

SEHAT DI USIA SENJA: UPAYA DETEKSI DINI PENYAKIT TIDAK MENULAR MELALUI PEMERIKSAAN GRATIS DAN SOSIALISASI MINUMAN SERDADU UNTUK LANSIA

Dewi Sapta Wati^{a,*}, Endang Susilowati^a, Yunita Dwiyanti^a, Miftahul Natasya A^a,

Rumanis Afifah^a, Rika Yulia Mustika^a, Silvia Utami^a, Nova Auliya Maharani^a, Isna Safa'atuz Zuhriyah^a, Oktava Kurnia A^a, Fira Nurul Afifah^a, Torita Annisa Nurlaily^a, Dinda Candrika P. D^a

^aUniversitas An Nur

**Corresponding author: dewisaptawati.7@gmail.com*

Info Artikel	Abstrak
DOI : https://doi.org/10.26751/jai.v7i2.2910 Article history: Received 2025-05-21 Revised 2025-07-24 Accepted 2025-11-01	<p>Penyakit tidak menular (PTM) seperti diabetes mellitus, hipertensi, dan penyakit jantung koroner menjadi ancaman serius bagi kesehatan masyarakat global. PTM umumnya disebabkan oleh pola hidup yang kurang sehat, stres, kurangnya aktivitas fisik, serta konsumsi makanan dan minuman yang tidak seimbang. Dalam upaya mencegah dan mengendalikan PTM, pemanfaatan minuman herbal tradisional semakin mendapat perhatian. Salah satu inovasi minuman herbal yang tengah dikembangkan adalah Minuman Herbal Serdadu, yang diracik dari berbagai bahan alami seperti jahe merah, daun salam, kayu secang, madu, dan sereh. Tujuan: Memberikan edukasi tentang Penyakit Tidak Menular (PTM) adalah untuk meningkatkan pengetahuan lansia tentang Penyakit Tidak Menular (PTM) dan sosialisasi minuman SERDADU menaikkan pengetahuan masyarakat, menyadarkan masyarakat yang terdiagnosa penyakit. Metode: Pendekatan yang digunakan pada pengabdian kepada masyarakat ini <i>Participatory Action Research (PAR)</i> melibatkan lansia secara aktif dalam kegiatan (skrining, diskusi, praktik pembuatan SERDADU). Pada lansia sebanyak 38 lansia dilaksanakan pada tanggal 21 Januari 2025 yang dimulai dari pemeriksaan dini dari cek laboratorium sederhana dan sosialisasi minuman herbal berfungsi sebagai bagian dari gaya hidup sehat. Variabel yang diukur karakteristik , hasil pemeriksaan dan tingkat pengetahuan. Dengan menggunakan kuesioner dan lembar observasi. Analisis univariat menggunakan distribusi frekuensi dan analisis bivariat menggunakan uji t berpasangan terdapat perbedaan yang signifikan antara pengetahuan lansia sebelum dan sesudah intervensi ($p < 0,000 < 0,05$). Hasil pengabdian didapatkan peningkatan pengetahuan sebelum dan sesudah pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat. Hasil diharapkan dapat membantu mengurangi angka kejadian PTM dan kegiatan pemeriksaan kesehatan rutin sebaiknya dilakukan minimal 3-6 bulan sekali dan minuman SERDADU dapat dipopulerkan sebagai alternatif minuman sehat sehari-hari dengan dukungan kelompok PKK atau komunitas lansia.</p>
	<p>Abstract</p> <p><i>Non-communicable diseases (NCDs) such as diabetes mellitus,</i></p>

