



Deteksi Dini Penyakit Degeneratif pada Lansia Melalui Kegiatan Pemeriksaan Kesehatan Gratis di Lingkungan Appassareng Kelurahan Bentenge Kecamatan Ujung Bulu Kabupaten Bulukumba

Early Detection of Degenerative Diseases in the Elderly through Free Health Check-up Activities in the Appassareng Neighborhood, Bentenge Village Ujung Bulu District, Bulukumba Regency

Herniyanti. N^{1*}, Nurul Hidayah Bohari², Lilis Qurani³, Meri Karolina⁴, Desi Ratnasari⁵, Reny Sutriany⁶

¹⁻⁶Program Studi Kebidanan, Akademi Kebidanan Tahirah Al Baeti Bulukumba, Indonesia

*Penulis Korespondensi: herniyantin0@gmail.com

Article History:

Naskah Masuk: 18 November, 2025;

Revisi: 19 Desember, 2025;

Diterima: 18 Januari 2026;

Terbit: 22 Januari 2026

Keywords: Blood Sugar; Degenerative; Diseases; Elderly; Hypertension.

Abstract: Degenerative diseases are a major cause of morbidity in the elderly and continue to increase with age, lifestyle changes, and a lack of public awareness of the need for regular health check-ups. This community service activity aims to increase understanding and early detection of non-communicable diseases in people aged 30 years and older, particularly the elderly in the Appassareng neighborhood, Bentenge Village, Ujung Bulu District, Bulukumba Regency. The activity methods included group exercise, blood pressure checks, blood sugar checks, health counseling, and referrals for participants with test results above normal limits. Data were analyzed descriptively to determine the proportion of participants with high blood pressure and blood sugar levels. The results showed that the majority of respondents had hypertension (70.97% of 31 participants), while 55.88% of 34 participants had high blood sugar levels. These findings indicate a high risk of non-communicable diseases in the elderly population related to diet, lack of physical activity, and a lack of regular health check-ups. This activity received a positive response because it provided easy access to health services and raised public awareness of the importance of early detection and adopting a healthy lifestyle. Overall, this community service activity contributed to increasing the elderly's knowledge and awareness of health, as well as supporting promotive and preventive efforts in preventing degenerative diseases.

Abstrak

Penyakit degeneratif merupakan salah satu penyebab utama morbiditas pada lansia dan terus meningkat seiring bertambahnya usia, perubahan gaya hidup, serta kurangnya kesadaran masyarakat untuk melakukan pemeriksaan kesehatan secara rutin. Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman serta mendeteksi dini penyakit tidak menular pada masyarakat usia ≥ 30 tahun, khususnya lansia di Lingkungan Appassareng, Kelurahan Bentenge, Kecamatan Ujung Bulu, Kabupaten Bulukumba. Metode kegiatan meliputi senam bersama, pemeriksaan tekanan darah, pemeriksaan gula darah, konseling kesehatan, serta rujukan bagi peserta dengan hasil pemeriksaan di atas batas normal. Data dianalisis secara deskriptif untuk melihat proporsi peserta dengan tekanan darah dan kadar gula darah tinggi. Hasil pemeriksaan menunjukkan bahwa sebagian besar responden mengalami hipertensi, yaitu sebesar 70,97% dari 31 peserta, sedangkan 55,88% dari 34 peserta memiliki kadar gula darah tinggi. Temuan ini mengindikasikan tingginya risiko penyakit tidak menular pada kelompok lansia yang berkaitan dengan pola makan, kurangnya aktivitas fisik, serta minimnya pemeriksaan kesehatan berkala. Kegiatan ini mendapat respons positif karena memberikan akses layanan kesehatan yang mudah dijangkau serta meningkatkan kesadaran masyarakat mengenai pentingnya deteksi dini dan penerapan gaya hidup sehat. Secara keseluruhan, kegiatan pengabdian masyarakat ini berkontribusi dalam meningkatkan pengetahuan dan kepedulian lansia terhadap kesehatan, serta mendukung upaya promotif dan preventif dalam pencegahan penyakit degeneratif.

Kata kunci: Degeneratif; Gula Darah; Hipertensi; Lansia; Penyakit.

