

Pemberian Edukasi Sebagai Upaya Pencegahan Serta Penanganan Penyakit Degeneratif Kota Batu

Karina Nilasari¹, Anisya Nurdania Pramesti², Astri Rahima FZ³, Ayu Selfiyana Putri⁴, Fatrya Dhea Ikhtyari⁵

¹Kedokteran, Fakultas Kedokteran, Universitas Negeri Malang

^{2,3,4,5,6}Ilmu Kesehatan Masyarakat, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Malang

Alamat Institusi : Jl. Ambarawa No.5, Sumber Sari, Kec. Lowokwaru, Kota Malang, Jawa Timur 65145

Email: karina.nilasari.fk@um.ac.id¹, anisya.nurdania.2006126@students.um.ac.id², astri.rahima.2006126@students.um.ac.id³, ayu.selfiyana.2006126@students.um.ac.id⁴, fatrya.dhea.2006124@students.um.ac.id⁵

ABSTRACT. *The increase in degenerative diseases is generally caused by an unhealthy lifestyle, such as a diet that does not pay attention to the balance between food intake and needs and a sedentary lifestyle. Some cases of degenerative diseases can also be triggered by a lack of information and knowledge regarding degenerative diseases. Degenerative diseases also have a fairly high mortality rate, according to the Ministry of Health, the number of hypertension cases in 2019 in Indonesia was 63 million, while the death rate reached 427 thousand. So there is a need for health education aimed at reducing degenerative rates. Counseling regarding degenerative diseases was carried out at the Bumiaji Health Center, Pandanrejo Village, Batu City with the elderly who were prolanis participants at the Bumiaji Health Center carried out with a series of activities starting with the provision of a pre-test, counseling, discussion and question and answer, as well as giving a post-test which was carried out in a group forum. This research is a type of quantitative research using survey methods (pre-test and post-test). Data analysis was carried out after data from all respondents was collected and processed using SPSS and Microsoft Excel software. From the results of the data analysis obtained, there was an increase between the pre-test and post-test results. The number of participants who answered correctly during the post-test was greater than the number of participants who answered correctly during the pre-test. From these results it can be said that there is a significant influence due to providing education about degenerative diseases to respondents. With the community service activities that have been carried out, it is hoped that the elderly participants in the Bumiaji Community Health Center Batu City prolanis can increase their knowledge about degenerative diseases and also that they can be more aware of the existence of degenerative diseases that can harm the body.*

Keywords: *Degenerative, Education, Elderly*

PENDAHULUAN

Penyakit degeneratif merupakan gangguan yang ditandai dengan penurunan fungsi atau kerusakan struktur tubuh secara bertahap yang mana umumnya terjadi pada masa tua. Namun pada beberapa kasus juga dapat dialami pada masa usia muda. Penyakit degeneratif diantaranya adalah penyakit kardiovaskuler (jantung dan pembuluh darah), osteoporosis, hipertensi, diabetes mellitus dan kanker. Penyakit degeneratif ini dapat terjadi karena fungsi jaringan dan organ tubuhnya menurun yang disebabkan bertambahnya usia. Penyakit ini juga lebih berisiko terjadi pada lansia dengan gaya hidup yang buruk atau terpapar bahan kimia (Yulastri, 2023). Penyakit degeneratif sendiri dipengaruhi oleh berbagai macam aspek, seperti konsumsi makanan kurang bergizi, aktivitas fisik yang minim, masih terdapat indikasi konsumsi rokok atau paparan asap rokok, serta adanya factor pemicu stress yang dimiliki lansia.

Penyakit degeneratif juga memberikan angka mortalitas yang cukup tinggi, menurut Kemenkes jumlah kasus hipertensi tahun 2019 di Indonesia berjumlah 63 juta sedangkan angka kematiannya mencapai 427 ribu. Prevalensi penderita diabetes tahun 2020 naik menjadi 6,2% (10,8 juta penduduk) sedangkan di tahun 2021 Indonesia menjadi negara ke-5 terbesar di dunia dengan jumlah penderita 10,6% (19,47 juta penduduk). Selain itu penyakit degeneratif lainnya seperti kanker, di Indonesia memiliki angka kejadian 136.2/100.000 penduduk dan Indonesia menempati posisi ke-8 di Asia tenggara dan ke-23 di Asia. Adapun WHO mencatat total kasus kanker di Indonesia pada tahun 2020 mencapai 396.914 kasus dengan angka kematian 234.511 kasus. Ini memperlihatkan bahwa kasus degeneratif di Indonesia masih dapat dikatakan tinggi (Masyarakat, 2021).

