

EDUKASI TENTANG DETEKSI DINI HIPERTENSI DAN DIABETES MELLITUS DI BO'NE RANDANAN KECAMATAN TALLUNGLIPU KABUPATEN TORAJA UTARA TAHUN 2026

Ervinarto Pawellangi¹, Imelda Lorens²

Institut Toraja Raya Indonesia^{1, 2}

hikaerunaoki@gmail.com¹, imeldalorens85@gmail.com²

Abstrak (indonesia)

Latar Belakang:

Penyakit Tidak Menular (PTM) seperti hipertensi dan diabetes mellitus merupakan masalah kesehatan utama di Indonesia. Kedua penyakit ini sering tidak menunjukkan gejala pada tahap awal sehingga banyak penderita terlambat mendapatkan penanganan. Hipertensi dikenal sebagai “*silent killer*” karena dapat menyebabkan komplikasi serius seperti stroke, gagal ginjal, dan penyakit jantung apabila tidak terdeteksi sejak dini.

Tujuan:

Meningkatkan pengetahuan masyarakat di lingkungan Bo'ne Randanan Kelurahan Tallunglipu Kecamatan Tallunglipu.

Metode:

Metode pelaksanaan kegiatan edukasi deteksi dini hipertensi dan diabetes mellitus yaitu dengan melakukan penyuluhan atau ceramah dan diskusi. Sebanyak 10 orang yang mengikuti kegiatan ini.

Hasil:

Perencanaan kegiatan dimulai dengan survey lapangan oleh tim pelaksana PkM. Survey dengan cara melakukan diskusi dengan lurah mengenai kegiatan apa yang akan dilaksanakan dan kapan kegiatan ini dilaksanakan. Hasil diskusi telah ditentukan bahwa akan dilaksanakan pendidikan kesehatan kepada masyarakat tentang deteksi dini hipertensi dan diabetes mellitus di Lingkungan Bo'ne Randanan Kelurahan Tallunglipu Kecamatan Tallunglipu Kabupaten Toraja Utara pada Senin, 01 Juni 2026. Berdasarkan hasil evaluasi dan umpan balik, 85% peserta merasa bahwa penyuluhan ini memberikan dampak positif dalam hal peningkatan pengetahuan tentang bagaimana cara mendeteksi dini kejadian hipertensi dan diabetes mellitus serta apa yang harus segera dilakukan jika terjadi gejala. Maka dari itu, tim pelaksana PkM membuat hasil inovasi berupa poster dan leaflet tentang deteksi dini hipertensi dan diabetes mellitus.

Kesimpulan:

Telah dilakukan kegiatan pengabdian kepada masyarakat oleh Tim Pelaksana PkM pada tanggal 01 Juni 2026 di Lingkungan Bo'ne Randanan Kelurahan Tallunglipu Kecamatan Tallunglipu Kabupaten Toraja Utara. Pengabdian dalam bentuk penyuluhan mengenai deteksi dini hipertensi dan diabetes mellitus yang berhasil meningkatkan pemahaman masyarakat di lingkungan tersebut. Hasil kegiatan ini terciptalah inovasi dalam bentuk leaflet dan poster yang akan digunakan sebagai media penyuluhan.

Kata kunci: *Deteksi Dini, Hipertensi, Diabetes Mellitus*

Abstract (English)**Background:**

Noncommunicable diseases (NCDs) such as hypertension and diabetes mellitus are major health issues in Indonesia. These two conditions often show no symptoms in their early stages, resulting in many patients receiving treatment too late. Hypertension is known as the “silent killer” because it can lead to serious complications such as stroke, kidney failure, and heart disease if not detected early.

Objective:

Raising public awareness in the Bo'ne Randanan of Tallunglipu, Tallunglipu district.

Methods:

The method used to conduct the educational activities on the early detection of hypertension and diabetes mellitus involved providing health education sessions, lectures, and discussions. A total of 10 people participated in this activity.

Results:

Activity planning began with a field survey conducted by the PkM implementation team. The survey involved discussions with the village head regarding which activities would be carried out and when they would take place. As a result of these discussions, it was decided that a public health education session on the early detection of hypertension and diabetes mellitus would be held in the Bo'ne Randanan neighborhood of Tallunglipu Village, Tallunglipu Subdistrict, North Toraja Regency, on Monday, June 1, 2026. Based on the evaluation results and feedback, 85% of participants felt that this educational session had a positive impact in terms of increasing their knowledge about how to detect hypertension and diabetes mellitus early and what to do immediately if symptoms occur. Therefore, the PkM implementation team created innovative materials in the form of posters and leaflets on the early detection of hypertension and diabetes mellitus..

Conclusion:

A community service activity was conducted by the Community Service Implementation Team on June 1, 2026, in the Bo'ne Randanan neighborhood of Tallunglipu Village, Tallunglipu Subdistrict, North Toraja Regency. The activity took the form of an educational session on the early detection of hypertension and diabetes mellitus, which successfully improved the community's understanding in that neighborhood. As a result of this activity, innovations in the form of leaflets and posters were created to be used as educational materials.