1. PENDAHULUAN

Proses penuaan adalah fase dalam siklus kehidupan yang ditandai dengan penurunan berbagai fungsi organ tubuh, meningkatkan rentan terhadap berbagai penyakit (Pujiastuti,2022). Penyakit degeneratif salah satunya yaitu penyakit tidak menular yang dapat menyebabkan kematian utama di negara-negara berkembang jika dibandingkan dengan penyakit menular. Kemungkinan terjadinya kondisi ini dipengaruhi oleh perubahan gaya hidup dan globalisasi (Utomo,2012).

Gangguan medis yang terjadi ketika organ atau jaringan menjadi lebih buruk seiring berjalannya waktu disebut sebagai penyakit degeneratif. Perubahan sel-sel tubuh menyebabkan penyakit degeneratif mengganggu fungsi organ secara keseluruhan. Prevalensi penyakit degeneratif di Indonesia cukup tinggi, diperkirakan mencapai 20,8% yang terdiri dari berbagai penyakit kronis seperti hipertensi, stroke, dan penyakit sendi. Pada tahun 2024, diproyeksikan bahwa jumlah lansia penderita penyakit degeneratif akan meningkat menjadi 11,8 juta jiwa, atau sekitar 37,8% dari total populasi lansia, menurut Kementerian Kesehatan RI.

Penyakit degeneratif semakin banyak terjadi akibat penurunan gaya hidup, makanan, dan olahraga. Masyarakat umum tidak menyadari bahwa penyakit degeneratif ini dapat berkembang pada usia produktif, dan kebanyakan orang baru memeriksakan diri begitu gejala mulai muncul. Munculnya penyakit degeneratif dipengaruhi secara positif oleh pola makan tinggi lemak (fast food) dan tingkat stres yang tinggi (khurmaeroh,2016).

Penyakit degenerative merupakan penyakit tidak menular. Penyakit degenerative dapat diatasi dengan melakukan deteksi dini melalui pemeriksaan kesehatan. Pemeriksaan kesehatan merupakan salah satu upaya untuk mendeteksi adanya kelainan pada tubuh. Mengecek kesehatan sebaiknya dilakukan secara rutin dengan tujuan guna melakukan pencegahan serta pengobatan sedini mungkin (Anhar et al., 2022) Kesehatan merupakan aspek penting yang harus diperhatikan pada kehidupan lansia. Banyak perubahan yang akan terjadi saat seseorang memasuki usia lanjut. Mulai dari perubahan fisik hingga menurunnya fungsi beberapa organ tubuh. Perubahan yang terjadi pada usia lanjut juga termasuk menurunnya metabolisme tubuh tidak terjadi secara tiba-tiba, namun terjadi seiring dengan bertambahnya usia. (Mahmudah, 2019) Masyarakat cenderung tidak akan mengunjungi fasilitas kesehatan dalam keadaan sehat. Tak jarang masyarakat lebih memilih menggunakan obat tradisional dibandingkan melakukan pemeriksaan ke dokter. Sehingga deteksi dini terkait dengan penyakit, salah satunya penyakit tidak menular berbasis pelayanan kesehatan menjadi kurang efektif.

Penanggulangan faktor resiko penyakit tidak menular dan pencegahan berbasis masyarakat menjadi salah satu solusi yang dapat dilakukan untuk menekan risiko atau angka

kematian akibat penyakit tidak menular. (Sukmana et al., 2020). Peranan tenaga kesehatan dan tenaga pendidik kesehatan sangat dibutuhkan dalam peningkatan kesadaran masyarakat, baik melalui penyuluhan, sosialisasi maupun pemeriksaan kesehatan secara gratis. (Sukmana et al., 2020).

Berdasarkan dari uraian diatas maka perlunya deteksi dini kesehatan lansia melalui pemeriksaan. Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan dengan tujuan meningkatkan kesadaran masyarakat akan pentingnya menjaga kesehatan, melalui pemeriksaan secara rutin guna untuk medeteksi penyakit degeneratif sedini mungkin. berpartisipasi aktif dan mendukung kebijakan, membantu memecahkan masalah kesehatan serta mengatasi kendala dalam pelaksanaan program kesehatan dimasyarakat dengan fokus intervensi adalah promotif, preventif.

2. METODE

Metode pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat memiliki kegiatan utama sebagai berikut:

Lokasi dan waktu Kegiatan

Kegiatan pemeriksaan kesehatan gratis dilaksanakan di Lingkungan Appasareng, Kelurahan Benteng, Kecamatan Ujung Bulu, Kabupaten Bulukumba.

