengobatan hipertensi menjadi masalah serius yang menyebabkan angka kejadian hipertensi tetap tinggi dan tidak mengalami penurunan yang signifikan. (Khoirun Nissa et al., 2025)

Hipertensi yang terjadi bersamaan dengan diabetes termasuk dalam kategori penyakit kronis yang tidak bisa disembuhkan. Oleh karena itu, diperlukan pemantauan rutin terhadap tekanan darah dan kadar gula untuk mengurangi munculnya gejala fisik. Kondisi ini juga menuntut kepatuhan pasien dalam menjalani terapi secara berkesinambungan, agar pengobatan yang diberikan dapat berfungsi optimal dan berdampak positif terhadap kualitas hidup penderita. (Kandarini, 2017) Penderita yang memiliki tingkat kepatuhan tinggi dalam mengonsumsi obat cenderung menikmati kualitas hidup yang lebih baik dibandingkan mereka yang kurang disiplin dalam menjalani pengobatan. (Samudra, 2019)

Penelitian yang dilakukan Malik et al., (2014) menemukan bahwa pengetahuan seseorang mengenai hipertensi turut memengaruhi kepatuhan dalam mengontrol tekanan darah dan mengikuti pengobatan hipertensi. Penelitian yang dilakukan Osuala. et al., (2014) menemukan bahwa sikap seseorang berkorelasi positif terhadap pencegahan hipertensi. Kesadaran seseorang bahwa gaya hidup dan perilaku memengaruhi kesehatan secara signifikan dapat meningkatkan tanggung jawabnya untuk menghindari perilaku berisiko tinggi (Osuala. et al., 2014). Oleh karena itu, pendidikan kesehatan diperlukan untuk meningkatkan

Jurnal Pengabdian Pada Masyarakat

Volume. 7, No. 1, Desember 2025

self-awareness untuk gaya hidup yang lebih sehat. Program pendidikan terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan, manajemen diri, dan mengendalikan gaya hidup yang merugikan penderita hipertensi. Program pengajaran yang terstruktur sangat efektif dalam meningkatkan pengetahuan, sikap dan praktik tentang hipertensi. (Pakpahan et al., 2022)

B. METODE

Jangka waktu penyelesaian kegiatan dilaksanakan selama 2 (dua) bulan, dimulai pada bulan Juni hingga Juli 2025 bertempat di Kampung Peres, Desa Pulau Panjang Kabupaten Serang Provinsi Banten. Persiapan kegiatan dilakukan selama 2 minggu (10 - 23 Juli 2025) kemudian pelaksanaan penyuluhan dan pemeriksaan gratis dilakukan pada hari Kamis 24 Juli 2025.

Pada tahap persiapan kegiatan penyuluhan kepada masyarakat ini, Mahasiswa Kuliah Kerja Mahasiswa (KKM) Kelompok 81 Universitas Bina Bangsa melakukan kontrak waktu dengan Bidan Desa Pulo Panjang untuk melakukan kegiatan pemeriksaan kesehatan dan penyuluhan tentang hipertensi dan diabetes mellitus pada warga Kampung Peres Desa Pulo Panjang. Setelah mendapatkan waktu pelaksanaan, tim melakukan pendekatan kepada RT, RW dan Kader Kampung Peres untuk dapat mensosialisasikan kepada warga Kampung Peres untuk dapat berpartisipasi pada kegiatan pengabdian kepada masyarakat tersebut.

Pada tahap pelaksanaan, dilakukan pada tanggal 24 Juli 2025 di Poskesdes Kampung Peres Desa Pulo Panjang dengan dihadiri 18 orang lansia. Diawal kegiatan, dilakukan penyuluhan tentang hipertensi dan diabetes mellitus selanjutnya dilakukan pemeriksaan kesehatan kepada lansia.

C. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan Pemeriksaan Gratis dan Penyuluhan tentang Hipertensi dan Diabetes dilaksanakan di Kampung Peres Desa Pulau panjang Kabupaten Serang Provinsi Banten Taruna pada hari Kamis 24 Juli 2025. Kegiatan ini bekerja sama dengan Poskesdes Desa Pulo Panjang, Mahasiswa Kuliah Kerja Mahasiswa (KKM) Kelompok 81 Universitas Bina Bangsa, Dosen Pembimbing Lapangan (DPL) KKM dan Dosen dari Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Bina Bangsa.

Peserta yang hadir berjumlah 18 orang lansia, jumlah peserta yang mengikuti penyuluhan dan pemeriksaan gratis di ikuti oleh masyarakat dari kampung peres desa pulo panjang, hampir dari 80 persen jumlah lansia yang artinya masyarakat sangat responsive terhadap kegiatan pemeriksaan gratis dan juga penyuluhan tentang hipertensi dan diabetes mellitus. Selama penyuluhan banyak juga lansia yang mengajukan pertanyaan untuk mengetahui

Jurnal Pengabdian Pada Masyarakat

Volume. 7, No. 1, Desember 2025

bagaimana penyebab penyakit hipertensi dan diabetes mellitus, cara pencegahan serta pengobatan penyakit tersebut. Kegiatan pemeriksaan gratis ini juga bekerja sama dengan Puskesmas Pulo Ampel Kecamatan Ampel Kabupaten Serang Provinsi Banten.



