



Jurnal Pengabdian Kesehatan Komunitas (Journal of Community Health Service) e-ISSN 2797-1309

<https://jurnal.htp.ac.id/index.php/jpkk>

Antisipasi Penyakit Degeneratif Melalui Pemeriksaan Dasar Kesehatan Di Negeri Lonthoir, Kabupaten Maluku Tengah, Ambon

Anticipation Of Degenerative Diseases Through Basic Health Examinations in Lonthoir, Central Maluku Regency, Ambon

Rosdiana Mus^{1*}, Mutmainnah Abbas², Dylan Tamalsir³, Elpira Asmin⁴, Intania Riska Putrie⁵

Departemen Biomedik, Program Studi Pendidikan Dokter, Fakultas Kedokteran, Universitas Pattimura¹

Departemen Ilmu Kesehatan Masyarakat, Program Studi Pendidikan Dokter, Fakultas Kedokteran, Universitas Pattimura²

Departemen Biokimia, Program Studi Pendidikan Dokter, Fakultas Kedokteran, Universitas Tadulako³

e-mail : rosdiana.mus@lecturer.unpatti.ac.id*

Histori artikel	Abstrak
<i>Received:</i> 2026-08-13 <i>Accepted:</i> 2026-09-01 <i>Published:</i> 2026-09-29	Penyakit degeneratif sebagai salah satu masalah utama kesehatan yang berkembang secara progresif dan sering menimbulkan gejala awal yang dapat menyebabkan keterlambatan diagnosis dan menimbulkan risiko komplikasi. Hal ini menjadi salah satu tantangan terutama wilayah kepulauan dengan keterbatasan akses layanan kesehatan. Kegiatan ini untuk memperoleh gambaran status kesehatan masyarakat melalui pemeriksaan dasar meliputi pemeriksaan tekanan darah, glukosa darah dan kolesterol. Kegiatan dilaksanakan di Negeri Lonthoir, Pulau Banda Besar, Kabupaten Maluku Tengah, Provinsi Maluku, dengan pendekatan deskriptif. Peserta berjumlah 54 orang berusia ≥ 26 tahun yang mengikuti kegiatan secara sukarela. Pemeriksaan tekanan darah menggunakan spigmomanometer, glukosa darah dan kolesterol menggunakan menggunakan metode sederhana sebagai metode cepat dan sederhana. Hasil kegiatan pengabdian menunjukkan bahwa sebagian besar peserta merupakan lansia akhir (61,1%) dan perempuan (57,4%). Hasil pemeriksaan kesehatan dasar didapatkan 74,1% memiliki tekanan darah tinggi, 18,5% memiliki kadar glukosa darah tinggi, dan 59,3% memiliki kadar kolesterol total tinggi. Setelah pemeriksaan, peserta memperoleh konseling individual mengenai hasil skrining, faktor risiko penyakit degeneratif, pola makan sehat, aktivitas fisik, serta pentingnya pemeriksaan kesehatan secara berkala. Hasil kegiatan menunjukkan bahwa proporsi peserta dengan tekanan darah dan kolesterol total tinggi. Oleh karena itu, skrining kesehatan berbasis komunitas penting untuk mendeteksi dan mencegah penyakit degeneratif, terutama

pada masyarakat di wilayah kepulauan dengan keterbatasan akses ke layanan kesehatan. Diharapkan kegiatan serupa secara teratur dilaksanakan akan meningkatkan kesadaran masyarakat terhadap status kesehatan mereka dan mendorong tindakan pencegahan.

Kata Kunci: glukosa darah, kolesterol, penyakit degeneratif, skrining kesehatan, tekanan darah.

