



**JKB**

Jurnal Kewirausahaan & Bisnis  
Volume 8 Issue 1, 2026 (13-16)

ISSN (*online*) : **3026-0167**

Homepage : <https://jurnalunived.com/index.php/JKB>

## **Edukasi Penyakit Degeneratif Pada Lansia di Rumah dan *Medical Check-up* sederhana di Dusun 1 Desa Suka Sari, Kec. Kabawetan, Kab. Kepahiang Tahun 2025**

Tiara Syifa Anabella <sup>1</sup>, Leti Yolan <sup>2</sup>, Selvi Fitriani <sup>3</sup>, Olpi Merlia <sup>4</sup>, Nopa Siptiani <sup>5</sup>, Meri Epriana Susanti <sup>6</sup>, Emi Pebriani <sup>7</sup>

<sup>1,2,3,4,5,6,7</sup> Universitas Dehasen Bengkulu, Indonesia

Email: <sup>1</sup> [syifaarl19@gmail.com](mailto:syifaarl19@gmail.com)

**Abstract.** Degenerative diseases are common health problems among the elderly, arising from the natural aging process, unhealthy lifestyle habits, and long-term exposure to various risk factors. Limited knowledge regarding early symptoms, risk factors, and preventive measures often leads to poor awareness and delays in early detection among older adults. Therefore, health education and simple health screening are essential to enhance the elderly's understanding and awareness of degenerative disease prevention. This activity was conducted door to door for 15 elderly residents in Dusun 1, Suka Sari Village. The intervention included health education using leaflets, two-way communication, and simple health checks in the form of blood pressure measurement. Elderly individuals who previously had limited understanding became more aware of their health conditions and the importance of early prevention. Blood pressure measurements also indicated the need for continuous monitoring, particularly related to hypertension risk.

**Keywords:** *Degenerative Diseases, Elderly, Health Education.*

**Abstrak.** Penyakit degeneratif merupakan masalah kesehatan yang banyak dialami lansia akibat proses penuaan, gaya hidup tidak sehat, serta paparan faktor risiko yang berlangsung dalam jangka panjang. Kurangnya pengetahuan lansia mengenai tanda awal, faktor risiko, dan langkah pencegahan menyebabkan rendahnya kesadaran untuk melakukan deteksi dini. Kegiatan edukasi kesehatan dan pemeriksaan sederhana diperlukan untuk meningkatkan pemahaman serta kewaspadaan lansia terhadap penyakit degeneratif. Kegiatan ini dilaksanakan secara door to door kepada 15 lansia di Dusun 1 Desa Suka Sari dengan memberikan edukasi menggunakan leaflet dan komunikasi dua arah, serta pemeriksaan tekanan darah. Lansia yang sebelumnya belum memahami penyakit degeneratif menjadi lebih mengetahui kondisi kesehatannya dan pentingnya upaya pencegahan. Pemeriksaan tekanan darah juga mengidentifikasi perlunya pemantauan rutin terhadap risiko hipertensi.

**Kata Kunci:** *Penyakit Degeneratif, Lansia, Edukasi Kesehatan.*

### **PENDAHULUAN**

Penuaan merupakan proses biologis yang secara alami akan dialami oleh setiap individu. Seiring bertambahnya usia, tubuh mengalami penurunan fungsi sel dan organ akibat menurunnya kemampuan regenerasi sel, sehingga meningkatkan kerentanan terhadap berbagai gangguan kesehatan, termasuk penyakit degeneratif (Fatihaturahmi et al., 2023). Menurut WHO dalam Hanafi (2022), kelompok usia lanjut dibagi menjadi elderly (60–74 tahun),

old (75–90 tahun), dan very old (>90 tahun). Sementara itu, Kementerian Kesehatan RI mengategorikan lansia sebagai individu berusia  $\geq 60$  tahun, dengan lansia berisiko pada usia  $\geq 70$  tahun atau usia  $\geq 60$  tahun yang disertai masalah kesehatan.

Penyakit degeneratif merupakan kelompok penyakit yang muncul akibat penurunan bertahap fungsi jaringan dan organ tubuh, yang sering terjadi sebelum waktunya akibat pola hidup tidak sehat, kurangnya aktivitas fisik, dan paparan faktor risiko lainnya (Fatihaturahmi et al., 2023). Lansia menjadi kelompok paling rentan karena proses menua berdampak langsung pada penurunan fungsi berbagai sistem tubuh (Nugroho, 2006 dalam Hanafi, 2022).

Oleh karena itu, upaya promotif melalui penyuluhan mengenai penyakit degeneratif sangat penting dilakukan untuk meningkatkan pengetahuan, kesadaran, dan kemampuan lansia dalam menjaga kesehatan secara mandiri. Penyuluhan yang efektif diharapkan mampu membantu lansia mengenali tanda dan gejala, memahami faktor risiko, serta melakukan pencegahan dini terhadap penyakit degeneratif.