hypertension, and coronary heart disease are a serious threat to global public health. NCDs are generally caused by unhealthy lifestyles, stress, lack of physical activity, and unbalanced food and beverage consumption. In an effort to prevent and control NCDs, the use of traditional herbal drinks is gaining increasing attention. One of the herbal drink innovations currently being developed is Serdadu Herbal Drink, which is formulated from various natural ingredients such as red ginger, bay leaves, sappanwood, honey, and lemongrass. Objective: Providing education about Non-Communicable Diseases (NCDs) is to increase the knowledge of the elderly about Non-Communicable Diseases (NCDs) and socialization of SERDADU drinks to increase public knowledge, raise awareness in people diagnosed with the disease. Method: The approach used in this community service is Participatory Action Research (PAR) which actively involves the elderly in activities (screening, discussion, practice of making SERDADU). In 38 elderly, it was carried out on January 21, 2025, starting from early examination of simple laboratory checks and socialization of herbal drinks that function as part of a healthy lifestyle. The variables measured were characteristics, examination results and level of knowledge. Using questionnaires and observation sheets. Univariate analysis using frequency distribution and bivariate analysis using paired t-test showed a significant difference between the knowledge of the elderly before and after the intervention ($p < 0.000 < 0.05$). The results of the community service showed an increase in knowledge before and after the implementation of community service activities. The results are expected to help reduce the incidence of NCDs and routine health check-ups should be carried out at least once every 3-6 months and SERDADU drinks can be popularized as an alternative daily healthy drink with the support of PKK groups or elderly communities.

I. PENDAHULUAN

Penyakit Tidak Menular (PTM) seperti hipertensi, diabetes melitus, penyakit jantung, dan dislipidemia menjadi masalah kesehatan utama di Indonesia. Berdasarkan data Riskesdas 2018, prevalensi hipertensi pada penduduk usia ≥ 18 tahun mencapai 34,1%, sedangkan diabetes melitus sebesar 10,9%. Lansia merupakan kelompok paling rentan karena mengalami penurunan fungsi organ, perubahan metabolisme, serta sering mengabaikan pemeriksaan kesehatan secara rutin.(Aba et al., 2023)

Fakta di lapangan menunjukkan sebagian besar lansia tidak mengetahui kondisi kesehatannya akibat keterbatasan akses layanan kesehatan, kurangnya kesadaran melakukan pemeriksaan rutin, dan minimnya informasi tentang pencegahan PTM. Kondisi ini meningkatkan risiko terjadinya komplikasi serius seperti stroke, gagal ginjal, hingga kematian dini.(Fandinata et al., 2020)

Di sisi lain, penggunaan bahan alami sebagai pendukung kesehatan mulai mendapat perhatian. Minuman herbal tradisional, salah satunya SERDADU (Serai, Daun Salam, Jahe merah, kayu secang, madu), diketahui mengandung zat bioaktif yang bermanfaat untuk membantu menjaga kesehatan kardiovaskular, menurunkan kadar gula darah, serta memberikan efek relaksasi. Namun, pengetahuan lansia terkait pemanfaatan minuman herbal yang benar dan aman masih sangat terbatas.(Nayoan et al., 2025)

Oleh karena itu, kegiatan pengabdian kepada masyarakat berupa pemeriksaan kesehatan gratis untuk deteksi dini PTM dan sosialisasi minuman SERDADU menjadi penting dan mendesak dilakukan. Kegiatan ini tidak hanya membantu menemukan faktor risiko PTM lebih awal, tetapi juga memberikan solusi preventif dan promotif melalui edukasi gaya hidup sehat serta pemanfaatan minuman herbal sederhana

yang mudah dibuat di rumah(Aba et al., 2023).

Di Desa Ngarap-Ngarap, prevalensi PTM seperti hipertensi sekitar 34,1% pada penduduk usia ≥ 18 tahun dan meningkat dari survei sebelumnya. Diabetes melitus juga dilaporkan meningkat, dari sekitar 6,9% menjadi 8,5 %. Faktor risiko PTM (merokok, kurangnya aktivitas fisik, pola makan tidak sehat). Data Lansia di Desa Ngarap-apar berjumlah 1316 orang dan jumlah lansia di Dusun Taunan berjumlah 40 orang.

Penyebab Meningkatnya Jumlah Penyakit Tidak Menular (PTM) adanya Perubahan gaya hidup: konsumsi makanan tinggi lemak, gula, dan garam, serta rendah serat. Faktor perilaku berisiko merokok, konsumsi alkohol, pola tidur tidak teratur. Peningkatan usia harapan hidup jumlah lansia bertambah, sehingga prevalensi PTM ikut meningkat. Kurangnya deteksi dini, sebagian masyarakat tidak rutin memeriksakan tekanan darah, gula darah, maupun kolesterol sehingga PTM sering ditemukan dalam kondisi sudah parah. Serta faktor sosial-ekonomi: keterbatasan akses layanan kesehatan, rendahnya pengetahuan, serta masih kuatnya kepercayaan pada pengobatan tradisional tanpa pengawasan medis.

