



Upaya Pencegahan Penyakit Tidak Menular melalui Pemeriksaan Kesehatan Warga Usia Produktif di Banmati, Sukoharjo

Gravinda Widyaswara^{1*}, Risqi Ekanti Ayuningtyas Palupi²

¹ Program Studi Teknologi Bank Darah, STIKes Guna Bangsa, Yogyakarta, Indonesia

² D4 Manajemen Penanggulangan Bencana, Politeknik Akbara, Jawa Tengah, Indonesia

Article History

Received: 13-10-2025

Accepted: 15-11-2025

Published: 10-12-2025

Corresponding Author

Gravinda Widyaswara

gravinda.widyaswara@gunabangsa.ac.id

Keywords:

Blood Pressure, Blood

Glucose, Non-

Communicable Diseases,

Productive Age

Abstract

Non-communicable diseases (NCDs) such as hypertension and diabetes mellitus are major causes of illness and death among productive age populations. The main risk factors for NCDs include high blood pressure and uncontrolled blood glucose levels. Sukoharjo Regency continues to face a high burden of NCDs. In 2022, there were 263,830 recorded cases of hypertension and 17,547 cases of diabetes mellitus. A 2024 study also reported a hypertension prevalence of 20.50% and diabetes mellitus prevalence of 70.20%. This community service activity aimed to conduct early detection and prevention efforts for non-communicable diseases through blood pressure and random blood glucose examinations among productive-age residents in Banmati Village, Sukoharjo. The examination involved 69 respondents aged 25–60 years, selected using a purposive sampling method. Data were collected through direct health examinations and structured interviews. The results showed that 43.50% of respondents had random blood glucose levels above 120 mg/dL, and 26.10% had blood pressure above 120/80 mmHg. These findings indicate that a considerable proportion of productive-age residents are at high risk for hypertension and diabetes mellitus. Through this activity, the community received education on the importance of regular health check-ups, balanced diet, physical activity, and stress management as preventive measures against NCDs.

Sejarah Artikel

Diterima: 13-10-2025

Disetujui: 15-11-2025

Diterbitkan: 10-12-2025

Penulis Utama

Gravinda Widyaswara

gravinda.widyaswara@gunabangsa.ac.id

Kata Kunci:

Tekanan Darah, Gula

Darah, Penyakit Tidak

Menular, Usia Produktif

Abstrak

Penyakit Tidak Menular (PTM) seperti hipertensi dan diabetes melitus, merupakan penyebab utama kesakitan dan kematian pada kelompok usia produktif. Faktor risiko utama PTM meliputi tekanan darah tinggi dan kadar gula darah yang tidak terkontrol. Kabupaten Sukoharjo masih menghadapi beban PTM yang cukup tinggi. Berdasarkan data tahun 2022, tercatat 263.830 kasus hipertensi dan 17.547 kasus diabetes melitus. Penelitian tahun 2024 juga menunjukkan prevalensi hipertensi sebesar 20,50% dan diabetes melitus sebesar 70,20%. Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk melakukan deteksi dini dan upaya pencegahan penyakit tidak menular melalui pemeriksaan tekanan darah dan gula darah sewaktu pada warga usia produktif di Desa Banmati, Sukoharjo. Pemeriksaan dilakukan pada 69 responden berusia 25–60 tahun dengan metode *purposive sampling*. Data diperoleh melalui pemeriksaan kesehatan langsung dan wawancara terstruktur. Hasil pemeriksaan menunjukkan bahwa 43,50% responden memiliki kadar gula darah sewaktu >120 mg/dL dan 26,10% memiliki tekanan darah di atas 120/80 mmHg. Hasil ini menunjukkan bahwa sebagian masyarakat usia produktif memiliki risiko tinggi terhadap penyakit hipertensi dan diabetes melitus. Melalui kegiatan ini, masyarakat memperoleh edukasi mengenai pentingnya pemeriksaan kesehatan rutin, pola makan seimbang, aktivitas fisik, dan pengendalian stres sebagai langkah pencegahan PTM.

DOI: [10.36679/jmcd.v1i2.14](https://doi.org/10.36679/jmcd.v1i2.14)

Copyright ©2025 The Author(s)

This is an open-access article under the CC BY-NC license.



