



**SURAT TUGAS**

Nomor : 2346/231/03.6

Yang bertandatangan di bawah ini Rektor Universitas Al-Irsyad Cilacap memberikan tugas kepada Dosen atas nama :

1. Anita Ratna Faoziah, M.Sc (NIDN 0618088402)
2. Titin Kartiyani S.St.,S.Ft.,M.Or (NIDN 0620047904) ✓

Untuk melaksanakan kegiatan penulisan artikel ilmiah hasil pengabdian ke Jurnal Nasional Pengabdian Sinta 5 dengan judul artikel: "Upaya Peningkatan Pengetahuan dan Pemeriksaan Pada Lansia Binaan di Rumah Sahabat Lansia Desa Sidanegara" ✓

Demikian surat tugas ini dibuat untuk dilaksanakan dengan penuh tanggung jawab dan memberikan laporan setelah selesai melaksanakan tugas

Cilacap, 8 Agustus 2024  
Rektor



  
**Sarwa, AMK., S.Pd., M.Kes**  
NIP. 10310 96 191



Date: August 7, 2024

## ACCEPTANCE LETTER

Dear,

**Anita Ratna Faoziyah<sup>1</sup>, Titin Kartiyani<sup>2</sup>**  
**<sup>1,2</sup>Universitas Al Irsyad Cilacap**

Thank you very much for your submission to our journal. We Are Pleased to inform you that your paper entitled:

### **“UPAYA PENINGKATAN PENGETAHUAN DAN PEMERIKSAAN PADA LANSIA BINAAN DI RUMAH SAHABAT LANSIA DESA SIDANEGARA”**

has been reviewed and accepted for publication in Vol. 6 No 1, January 2025 of the **Proficio: Jurnal Pengabdian**. The article will be available online at <http://ejournal.utp.ac.id/index.php/JPF>.

Thank you for making the journal a vehicle for your research interests.

Best whises,



**Imam Setyo Nugroho, S.Pd. M.Pd.**

Editor-in-Chief

PROFICIO: Jurnal Pengabdian

# UPAYA PENINGKATAN PENGETAHUAN DAN PEMERIKSAAN PADA LANSIA BINAAN DI RUMAH SAHABAT LANSIA DESA SIDANEGARA

Anita Ratna Faoziyah<sup>1, 2</sup>, Titin Kartiyani<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup>Universitas Al Irsyad Cilacap

<sup>2</sup>tien.fisio@gmail.com

---

## Abstract

*In the elderly, it is natural to experience decline both physically and psychologically. Complaints often arise along with this decline such as hypertension, gout, diabetes mellitus or joint diseases. One of the vital components in human life is health, if a person's health is disturbed, the person's survival will also not go well (Apta, 2011). This community service activity is carried out as an effort to monitor and provide health education to the general public through free counseling and examination activities aimed at parents and the elderly in "Rumah Sahabat Lansia", Cilacap Tengah District, Cilacap Regency. This community service activity is carried out once a month on July 26, 2024, attended by 69 participants. The counseling material includes material on hypertension and healthy food to maintain the health of the elderly. Before the counseling activity was carried out, participants first answered the questions in the pre-test questionnaire to determine the level of knowledge of the participants regarding the material to be presented. And as an evaluation material, an assessment of the participants' knowledge was also carried out after the counseling was carried out through a post-test questionnaire. Based on the results of the analysis above, there is a significant difference between the two values of community knowledge related to physiotherapy with a significance value (2-tailed)  $p = 0.000 < 0.05$ . The activity was continued with free examinations and treatment for all participants.*

---

## Abstrak (Tahoma, 9pt Bold)

Pada Lansia secara alamiah mengalami kemunduran baik secara fisik maupun psikis. Keluhan banyak bermunculan bersamaan dengan kemunduran tersebut seperti hipertensi, asam urat, diabetes melitu ataupun penyakit di persendian. komponen vital dalam kehidupan manusai salah satunya adalah Kesehatan, jika Kesehatan seseorang terganggu maka keberlangsungan hidup orang tersebut juga tidak akan berjalan baik (Apta, 2011). Kegiatan pengabdian ini dilakukan sebagai upaya untuk memantau dan memberikan pendidikan Kesehatan kepada masyarakat umum melalui kegiatan penyuluhan dan pemeriksaan gratis yang ditujukan pada orang tua dan lansia yang berada di "Rumah Sahabat Lansia", Kecamatan Cilacap Tengah, Kabupaten Cilacap. Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan setiap 1 bulan sekali pada tanggal 26 Juli 2024 diikuti oleh 78 peserta. Materi penyuluhan meliputi, materi tentang Hipertensi dan makanan sehat untuk menjaga Kesehatan lansia. Sebelum dilakukan kegiatan penyuluhan, terlebih dahulu peserta menjawab pertanyaan yang terdapat di kuesioner pre-test untuk mengetahui tingkat pengetahuan peserta terhadap materi yang akan disampaikan. Dan sebagai bahan evaluasi dilakukan pula penilaian terhadap pengetahuan peserta setelah penyuluhan dilakukan melalui kuesioner post-test. Berdasarkan hasil analisis tersebut diatas terdapat perbedaan yang signifikan antara kedua nilai pengetahuan masyarakat terkait fisioterapi dengan nilai signifikansi (2-tailed)  $p = 0.000 < 0.05$ . Kegiatan dilanjutkan dengan adanya pemeriksaan dan pengobatan gratis bagi semua peserta