Dampak jika masalah PTM tidak ditangani menjadikan penurunan kualitas hidup, munculnya komplikasi (stroke, gagal ginjal, serangan jantung), hingga kematian dini, meningkatnya beban biaya pengobatan, hilangnya produktivitas anggota keluarga, serta meningkatnya angka ketergantungan lansia, beban ganda penyakit (communicable & non-communicable), serta meningkatnya beban sistem kesehatan.(Kesehatan & Meditory, n.d.)

Intervensi yang sudah dilakukan di Desa Ngarap-Ngarap meliputi Program Posbindu PTM & Posyandu Lansia yang di dalamnya skrining tekanan darah, gula darah, IMT, dan konseling kesehatan, Kampanye GERMAS (Gerakan Masyarakat Hidup Sehat): edukasi aktivitas fisik, pola makan sehat, dan pemeriksaan rutin, Pelayanan kesehatan primer melalui PKD yang ada di balai desa.

Evaluasi intervensi yang sudah dilaksanakan partisipasi masyarakat masih rendah, terutama lansia dengan keterbatasan transportasi dan motivasi, Kesadaran melakukan pemeriksaan rutin belum merata, banyak yang hanya datang saat sakit, Edukasi kesehatan sering bersifat satu arah, sehingga perubahan perilaku kurang berkelanjutan.

Untuk mengatasi masalah PTM melalui kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini melakukan pemeriksaan dini dan mensosialisasikan pembuatan minuman SERDADU.

Dalam beberapa tahun terakhir, minuman herbal telah menjadi tren dalam gaya hidup sehat, karena dianggap menyegarkan dan memiliki potensi meningkatkan kesehatan. Beberapa tanaman herbal yang sering digunakan adalah jahe merah, serai, daun salam, dan secang. Selain sebagai penyedap masakan, tanaman-tanaman ini juga digunakan untuk pengobatan dan pencegahan penyakit (Yang et al., 2024).

Salah satu tanaman herbal yang populer adalah jahe merah, atau Zingiber officinale Roxb. Jahe merah merupakan tanaman rimpang yang dibudidayakan di berbagai negara seperti India, Cina, Australia, Nigeria, dan lainnya. Serai juga digunakan dalam berbagai budaya, di mana akar, batang, dan daunnya memiliki manfaat kesehatan seperti pencegahan kanker, pengobatan gangguan pencernaan, detoksifikasi, penurunan tekanan darah, perawatan kulit, analgesik, serta menjaga kesehatan wanita (Yang et al., 2024).

Daun salam dikenal sebagai bumbu dapur. Analisis fitokimia menunjukkan bahwa daun salam mengandung minyak esensial, tanin, flavonoid, dan terpenoid. Flavonoid dalam daun salam dapat menurunkan kadar glukosa darah, mengobati kencing manis, kolesterol tinggi, hipertensi, diare, dan gastritis (Yang et al., 2024).

Kayu secang mengandung senyawa berkhasiat sebagai antioksidan kuat yang dapat mengurangi dampak radikal bebas penyebab penyakit kronis seperti kanker, penyakit jantung koroner, hipertensi, dan diabetes. Dalam pengobatan tradisional, kayu secang sering diseduh untuk mengatasi

berbagai penyakit seperti batuk berdarah, diare, disentri, penawar racun, obat luka, perawatan pasca persalinan, katarak, maag, rematik, masuk angin, serta kelelahan (Yang et al., 2024).

Pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat sehat di usia senja: deteksi dini penyakit tidak menular dan sosialisasi minuman SERDADU untuk lansia dalam perkembangan keilmuan memberikan data empiris mengenai profil kesehatan lansia (tekanan darah, kadar gula, kolesterol, asam urat, IMT) yang bisa menjadi bahan kajian ilmiah terkait prevalensi PTM pada lansia. menjadi evidence-based practice bahwa kombinasi pemeriksaan dini dan intervensi edukatif (minuman herbal SERDADU) dapat meningkatkan kesadaran lansia terhadap pencegahan PTM. Serta memperluas peran bidan tidak hanya pada pelayanan maternal dan neonatal, tetapi juga pada kesehatan masyarakat lintas usia termasuk lansia dan sebagai dasar pengembangan program posyandu lansia yang lebih terintegrasi dengan pelayanan kebidanan.