Pendahuluan

Penyakit Tidak Menular (PTM) masih menjadi salah satu tantangan utama kesehatan masyarakat di Indonesia. Secara global, PTM seperti hipertensi, diabetes melitus, dan penyakit kardiovaskular merupakan penyebab utama kematian, berkontribusi terhadap lebih dari 70% total kematian setiap tahunnya (Organization, 2023). Di Indonesia, prevalensi PTM terus meningkat seiring dengan perubahan gaya hidup, pola makan tidak seimbang, kurangnya aktivitas fisik, serta peningkatan stres akibat tuntutan kehidupan modern (Kemenkes, 2022). Tren PTM di Indonesia menunjukkan pergeseran yang mengkhawatirkan. Jika sebelumnya lebih banyak dialami oleh kelompok usia lanjut, kini penyakit tidak menular semakin banyak ditemukan pada kelompok usia muda dan usia produktif. PTM kini mengancam kelompok usia muda bahkan sejak usia 10–14 tahun, serta menjadi penyebab utama hilangnya hari produktif dan penurunan produktivitas kerja masyarakat (Kemenkes, 2020). Hal ini diperkuat oleh laporan Direktorat Jenderal Pencegahan dan Pengendalian Penyakit yang menunjukkan bahwa deteksi dini faktor risiko PTM pada populasi usia ≥ 15 tahun masih belum mencapai target nasional 80% Enasta *et al.*, (2022).

Berdasarkan data Sensus Penduduk Indonesia tahun 2020, sekitar 70,72% penduduk Indonesia berada pada kelompok usia produktif (15–64 tahun), sedangkan kelompok usia lanjut hanya sebesar 9,78%. Kondisi ini menunjukkan bahwa mayoritas penduduk Indonesia berpotensi terdampak oleh PTM bila tidak dilakukan upaya pencegahan sejak dini (Sari *et al.*, 2022). Kabupaten Sukoharjo merupakan salah satu daerah di Provinsi Jawa Tengah yang masih menghadapi beban tinggi terhadap kasus PTM. Berdasarkan data Dinas Kesehatan Kabupaten Sukoharjo tahun 2022, tercatat 263.830 kasus hipertensi dan 17.547 kasus diabetes melitus. Penelitian pada tahun 2024 juga menunjukkan prevalensi hipertensi sebesar 20,50% dan diabetes melitus sebesar 70,20%, yang menandakan masih rendahnya kesadaran masyarakat terhadap deteksi dini dan pengendalian faktor risiko PTM. Desa Banmati dipilih sebagai lokasi kegiatan pengabdian masyarakat karena memiliki jumlah penduduk usia produktif yang tinggi serta potensi risiko paparan faktor gaya hidup tidak sehat. Kelompok usia produktif (25–60 tahun) merupakan segmen penting dalam pembangunan ekonomi dan sosial, namun sekaligus rentan terhadap PTM akibat aktivitas kerja yang tinggi, kurangnya waktu berolahraga, serta pola makan yang tidak seimbang (Kemenkes, 2022).

Kegiatan pengabdian masyarakat ini berfokus pada upaya deteksi dini dan pencegahan PTM melalui pemeriksaan tekanan darah dan kadar gula darah sewaktu pada warga usia produktif di Desa Banmati. Diharapkan, kegiatan ini dapat meningkatkan kesadaran masyarakat tentang pentingnya pemeriksaan kesehatan secara rutin, serta penerapan pola hidup sehat sebagai langkah preventif terhadap hipertensi dan diabetes melitus.