Pada beberapa kasus terkait penyakit degeneratif juga dapat dipicu oleh kurangnya informasi dan pengetahuan terkait penyakit degeneratif. Adanya perubahan gaya hidup yang telah bergeser ke arah modernisasi baik dari sector ekonomi, transportasi, bahkan buday. Oleh karena itu, pencegahan dini penyakit degeneratif dapat dilakukan dengan peningkatan pengetahuan akan gaya hidup sehat dan mengenali ciri awal terjadinya penyakit tersebut agar lebih meningkatkan kesadaran akan penyakit degeneratif (Masyarakat, 2021). Dengan meminimalisasi factor resiko, penurunan angka penyakit degeneratif dapat lebih mungkin tercapai.

Pemberian edukasi dan penyuluhan kesehatan menggunakan

media massa ataupun media sosial merupakan salah satu upaya yang dapat digunakan untuk meningkatkan kesadaran akan faktor resiko penyebab penyakit degeneratif (Hasby et al., 2019). Kegiatan pemberian edukasi tentang penyakit degeneratif di Puskesmas Bumi Aji Kota Batu bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan peserta Prolanis Puskesmas Bumiaji Kota Batu sebagai salah satu upaya sosial kesehatan yang efektif dalam meningkatkan kesadaran individu maupun masyarakat Indonesia.

Kegiatan ini dilakukan di Puskesmas Bumiaji dengan pertimbangan bahwa Puskesmas Bumiaji cukup banyak memiliki pasien yang masuk dalam program Prolanis. Penyakit degeneratif yang paling banyak diderita pasien-pasien diantaranya adalah hipertensi dengan prevalensi 10.110 jiwa. Menurut Juliandi, Jumlah penduduk usia diatas 60 tahun diperkirakan akan terus meningkat, pada tahun 2025 diperkirakan mencapai jumlah 36 juta. Peningkatan populasi lansia ini diikuti oleh peningkatan risiko untuk menderita penyakit degeneratif yang dapat mempengaruhi status kesehatan dan kualitas hidup lansia (Harahap & Andayani, 2018), (Nugraheni & Oktaviasari, 2019). Penyakit degeneratif pada lansia merupakan awal mula dari Musculoskeletal Disorders yang merupakan penyakit pada otot, saraf, tendon, sendi, dan struktur pendukung ekstremitas atas dan bawa. (Mawardi et al., 2023). Pembentukan masyarakat lansia sehat merupakan program kesehatan masyarakat yang harus terus digerakkan dan dibina agar masyarakat dapat membentuk perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) (Fitriahadi & Utami, 2020). Sehingga selain sebagai upaya edukasi dalam meminimalisasi lansia dengan penyakit degenerative, kegiatan ini bertujuan untuk Tindakan edukasi pencegahan penyakit degenerative pada pralansia di Puskesmas Bumiaji Kota Batu.

Metode yang digunakan pada kegiatan pemberian edukasi tentang penyakit degeneratif di Puskesmas Bumi Aji Kota Batu adalah metode ceramah dengan media *power point* (PPT) dan mengkombinasikan dengan pemberian buku saku kepada masing-masing peserta. Buku saku ini bertujuan sebagai media penyampaian terkait pemahaman pada penyakit degeneratif. Sehingga selain melalui mediator, audiens dapat melihat secara lebih dekat informasi yang di sampaikan melalui buku saku tersebut. Adanya kegiatan ini diharapkan dapat menambah wawasan dan pengetahuan masyarakat terhadap penyakit degeneratif sehingga terciptanya kualitas hidup yang optimal.