Abstract

Degenerative diseases are a major, progressively developing health issue; their often subtle early symptoms can lead to delayed diagnoses and an increased risk of complications. This poses a particular challenge in archipelagic regions where access to healthcare services is limited. This activity aimed to assess the community's health status through basic screenings, including measurements of blood pressure, blood glucose, and cholesterol. The activity was conducted in Lonthoir Village, Banda Besar Island (Central Maluku Regency, Maluku Province), using a descriptive approach. A total of 54 participants aged 26 years and older took part voluntarily. Blood pressure was measured using a sphygmomanometer, while blood glucose and cholesterol levels were assessed using simple, rapid testing methods. The results indicated that the majority of participants were older adults (61.1%) and female (57.4%). Basic health screenings revealed that 74.1% had high blood pressure, 18.5% had high blood glucose levels, and 59.3% had high total cholesterol levels. Following the screenings, participants received individual counseling regarding their results, risk factors for degenerative diseases, healthy dietary habits, physical activity, and the importance of regular health check-ups. The findings highlighted a significant proportion of participants with high blood pressure and total cholesterol levels. Consequently, community-based health screening is crucial for the detection and prevention of degenerative diseases, particularly among populations in archipelagic areas with limited healthcare access. It is hoped that conducting similar activities regularly will raise community awareness regarding health status and encourage preventive actions.

Keywords: blood glucose, cholesterol, degenerative diseases, health screening, blood pressure.

PENDAHULUAN

Penyakit degeneratif biasanya didefinisikan sebagai proses penurunan fungsi organ tubuh, yang biasanya terjadi pada usia tua, tetapi juga bisa terjadi pada usia muda, dengan konsekuensi penurunan derajat kesehatan yang biasanya diikuti dengan penyakit. Salah satu efek yang paling berbahaya dari penyakit ini adalah rasa sakit hingga berakhir kematian. (Fatihaturahmi et al., 2023). Pada fase awal, penyakit degeneratif biasanya tidak menimbulkan keluhan yang nyata dan berkembang secara bertahap dan dikenal sebagai *silent disease*. Diabetes melitus dan penyakit kardiovaskular sebagai akibat dari penyakit generatif dan juga merupakan 2 dari 4 penyakit Penyakit Tidak Menular (PTM) dengan prevalensi yang tinggi (Mus et al., 2024; Oktaviani et al., 2026).

Penyakit degeneratif terjadi karena perubahan pada sel-sel tubuh yang akhirnya mempengaruhi fungsi organ secara keseluruhan. Kondisi ini semakin berkembang karena penurunan aktivitas fisik, gaya hidup, dan pola makan (Amila et al., 2021). Pola makan yang tidak seimbang, kurangnya aktivitas fisik, konsumsi rokok, dan meningkatnya stres adalah faktor risiko utama penyebab penyakit degeneratif (Sugiarti et al., 2025). Penyakit degeneratif ini dapat mempengaruhi kualitas hidup penderitanya. Pencegahan dapat dilakukan baik sebelum terdiagnosa dan sesudah terdiagnosa dengan meningkatkan kesadaran akan faktor risiko, menghindari faktor risiko, dan melakukan pemeriksaan kesehatan secara teratur. (Amila et al., 2021)

Selain itu, faktor sosial dan lingkungan juga berpengaruh terhadap kesehatan terutama di akses ke layanan kesehatan. Salah satunya adalah daerah di kepulauan seperti Negeri Lonthoir yang terletak di Pulau Banda Besar, Kabupaten Maluku Tengah dengan jarak ke fasilitas kesehatan yang cukup jauh. Hasil pengamatan awal dan komunikasi dengan pimpinan masyarakat bahwa sebagian besar masyarakat di wilayah tersebut belum memiliki kebiasaan melakukan pemeriksaan kesehatan secara teratur. Pemeriksaan umumnya dilakukan ketika muncul gejala bahkan tak jarang masyarakat mengabaikan gejala yang timbul. Hal ini mengakibatkan diagnosis tertunda dan meningkatkan risiko komplikasi yang sebenarnya dapat dicegah atau dikendalikan dengan intervensi sejak dini.

Pemeriksaan kesehatan dasar seperti pemeriksaan tekanan darah, kadar glukosa dan kolesterol dalam darah dapat dilakukan dengan metode yang sederhana, cepat dan dapat dilakukan pada pemeriksaan kesehatan berbasis komunitas yang dapat digunakan sebagai salah satu upaya mengatasi keterbatasan akses layanan kesehatan. Tujuan dari kegiatan ini untuk mendapatkan gambaran pemeriksaan dasar glukosa dan kolesterol serta hasil skrining ini juga dapat digunakan sebagai dasar untuk konseling dan pendidikan kesehatan yang lebih tepat sasaran. Diharapkan bahwa kegiatan ini akan membantu untuk mengenali kondisi kesehatan mereka lebih dini dan memahami pentingnya menerapkan gaya hidup sehat, seperti mengubah pola makan, berolahraga, dan tetap melakukan pemeriksaan kesehatan teratur.