Sasaran Kegiatan

Sasaran kegiatan adalah masyarakat usia ≥ 30 tahun, terutama lansia dan kelompok berisiko tinggi terhadap penyakit degeneratif seperti hipertensi, diabetes melitus.

Metode Pelaksanaan

Acara diawali dengan senam bersama yang diikuti warga setempat, pengurus PMII, serta mahasiswa AKBID Tahirah Al Baeti. Iringan musik senam yang ceria membuat suasana pagi terasa penuh semangat. Aktivitas ini bertujuan membangun kebersamaan sekaligus mendorong masyarakat untuk rutin berolahraga sebagai bagian dari pola hidup sehat, sebelum dilanjutkan dengan pemeriksaan kesehatan.

Persiapan

- 1) Koordinasi dengan aparat desa.
- 2) Menyusun tim pelaksana yang terdiri dari tenaga kesehatan
- 3) Menyiapkan alat dan bahan: tensimeter, glukometer, kapas alkohol, dan formulir pencatatan hasil.

Pelaksanaan kegiatan

- 1) Registrasi peserta dan pengisian identitas.
- 2) Pemeriksaan tekanan darah menggunakan tensimeter.

- 3) Pemeriksaan gula darah menggunakan alat digital dengan sampel darah kapiler.
- 4) Konseling hasil pemeriksaan, edukasi tentang gaya hidup sehat, diet seimbang, dan pentingnya pemeriksaan berkala.
- 5) Rujukan ke fasilitas kesehatan jika ditemukan hasil di atas batas normal.

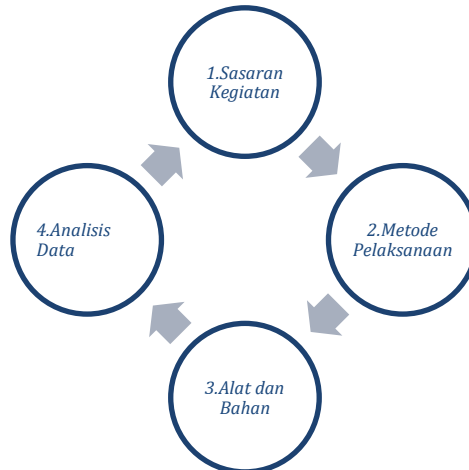
Monitoring

Menilai pemahaman peserta melalui tanya jawab setelah edukasi.

- 1) Alat dan bahan
 - a) Tensimeter
 - b) Glukometer dan strip gula darah
 - c) Alkohol swab, kapas, plester
 - d) Formulir pemeriksaan dan lembar hasil
- 2) Analisis data

Data hasil pemeriksaan (tekanan darah, kadar gula darah, dan kolesterol) dicatat, kemudian dianalisis secara deskriptif untuk mengetahui:

- a) Persentase peserta dengan tekanan darah tinggi
- b) Persentase peserta dengan kadar gula darah tinggi



Gambar 1. Diagram.

3. HASIL

Berdasarkan hasil pemeriksaan kesehatan yang tim pengabdian lakukan, didapatkan data sebagai berikut :

Pemeriksaan Tekanan Darah

Tabel 1. Pemeriksaan Tekanan Darah.

Tekanan Darah	Frekuensi	Persentase (%)
Hipertensi	22	70,97
Normal	10	32,26
Hipotensi	1	3,23
TOTAL	31	100

Berdasarkan hasil pengukuran tekanan darah pada 31 responden, diketahui bahwa sebagian besar responden berada dalam kategori hipertensi, yaitu sebanyak 22 orang (70,97%). Temuan ini menunjukkan bahwa mayoritas responden memiliki tekanan darah di atas nilai normal. Sementara itu, responden dengan tekanan darah normal tercatat sebanyak 10 orang (32,26%), yang berarti hanya sepertiga dari total responden yang berada dalam rentang tekanan darah sehat. Adapun kategori hipotensi ditemukan pada 1 orang (3,23%), menunjukkan bahwa proporsi responden dengan tekanan darah rendah relatif kecil.

Pemeriksaan Gula Darah

Tabel 2. Pemeriksaan Gula Darah.

Gula Darah	Frekuensi	Persentase (%)
Tinggi	19	55,88
Normal	14	41,18
TOTAL	34	100

Berdasarkan hasil pemeriksaan gula darah terhadap 34 responden, diperoleh bahwa sebagian besar responden berada pada kategori gula darah tinggi, yaitu sebanyak 19 orang (55,88%). Hal ini menunjukkan bahwa lebih dari separuh responden memiliki kadar gula darah yang melebihi batas normal. Sementara itu, responden dengan kadar gula darah normal tercatat sebanyak 14 orang (41,18%), yang menandakan bahwa hampir setengah dari responden masih berada dalam rentang kadar gula yang sehat.

