
Peningkatan Kesadaran Kesehatan Lansia melalui Skrining Tekanan Darah dan Gula Darah: Studi Kasus di Desa Nampu, Kecamatan Gemarang, Kabupaten Madiun

Akhnita Ziyadatul 'Iffa¹, Suzana^{2*}, Fildzah Nadiyah Auni¹, Maulidiyah¹, Mega Tantri Putri¹, Melati Adinda Putri¹, Mohammad Amirin Nurul Hidayat¹, Nurul Muzammil¹, Titus Adimasto¹

Universitas Airlangga Surabaya, Indonesia¹

Fakultas Farmasi Universitas Airlangga Surabaya, Indonesia²



Email Korespodensi: suzana@ff.unair.ac.id

INFO ARTIKEL

Histori Artikel:

Diterima 28-08-2025

Disetujui 04-09-2025

Diterbitkan 06-09-2025

Katakunci:

Lansia,

Hipertensi,

Gula darah

ABSTRAK

Skrining kesehatan secara gratis pada lansia meliputi dua pengukuran yaitu tekanan darah dan gula darah sewaktu. Skrining hipertensi dilakukan dengan pengecekan tekanan darah pada lansia karena lansia memiliki risiko yang lebih tinggi terkena hipertensi daripada usia muda. Skrining gula darah juga dilakukan karena tingkat gula darah pada lansia lebih berisiko mengalami peningkatan dan juga gula darah yang tinggi dapat menurunkan kualitas hidup lansia. Tujuan pelaksanaan kegiatan ini yaitu kegiatan ini dapat meningkatkan kesadaran lansia terhadap kesehatan masing-masing individu, khususnya terkait penyakit tidak menular (PTM) berupa hipertensi dan diabetes, serta cara pencegahan dan pengendaliannya. Metode pelaksanaan kegiatan ini yaitu pengukuran tekanan darah dan gula darah sewaktu, serta edukasi dan konseling. Pelaksanaan telah dilakukan pengukuran tekanan darah dan juga gula darah sewaktu, kepada sebanyak 42 lansia. Hasil pengukuran tekanan darah menunjukkan bahwa sebanyak 30 dari 42 lansia mengalami hipertensi atau tekanan darah tinggi dan 1 menunjukkan hasil gula darah yang tinggi. Setelah mendapatkan hasil skrining, diberikan edukasi kepada peserta mengenai hasil pengukuran tekanan darah dan gula darah, serta implikasi kesehatan dari hasil tersebut.

PENDAHULUAN

Desa Nampu merupakan salah satu desa yang terletak di Kecamatan Gemarang, Kabupaten Madiun dan memiliki 4 Dusun yaitu Dusun Nampu, Sambiroto, Srampang Mojo, dan Petung. Berdasarkan jumlah penduduk menurut jenis kelamin terdapat 1905 laki-laki dan 1919 perempuan. Adapun keluarga yang memiliki lansia berjumlah 205 kepala keluarga. Hal tersebut menunjukkan bahwa sebanyak 5,37 persen masyarakat di Desa Nampu memiliki masyarakat dengan lanjut usia yang termasuk kategori tidak terlalu banyak tetapi perlu untuk diperhatikan terutama pada aspek kesehatan. (Profil Desa Nampu, 2017).

Lansia atau orang lanjut usia sangat rentan terkena wabah penyakit, berbagai aspek kehidupan juga telah mengubahnya termasuk gejala-gejala sosial, fisik, hingga lingkungan sekitar. Berdasarkan wawancara singkat dengan beberapa masyarakat Desa Nampu ketika observasi menyatakan bahwa para lansia beberapa kali mengalami darah tinggi. Tekanan darah tinggi bisa disebabkan oleh banyak faktor, seperti pikiran, kesehatan fisik dan mental serta pola hidup sehatnya. Fenomena tekanan darah naik seringkali tidak menunjukkan gejala, apabila tidak segera diketahui dan diobati maka akan menyebabkan penyakit baru lainnya seperti gagal jantung, stroke dan sebagainya. Hal itu diperkuat dengan data profil desa terkait pola makan masyarakat yang terdapat 3 kali lebih makan dalam sehari. Mengonsumsi nasi berlebihan juga dapat mempengaruhi gula darah dan organ lainnya. Sehingga membutuhkan kewaspadaan untuk menjaga pola makan agar tidak menyebabkan gula darah naik.