Metode Pengabdian

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini menggunakan pendekatan deskriptif kuantitatif yang bertujuan untuk melakukan deteksi dini dan upaya pencegahan penyakit tidak menular (PTM) pada kelompok usia produktif melalui pemeriksaan tekanan darah dan kadar gula darah sewaktu. Kegiatan dilaksanakan di Desa Banmati, Kecamatan Sukoharjo, Kabupaten Sukoharjo, Jawa Tengah, yang dipilih secara purposif karena wilayah ini memiliki jumlah penduduk usia produktif yang cukup tinggi dan masih menghadapi beban kasus PTM yang cukup besar. Pelaksanaan kegiatan dilakukan pada bulan Juli 2024 selama dua hari berturut-turut di balai desa setempat dengan dukungan perangkat desa. Populasi kegiatan ini adalah seluruh warga usia produktif di Desa Banmati, yaitu mereka yang berusia

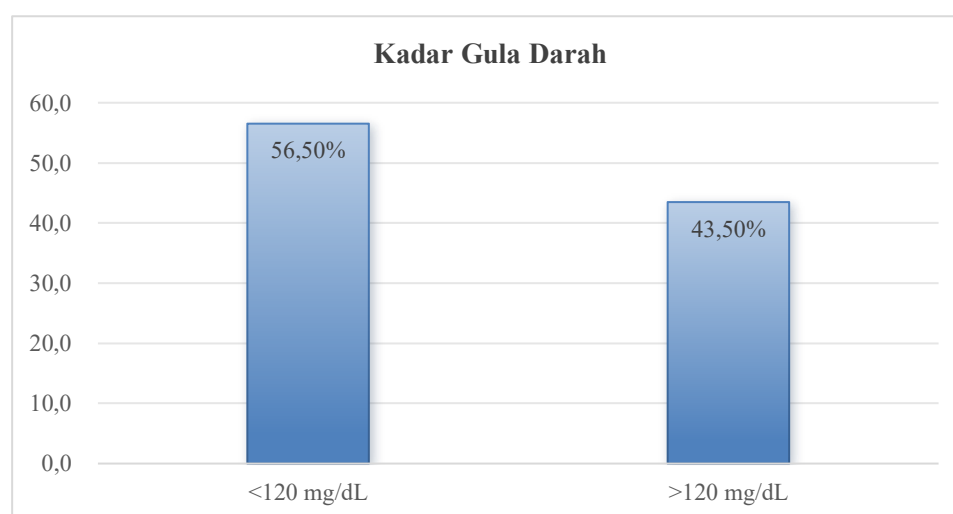
antara 25 hingga 60 tahun. Sebanyak 69 responden terlibat dalam kegiatan ini, dipilih menggunakan metode *purposive sampling* berdasarkan kriteria inklusi, yaitu warga yang berdomisili di Desa Banmati, bersedia mengikuti pemeriksaan kesehatan, tidak sedang menjalani pengobatan hipertensi atau diabetes melitus secara intensif, serta mampu berkomunikasi dengan baik selama wawancara.

Data yang dikumpulkan terdiri dari data primer. Data primer diperoleh melalui pemeriksaan tekanan darah, pengukuran kadar Gula Darah Sewaktu (GDS), serta wawancara menggunakan kuesioner terstruktur mengenai riwayat kesehatan, pola makan, aktivitas fisik, dan kebiasaan sehari-hari. Pemeriksaan tekanan darah dilakukan menggunakan alat *digital sphygmomanometer* sesuai prosedur standar, sedangkan pengukuran kadar gula darah sewaktu dilakukan menggunakan *glukometer* dengan metode kapiler (*finger prick*). Pelaksanaan kegiatan diawali dengan koordinasi dengan pemerintah Desa Banmati serta sosialisasi kepada masyarakat mengenai pentingnya deteksi dini PTM. Setiap peserta menjalani proses registrasi, pemeriksaan tekanan darah dan kadar gula darah sewaktu, serta wawancara untuk mengidentifikasi faktor risiko yang mungkin dimiliki. Setelah pemeriksaan, peserta mendapatkan edukasi kesehatan tentang upaya pencegahan PTM melalui pola makan seimbang, peningkatan aktivitas fisik, pengendalian stres, dan pentingnya pemeriksaan kesehatan rutin.