Tujuan kegiatan pengabdian masyarakat untuk meningkatkan pengetahuan lansia tentang Penyakit Tidak Menular (PTM) dan sosialisasi minuman SERDADU, sebagai salah satu upaya untuk menyadarkan masyarakat yang terdiagnosa penyakit dan menjaga kesehatan di usia senja.

II. METODE PELAKSANAAN

Metode Pelaksanaan Kegiatan PKM Participatory Action Research (PAR): melibatkan lansia secara aktif dalam kegiatan (skrining, diskusi, praktik pembuatan SERDADU). Serta menekankan Promotif dan Preventif: fokus pada deteksi dini PTM dan edukasi kesehatan.

Kriteria Inklusi peserta: Lansia usia ≥ 60 tahun, Berdomisili di wilayah sasaran, Bersedia mengikuti pemeriksaan & edukasi. Kriteria Eksklusi: Lansia dengan gangguan komunikasi berat (demensia, tuli total, afasia). Lansia dalam kondisi sakit akut/bed rest total. Tidak datang saat kegiatan pengabdian.

Waktu Kegiatan Program kerja KKN ini dilakukan tanggal 21 Januari 2025 di Dusun

Tahunan Desa Ngarap-Arap. Sasaran pada program kerja KKN ini adalah lansia di Dusun Tahunan Desa Ngarap-Arap sebanyak 40 Lansia yang bersedia menjadi responden 38 lansia.

Metode & Media yang digunakan Pemeriksaan kesehatan (tekanan darah, gula darah, kolesterol, asam urat, IMT), Penyuluhan kesehatan interaktif (diskusi, tanya jawab), Demonstrasi & praktik pembuatan minuman SERDADU, Pre-test & post-test pengetahuan lansia.

Media yang digunakan power point tentang Penyakit Tidak Menular (PTM) dan Alat pemeriksaan kesehatan (tensi digital, glucometer, strip kolesterol/asam urat, timbangan, meteran). Bahan herbal: serai, daun salam, jahe merah, kayu secang dan madu.

Tahapan Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat



1. Persiapan: koordinasi dengan Puskesmas & kader, persiapan alat/bahan, penyusunan instrumen.
2. Sosialisasi kegiatan: pemberitahuan jadwal & undangan kepada lansia sasaran.
3. Pre-test pengetahuan: mengukur pengetahuan awal tentang PTM & minuman herbal.
4. Pemeriksaan kesehatan gratis: deteksi dini PTM (tensi, gula, kolesterol, asam urat, IMT).
5. Edukasi & demonstrasi: penyuluhan kesehatan dan praktik pembuatan minuman SERDADU.

6. Post-test pengetahuan: menilai peningkatan pengetahuan setelah intervensi.
7. Diskusi & refleksi: tanya jawab, masukan dari peserta.
8. Evaluasi & tindak lanjut: analisis hasil pemeriksaan & kuesioner, rekomendasi untuk keberlanjutan (posyandu lansia, konsumsi rutin SERDADU).

Instrumen yang digunakan dalam mengukur pengetahuan lansia tentang penyakit PTM sesuai yang dilakukan oleh Wulandari et.al (2024). Kuisisioner yang digunakan terdiri dari 5 soal multiple choice tentang penyakit tidak menular secara umum. Dengan rentang nilai baik $\geq 50\%$ dan kurang $\leq 50\%$ dengan hasil uji validitas 0,003 dan uji reabilitas 0,70.

Data kuantitatif (*pre-test* & *post-test* pengetahuan): Dihitung skor rata-rata, dianalisis dengan uji statistik sederhana analisis bivariat menggunakan uji t berpasangan. Analisa data yang digunakan analisis univariat dan analisis bivariat disajikan dalam tabel distribusi frekuensi & persentase prevalensi faktor risiko PTM.

III. HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil

Kegiatan pengabdian dilaksanakan di rumah Bapak Kadus Tahunan Desa Ngarap-Ngarap Kecamatan Ngaringan. Ada beberapa rangkaian kegiatan yaitu: pengecekan kesehatan gratis, pengobatan gratis, penyuluhan mengenai Penyakit Tidak Menular (PTM) dan minuman herbal SERDADU, dengan melibatkan lansia, Kader dan bidan desa.

Tabel 1. Karakteristik

Variabel	f	%	N
Jenis Kelamin			
Perempuan	34	89,5%	
Laki-laki	4	10,5%	38
Usia			
45-59 tahun	19	50%	
60-74tahun	16	42,1%	38
75-90tahun	3	7,9%	

Tabel diatas menunjukkan bahwa sebagian besar peserta kegiatan PKM perempuan 34 (89,5%), berusia 45-59 tahun 19 (50%).

Berdasarkan hasil penelitian kesehatan dasar (Risksesdas, 2018) hipertensi, diabetes melitus, dan gangguan sendi meningkat seiring bertambahnya usia. Hasil Riskesdas menunjukkan peningkatan DM dari 3,9% pada umur 45 hingga 54 tahun menjadi 6,3% pada umur 55 hingga 64 tahun. Peingkatan hipertensi juga terjadi dari 45,3 % pada usia 45 hingga 54 tahun menjadi 55,2% pada usia 55 hingga 64 tahun, dan gangguan sendi meningkat dari 11,1% pada usia 45 hingga 54 tahun (Nuraeni et al., 2024)

Seorang lansia seiring bertambahnya usia mengalami kemunduran fisik, mental, dan sosial akan terjadi pada orangtua. *Faktor risiko terkena penyakit meningkat seiring bertambahnya usia dan masalah kesehatan yang lebih umum* (Pramaswari & Fatah, 2023)

Kondisi ini terjadi karena sel-sel tubuh mengalami gangguan, yang menyebabkan mekanisme kerja sel tidak berjalan dengan baik, dan daya tahan tubuh menurun. Hipertensi, stroke, diabetes melitus, dan gangguan sendi adalah penyakit tidak menular yang paling umum pada orangtua (Aba et al., 2023)

Kombinasi antara jenis kelamin perempuan dan usia paruh baya menjadikan kelompok ini rentan terhadap penyakit tidak menular. Data epidemiologi menunjukkan bahwa prevalensi PTM seperti hipertensi, diabetes mellitus tipe 2, dan penyakit kardiovaskular lebih tinggi pada perempuan usia 45 tahun ke atas. Oleh karena itu, kelompok ini perlu mendapatkan perhatian khusus dalam program pencegahan dan pengendalian PTM melalui skrining rutin, edukasi kesehatan, dan intervensi gaya hidup sehat.(Nuraisyah et al., 2021)

**Gambar 1.** Pengecekan Kesehatan**Tabel 2.** Hasil Pemeriksaan Kesehatan

Hasil Pemeriksaan	f	%	N
Tekanan Darah			
GDS			
Normal	5	13,2	38
Tinggi	33	86,8	
Normal	16	42,1	38
Tinggi	22	57,9	
Asam Urat			
Normal	17	44,7	38
Tinggi	21	55,3	
Kolesterol			
Normal	26	68,4	38
Tinggi	12	31,6	

Tabel 2 menunjukkan bahwa sebagian besar orang tua memiliki tekanan darah tinggi 33 orang (86,8%) dan gula darah sewaktu tinggi 22 orang (57,9%), dan 21 orang (55,3%) memiliki asam urat yang tinggi tetapi 26 orang (68,4% kolesterol normal).

Hasil pemeriksaan kesehatan yang menunjukkan batas normal ini sejalan dengan temuan wawancara yang menunjukkan bahwa sebagian besar orangtua memiliki kondisi kesehatan yang tidak terkontrol karena jarang melakukan pemeriksaan kesehatan dipuskesmas (Pramaswari & Fatah, 2023)

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Eli dan Soraya (2022) menunjukkan bahwa

responden yang tidak patuh minum obat memiliki kadar gula darah tinggi 22 orang (86,4%), responden dengan kepatuhan sedang memiliki kadar gula darah yang seimbang 14 orang (57,1%), dan responden dengan kepatuhan tinggi memiliki kadar gula darah yang seimbang 4 orang (1,00%). (Nuraeni et al., 2024)

Studi Fandinata dan Darmawan (2020) mendukung temuan ini, yang menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara konsumsi obat dan perubahan kadar gula darah pasien diabetes mellitus tipe 2. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa menjalani pemeriksaan kesehatan secara teratur dan teratur adalah penting untuk memantau kesehatan orang tua.(Fandinata et al., 2020)

Tabel 3. Pengetahuan lansia sebelum dan sesudah.