Fenomena ini menjadi salah satu target dari Sustainable Development Goals (SDGs) yang didalamnya terdapat tujuan pembangunan berkelanjutan ke tiga, yaitu kehidupan sehat dan sejahtera. Masyarakat yang hidup sehat juga belum tentu sejahtera, sebagaimana contohnya pada kasus individu yang hidup sehat tanpa memiliki penyakit kronis tetapi kesadaran untuk memeriksa kesehatan masih tergolong kurang karena hidupnya disibukkan dengan pekerjaannya sebagai petani dari pagi hingga sore. Sehingga tubuh sehat yang dimiliki terkesampingkan dan belum sejahtera secara batin.

Desa Nampu dalam konteks ini mendapatkan perhatian khusus. Desa ini dikhawatirkan akan memiliki prevalensi lansia dengan permasalahan tekanan darah tinggi dan gula darah meningkat apabila setiap individu, pihak keluarga dan orang sekitar kurang menyadari kesehatan masing-masing. Oleh karena itu, untuk meningkatkan kesadaran terkait kesehatan para lansia di Desa Nampu, maka skrining kesehatan pengukuran tekanan darah dan gula darah secara gratis perlu dilakukan.

METODE PELAKSANAAN

Terdapat dua metode utama yang digunakan dalam kegiatan skrining kesehatan pada lansia Dusun Nampu:

1. Pengukuran Tekanan Darah dan Gula Darah: Metode pertama melibatkan pengukuran tekanan darah dan kadar gula darah sewaktu pada lansia. Tekanan darah diukur untuk mendeteksi adanya hipertensi, yang merupakan tekanan darah tinggi. Hasil pengukuran tekanan darah digunakan untuk mengidentifikasi individu yang mungkin mengalami hipertensi. Selain itu, pengukuran kadar gula darah sewaktu dilakukan untuk mendeteksi tingkat gula darah yang tinggi, yang dapat menjadi indikasi risiko diabetes.
2. Edukasi dan Konseling: Metode kedua melibatkan pemberian edukasi dan konseling kepada lansia

berdasarkan hasil pengukuran. Setelah mendapatkan hasil skrining, diberikan edukasi kepada peserta mengenai hasil pengukuran tekanan darah dan gula darah, serta implikasi kesehatan dari hasil tersebut. Lansia diberikan informasi tentang tindakan pencegahan dan pengendalian penyakit, seperti pola makan sehat, aktivitas fisik, penghindaran merokok dan alkohol, serta pentingnya menjaga berat badan ideal. Konseling ini bertujuan untuk memberikan pemahaman yang lebih mendalam dan membantu peserta dalam mengambil langkah-langkah untuk meningkatkan kesehatan. (Fahdhienie et al, 2024, Herawati et al, 2021).

Dalam praktiknya, kegiatan skrining dan edukasi ini dilakukan secara bersamaan. Lansia yang mengikuti kegiatan skrining menjalani pengukuran tekanan darah dan gula darah sewaktu. Setelah itu, mereka menerima hasil pengukuran dan diberikan edukasi mengenai tindakan pencegahan dan pengendalian berdasarkan hasil tersebut. Dalam konteks ini, pemateri berperan sebagai fasilitator dalam memberikan informasi dan mendukung lansia dalam mengambil langkah-langkah menuju gaya hidup yang lebih sehat. (Azizah et al., 2021., Keren et al., 2023, Marbun et al., 2021).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil pengukuran tekanan darah dan jumlah lansia yang menderita tekanan darah tinggi dan tekanan darah normal digambarkan pada Gambar 1. Hasil pengukuran kadar gula darah dan jumlah lansia ditunjukkan pada Gambar 2.



Gambar 1. Diagram hasil pengukuran tekanan darah dan jumlah penderita



Gambar 2. Diagram hasil pengukuran gula darah sewaktu dan jumlah penderita

Hasil pemeriksaan tekanan darah dan gula darah sewaktu lansia di Dusun Nampu, Desa Nampu, Kecamatan Gemarang, Kabupaten Madiun. Grafik di atas menunjukkan hasil skor pengukuran yang cukup signifikan. Sebanyak 42 lansia telah dilakukan pengukuran tekanan darah dan juga gula darah sewaktu. Hasil pengukuran tekanan darah menunjukkan bahwa sebanyak 30 dari 42 lansia mengalami hipertensi atau tekanan darah tinggi. Hasil ini dapat dikategorikan bahwa prevalensi hipertensi lansia di Dusun Nampu cukup tinggi yakni sebanyak 71,4%.