**Kata Kunci:** Pemeriksaan, Peningkatan Pengetahuan, Lansia

Submitted: yyyy-mm-dd	Revised: yyyy-mm-dd	Accepted: yyyy-mm-dd
-----------------------	---------------------	----------------------

## Pendahuluan (10 pt)

Angka kematian lansia di Indonesia didominasi oleh penyakit tidak menular (Purnamasari, 2018). Populasi usia lanjut juga menghadapi beban penyakit tidak menular yang signifikan, yang memerlukan perawatan Kesehatan yang menyeluruh untuk mengatasi masalah Kesehatan mereka. Perkembangan penyakit tidak menular cenderung berjalan lambat dan memerlukan waktu yang Panjang. hipertensi merupakan penyebab terbanyak dari seluruh penyakit Tidak menular dengan proporsi mencapai 57,87%. Hipertensi salah satu penyakit tidak menular yang paling umum, memiliki

prevalensinya relative tinggi (33,4%) di Indonesia (Peltzer and pengpid,2018).penyakit hipertensi yang dikenal sebagai tekanan darah tinggi, merupakan kondisi medis yang serius yang dapat meningkatkan risiko terkena penyakit jantung, stroke ,gagal ginjal . Pemberian penyuluhan kepada masyarakat sebagai salah satu bentuk pelatihan dalam mengembangkan inisiatif kesehatan terhadap program promosi kesehatan serta pemberdayaan kesehatan Masyarakat yang bertujuan untuk meningkatkan kesejahteraan Masyarakat (Noviani & Astari, 2023). Meningkatnya kesadaran dan pengetahuan terhadap penyakit disebabkan oleh adanya Rumah Sahabat Lansia yang dibentuk oleh Yayasan Rintisan Amal Bunda yang memungkinkan partisipasi masyarakat dalam deteksi dini penyakit tidak menular seperti hipertensi .

Setelah dilakukan observasi di lokasi yang akan dijadikan tempat pengabdian masyarakat ialah banyaknya penderita lansia yang mengalami gangguan penyakit tidak menular di Rumah sahabat lansia ini, sedangkan jumlah populasi lansia sudah cukup banyak. Maka dari itu menarik perhatian kami untuk melaksanakan pengabdian masyarakat di Rumah sahabat lansia ini. Tujuan dari kegiatan ini adalah memberikan dukungan kepada masyarakat sekitar, khususnya para lansia, dalam menjaga kesehatan.

Tujuan utama kegiatan ini adalah memberikan layanan kesehatan melalui pemeriksaan kesehatan dan penyuluhan tentang kesehatan kepada lansia. Seiring dengan tingginya angka penyakit tidak menular pada lansia sehingga perlu dilaksanakan pemeriksaan kesehatan secara rutin sebagai salah satu upaya promotif dan preventif berbagai penyakit pada lansia diantaranya pemeriksaan gula darah dan tekanan darah. Penyuluhan dan pemeriksaan hipertensi,gula dan asam urat pada lansia diselenggarakan di Rumah Sahabat lansia, Kecamatan cilacap tengah, Kabupaten Cilacap , Provinsi Jawa Tengah. Kegiatan ini dilaksanakan pada tanggal 26 Juli 2024. Peserta pada kegiatan ini berjumlah 78 lansia .

### **Metode (10 pt)**

Metode yang digunakan dengan memberikan pelatihan dan peningkatan pengetahuan untuk Lansia adalah sebagai berikut :

#### 1. Ceramah

Metode ceramah dipilih untuk menyampaikan teori dan konsep yang akan dilakukan agar peserta dapat menguasai materi. Materi yang disampaikan meliputi Pencegahan dan Penanganan Hipertensi serta makanan untuk penderita hipertensi

#### 2. Role Play

Secara bersamaan menyebutkan tentang Hipertensi dan makanan yang aman untuk hipertensi

#### 3. Pendampingan

Pendampingan dilakukan saat pelaksanaan tim pelaksana terjun langsung melakukan pendampingan pada peserta sehingga nantinya setelah dievaluasi dan peserta sudah mampu melakukan sendiri.