TUJUAN

Tujuan dari kegiatan pengabdian yang dilakukan untuk menilai gambaran umum tentang kondisi kesehatan masyarakat Negeri Lonthoir sehubungan dengan risiko penyakit degeneratif. Diharapkan bahwa metodologi yang digunakan dapat memberikan informasi yang relevan dan kontekstual untuk membantu merencanakan kegiatan yang bertujuan untuk mempromosikan dan mencegah masalah kesehatan di wilayah kepulauan.

METODE

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini Negeri Lonthoir yang terletak di Pulau Banda Besar, Kabupaten Maluku Tengah Provinsi Maluku dengan target peserta adalah masyarakat umum usia Dewas awal hingga lansia. Pemilihan lokasi didasarkan pada karakteristik wilayah kepulauan yang memiliki keterbatasan akses terhadap pelayanan kesehatan rutin, sehingga diperlukan pendekatan skrining kesehatan berbasis komunitas. Kegiatan ini dirancang menggunakan pendekatan deskriptif melalui pemeriksaan kesehatan langsung dan konseling individual berdasarkan hasil pemeriksaan.

Peserta kegiatan sebanyak 54 orang yang berusia ≥ 26 tahun. Keikutsertaan peserta secara sukarela melalui koordinasi dengan perangkat desa dan tokoh masyarakat setempat. Kegiatan pengabdian ini terlaksana dalam beberapa tahapan kegiatan yang dimulai dengan persiapan, pelaksanaan hingga evaluasi. Persiapan kegiatan ditandai dengan survei awal dan koordinasi dengan pihak perangkat desa terkait tujuan, target pelaksanaan kegiatan, lokasi dan waktu pelaksanaan. Tahapan pelaksanaan kegiatan diawali dengan pendaftaran untuk mendapatkan nomor antrian dan pencatatan data dasar, meliputi usia dan jenis kelamin, untuk mendukung analisis karakteristik peserta secara deskriptif. Selanjutnya dilanjutkan dengan pemeriksaan penyakit degeneratif yaitu pemeriksaan tekanan darah, kadar kolesterol total dan glukosa darah sewaktu. Pemeriksaan tekanan darah dilakukan menggunakan spigmomanometer, pemeriksaan glukosa darah dan kolesterol menggunakan alat tes digital portabel seperti autocheck yang sesuai untuk kegiatan lapangan. Setiap pemeriksaan dilakukan sesuai prosedur standar, dimulai dari persiapan alat, pengukuran tekanan darah dalam kondisi duduk, pengambilan sampel darah kapiler, hingga pembacaan hasil pada alat ukur.

Setelah pemeriksaan selesai, peserta diberikan penjelasan langsung tentang hasil skrining. Konseling dilakukan secara individual dan dilakukan dalam bahasa yang mudah dipahami oleh orang tua. Konseling mencakup penjelasan tentang risiko penyakit degeneratif, penjelasan tentang pola makan dan olahraga yang sehat, dan penjelasan tentang pentingnya pemeriksaan kesehatan lanjutan di fasilitas kesehatan. Data hasil pemeriksaan dianalisis secara deskriptif dalam bentuk rerata, distribusi frekuensi dan persentase hasil normal dan tidak normal untuk masing-masing parameter pemeriksaan. Hasil kegiatan pengabdian ini digunakan untuk memberikan gambaran umum tentang kondisi kesehatan masyarakat Negeri Lonthoir sehubungan dengan risiko penyakit degeneratif. Diharapkan bahwa metodologi yang digunakan dapat memberikan informasi yang relevan dan kontekstual untuk membantu merencanakan kegiatan yang bertujuan untuk mempromosikan dan mencegah masalah kesehatan di wilayah kepulauan. Pada tahapan edukasi secara langsung ini juga disertai dengan evaluasi kegiatan terkait pelaksanaan kegiatan melalui wawancara pada peserta

mengenai kebermanfaatan pelaksanaan kegiatan. Respon positif yang disampaikan dari peserta menunjukkan keberhasilan pelaksanaan kegiatan.