Sementara itu, pengukuran gula darah sewaktu menunjukkan hasil yang sebaliknya. Dari 42 lansia yang melakukan pengukuran gula darah sewaktu hanya terdapat 1 orang yang hasil pengukurannya menunjukkan hasil gula darah yang tinggi. Sedangkan gula darah sewaktu 41 lansia lainnya menunjukkan hasil normal. Hal ini mengindikasikan prevalensi kadar gula darah yang tinggi di Dusun Nampu cukup rendah, yaitu sebesar 2,4%.

Skrining kesehatan secara gratis yang dilakukan mencakup pengukuran dua indikator penting khususnya bagi para lansia, yakni tekanan darah dan gula darah. Kegiatan skrining kesehatan dilaksanakan di Balai Desa Nampu, Dusun Nampu, Desa Nampu, Kecamatan Gemarang, Kabupaten Madiun pada hari Selasa, 18 Juli 2023 pukul 10.00–11.30 WIB. Kegiatan ini diikuti oleh 42 peserta dengan sangat antusias. Setelah dilakukan pengukuran tekanan darah dan gula darah sewaktu, peserta akan diinformasikan oleh mahasiswa terkait hasil dari kedua pengukuran tersebut. Antusiasme peserta terlihat dari beberapa peserta yang menceritakan keluhan yang dialami kepada mahasiswa dan bertanya terkait solusi dari keluhan tersebut.

Beberapa peserta mengeluhkan sering mengalami hipertensi jika dilihat dari gejala yang dikeluhkan. Hipertensi adalah suatu keadaan dimana tekanan darah sistolik pada tubuh seseorang lebih dari atau sama dengan 140 mmHg dan atau tekanan darah diastolik lebih dari atau sama dengan 90 mmHg. Gejala hipertensi di antaranya adalah sakit kepala atau pusing, jantung berdebar-debar, rasa sakit di dada, gelisah, penglihatan kabur, dan mudah lelah. Kemudian mahasiswa memberikan edukasi terkait pencegahan dan pengendalian hipertensi, seperti membatasi konsumsi garam sebanyak <1 sendok teh/hari, melakukan aktivitas fisik secara teratur yaitu olahraga minimal 30 menit/hari dan minimal 5

kali/minggu), menghindari merokok dan konsumsi alkohol, diet gizi seimbang, dan mempertahankan berat badan ideal (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2018).

Skrining kesehatan pada lansia penting dilakukan sebagai sarana untuk mengetahui dan meningkatkan kesadaran mengenai kesehatan. Skrining hipertensi dengan melakukan pengecekan tekanan darah pada lansia penting karena lansia memiliki risiko yang lebih tinggi terkena hipertensi daripada usia muda. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Adam (2019) yang menyebutkan bahwa semakin bertambahnya usia seseorang maka lebih berisiko pula terhadap hipertensi. Peneliti berasumsi bahwa hal tersebut disebabkan oleh seiring bertambahnya usia seseorang maka terjadi pula penurunan kemampuan organ tubuh termasuk sistem kardiovaskuler dalam hal ini jantung dan pembuluh darah sehingga menyebabkan tekanan darah meningkat. Penelitian yang dilakukan Adam (2019) mendapatkan hasil bahwa kelompok lansia yang berusia manula memiliki persentase tertinggi menderita hipertensi.

Di sisi lain, Skrining gula darah menjadi salah satu tes kesehatan lainnya yang juga penting dilakukan khususnya bagi para lansia. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Khairani (2007) yang menyatakan bahwa gula darah yang tinggi menurunkan kualitas hidup lansia. Tingkat gula darah pada lansia lebih berisiko mengalami peningkatan ketika memasuki usia lanjut. Penelitian yang dilakukan oleh Yanti (2022) mendapatkan hasil yakni kadar glukosa darah sewaktu cenderung tinggi yang berisiko DM lebih banyak ditemukan pada rentang usia 71-75 tahun serta lebih banyak dialami oleh perempuan.



Gambar 3. Pelaksanaan Skrining Kesehatan Pengukuran Tekanan Darah dan Gula Darah di Balai Desa Nampu, Kecamatan Gemarang, Kabupaten Madiun



Gambar 4. Pelaksanaan Pengukuran Tekanan Darah pada Lansia di Balai Desa Nampu, Kecamatan Gemarang, Kabupaten Madiun