Tingkat Pengetahuan	Sebelum Intervensi		Sesudah Intervensi	
	f	%	f	%
Baik	11	28,9	29	76,3
Kurang	27	71	9	23,7

Tabel di atas menunjukkan bahwa gerakan Sehat di Usia Senja (SEDUJA) meningkatkan pengetahuan tentang pengendalian penyakit tidak menular. Tingkat pengetahuan lansia dalam kategori baik sebelum intervensi hanya 28,9%, tetapi setelah intervensi meningkat menjadi 76,3%.

Tabel 4. Hasil analisis pengetahuan lansia

N	t	p
38	9,45	0,000

Tabel diatas menunjukkan terdapat perbedaan yang signifikan antara pengetahuan lansia sebelum dan sesudah intervensi ($p = 0,000 < 0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa edukasi kesehatan dan demonstrasi pembuatan minuman SERDADU efektif dalam meningkatkan pengetahuan lansia tentang PTM dan minuman herbal.

Hasil ini sejalan dengan penelitian Faizah et.al.(2023), yang menunjukkan bahwa pengetahuan meningkat setelah diberikan. Rata-rata pengetahuan sebelum diberikan sebesar 36,92 meningkat menjadi 90,12

setelah diberikan. Pengetahuan adalah hasil dari tahu dari hasil penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Pengetahuan sendiri merupakan salah satu yang sangat penting dalam membentuk tindakan seseorang (*overt behavior*). Sebagian besar pengetahuan diperoleh melalui indra penglihatan dan pendengaran (Wijayanti & Mulyadi, 2018). Dari hasil penelitian di lapangan dengan menggunakan lembar kuesioner, diperoleh bahwa partisipan menangkap informasi yang diberikan melalui edukasi CERDIK melalui media poster.(Aba et al., 2023)

Serangkaian tindakan yang bertujuan untuk meningkatkan kesehatan seseorang dikenal sebagai pendidikan kesehatan, dimana informasi tentang kesehatan disebarluaskan dan diajarkan kepada masyarakat untuk mendorong mereka untuk menjalani gaya hidup yang sehat.

Salah satu cara yang dapat dilakukan untuk meningkatkan pengetahuan dan pengendalian penyakit adalah dengan memberikan edukasi. Pendidikan kesehatan ini diterima oleh responden dan mereka menanggapinya dengan baik. Pendidikan kesehatan bermanfaat karena meningkatkan pengetahuan, kesadaran, kemauan, dan kemampuan individu untuk hidup sehat dan berpartisipasi aktif dalam upaya kesehatan (Notoatmojo, 2010).



Gambar 2. Demonstrasi Pembuatan SERDADU

Peningkatan Pengetahuan Penyakit Tidak Menular (PTM) setelah dilakukan sosialisasi Penyakit Tidak Menular (PTM) di Dusun

© 2024-LPPM-Universitas Muhammadiyah Kudus All rights reserved

Tahunan Desa Ngarap-Ngarap, terdapat peningkatan dalam pengetahuan masyarakat mengenai pentingnya kesehatan pada saat usia lanjut. Sebelumnya, sebagian besar masyarakat kurang mengetahui tentang Penyakit Tidak Menular (PMT) dan cara Pencegahannya terutama pada lansia. Setelah sesi sosialisasi, mereka mulai memahami tentang Penyakit Tidak Menular (PTM), Cara Pencegahannya, dan Penatalaksanannya.