HASIL

Kegiatan pengabdian masyarakat yang melibatkan 54 peserta yang berdomisili di Negeri Lonthoir, Pulau Banda Besar, Kabupaten Maluku Tengah Provinsi Maluku. Berdasarkan jenis kelamin, jumlah peserta laki-laki sebanyak 23 (42,6%) dan perempuan 31 (57,4%). Hal ini menunjukkan bahwa mayoritas peserta adalah perempuan yang mencerminkan bahwa perempuan memiliki partisipasi aktif dalam kegiatan berbasis komunitas. Berdasarkan usia, lansia akhir merupakan kelompok usia dengan partisipasi paling banyak dibandingkan dengan kelompok usia lainnya. Hal ini menunjukkan bahwa masyarakat terutama yang lansia, Sebagian besar peserta berusia antara ≥ 56 tahun dan 75 tahun. Kelompok usia ini disebut sebagai fase awal lansia, dan mereka sangat rentan terhadap berbagai penyakit degeneratif yang disebabkan oleh proses penuaan dan perubahan fungsi fisiologis tubuh. Sebagai kelompok usia rentan yang tinggal di wilayah kepulauan dengan keterbatasan akses terhadap layanan kesehatan formal, dominasi peserta pada rentang usia tersebut menunjukkan bahwa kegiatan skrining kesehatan yang dilakukan sangat relevan sebagai upaya deteksi dini pencegahan penyakit.

Tabel 1. Karakteristik peserta pengabdian masyarakat

Variabel	Jumlah	Persentase
Jenis Kelamin		
Laki-laki	23	42,6
Perempuan	31	57,4
Usia		
Dewasa awal	2	3,7
Dewasa akhir	5	9,3
Lansia awal	14	25,9
Lansia akhir	33	61,1

Hasil pemeriksaan tekanan darah diperoleh persentase peserta normal 25,9% dan tinggi 74,1%. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar peserta mempunyai tekanan darah yang tinggi. Pemeriksaan metabolit darah, didapatkan glukosa darah sebagian subjek normal yaitu 81,5% sedangkan kolesterol sebagian besar didapatkan hasil pemeriksaan tinggi yaitu 59,3%.

Tabel 2. Pemeriksaan dasar kesehatan peserta pengabdian masyarakat

Variabel	Jumlah	Persentase
Tekanan Darah		
Normal	14	25,9
Tinggi	40	74,1
Glukosa darah		
Normal	44	81,5
Tinggi	10	18,5
Kolesterol total		
Normal	22	40,7
Tinggi	32	59,3

PEMBAHASAN

Hasil temuan menunjukkan bahwa banyak masyarakat belum menyadari bahwa mereka berisiko mengalami hipertensi. Selain itu, hasil dari konsultasi individu menunjukkan bahwa peserta tidak menerima terapi yang sesuai karena kurangnya informasi kesehatan dan keterbatasan akses terhadap layanan kesehatan. Sehingga pemantauan dan edukasi tentang gaya hidup sehat penting untuk dilakukan seperti diet rendah garam dan olahraga rutin. pengendalian hipertensi penting dilakukan agar tidak menyebabkan kerusakan pada dinding arteri yang pada akhirnya dapat merusak banyak organ vital dalam tubuh. dampak jangka panjang hipertensi dapat menyebabkan gangguan pada pembuluh arteri, jantung, otak, ginjal dan mata. (Faiza et al., 2025).