Kegiatan skrining kesehatan dapat rutin dilakukan bersamaan dengan posyandu lansia. Penting dilakukan skrining untuk deteksi dini penyakit diabetes melitus dan hipertensi agar dapat mengoptimalkan penatalaksanaan apabila terdeteksi dan masyarakat juga perlu diberikan edukasi agar memahami pentingnya memeriksakan diri dan mengikuti posyandu lansia (Pefbrianti, Lestari, dan Ifansyah, 2022). Kegiatan skrining yang dilaksanakan oleh mahasiswa BBK 2 UNAIR 2023 merupakan kegiatan yang mengacu pada Tujuan Pembangunan Berkelanjutan (*Sustainable Development Goals*) sebagai upaya untuk mencapai kehidupan sehat dan sejahtera melalui pengendalian penyakit tidak menular (PTM). Kegiatan skrining kesehatan harus selalu dilaksanakan bagi para lansia karena mereka merupakan individu yang rentan mengalami penyakit tidak menular karena semakin meningkatnya umur, maka fungsi fisiologis akan terus menurun akibat dari proses penuaan (Huwae et al., 2022). Kegiatan ini dapat meningkatkan kesadaran lansia terhadap kesehatan masing-masing individu, khususnya terkait penyakit tidak menular (PTM) berupa hipertensi dan diabetes, serta cara pencegahan dan pengendaliannya. Mahasiswa yang terlibat dalam kegiatan skrining memberikan edukasi mengenai pencegahan hipertensi, seperti pengaturan pola makan, aktivitas fisik, dan gaya hidup sehat. Di sisi lain, rendahnya prevalensi kadar gula darah tinggi menunjukkan bahwa lansia di Dusun Nampu cenderung memiliki risiko yang lebih rendah terhadap diabetes (Rojo et al., 2020, Urrutia et al., 2021, Wahidin et al., 2023).

Kegiatan skrining kesehatan ini memiliki dampak yang positif dalam meningkatkan kesadaran dan pemahaman lansia tentang pentingnya menjaga kesehatan dan mengendalikan penyakit tidak menular. Penyelenggaraan rutin skrining kesehatan bersama posyandu lansia akan mendukung upaya deteksi dini, pengendalian, dan edukasi terkait penyakit tidak menular, sejalan dengan Tujuan Pembangunan Berkelanjutan. Ini juga mengakui peran penting lansia dalam mewujudkan kehidupan sehat dan sejahtera, serta menghindari komplikasi yang mungkin timbul akibat penyakit tersebut. (Putu et al., 2024, Rosyanti et al., 2024).

KESIMPULAN

Kegiatan skrining kesehatan di Dusun Nampu telah mengungkapkan hasil yang signifikan terkait kondisi kesehatan lansia. Prevalensi hipertensi pada lansia tercatat cukup tinggi, mencapai 71,4%, sementara prevalensi kadar gula darah tinggi relatif rendah, yaitu 2,4%. Skrining ini dilakukan dengan mengukur tekanan darah dan kadar gula darah sewaktu, serta diikuti oleh 42 peserta yang antusias. Tingginya angka hipertensi pada lansia menunjukkan pentingnya perhatian terhadap pengendalian dan pencegahan penyakit ini.

Saran

Berdasarkan hasil pembahasan, terdapat beberapa saran untuk perbaikan diantaranya:

1. Diversifikasi kegiatan: Selain skrining, perlu mempertimbangkan untuk mengadakan sesi diskusi, lokakarya, atau seminar yang melibatkan tenaga medis atau ahli kesehatan. Ini akan memberikan kesempatan bagi lansia untuk berinteraksi langsung, bertanya pertanyaan, dan mendapatkan informasi yang lebih mendalam.
2. Program Pengendalian Gizi: Selain fokus pada aktivitas fisik, perlu untuk mengadakan program pengendalian gizi yang seimbang. Memberikan panduan mengenai pola makan yang sehat dan membatasi konsumsi garam akan membantu mengendalikan tekanan darah dan kadar gula darah.
3. Pemantauan Berkala: Melakukan skrining kesehatan secara berkala akan membantu dalam memonitor perubahan prevalensi dan efektivitas tindakan pencegahan. Hasil pemantauan ini dapat membantu merencanakan tindakan lebih lanjut dan menilai dampak dari program kesehatan.

UCAPAN TERIMAKASIH

Ucapan terimakasih kepada Lembaga Penelitian dan Pengabdian pada Masyarakat (LPPM) Universitas Airlangga.