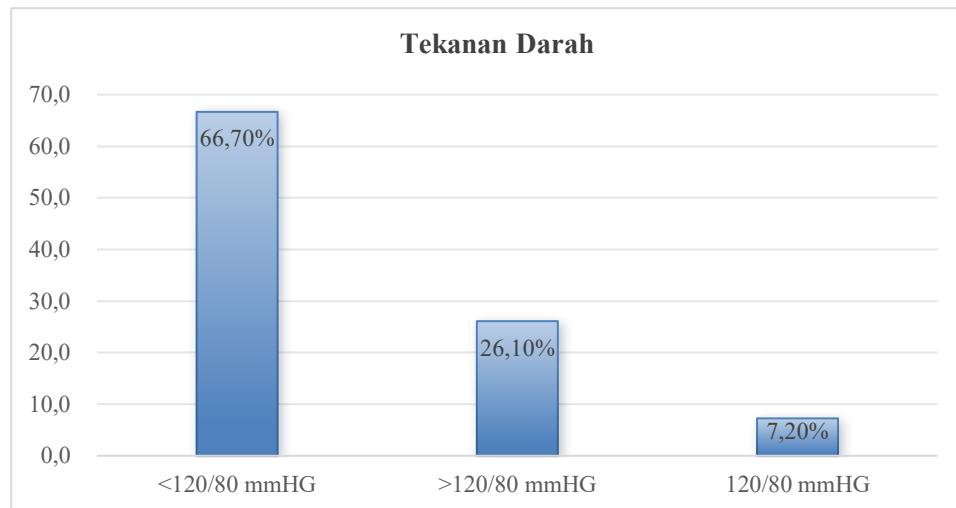
Data hasil pemeriksaan kemudian dianalisis secara deskriptif kuantitatif untuk mengetahui proporsi responden yang memiliki tekanan darah di atas 120/80 mmHg dan kadar gula darah sewaktu di atas 120 mg/dL. Hasilnya disajikan dalam bentuk distribusi frekuensi dan persentase untuk menggambarkan tingkat risiko PTM pada kelompok usia produktif di wilayah tersebut. Seluruh kegiatan dilaksanakan dengan memperhatikan aspek etika, di mana setiap responden terlebih dahulu diberikan penjelasan dan menandatangani lembar persetujuan (*informed consent*). Kerahasiaan data pribadi dijamin sepenuhnya dan kegiatan telah mendapatkan izin dari pemerintah desa serta didampingi oleh tenaga kesehatan setempat.

Hasil Pengabdian dan Pembahasan

Kegiatan pengabdian masyarakat di Desa Banmati, Kabupaten Sukoharjo, berhasil melibatkan sebanyak 69 responden yang seluruhnya termasuk dalam kelompok usia produktif (25–60 tahun). Pemeriksaan dilakukan secara langsung melalui pengukuran tekanan darah dan kadar gula darah sewaktu (GDS), disertai wawancara terstruktur untuk mengetahui kebiasaan hidup responden. Hasil dapat dilihat pada Gambar 1 dan Gambar 2 berikut.



Gambar 1. Kadar Gula Darah Warga Usia Produktif di Banmati, Sukoharjo



Gambar 2. Tekanan Darah Warga Usia Produktif di Banmati, Sukoharjo

Berdasarkan hasil pemeriksaan, diketahui bahwa 43,50% responden memiliki kadar gula darah sewaktu di atas 120 mg/dL, sedangkan 26,10% responden menunjukkan tekanan darah melebihi 120/80 mmHg. Temuan ini mengindikasikan bahwa sebagian besar masyarakat usia produktif di Desa Banmati memiliki risiko tinggi terhadap PTM, terutama diabetes melitus dan hipertensi. Hasil tersebut konsisten dengan laporan Dinas Kesehatan Kabupaten Sukoharjo tahun 2022 yang mencatat sebanyak 263.830 kasus hipertensi dan 17.547 kasus diabetes melitus, serta hasil penelitian tahun 2024 yang melaporkan prevalensi hipertensi sebesar 20,50% dan diabetes melitus sebesar 70,20%. Kondisi ini menegaskan bahwa PTM masih menjadi permasalahan kesehatan utama di wilayah Sukoharjo, khususnya pada kelompok usia produktif yang memiliki kontribusi penting terhadap aktivitas ekonomi dan sosial masyarakat.