Pada pemeriksaan glukosa darah, sebagian besar subjek memiliki kadar glukosa normal meskipun masih didapatkan peserta dengan glukosa darah yang tinggi. Hal ini mengindikasikan bahwa masyarakat sebagian besar mempunyai kontrol terhadap kadar glukosa yang baik. Kadar glukosa darah meningkat 1-2 mg% per tahun pada saat puasa dan 5,6–13 mg% per tahun pada dua jam setelah makan ketika seseorang telah mencapai usia tiga puluh tahun. Ini karena metabolisme karbohidrat akan terganggu dengan bertambahnya usia dan mempengaruhi sensitivitas insulin. Hal ini dapat berkembang menjadi pemeriksaan ini penting sebagai deteksi dini karena peningkatan kadar glukosa atau hiperglikemia sebagai penanda awal kejadian diabetes dan sering tidak terdiagnosis hingga muncul komplikasi. (Tesa et al., 2026).

Hasil pemeriksaan kolesterol didapatkan bahwa 59,3% peserta kegiatan mempunyai kolesterol yang tinggi. Hal ini kemungkinan dipengaruhi oleh faktor usia, yang ditunjukkan pada sebagian besar peserta kegiatan adalah lansia. Seiring pertambahan usia, terjadi

penurunan fungsi aktivitas reseptor yang mengatur kadar kolesterol dalam darah sehingga memicu peningkatan kadar kolesterol dalam darah. Selain itu, jenis kelamin juga mempengaruhi kolesterol total. Setelah usia remaja hingga usia lima puluhan, risiko hiperkolesterolemia lebih tinggi pada laki-laki daripada pada perempuan. Namun, pada usia lima puluh tahun ke atas, risiko relatif sama. (Karwiti et al., 2023). Kadar kolesterol yang tinggi telah dikaitkan dengan berbagai penyakit metabolik seperti Diabetes Melitus (DM) Tipe 2 (Khil et al., 2023), penyakit ginjal tahap akhir (Han et al., 2019) dan penyakit kardiovaskular (Jeong et al., 2018)



Gambar 1. Dokumentasi pelaksanaan kegiatan

Pemeriksaan kesehatan berkala, seperti pengukuran tekanan darah dan glukosa darah serta kolesterol total sebagai upaya untuk mengantisipasi penyakit degeneratif dan mencegah timbulnya komplikasi penyakit kronis. Dengan mengetahui status kesehatan sejak dini, peserta kegiatan dapat memiliki kesempatan untuk mengambil tindakan yang lebih sehat dan melakukan pengelolaan mandiri atas kondisi yang mereka alami (Syarifah et al., 2025). Selain itu, skrining kesehatan berbasis komunitas seperti kegiatan pengabdian memiliki kemampuan untuk menjangkau masyarakat yang tidak memiliki akses ke fasilitas kesehatan atau sulit dijangkau, menjadikannya strategi preventif dan promotif yang relevan untuk diterapkan di wilayah pedesaan (Pandiangan et al., 2026). Pelaksanaan kegiatan ini juga sebagai wadah informasi kepada masyarakat bahwa proses pemeriksaan kadar glukosa darah dan kolesterol dapat dilakukan dengan cara yang sederhana, mudah dan cepat. Bagi masyarakat yang sudah pernah melakukan pemeriksaan kadar glukosa darah dan kolesterol bahkan yang sudah terdiagnosa mempunyai riwayat hiperglikemia dan hiperkolesterolemia, pemeriksaan ini bermanfaat untuk memantau penyakit.

SIMPULAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat di Negeri Lonthoir menunjukkan bahwa skrining kesehatan berbasis komunitas dapat mengidentifikasi risiko penyakit degeneratif

akibat keterbatasan akses kesehatan. Dari 54 peserta, 74,1% memiliki tekanan darah tinggi dan 59,3% kolesterol tinggi, sementara 81,5% memiliki kadar glukosa normal. Temuan ini menyoroiti perlunya perhatian terhadap risiko kesehatan. Pemeriksaan kesehatan dan konseling individual penting untuk meningkatkan pemahaman mengenai faktor risiko, pola makan sehat, dan aktivitas fisik. Oleh karena itu, skrining kesehatan rutin dan berkelanjutan disarankan sebagai upaya promotif dan preventif.

UCAPAN TERIMA KASIH

Tim pengabdian mengucapkan terima kasih kepada Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat (LPPM) Universitas Pattimura atas pendanaan kegiatan melalui PNPB serta masyarakat di wilayah Negeri Lonthoir atas partisipasi aktif dalam pelaksanaan kegiatan.