METODE

Penelitian ini merupakan jenis penelitian kuantitatif dengan menggunakan metode survei (*pre-test* dan *post-test*). Menurut V. Wiratna Sujarweni (2014:39) penelitian kuantitatif adalah jenis penelitian yang menghasilkan penemuan-penemuan yang dapat diperoleh dengan menggunakan prosedur statistik. Kegiatan pengabdian masyarakat ini di laksanakan di Puskesmas Bumiaji Kota Batu, tepatnya di Desa Pandanrejo dengan sasaran para lansia yang mana merupakan peserta prolanis di Puskesmas Bumiaji yang berjumlah 50 lansia. Kegiatan ini dimulai dengan tahap persiapan yang dilakukan dengan kegiatan survei lokasi serta perencanaan yang bertujuan untuk mendiskusikan rancangan pelaksanaan penyuluhan penyakit degeneratif pada lansia di Puskesmas Bumiaji. Tahap selanjutnya yaitu tahap pelaksanaan yang dilakukan dengan 4 bagian, yaitu pemberian *pre-test*, penyuluhan, diskusi dan tanya jawab, serta pemberian *post-test* yang dilakukan dalam satu forum kelompok.

Kegiatan penyuluhan dilakukan dengan penyampaian materi sosialisasi. Penyampaian tersebut dilakukan dengan metode ceramah oleh pembicara. Setelah dilakukan pengerjaan *pre-test* oleh peserta, dilanjutkan dengan kegiatan penyuluhan serta pemberian buku saku penyakit degeneratif. Setelah pemberian materi dilakukan sesi diskusi kelompok serta tanya jawab yang dilakukan. Sebagai penutup kegiatan diberikan *post-test* yang mana akan digunakan sebagai media ukur mengenai efektifnya penyuluhan yang dilakukan. Analisis data dilakukan setelah data dari seluruh responden terkumpul dan diolah menggunakan *software SPSS* dan *Microsoft Excel*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penyakit degeneratif secara umum dikatakan bahwa penyakit ini merupakan suatu proses penurunan fungsi organ tubuh seseorang yang umumnya terjadi pada usia tua dan akibat yang paling berbahaya dari penyakit degeneratif, yaitu rasa sakit, dapat menyita biaya pada masa tua, dan juga dapat berakhir dengan kematian (Yulastri, 2023). Meningkatnya usia harapan hidup menyebabkan berbagai penyakit degeneratif dan metabolik, termasuk osteoporosis akan menjadi permasalahan muskuloskeletal yang memerlukan perhatian khusus, terutama di negara-negara berkembang (Aklima, 2022). Penyakit kronik menahun yang banyak mempengaruhi kualitas hidup serta produktivitas seseorang adalah penyakit degeneratif. Peningkatan beberapa kejadian penyakit degeneratif lebih banyak dialami oleh lansia (Loniza & Safitri, 2021). Upaya pencegahan kejadian tersebut dapat dilakukan dengan tindakan

deteksi dini, berupa pemeriksaan yang terkait dengan penyakit degeneratif yang rentan dialami oleh lansia, kegiatan yang dan pemeriksaan serta penyuluhan mengenai deteksi dini kejadian penyakit kronis (Mukaromah & Rusdi, 2021).(Meilina et al., 2020)

Prolanis merupakan suatu program proaktif dan juga terintegrasi yang melibatkan peserta fasilitas kesehatan khususnya puskesmas dan BPJS Kesehatan yang bertujuan untuk mendorong pasien penyandang penyakit kronis agar dapat mencapai kualitas hidup yang optimal(Sugiharti & Anisah, 2020). Dan juga dalam program prolanis ini diharapkan dapat menjadi suatu cara agar dapat menurunkan risiko komplikasi dan dapat memanfaatkan biaya secara efektif dan rasional (Raraswati et al., 2018).