Kegiatan KKN (Kuliah Kerja Nyata) yang dilakukan oleh Tim Universitas An Nuur di Desa Ngarap-Arap merupakan langkah penting dalam meningkatkan pengetahuan lansia Upaya deteksi dini penyakit tidak menular (PTM) bagi lansia melalui pemeriksaan kesehatan gratis dan sosialisasi minuman herbal Serdadu merupakan langkah strategis dalam menjaga kesehatan di usia senja. Pemeriksaan kesehatan rutin membantu mendeteksi potensi penyakit sejak dini, sehingga pengelolaan dan pencegahan komplikasi dapat dilakukan secara optimal. Di sisi lain, sosialisasi minuman herbal Serdadu memberikan edukasi kepada lansia mengenai alternatif minuman sehat yang kaya manfaat untuk mendukung fungsi tubuh dan mengurangi risiko PTM. Kombinasi antara pemeriksaan kesehatan gratis dan edukasi pola hidup sehat berbasis herbal dapat menjadi pendekatan holistik dalam mewujudkan kualitas hidup yang lebih baik bagi lansia, serta mendorong masyarakat untuk lebih peduli terhadap kesehatan di usia senja.

Berdasarkan hasil kegiatan pengabdian, mayoritas peserta lansia adalah perempuan dengan rentang usia 45–59 tahun. Kondisi ini dapat dipahami karena pada kelompok usia tersebut perempuan mulai mengalami perubahan fisiologis akibat proses penuaan dan menopause, yang berdampak pada meningkatnya risiko penyakit tidak menular (PTM).

Perubahan juga terjadi pada gaya hidup masyarakat yang telah mendapatkan penyuluhan seperti tekanan darah, IMT dan lingkar perut yang memiliki perubahan menjadi kategori yang lebih baik dalam setiap pertemuan. Pengetahuan dan ketrumilan kader juga meningkat terkait

deteksi dini faktor resiko PTM (Prabasari & Juwita, 2023).

Pengetahuan merupakan hasil dari tahu, dan ini terjadi setelah seseorang melakukan pengindraan terhadap suatu objek tertentu. Pengindraan terjadi melalui panca indra manusia yakni indra penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa dan raba. Pengetahuan atau kognitif merupakan domain yang sangat penting dalam membentuk tindakan seseorang (*overt behavior*) (Notoatmodjo, 2020).

Penelitian ini sejalan dengan teori Tumurang (2018) yang menyatakan bahwa Pengetahuan merupakan domain yang sangat penting terbentuknya tindakan atau perilaku seseorang, semakin tinggi keingintahuan seseorang maka semakin besar kemungkinan orang tersebut mencari informasi dan meningkatkan kemampuan seseorang tersebut memahami yang akan dilakukan dalam menghadapi suatu masalah atau bertindak (Aba et al., 2023)

Peningkatan pengetahuan yang diperoleh lansia setelah mendapatkan edukasi menjadi salah satu faktor yang dapat meningkatkan perubahan perilaku lansia dalam menerapkan perilaku sehat dan pembuatan minuman herbal SERDADU sehingga dapat mengendalikan penyakit tidak menular yang diderita oleh lansia yang akan berdampak dalam meningkatkan kualitas hidup lansia.

Keterbatasan dalam kegiatan PKM ini terkait transportasi dikarenakan lansia mobilitas yang terbatas sehingga ada beberapa lansia yang harus dijemput untuk ke tempat pelaksanaan kegiatan.

IV. KESIMPULAN

Terdapat perbedaan yang signifikan antara pengetahuan lansia sebelum dan sesudah intervensi ($p < 0,000 < 0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa edukasi kesehatan dan demonstrasi pembuatan minuman SERDADU efektif dalam meningkatkan pengetahuan lansia tentang PTM dan minuman herbal.

Untuk lansia, menerapkan tips sehat yang telah dijelaskan adalah langkah penting dalam pencegahan dan pengelolaan penyakit tidak menular. Dengan mengikuti pola hidup sehat, patuh terhadap anjuran medis, dan memahami cara menjaga kesehatan secara menyeluruh, lansia dapat menikmati kualitas hidup yang lebih baik dan lebih lama.

V. UCAPAN TERIMA KASIH

Puji syukur kami panjatkan ke hadirat Allah SWT, karena atas rahmat dan karunia-Nya kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat tentang Upaya Deteksi Dini Penyakit Tidak Menular dan Sosialisasi Minuman SERDADU untuk Lansia dapat terlaksana dengan baik dan lancar.

Pada kesempatan ini, kami menyampaikan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat (LPPM) yang telah memberikan dukungan, arahan, dan fasilitasi sehingga kegiatan ini dapat berjalan sesuai rencana.