DAFTAR PUSTAKA

- Adam, Lusiane. (2019) Determinan Hipertensi pada Lanjut Usia. *Jambura Health and Sport Journal*: 1(2). Pp 82- 89.
- Azizah A.R., Hario M., Agung D.L. (2021). Hypertension in Indonesia in 2018: An Ecological Analysis. *Indian J. Forensic Med. Toxicol.*, 15(2), pp. 2073–2079. doi: 10.37506/ijfmt.v15i2.14669.
- Fahdhienie F., Savitri H., Darwis A. (2024). Pendidikan tentang Pencegahan Penyakit Menular dan Penyakit Tidak Menular pada Masyarakat di Kabupaten Aceh Besar,” *J. Surya Masy.*, 7(1), p. 53. doi: 10.26714/jsm.7.1.2024.53-59.
- Herawati E., Sofiatin Y. (2021). Penyuluhan Penyakit Tidak Menular (PTM) untuk Menumbuhkan Kesadaran Pencegahan pada Masyarakat di Desa Cipacing, Jawa Barat. *Aksiologi J. Pengabd. Kpd. Masy.*, 5(4), p. 431. doi: 10.30651/aks.v5i4.4692.
- Huwaie, L.M.C., Dabutar, P.S.A., Oeijano, G.A., Kundiman, C.R., Mahua, A.U. dan Hukubun, R.D. (2022). Pelaksanaan Skrining Kesehatan sebagai Upaya Mencegah Penyakit Tidak Menular pada Usia Produktif dan Lansia di Negeri Latuhalat. *Sejahtera: Jurnal Inspirasi Mengabdikan Untuk Negeri*, 2(1), pp.26–36.

- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2018). *Pencegahan dan Pengendalian Hipertensi, Mengurangi Risiko Hipertensi*. Jakarta: Direktorat P2PTM.
- Keren S.M., Umami R., Safanny Putri, Novita D.I.(2023). Analisis Peran Promosi Kesehatan Dalam Mendukung Keberhasilan Program Pencegahan Penyakit Tidak Menular Di Indonesia. *J. Med. Nusant.*, 1(2), pp. 108–122. doi: 10.59680/medika.v1i2.284.
- Khairani, & Rita. (2007). Prevalensi Diabetes Melitus dan Hubungannya dengan Kualitas Hidup Lanjut Usia di Masyarakat. *Universa Medicina*. 26 (1). Pp. 18-26.
- Marbun,R., A. Setiyoargo, A., Dea, V. (2021). Edukasi Kesehatan Dalam Penanggulangan Penyakit Tidak Menular (PTM) Serta Paket Manfaat Bpjs Kesehatan Untuk Penyakit Kronis. *SELAPARANG J. Pengabd. Masy. Berkemajuan*, 4(3), p. 763, doi: 10.31764/jpmb.v4i3.5377.
- Pefbrianti, D., Lestari, D.H., Ifansyah, M.N. (2022) Optimalisasi Kesehatan Lansia dengan Kegiatan Skrining Diabetes Mellitus dan Hipertensi. *Jurnal Pengabdian Masyarakat*. 2(1). Pp. 1-7
- Profil Desa Nampu. (2017). BKKBN. <https://kampungkb.bkkbn.go.id/kampung/4867/desa-nampu>.
- Putu I.S., Andi A.,Yusuf K.A., Yuyun J. (2024). Skrining Kadar Gula Darah dan Edukasi Pencegahan Diabetes Mellitus Pada Masyarakat Pesisir Kecamatan Poasia, Kota Kendari. *J. Pengabd. Meambo*, 3(2), pp. 74–79. doi: 10.56742/jpm.v3i2.93.
- Rojo G., Martínez . (2020). Incidence of diabetes mellitus in Spain as results of the nation-wide cohort diabet.es study. *Sci. Rep.*, 10(1), p. 2765. doi: 10.1038/s41598-020-59643-7.
- Rosyanti L., Hadi I., Akhmad A., Taamu T., Imanuddin I. (2024). Skrining Penyakit Tidak Menular (PTM) Untuk Meningkatkan Kesehatan Komunitas Nelayan Pesisir. *GEMAKES J. Pengabd. Kpd. Masy.*, 4(2), pp. 260–266. doi: 10.36082/gemakes.v4i2.1567.
- Urrutia I.(2021). Incidence of diabetes mellitus and associated risk factors in the adult population of the Basque country, Spain. *Sci. Rep.*, 11(1), p. 3016, doi: 10.1038/s41598-021- 82548-y.
- Wahidin M., Agustiya R.I., Putro G. (2023). Beban Penyakit dan Program Pencegahan dan Pengendalian Penyakit Tidak Menular di Indonesia, *J. Epidemiol. Kesehat. Indones.*, 6(2). doi: 10.7454/epidkes.v6i2.6253.
- Yanti, N.M.T. (2022). *Gambaran Kadar Glukosa Darah Sewaktu pada Lansia di Banjar Sangging Desa Tihingan Kabupaten Klungkung*. Diploma Thesis. Poltekkes Kemenkes Denpasar.