Beberapa faktor risiko yang berperan dalam meningkatnya angka tekanan darah dan kadar gula darah antara lain pola konsumsi tinggi gula, garam, dan lemak; kurangnya aktivitas fisik, serta tingginya tingkat stres akibat beban kerja dan gaya hidup modern. Hasil ini sejalan dengan laporan Kementerian (Kemenkes, 2019). Perubahan gaya hidup masyarakat menuju pola hidup sedentari telah meningkatkan risiko PTM secara signifikan pada kelompok usia produktif. Selain itu, rendahnya kesadaran terhadap pentingnya pemeriksaan kesehatan secara rutin turut memperburuk deteksi dini dan pengendalian faktor risiko tersebut (Enasta *et al.*, 2022).

Temuan ini juga diperkuat oleh berbagai penelitian sebelumnya yang dilakukan di Puskesmas Kedungmundu, Semarang, dimana konsumsi gula merupakan faktor yang paling dominan terhadap kejadian DM tipe II pada wanita usia produktif (15-64 tahun) (Dewanti & Sukendra, 2024). Penelitian lain di Kelurahan Sukarami, Sumatera Selatan juga menemukan hasil skrining responden dengan hipertensi sebanyak 9 orang (18%) sedangkan dengan pre diabetes sebanyak 1 orang (2%) (Lubis *et al.*, 2023). Sementara itu, obesitas, kebiasaan merokok, dan stres merupakan faktor penyebab terjadinya hipertensi pada masyarakat di Kecamatan Passi Barat Kabupaten Bolaang Mongondow (Akbar & Santoso, 2020). Studi serupa di wilayah kerja Puskesmas Bone Rombo Kabupaten Buton Utara menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kebiasaan mengonsumsi lemak, kebiasaan mengonsumsi natrium, stres, dan kejadian hipertensi pada lansia di wilayah kerja Puskesmas Bone Rombo, Kabupaten Buton Utara (Izzah *et al.*, 2025). Selain itu, kejadian hipertensi pada usia produktif lebih banyak dihubungkan dengan kebiasaan asupan garam, perilaku merokok, dan tingkat stress (Taamu *et al.*, 2024). Dengan demikian, hasil kegiatan pengabdian di Desa Banmati menunjukkan kesesuaian dengan berbagai penelitian sebelumnya yang menegaskan bahwa kelompok usia produktif

kini menjadi populasi dengan kerentanan tinggi terhadap PTM, terutama akibat pola hidup tidak sehat dan rendahnya kesadaran terhadap pemeriksaan kesehatan rutin.

Kegiatan pengabdian masyarakat ini memberikan edukasi kesehatan secara langsung mengenai pentingnya deteksi dini dan pencegahan PTM. Materi edukasi mencakup anjuran pola makan seimbang, aktivitas fisik teratur minimal 30 menit setiap hari, manajemen stres, serta pemeriksaan tekanan darah dan kadar gula darah secara berkala. Setelah pelaksanaan kegiatan, sebagian besar peserta menyatakan komitmen untuk mulai menerapkan gaya hidup sehat dan melakukan pemeriksaan kesehatan secara rutin di fasilitas pelayanan kesehatan terdekat. Secara keseluruhan, kegiatan pengabdian di Desa Banmati menunjukkan bahwa pemeriksaan sederhana di tingkat komunitas dapat menjadi strategi efektif untuk mengidentifikasi risiko PTM secara dini. Selain itu, hasil kegiatan ini menegaskan pentingnya kolaborasi lintas sektor antara tenaga kesehatan, kader, dan pemerintah desa dalam upaya menurunkan angka kejadian hipertensi dan diabetes melitus di usia produktif. Pendekatan berbasis masyarakat seperti ini diharapkan dapat meningkatkan kesadaran, pencegahan, dan pengendalian PTM secara berkelanjutan, terutama di wilayah dengan prevalensi tinggi seperti Kabupaten Sukoharjo.



Gambar 3. Dokumentasi Kegiatan Pemeriksaan Kesehatan di Banmati, Sukoharjo

Kesimpulan

Kegiatan pengabdian masyarakat di Desa Banmati menunjukkan bahwa sebagian besar masyarakat usia produktif memiliki risiko tinggi terhadap penyakit tidak menular, khususnya hipertensi dan diabetes melitus. Deteksi dini melalui pemeriksaan tekanan darah dan gula darah sewaktu menjadi langkah awal penting dalam upaya pencegahan PTM di masyarakat. Selain itu, kegiatan edukasi yang diberikan terbukti meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat tentang pentingnya perilaku hidup sehat dan pemeriksaan rutin sebagai bentuk pengendalian faktor risiko PTM.