DAFTAR PUSTAKA

- Amila, Sembiring, E., & Aryani, N. (2021). Deteksi Dini Dan Pencegahan Penyakit Degeneratif Pada Masyarakat Wilayah Mutiara Home Care. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)*, 4(1), 102–112.
- Faiza, E. I., Akbarani, R., & Mauludiyah, I. (2025). Peningkatan Kualitas Hidup Melalui Deteksi Dini Penyakit Degeneratif Melalui Pemeriksaan Tekanan Darah Dan Glukosa Darah. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Wahana Usada*, 7(1), 23–31.
- Fatihaturahmi, Yuliana, & Yulastri, A. (2023). Literature Riview : Penyakit Degeneratif : Penyebab, Akibat, Pencegahan Dan Penanggulangan. *Jurnal Gizi Dan Kesehatan (JGK)*, 3(1), 63–72.
- Han, M. K. K. K., Kim, H.-S., Park, Y.-M., Kwon, H.-S., Yoon, K.-H., & Lee, S.-H. (2019). Effects of Variability in Blood Pressure, Glucose, and Cholesterol Concentrations, and Body Mass Index on End-Stage Renal Disease in the General Population of Korea. *J. Clin. Med.*, 8(5).
- Jeong, S., Choi, S., Kim, K., Kim, S. M., Lee, G., Park, S. Y., Kim, Y., Son, J. S., Yun, J., & Park, S. M. (2018). Effect of Change in Total Cholesterol Levels on Cardiovascular Disease Among Young Adults. *Journal of the American Heart Association*, 7(12).
- Karwiti, W., Rezekiyah, S., Nasrazuhdy, Lestari, W. S., Nurhayati, & Asrori. (2023). Profil Kimia Darah sebagai Deteksi Dini Penyakit Degeneratif Pada Kelompok Usia Produktif. *Jurnal Kesehatan Komunitas*, 9(3), 494–503.
- Khil, J., Kim, S. M., Chang, J., Choi, S., Lee, G., Son, J. S., Park, S. M., & Keum, N. (2023). Changes in total cholesterol level and cardiovascular disease risk among type 2 diabetes patients. *Scientific Reports*, 8342.

- Mus, R., Asmin, E., Abbas, M., Astuti, E., Tamalsir, D., Esmeraldine, G., & Agustina, T. (2024). Profil Faktor Risiko Penyakit Tidak Menular Pada Masyarakat Negeri Mahia, Ambon. *Archive: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(1), 130–137.
- Oktaviani, F., Candra, H., Muliana, H., Kusumawati, A. A., & Putri, L. R. (2026). Skrining Penyakit Degeneratif Lansia melalui Pemeriksaan Kolesterol, Asam Urat, dan Gula Darah. *Jurnal Riset Dan Pengabdian Interdisipliner*, 3(1), 294–300.
- Pandiangan, J. H., Rumani, D. D., & Wardana, M. A. (2026). Sosialisasi dan Pemeriksaan Kesehatan Gratis sebagai Upaya Preventif Penyakit Tidak Menular di Lingkungan Masyarakat Desa Wringin Putih Banyuwangi. *SKYSERVE: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(1), 26–32.
- Sugiarti, M., Hartanti, & Nurminha. (2025). Upaya Pencegahan Penyakit Degeneratif melalui Pengendalian Kadar Kolesterol di Desa Srimenanti, Bandar Sribawono, Lampung Timur. *Beguai Jejama – Jurnal Pengabdian Kesehatan*, 6(1), 1–7.
- Syarifah, S., Putri, N. R., & Aji, S. P. (2025). Peningkatan Kualitas Hidup Lansia Melalui Pemeriksaan Kesehatan dan Edukasi Gaya Hidup Sehat. *Abhipraya*, 2(2), 24–29.
- Tesa, A., Arneliwati, Sabrian, F., Arnando, Rifky, & Rachmadi, A. (2026). Festival Kesehatan Masyarakat: Optimalisasi Pemantauan Tekanan Darah dan Glukosa sebagai Upaya Pencegahan Penyakit Tidak Menular (PTM). *Jurnal Pengabdian Masyarakat Bhinneka*, 4(3), 3614–3620.