Gambar 1. Tempat Pengabdian Masyarakat



Gambar 2. Tema Pengabdian Masyarakat



Gambar 3. Pemberian Materi Penyuluhan Hipertensi dan Diabetes Millitus



Gambar 4. Pemeriksaan Tekanan Darah dan Kadar Gula dalam Darah



Gambar 5. Foto Pasca Kegiatan Pemeriksaan Gratis dan Penyuluhan Hipertensi dan Diabetes Mellitus

D. KESIMPULAN DAN SARAN

Masyarakat desa Pulo Panjang sangat antusias dalam mengikuti penyuluhan tentang Hipertensi, Diabetes Mellitus dan selama kegiatan berlangsung banyak lansia yang mengajukan pertanyaan karena ada 4 lansia yang sudah terdiagnosa penyakit Hipertensi sebanyak 5 orang dari 18 orang yang hadir dan ada 7 orang lansia yang terdiagnosa penyakit Diabetes Mellitus ingin sembuh dari penyakit kronis yang terjadi selama bertahun-tahun atau minimal kadar gula dalam darah dan juga tekanan darah mengalami penurunan yang signifikan karena meningkatnya pengetahuan para lansia dalam pencegahan dan pengobatan pada penyakit tersebut.

E. DAFTAR PUSTAKA

Jurnal Pengabdian Pada Masyarakat

Volume. 7, No. 1, Desember 2025

- Bohn, L., Sa-Couto, P., Ramoa Castro, A., Ribeiro, F., & Oliveira, J. (2020). Effects of a short health education intervention on physical activity, arterial stiffness and cardiac autonomic function in individuals with moderate-to-high cardiovascular risk. *Patient Education and Counseling*, 103(9). <https://doi.org/10.1016/j.pec.2020.03.005>
- Herlien Sinay, Zulfikar Lating, & Rahma Tunny. (2025). 5061-Article Text-37305-2-10-20250403. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Nusantara*, 6, 789–793. <https://ejournal.sisfokomtek.org/index.php/jpkm/article/view/5061/3225>
- Istichomah, I. (2020). Penyuluhan Kesehatan Tentang Hipertensi Pada Lansia di Dukuh Turi, Bambanglipuro, Bantul. *Jurnal Pengabdian Harapan Ibu (JPHI)*, 2(1). <https://doi.org/10.30644/jphi.v2i1.369>
- Kandarini, Y. (2017). Tatalaksana Farmakologi Terapi Hipertensi. *Divisi Ginjal Dan Hipertensi RSUP Sanglah Denpasar*.
- Khoirun Nissa, N., Lusida, N., Kesehatan Masyarakat, F., Muhammadiyah Jakarta Jl Ahmad Dahlan, U. K., & Tangerang Selatan, K. (2025). Analisis Pengaruh Pola Makan dan Aktivitas Fisik Terhadap Kejadian Hipertensi Pada Masyarakat Dewasa. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 2(4), 235–254. <https://doi.org/10.62017/jkmi>
- Nasution, F., Andilala, A., & Siregar, A. A. (2021). FAKTOR RISIKO KEJADIAN DIABETES MELLITUS. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 9(2). <https://doi.org/10.32831/jik.v9i2.304>
- Pakpahan, M., Eka, N. G. A., Tahulending, P. S., Aji, Y. G. T., & Yenny, Y. (2022). Edukasi Kesehatan Penatalaksanaan Hipertensi dan Diabetes Melitus. *JURNAL KREATIVITAS PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT (PKM)*, 5(11). <https://doi.org/10.33024/jkpm.v5i11.7315>
- PERATURAN PRESIDEN. (2021). *Menimbang a Mengingat FRESIDEN REPUBLIK INDONESIA*.
- R, D. L., L, B. M., L, D. P., P, D. T., I, K. A., & L, R. E. (2024). *Manajemen Pencegahan & Pengobatan Hipertensi Pada Lansia*. <https://journal.uta45jakarta.ac.id/index.php/berdikari/article/view/7608/2843>
- Samudra, S. D. (2019). *MEDICATION BELIEFS DAN PENGGUNAAN OBAT ANTIHIPERTENSI DAN/ATAU ANTIHIPERLIPIDEMIA PADA PASIEN DIABETES DI PUSKESMAS WILAYAH KOTA YOGYAKARTA BAGIAN TIMUR MEDICATION BELIEFS AND THE USE OF ANTIHYPERTENSIVE AND/OR ANTIHYPERLIPIDEMIC IN DIABETIC PATIENTS AT PUBLIC HEALTH CENTERS OF THE EASTERN PART OF YOGYAKARTA CITY*.
- Utami, S., & Purwani, W. (2019). Increasing mothers' knowledge of cervical cancer risk through peer group health education with "PinKa" method. *Enfermeria Clinica*, 29. <https://doi.org/10.1016/j.enfcli.2018.11.018>