Saran

Berdasarkan hasil dan pembahasan, disarankan untuk rutin melakukan pemeriksaan tekanan darah dan kadar gula darah minimal setiap 6 bulan, serta menerapkan gaya hidup sehat dengan membatasi konsumsi garam, gula, dan lemak. Selain itu, bagi pemerintah desa dan tenaga kesehatan, perlu dilakukan program berkelanjutan berupa Pos Pembinaan Terpadu (Posbindu) PTM dan kegiatan edukasi kesehatan rutin agar kesadaran masyarakat tetap terjaga.

Ucapan Terima Kasih

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Pemerintah Desa Banmati, Kabupaten Sukoharjo, yang telah memberikan izin dan dukungan penuh dalam pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada Dinas Kesehatan Kabupaten Sukoharjo atas kerjasamanya dalam penyediaan data dan fasilitasi teknis selama kegiatan berlangsung. Apresiasi yang tinggi diberikan kepada para kader kesehatan, mahasiswa, dan warga Desa Banmati yang telah berpartisipasi aktif dalam kegiatan pemeriksaan kesehatan dan edukasi pencegahan penyakit tidak menular.

Daftar Pustaka

- Akbar, H., & Santoso, E. B. (2020). Analisis Faktor Penyebab Terjadinya Hipertensi Pada Masyarakat (Studi Kasus Di Kecamatan Passi Barat Kabupaten Bolaang Mongondow). *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia (MPPKI)*, 3(1), 12–19.
- Dewanti, N. P., & Sukendra, D. M. (2024). Lifestyle dengan Diabetes Melitus Tipe II pada Wanita Usia Produktif di Puskesmas Kedungmundu. *HIGEIA (Journal of Public Health Research and Development)*, 8(3), 371–383.
- Enasta, S. S., Muhafidin, D., & Setiawan, T. (2022). Resiliensi organisasi Direktorat Jenderal Pencegahan dan Pengendalian Penyakit di masa pandemi covid-19. *JANE-Jurnal Administrasi Negara*, 14(1), 464–475. <https://doi.org/10.24198/jane.v14i1.41374>
- Izzah, N., Tosepu, R., & Karimuna, S. R. (2025). Hubungan Gaya Hidup Dan Pola Makan Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia Di Wilayah Kerja Puskesmas Bone Rombo Kabupaten Buton Utara. *Jurnal Kesehatan Lingkungan Universitas Halu Oleo*, 5(4), 62–69.
- Kemenkes, R. I. (2019). Profil kesehatan Indonesia tahun 2019. *Kementrian Kesehatan Republik Indonesia*, 42(4), 1.
- Kemenkes, R. I. (2020). Penyakit tidak menular kini ancam usia muda. *Pencegahan Dan Pengendalian Penyakit Tidak Menular (P2PTM)*.
- Kemenkes, R. I. (2022). Profil kesehatan indonesia 2021. *Pusdatin. Kemenkes. Go. Id*, 63.
- Lubis, A. F., Hutabarat, M. S. H., Aeni, M. N., & Sudarmi, L. (2023). Skrining Penyakit Degeneratif Pada Usia Produktif di Kelurahan Sukarami Sumatera Selatan. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Nusantara*, 4(4), 5173–5178.
- Organization, W. H. (2023). *Legal environment assessment for the prevention of non-communicable diseases: an operational guide*. World Health Organization.
- Sari, I. P., Ningsih, W. I. F., Arinda, D. F., Najmah, N., & Utama, F. (2022). Skrining dan konseling gizi rutin dapat meningkatkan kewaspadaan terhadap penyakit degeneratif. *Jurnal Pengabdian Masyarakat: Humanity and Medicine*, 3(1), 1–13. <https://doi.org/10.32539/Hummed.V3I1.74>

Taamu, T., Dali, D., & Amandaty, S. P. (2024). Faktor risiko hipertensi pada usia produktif. *Kisi Berkelanjutan: Sains Medis Dan Kesehatan*, 1(4).