### **Hasil dan Pembahasan (10 pt)**

Kegiatan Pengabdian Tim UNAIC dengan judul "Upaya Peningkatan Pengetahuan Dan Pemeriksaan Pada Lansia Binaan Di Rumah Sahabat Lansia Desa Sidanegara" telah dilakukan pada

hari Jumat tanggal 26 Juli 2024 di Rumah Sahabat lansia Jumlah sasaran lansia sebanyak 78 lansia. Kegiatan yang dilaksanakan meliputi : 1) Penyuluhan tentang hipertensi 2).Penyuluhan tentang makanan sehat untuk mencegah hipertensi,3). Pemeriksaan lansia .peserta yang mengikuti penyuluhan adalah lansia binaan Rumah Sahabat lansia Yayasan Rintisan Amal Bunda di desa Sidanegara. Kegiatan ini menggunakan media kuisisioner sebagai indicator pemahaman tentang hipertensi sebelum dan sesudah penyuluhan. Analisis hasil menggunakan uji Paired Sampel T-test yang menunjukkan angka yang signifikan antara nilai pre dengan post test dengan nilai signifikan ( 2- tailed)  $p= 0,000 < 0,05$

Tabel 4.1 Hasil Analisis Statistik Nilai Kuisisioner

Test	N	Statistika deskriptif	Paired T- Test		
		<i>M (Std.D)</i>	<i>t</i>	<i>df</i>	<i>Sig.(2-tailed)</i>
<i>Pre test</i>	78	9.6795 (1.85)	-19.562	77	0.000*
<i>Post test</i>	78	14.1026 (1.16)			

Berdasarkan hasil analisis tersebut diatas terdapat perbedaan yang signifikan antara kedua nilai pengetahuan peserta. Penyuluhan yang diberikan memberikan efek yang baik terhadap pengetahuan peserta. Metode penyampaian berupa ceramah ,diskusi dan demosntrasi juga menjadi alasan antusiasnya para peserta dalam mengikuti kegiatan .Potensi keberlanjutan kegiatan ini dapat dilaksanakan dengan berfokus pada pengalaman setelah penyuluhan dikemudian hari dengan menggunakan instrument perilaku seperti Knowledge Attitude Practice (KAP).

### **Kesimpulan (10 pt)**

Kegiatan telah dilaksanakan meliputi pemahaman, peningkatan pengetahuan tentang hipertensi dan pemeriksaan serta pengobatan secara gratis. Peserta yang mengikuti sejumlah 78 peserta yang merupakan lansia binaan Rumah Sahabat lansia Yayasan Rintisan Amal Bunda di wilayah kendang desa sidanegara Kabupaten Cilacap. Sebelum dilakukan kegiatan penyuluhan terlebih dahulu peserta menjawab pertanyaan yang terdapat dikuisisioner untuk mengetahui Tingkat pengetahuan peserta terhadap materi yang akan disampaikan. Untuk evaluasi penilaian dilakukan setelah penyuluhan dilakukan. Hasil yang didapat menunjukkan adanya peningkatan yang signifikan antara kedua nilai pengetahuan Masyarakat terkait fisioterapi . kegiatan dilanjutkan dengan pemeriksaan dan pengobatan gratis bagi semua peserta.

### **Daftar Pustaka (10 pt)**

Astari,R.W. & Noviani,D . Edukasi dan Pelatihan Slow Deep Breathing Exercise Pada lansia Penderita Hipertensi Di Posyandu Lansia Semi wreda. J- Abdi2 (12),7141-7148.2023

Noviani,D., & Astari,R.W. Penyuluhan dan Edukasi Penyakit Hipertensi Pada Posyandu Lansia Semi Wreda, Yogyakarta. J-Abdi, 2(12), 7129 – 7140. 2023

Purnamasari.D. The Emergency Of Non Communicable Disease In Indonesia. Acta Medica Indonesiana,50 (4),273 – 274. 2018

Peltzer K,Pengpid S. The Prevalence And Social Determinant Of Hypertension Among Adult In Indonesia: A Cross Sectional Population Based National Survey Int J Hypertens. 2018 August 9.2018:5610725. Doi: 10.1155/2018/5610725. Pmid:30174948;Pmcid:Pmc6106720

Mahmood, S. et al.(2018) 'Non-Pharmacological Management of Hypertension: in the Light of Current Research', Irish Journal of Medical Science, 188(2), pp. 437–452. doi: 10.1007/s11845-018-1889-8.

**PROFICIO: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat**

Vol. x No x, ..... , pp. xx-xx

DOI:

---