Kegiatan pengabdian ini merupakan suatu bentuk upaya untuk meningkatkan derajat pengetahuan masyarakat terhadap penyakit degeneratif khususnya para lansia peserta prolanis. Adanya peningkatan pengetahuan pada masyarakat terhadap penyakit degeneratif secara dini merupakan suatu upaya promotif serta preventif yang dapat dilakukan tentang penyakit degeneratif (Hafsah et al., 2022).(Lubis & Boy, 2024). Apabila telah terdapat tingkat kesadaran dan pengetahuan selanjutnya penggerakan lansia agar dapat meningkatkan kapasitas diri dan kemampuan dalam hal memelihara Kesehatan tubuh akan lebih mudah untuk dilaksanakan (Hidayah et al., 2022). Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan pada Sabtu, 15 Juli 2023 yang berlokasi di Puskesmas Bumiaji Kota Batu dan diikuti oleh 50 lansia peserta prolanis. Berikut tersaji karakteristik peserta prolanis Puskesmas Bumiaji berdasarkan jenis kelamin yang mengikuti kegiatan pengabdian Masyarakat pada tabel 1.

Jenis Kelamin	n	%
Laki-laki	20	40
Perempuan	30	60

Tabel 1. Klasifikasi peserta prolanis berdasarkan jenis kelamin

Pada kegiatan ini terdapat pre-test dan post-test yang wajib dijawab oleh para peserta prolanis. Pre-test merupakan sebuah tes yang dilaksanakanebelum dilakukannya penyuluhan dengan tujuan untuk mengetahui pengetahuan awal para peserta prolanis terkait materi yang akan disampaikan, sedangkan post-test merupakan sebuah tes yang

dilaksanakan pada akhir kegiatan yang digunakan sebagai tolak ukur, apakah materi yang telah disampaikan dapat meningkatkan pengetahuan para peserta prolanis atau tidak sehingga hal tersebut nantinya dapat digunakan sebagai acuan mengenai keberhasilan program (Huriyati et al., 2019).

Adapun rangkaian acara pada pengabdian ini diawali dengan para peserta mengisi daftar hadir dan diarahkan untuk duduk di kursi yang telah disediakan, lalu mereka akan diberikan kertas atau lembaran *pre-test* yang harus dijawab, setelah mereka menjawab dan mengumpulkan hasil *pre-test* masing-masing maka acara selanjutnya pemateri akan memaparkan materi yang telah disiapkan sebelumnya terkait dengan penyakit degeneratif. Pemberian edukasi atau penyuluhan kesehatan tentang penyakit degeneratif diketahui dapat meningkatkan pengetahuan individu terhadap penyakit tersebut (Hidayah & Marwan, 2020). Metode yang digunakan pada kegiatan ini adalah metode ceramah dengan media *power point* (PPT) serta pemberian buku saku kepada masing-masing peserta. Pokok bahasan materi yang disampaikan mengenai pengetahuan terkait penyakit degeneratif meliputi definisi, jenis jenis penyakit degeneratif, upaya pencegahan, serta upaya mengurangi faktor resiko yang menyebabkan munculnya penyakit degeneratif. Adapun penyakit degeneratif yang dibahas pada pengabdian Masyarakat ini antara lain, Stroke, Penyakit Jantung Koroner (PJK), Diabetes Mellitus (DM), Penyakit Paru Obstruktif Kronik (PPOK), serta Osteoarthritis. Sesi penyampaian materi ini dilakukan selama 45 menit dilanjutkan dengan sesi diskusi dan tanya jawab selama 15 menit. Setelah penyampaian materi, dilanjutkan dengan sesi tanya jawab dan yang terakhir para peserta akan diberikan lembar *post-test* untuk diisi dan jika telah selesai menjawab maka kertas tersebut akan dikumpulkan lagi.

Nilai dari hasil *post-test* digunakan sebagai bahan evaluasi. Evaluasi dilakukan untuk mengetahui ada atau tidaknya peningkatan pengetahuan pada masing-masing peserta tentang penyakit degeneratif (Stroke, Penyakit Jantung Koroner (PJK), Diabetes Mellitus (DM), Penyakit Paru Obstruktif Kronik (PPOK), serta Osteoarthritis) setelah adanya sesi pemberian materi. Pada *pre-test* dan *post-test* terdapat 6 topik pertanyaan dan dipecah menjadi 15 pertanyaan, yang mana pertanyaan-pertanyaan tersebut harus dijawab oleh masing-masing peserta. Berikut tersaji jumlah responden yang menjawab benar pertanyaan *pre-test* dan *post-test* pada tabel 2.