Secara keseluruhan, temuan ini menunjukkan bahwa gangguan regulasi gula darah, khususnya kadar gula darah tinggi, cukup dominan pada populasi yang diteliti dan perlu memperoleh perhatian dalam upaya pencegahan dini dan edukasi kesehatan.

4. DISKUSI

Hasil dari pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat yang telah dilakukan pada lansia di Lingkungan Appassareng, Kelurahan Bentenge, Kecamatan Ujung Bulu, Kabupaten Bulukumba bahwa lansia lebih banyak yang memiliki penyakit hipertensi dan asam urat jika dibandingkan dengan gula darah sewaktu. Penyakit degeneratif seperti hipertensi dan asam urat sering terjadi pada lansia yang dikarenakan adanya perubahan gaya hidup, penurunan aktifitas yang dilakukan oleh lansia, kurang peduli terhadap kesehatan, dan ketidaktahuan lansia mengenai penyakit degeneratif. Peserta pengabdian masyarakat antusias untuk mengikuti kegiatan, kegiatan ini juga dapat mengurangi beban biaya, memberikan akses yang lebih mudah dan dapat dijangkau oleh masyarakat untuk mendapatkan pemeriksaan Kesehatan. Dengan adanya kegiatan pemeriksaan kesehatan, diharapkan masyarakat semakin sadar akan perlunya memeriksakan kesehatannya lebih rutin dengan mengunjungi fasilitas kesehatan terdekat yaitu Puskesmas dan mengatur gaya hidup yang baik, konsumsi makanan yang sesuai. Keberhasilan kegiatan pemeriksaan kesehatan tidak hanya dilihat dari jumlah peserta atau layanan yang diberikan, tetapi juga dari perubahan nyata dalam pola pikir, budaya, dan kehidupan.



Gambar 1. Pelaksanaan Senam Lansia.



Gambar 2. Pemeriksaan Tekanan Darah.



Gambar 3. Pemeriksaan Gula Darah.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden mengalami hipertensi, yaitu sebesar 70,97% dari total responden. Persentase ini tergolong tinggi dan menunjukkan adanya risiko kesehatan yang signifikan. Menurut WHO, hipertensi merupakan salah satu faktor risiko utama penyakit jantung, stroke, serta gagal ginjal jika tidak ditangani dengan baik (World Health Organization, 2021). Hipertensi dapat dipengaruhi oleh faktor usia, konsumsi garam berlebih, obesitas, kurang aktivitas fisik, stres, serta riwayat keluarga. Sebanyak 32,26% responden memiliki tekanan darah normal. Nilai ini menunjukkan bahwa hanya sebagian kecil kelompok yang berada dalam kondisi tekanan darah sehat. Adapun 3,23% responden mengalami hipotensi. Kondisi tekanan darah rendah ini dapat menimbulkan gejala seperti pusing atau lemas, meskipun prevalensinya jauh lebih rendah dibandingkan hipertensi (Guyton & Hall, 2018). Secara keseluruhan, dominasi hipertensi pada responden menegaskan perlunya peningkatan edukasi tentang gaya hidup sehat serta pemeriksaan tekanan darah secara berkala sebagai bagian dari upaya pencegahan Penyakit Tidak Menular (PTM) (Kementerian

Kesehatan RI, 2019).

Hasil Pemeriksaan Gula Darah, Sebagian besar responden memiliki kadar gula darah tinggi, yaitu 55,88%. Kondisi ini menunjukkan adanya risiko gangguan metabolisme glukosa yang dapat berkembang menjadi diabetes melitus tipe 2 apabila tidak ditangani. Menurut American Diabetes Association (2022), kadar gula darah tinggi berkorelasi dengan gaya hidup tidak sehat, obesitas, konsumsi makanan tinggi gula, serta faktor keturunan. Sementara itu, 41,18% responden berada dalam kategori gula darah normal, yang menunjukkan bahwa sebagian populasi masih memiliki regulasi glukosa yang baik. Namun, tingginya prevalensi kadar gula darah tinggi tetap menjadi perhatian karena diabetes merupakan salah satu penyakit kronis dengan komplikasi serius seperti penyakit jantung, gagal ginjal, dan neuropati (Perhimpunan Dokter Spesialis Penyakit Dalam Indonesia, 2021).