Pemerintah Desa yang telah memberikan izin, dukungan, serta memfasilitasi tempat dan sarana kegiatan.

Pihak Kecamatan yang telah memberikan dukungan moral serta turut mendorong terlaksananya kegiatan ini.

Masyarakat dan para lansia yang dengan antusias berpartisipasi aktif dalam kegiatan pemeriksaan kesehatan dan sosialisasi, sehingga tujuan kegiatan dapat tercapai.

Kami berharap kegiatan ini dapat memberikan manfaat nyata dalam meningkatkan kesadaran dan upaya pencegahan penyakit tidak menular, serta mendorong pola hidup sehat di kalangan lansia dan masyarakat luas.

Semoga kerja sama yang baik ini dapat terus terjalin dalam kegiatan-kegiatan selanjutnya.

DAFTAR PUSTAKA

- Aba, M., Mahendika, D., Erlinawati, N. D., Faizah, A., & Hidayat, E. (2023). Pengaruh Edukasi “Cerdik” Terhadap

- Pengetahuan Pra Lansia Tentang Hipertensi. *Holistik Jurnal Kesehatan*, 17(2), 125–133. <Https://Doi.Org/10.33024/Hjk.V17i2.9898>
- Fandinata, S. S., Darmawan, R., & Surabaya, A. F. (2020). Pengaruh Kepatuhan Minum Obat Oral Anti Diabetik Terhadap Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe II. In *Jurnal Bidang Ilmu Kesehatan* (Vol. 10, Issue 1). <Http://Ejournal.Urindo.Ac.Id/Index.Php/Kesehatan>
- Kesehatan, J., & Meditory, S. (N.D.). *S Y Edz N A Sa I T I K A*. <Https://Jurnal.Syedzasaintika.Ac.Id>
- Nayoan, Y., Margi Kusumawardani, A., & Dewi Anggraeni Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta, F. (2025). Pengaruh Pemberian Madu Jahe Serai (Mjs) Tea Terhadap Tekanan Darah Pada Wanita Usia Menopause Dengan Hipertensi Di Banguntapan Bantul. In *Journal Integrative And Holistic Health Studies* (Vol. 1, Issue 1).
- Nuraeni, A., Darni, Z., Keperawatan, P. S., Fatmawati, S., Diploma, P., & Keperawatan, T. (2024). Peningkatan Pengetahuan Lansia Melalui Edukasi Pencegahan Penyakit Tidak Menular Dengan Gerakan Cerdik Dan Patuh. *Bernas: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 5(1), 306–313. <Https://Doi.Org/10.31949/Jb.V5i1.7454>
- Nuraisyah, F., Purnama, J. S., Nuryanti, Y., Agustin, R. D., Desriani, R., & Putri, M. U. (2021). Edukasi Pencegahan Penyakit Tidak Menular Pada Lansia Untuk Meningkatkan Kualitas Hidup. *Pengabdianmu: Jurnal Ilmiah Pengabdian Kepada Masyarakat*, 6(4), 364–368. <Https://Doi.Org/10.33084/Pengabdianmu.V6i4.1845>
- Prabasari, N. A., & Juwita, L. (2023). Pemberdayaan Kader Melalui Pelatihan Screening Penyakit Tidak Menular (Ptm) Dan Pengolahan Rempah Sebagai Pendamping Pengobatan Pada Lansia Di Wilayah Kerja Puskesmas Jagir. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (Pkm)*, 6(9), 3841–3850. <Https://Doi.Org/10.33024/Jkpm.V6i9.11198>
- Pramaswari, A. M., & Fatah, M. Z. (2023). Program Kegiatan Pemeriksaan Kesehatan Gratis Pada Masyarakat Lansia Sebagai Upaya Deteksi Dini Penyakit Tidak Menular. *Jmm (Jurnal Masyarakat Mandiri)*, 7(4), 3447. <Https://Doi.Org/10.31764/Jmm.V7i4.15945>
- Yang, L., Penyakit, M., Dan, U., Koroner, J., Rw, D. I., Sepanjang, R. T., & Bekasi, K. (2024). *Inovasi Pemberian Minuman Herbal Jaselam Terhadap*. 5(4), 7513–7518.