No	Pertanyaan	Pre-test		Post-test	
		n	%	n	%
1.	Pengetahuan Penyakit Degeneratif	27	54	38	76
2.	Pengetahuan Tentang Stroke	9	18	35	70
3.	Pengetahuan Tentang Penyakit Jantung Koroner (PJK)	30	61	38	76
4.	Pengetahuan Tentang Diabetes Mellitus	33	67	33	66
5.	Pengetahuan Tentang Penyakit Paru Obstruktif Kronik (PPOK)	30	59	37	74
6.	Pengetahuan Tentang Osteoarthritis	25	50	38	76

Tabel 2. Jumlah responden yang menjawab benar pertanyaan pre-test dan post-test

Selanjutnya akan dijabarkan nilai dari hasil analisis *Paired Sample Statistic* dan *Paired Sample Test* pada tabel 3 dan tabel 4.

	Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Post Test	10.6600	50	1.83626	.25969
Pre Test	7.9800	50	1.28556	.18181

Tabel 3. Analisis menggunakan *Paired Sample Statistic*

				95% Confidence Interval of the Difference				
Post Test -Pre Test	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	Lower	Upper	t	d f	Sig. (2- tailed)
		2.6800 0	1.96334	.2776 6	2.1220 3	3.2379 7	9.65 2	4 9

Tabel 4. Analisis menggunakan *Paired Sample Test*

Pada tabel di atas, diketahui t hitung dan signifikansi sebesar 9.652 dan

0.000. Signifikansi yang diperoleh memiliki nilai yang lebih kecil dari 5%, sehingga H₀ ditolak. Artinya terdapat perbedaan rata-rata yang signifikan antara skor *pre-test* dan skor *post-test* yang diperoleh. Dengan kata lain, “edukasi” yang diberikan kepada responden dapat dikatakan efektif untuk meningkatkan skor.

Hal ini juga sejalan dengan penelitian terdahulu yang telah dilakukan oleh (Binawan et al., 2021), (Halim & Suzan, 2019), (Prayogo Walton et al., 2023) bahwa didapatkan hasil lebih dari 50 %, yakni sebesar 51,4% responden yang memiliki tingkat pengetahuan baik setelah adanya promosi kesehatan tentang upaya pencegahan penyakit degeneratif.

Dengan adanya kegiatan pelaksanaan pengabdian masyarakat yang telah dilaksanakan tersebut maka harapannya para lansia peserta prolanis Puskesmas Bumiaji Kota Batu dapat meningkatkan pengetahuan tentang penyakit degeneratif dan juga agar mereka dapat lebih sadar akan adanya penyakit degeneratif yang dapat ataupun yang telah mereka alami sehingga mereka dapat lebih menjaga pola hidup sehari-hari maupun aspek kesehatan lainnya.

KESIMPULAN

Penyuluhan mengenai penyakit degeneratif yang dilakukan di Puskesmas Bumiaji, Desa Pandanrejo, Kota Batu bersama lansia yang merupakan peserta prolanis di Puskesmas Bumiaji terlaksana dengan rangkaian kegiatan yang diawali dengan pemberian pre-test, penyuluhan, diskusi dan tanya jawab, serta pemberian post-test yang dilakukan dalam satu forum kelompok. Metode yang digunakan pada kegiatan ini adalah metode ceramah dengan media *power point* (PPT) serta pemberian buku saku kepada masing-masing peserta. Pokok bahasan materi yang

disampaikan mengenai pengetahuan terkait penyakit degeneratif meliputi definisi, jenis jenis penyakit degeneratif, upaya pencegahan, serta upaya mengurangi faktor resiko yang menyebabkan munculnya penyakit degeneratif. Pada akhir kegiatan dilakukan pengerjaan post test oleh peserta sebagai pembanding tingkat pengetahuan pada peserta mengenai penyakit degeneratif. Dari hasil *pre-test* dan *post-test* tersebut didapatkan hasil bahwa penyuluhan tersebut secara efektif meningkatkan pengetahuan peserta mengenai penyakit degeneratif. Hasil tersebut dilihat dari nilai dari hasil analisis *Paired Sample Statistic dan Paired Sample Test*. Dari hasil tersebut dapat dikatakan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan akibat adanya pemberian edukasi tentang penyakit degeneratif kepada para responden. Hal ini sudah sejalan dengan tujuan dari pengabdian masyarakat ini yaitu untuk meningkatkan pengetahuan peserta Prolanis Puskesmas Bumiaji Kota Batu sebagai salah satu upaya sosial kesehatan yang efektif dalam meningkatkan kesadaran individu maupun masyarakat Indonesia. Dengan adanya kegiatan pelaksanaan pengabdian masyarakat yang telah dilaksanakan tersebut maka harapannya para lansia peserta prolanis Puskesmas Bumiaji Kota Batu dapat meningkatkan pengetahuan tentang penyakit degeneratif dan juga agar mereka dapat lebih sadar akan adanya penyakit degeneratif yang dapat membahayakan tubuh.