Secara umum, tingginya prevalensi tekanan darah tinggi dan gula darah tinggi menandakan bahwa populasi ini memiliki risiko besar terhadap penyakit tidak menular. Upaya pencegahan melalui edukasi, monitoring rutin, serta penerapan pola hidup sehat sangat diperlukan untuk menekan kejadian hipertensi dan diabetes melitus (Kementerian Kesehatan RI, 2019).

5. KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian masyarakat pada lansia di Lingkungan Appassareng menunjukkan bahwa sebagian besar lansia mengalami penyakit degeneratif, terutama hipertensi dan asam urat, sementara gangguan gula darah ditemukan dalam jumlah lebih rendah. Hasil pemeriksaan menunjukkan 70,97% lansia mengalami hipertensi dan 55,88% memiliki gula darah tinggi, yang menandakan tingginya risiko penyakit tidak menular pada kelompok ini. Kegiatan berupa senam lansia dan pemeriksaan kesehatan mendapatkan respons positif karena memberikan akses layanan kesehatan yang mudah dan terjangkau. Melalui kegiatan ini, kesadaran lansia terhadap pentingnya pemeriksaan kesehatan rutin, pola hidup sehat, dan pengaturan pola makan semakin meningkat. Secara keseluruhan, kegiatan ini berkontribusi positif dalam meningkatkan pemahaman dan kepedulian lansia terhadap kesehatan mereka.

PENGAKUAN/ACKNOWLEDGEMENTS

Ucapan terima kasih disampaikan kepada pihak masyarakat, pihak PMII yang membantu dalam mensukseskan kegiatan program pengabdian masyarakat.

DAFTAR REFERENSI

- Al Fath Sabiliy Haq, A. M., & Az-Zahra, B. R. (2024). [Judul artikel tidak dicantumkan]. Jurnal Pengabdian Masyarakat Nusantara, 6(4). <https://doi.org/10.57214/pengabmas.v6i4.611>
- American Diabetes Association. (2022). Standards of medical care in diabetes—2022. Diabetes Care, 45(Suppl. 1). <https://doi.org/10.2337/dc22-Sint>
- Amila, & Sembiring, E. (2021). [Judul artikel tidak dicantumkan]. Jurnal Kreativitas Pengabdian kepada Masyarakat (PKM), 4(1). <https://doi.org/10.33024/jkpm.v4i1.3441>
- Angelica Miftahul Jannah, & Shakinah, E. D. (2025). [Judul artikel tidak dicantumkan]. Jurnal Mandala Pengabdian Masyarakat, 6(1).
- Aryani, N. (2021). [Judul artikel tidak dicantumkan]. Jurnal Kreativitas Pengabdian kepada Masyarakat (PKM), 4(1).
- Benly, N. E., & Mansyarif, R. (2022). [Judul artikel tidak dicantumkan]. J-Abdi: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat, 1(12). <https://doi.org/10.53625/jabdi.v1i12.3449>
- Ermawati Ulkhasanah, M., & Priliana, W. K. (2023). [Judul artikel tidak dicantumkan]. Jurnal Abdimas Pamenang (JAP), 1(2). <https://doi.org/10.53599/jap.v1i2.155>
- Fauziah, L., & Angelina, R. (2025). [Judul artikel tidak dicantumkan]. Jurnal ABDI MASADA, 6.
- Guyton, A. C., & Hall, J. E. (2018). Textbook of medical physiology (13th ed.). Elsevier.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2019). Pedoman teknis pengendalian penyakit tidak menular. Kementerian Kesehatan RI.
- Perhimpunan Dokter Spesialis Penyakit Dalam Indonesia. (2021). Pedoman pengelolaan diabetes melitus tipe 2 di Indonesia. PB PAPDI.
- Ponamon, & Akay, T. W. (2024). AS: Jurnal Abdimas Sariputra.
- Veryanti, P. R., & Teodhora. (2023). Jurnal GEMBIRA (Pengabdian Kepada Masyarakat), 1(6).
- World Health Organization. (2021). Hypertension: Key facts. WHO Press.
- Wulandari, A., & Febriani, A. (2023). Jurnal GEMBIRA (Pengabdian Kepada Masyarakat), 1(6).