## **METODE**

Kegiatan edukasi kesehatan ini dilakukan oleh Mahasiswa/i Ilmu Keperawatan Kelompok 8 KKN-T Periode V tahun 2025 Universitas Dehasen Bengkulu di Desa Suka Sari. Sasaran kegiatan ini adalah Lansia yang berada di Desa Suka Sari khususnya di Dusun 1 sebanyak 15 lansia. Kegiatan ini meliputi edukasi singkat tentang penyakit degeneratif pada lansia dengan metode *door to door* menggunakan leaflet dan metode komunikasi dua arah, sehingga peserta dapat bertanya secara langsung terkait kondisi kesehatan yang dialami. Materi yang diberikan meliputi pengertian penyakit degeneratif, tanda dan gejala, serta langkah pencegahan dini dan dilakukan pula pemeriksaan sederhana berupa pengukuran tekanan darah pada lansia. Acara ini dilaksanakan pada hari Jum'at tanggal 28 November 2025 pukul 13.30 WIB dan selesai pukul 16.30 WIB.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Penyuluhan yang dilakukan dalam kegiatan pengabdian ini adalah penyuluhan individu atau disebut penyuluhan *door to door* merupakan penyuluhan yang dilakukan dengan mendatangi masyarakat (sasaran) tanpa adanya pengumpulan masyarakat atau sasaran. Penyuluhan individu (*door to door*) bertujuan untuk mengingatkan kembali warga tentang protokol kesehatan yang harus dilaksanakan. Penyuluhan individu (*door to door*) dapat mengubah pengetahuan masyarakat yang kurang baik menjadi baik. (Qamarya et al., 2023 dalam Majid et al., 2025). Metode penyuluhan dengan metode *door to door* dengan menggunakan media leaflet dan poster ini sudah terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan responden/sasaran.

Hasil kegiatan menunjukkan bahwa edukasi kesehatan berbasis *leaflet* dapat meningkatkan pengetahuan lansia mengenai penyakit degeneratif. Sebelum dilakukan Edukasi *door to door* menggunakan media *leaflet*, lansia tidak mengetahui tentang penyakit degeneratif tersebut. Minimnya pemahaman sebelumnya menyebabkan rendahnya kesadaran terhadap deteksi dini, sehingga kegiatan penyuluhan menjadi langkah yang tepat untuk meningkatkan literasi kesehatan lansia. Setelah dilakukan edukasi secara *door to door* lansia jadi dapat mengetahui tentang penyakit degeneratif, tanda dan gejala serta cara pencegahan dini nya. (Irma et al., 2023 dalam Majid et al., 2025)



**Gambar 1 Dokumentasi Kegiatan**

## **KESIMPULAN**

Kegiatan edukasi penyakit degeneratif dan pemeriksaan kesehatan sederhana di Dusun 1 Desa Suka Sari dapat meningkatkan pemahaman lansia mengenai pengertian penyakit degeneratif, tanda dan gejala, serta langkah pencegahan dini penyakit degeneratif. Hasil pemeriksaan tekanan darah juga menunjukkan perlunya pemantauan dan edukasi berkelanjutan, khususnya terkait pencegahan hipertensi dan komplikasinya.

Secara keseluruhan, kegiatan ini dapat meningkatkan kesadaran lansia untuk menerapkan gaya hidup sehat dan melakukan deteksi dini dilihat dari respons positif lansia saat pelaksanaan kegiatan ini. Disarankan agar program serupa dilaksanakan secara berkala serta melibatkan keluarga dan tenaga kesehatan setempat untuk mendukung keberlanjutan upaya pencegahan penyakit degeneratif pada lansia.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Amila, A., Sembiring, E. and Aryani, N. (2021) Deteksi Dini dan Pencegahan Penyakit Degeneratif pada Masyarakat Wilayah Mutiara Home Care. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)*
- Fatihaturahmi, F., Yuliana, Y., & Asmar Yulastri. (2023). Literature Review: Penyakit Degeneratif: Penyebab, Akibat, Pencegahan dan Penanggulangan. *JGK: Jurnal Gizi dan Kesehatan*, 3(1). <https://doi.org/10.36086/jgk.v3i1.1535>
- Fijri, S., Suwandi, Gustia, E., Dewi, O. T., & Marianti, L. (2025). Penyakit Degeneratif pada Lansia: Pencegahan dan Penanganannya. *CONS-IEDU*, 5(1), 99–117. <https://doi.org/10.51192/cons.v5i1.1493>
- Harni, S. Y., & Wenny, B. P. (2023). *Asuhan Keperawatan Lansia dengan Osteoarthritis*. CV. Mitra Edukasi Negeri.

- Majid, Y., Yasnani, Y., Masluhiya, A. F., Irma, Kamrin, K., & Nurhaliza, S. (2025). Edukasi dan Pemeriksaan Tekanan Darah Door to Door di RT 001 RW 003 Kelurahan Watu-Watu Kecamatan Kendari Barat Kota Kendari. *Jurnal Pengabdian Meambo*, 4(1), 178–184. <https://doi.org/10.56742/jpm.v4i1.134>
- Mighra, B. A., & Djaali, W. (2019). Peningkatan pengetahuan lansia tentang penyakit degeneratif di wilayah Kampung Tengah Kramat Jati. *Jurnal Pemberdayaan Komunitas MH Thamrin*, 1(2), 52–59. <https://doi.org/10.37012/jpkmht.v1i2.121>