DAFTAR PUSTAKA

- Aklima, N. (2022). Penyuluhan Tentang Penyakit Osteoporosis Pada Lansia Di Kemukiman Gampong Mesjid Baro Kecamatan Indrajaaya Kabupaten Pidie. *BAKTIMAS : Jurnal Pengabdian Pada Masyarakat*, 4(3), 147–155.
- Binawan, U., Binawan, U., Binawan, U., Degeneratif, P., & A, M. Y. R. (2021). *PADA LANSIA Abstrak*.
- Fitriahadi, E., & Utami, I. (2020). Optimalisasi Pemberdayaan Masyarakat Melalui Penyuluhan dan Pemeriksaan Kesehatan Lansia Sebagai Upaya Peningkatan Kualitas Hidup Lansia di Giripeni Wates Kulon Progo. *Proceeding of The URECOL*, 200–206.
- Hafsah, H., Alang, H., Hastuti, H., & Sri Yusal, M. (2022). Peningkatan Pengetahuan Tentang Penyakit Degeneratif Pada Masyarakat Petani di Desa Laliko Sulawesi. In *Kreativasi : Journal of Community Empowerment* (Vol. 1, Issue 2). UNIB Press. <https://doi.org/10.33369/kreativasi.v1i2.23735>
- Halim, R., & Suzan, R. (2019). Penyuluhan Gizi Seimbang Pada Lansia Dengan Penyakit Diabetes Melitus Dan Hipertensi Serta Pemeriksaan

- Kadar Gula Darah Dan Tekanan Darah. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat FKIK UNJA Medical Dedication (MEDIC)*, 2(1), 13–16.
- Harahap, J., & Andayani, L. S. (2018). Pola Penyakit Degeneratif, Tingkat Kepuasan Kesehatan dan Kualitas Hidup pada Lansia (Lanjut Usia) di Kota Medan. In *Talenta Conference Series: Tropical Medicine (TM)* (Vol. 1, Issue 1). Universitas Sumatera Utara. <https://doi.org/10.32734/tm.v1i1.35>
- Hasby, H., Mauliza, M., & Mastura, M. (2019). Pemanfaatan Tanaman Obat Sebagai Pencegahan Penyakit Degeneratif. In *JPPM (Jurnal Pengabdian dan Pemberdayaan Masyarakat)* (Vol. 3, Issue 1, p. 55). Lembaga Publikasi Ilmiah dan Penerbitan Universitas Muhammadiyah Purwokerto. <https://doi.org/10.30595/jppm.v3i1.3581>
- Hidayah, N., & Marwan, M. (2020). Upaya Pemberdayaan Masyarakat Dalam Menciptakan Generasi Milenial Sadar Gizi Yang Bebas Stunting Melalui Kegiatan 1000 HPK. *Journal of Community Engagement in Health*, 3(1), 86–93. <https://doi.org/10.30994/jceh.v3i1.41>
- Hidayah, N., Widiani, E., Palupi, L. M., & Rahmawati, I. (2022). Upaya Pencegahan Dan Penanganan Penyakit Degenartif Pada Lanjut Usia. *Jurnal IDAMAN (Induk Pemberdayaan Masyarakat Pedesaan)*, 6(1), 33. [https://doi.org/10.31290/j.idaman.v\(6\)i\(1\)y\(2022\).page:33-38](https://doi.org/10.31290/j.idaman.v(6)i(1)y(2022).page:33-38)
- Huriyati, E., Ratrikaningtyas, P. D., Projosasmito, S. R., & Farmawati, A. (2019). Kader hidup sehat dalam upaya promotif penyakit denegeratif. *Journal of Community Empowerment for Health*, 2(1), 36. <https://doi.org/10.22146/jcoemph.41292>
- Loniza, E., & Safitri, M. (2021). Edukasi Cek Kesehatan, Implementasi Hidup Sehat Dan Pengendalian Penyakit Degeneratif. In *Prosiding Seminar Nasional Program Pengabdian Masyarakat*. download.garuda.kemdikbud.go.id. <https://doi.org/10.18196/ppm.22.472>
- Lubis, U. K., & Boy, E. (2024). Pemeriksaan dan Penyuluhan kepada Masyarakat mengenai Gout Arthritis pada Lansia di Lingkungan II Kelurahan Sei Mati. *Jurnal Implementa Husada*, 5(1), 11–15.
- Masyarakat, T. D. I. (2021). Pengaruh Penyuluhan Kesehatan Terhadap. *Journal PHWB*, 11(2), 146–154.
- Mawardi, M. B., Putri Rezky, D., Yuliana, D., Lestari, E., Rorinda Agatha, F., Purwanda, H., & Widarti, R. (2023). Penyuluhan Fisioterapi Pada Lansia Dengan Frozen Shoulder Di Posyandu Lansia Rw 25 Mojosoongo. *Empowerment Journal*, 3(1), 28–32. <https://doi.org/10.30787/empowerment.v3i1.1124>

- Meilina, R., Mufliha, A., yani, N., & Baitul Mihraj, S. (2020). Sosialisasi Pencegahan Dini Munculnya Penyakit Degeneratif Pada Usia Produktif Di Smks Muhammadiyah Banda Aceh Socialization of Early Prevention Arising Degenerative Disease in Productive Age in Muhammadiyah Private Vocational School, Banda Aceh. *Jurnal Pengabdian Masyarakat (Kesehatan)*, 2(1).
- Mukaromah, S., & Rusdi, R. (2021). Peningkatan Pemberdayaan Masyarakat Untuk Menurunkan Angka Kejadian Penyakit Kronis Di Masyarakat. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Ners Wiyata*, 1(1), 61. https://doi.org/10.35728/pengmas_ners_wiyata.v1i1.700
- Nugraheni, R., & Oktaviasari, D. I. (2019). Pengabdian Masyarakat “Penyuluhan Pola Hidup Sehat untuk Mencegah Penyakit Hipertensi dan Senam Lansia” di Desa Wonoasri Kecamatan Grogol Kabupaten *Prosiding (SENIAS) Seminar ...*, *Riskesdas 2013*, 237–240.
- Prayogo Walton, E., Juliana Nabela, S., Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, P., Keguruan dan Ilmu Pendidikan, F., Muhammadiyah Bangka Belitung, U., & Studi Pendidikan Guru Sekolah Dasar, P. (2023). Penyuluhan Masyarakat Sehat Dalam Mencegah Penyakit Degeneratif Dan Parenting Era Digital 4.0. *Communnity Development Journal*, 4(1), 621–625.
- Raraswati, A., Heryaman, H., & Soetedjo, N. N. M. (2018). Peran Program Prolanis dalam Penurunan Kadar Gula Darah Puasa pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di Puskesmas Kecamatan Jatinangor. *Jurnal Sistem Kesehatan*, 4(2), 65–70.
- Sugiharti, W. D., & Anisah, R. L. (2020). Revitalisasi Posyandu Lansia Untuk Pencegahan Penyakit Degeneratif Pada Lansia Di Desa Pendowo, Kranggan, Temanggung. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Alkautsar*, 2(1).
- Yulastri, A. (2023). Literature Riview : Penyakit Degeneratif : Penyebab , Akibat , Pencegahan Dan Penanggulangan Literature Riview : Degenerative Diseases : Causes , Effects , Prevention and Management Setiap orang pasti akan mengalami fase yang sama dalam hidup ini , mulai . *Jurnal Gizi Dan Kesehatan (JGK)*, 3(1), 63–72.