Keywords: Early Detect, Hypertension, Diabetes Mellitus

*Correspondent Author : Ervinarto Pawellangi

Email : hikaerunaoki@gmail.com



PENDAHULUAN

Penyakit Tidak Menular (PTM) merupakan penyebab utama kematian di dunia dan menjadi tantangan besar dalam pembangunan kesehatan masyarakat. Di Indonesia, hipertensi dan diabetes mellitus termasuk dua penyakit tidak menular yang prevalensinya terus meningkat dari tahun ke tahun (Kemenkes RI, 2023). Kedua penyakit ini sering kali berkembang secara perlahan tanpa gejala yang jelas pada tahap awal sehingga banyak penderita baru mengetahui kondisinya setelah mengalami komplikasi. Oleh karena itu,

upaya deteksi dini dan pencegahan menjadi strategi yang sangat penting untuk menurunkan angka kesakitan, kecacatan, dan kematian akibat penyakit tersebut (WHO, 2024).

Hipertensi merupakan kondisi meningkatnya tekanan darah secara persisten dengan tekanan darah sistolik ≥ 140 mmHg dan/atau tekanan darah diastolik ≥ 90 mmHg. Hipertensi dikenal sebagai *silent killer* karena sebagian besar penderita tidak menunjukkan gejala yang khas. Menurut *World Health Organization* (WHO), sekitar 1,28 miliar orang dewasa berusia 30–79 tahun di dunia menderita hipertensi, dan hampir setengah dari mereka tidak menyadari bahwa dirinya mengalami hipertensi. Apabila tidak terkontrol, hipertensi dapat menyebabkan berbagai komplikasi serius seperti stroke, penyakit jantung koroner, gagal ginjal, dan gangguan pembuluh darah lainnya (WHO, 2025).

Selain hipertensi, diabetes mellitus juga menjadi masalah kesehatan yang terus meningkat baik di tingkat global maupun nasional (WHO, 2024). Diabetes mellitus adalah penyakit metabolik kronis yang ditandai dengan peningkatan kadar glukosa darah akibat gangguan sekresi insulin, kerja insulin, atau keduanya. *International Diabetes Federation* (IDF) melaporkan bahwa lebih dari 500 juta orang dewasa hidup dengan diabetes di seluruh dunia dan jumlah tersebut diperkirakan akan terus meningkat pada tahun-tahun mendatang (International Diabetes Federation, 2025). Diabetes mellitus yang tidak terkontrol dapat menimbulkan berbagai komplikasi seperti penyakit jantung, stroke, gagal ginjal, neuropati diabetik, retinopati diabetik, hingga amputasi (American Diabetes Association, 2024).

Peningkatan kejadian hipertensi dan diabetes mellitus dipengaruhi oleh berbagai faktor risiko, antara lain pola makan tidak sehat, konsumsi makanan tinggi gula, garam dan lemak, kurang aktivitas fisik, obesitas, kebiasaan merokok, konsumsi alkohol, serta faktor genetik (Kemenkes RI, 2023). Perubahan gaya hidup masyarakat modern juga berkontribusi terhadap meningkatnya prevalensi kedua penyakit tersebut. Faktor-faktor tersebut sebagian besar dapat dimodifikasi melalui penerapan perilaku hidup sehat sehingga upaya promotif dan preventif perlu terus ditingkatkan di masyarakat (Perhimpunan Dokter Hipertensi, 2023).

Salah satu bentuk upaya promotif dan preventif yang efektif adalah melalui penyuluhan kesehatan. Penyuluhan kesehatan bertujuan meningkatkan pengetahuan, sikap, dan perilaku masyarakat dalam menjaga kesehatan serta mencegah terjadinya penyakit. Melalui penyuluhan mengenai deteksi dini hipertensi dan diabetes mellitus, masyarakat diharapkan mampu mengenali faktor risiko, tanda dan gejala awal penyakit, pentingnya pemeriksaan kesehatan secara berkala, serta menerapkan perilaku hidup sehat untuk mencegah terjadinya komplikasi (Kemenkes RI, 2024).

Berdasarkan kondisi tersebut, maka dilaksanakan kegiatan penyuluhan kesehatan tentang deteksi dini hipertensi dan diabetes mellitus sebagai upaya meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat dalam melakukan pencegahan, deteksi dini, serta pengendalian faktor risiko penyakit tidak menular. Diharapkan kegiatan ini dapat mendorong masyarakat untuk lebih peduli terhadap kesehatannya melalui pemeriksaan kesehatan rutin dan penerapan pola hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari.

METODE PELAKSANAAN

1. Tahapan Kegiatan

Metode pelaksanaan kegiatan edukasi tentang deteksi dini hipertensi dan diabetes mellitus di lingkungan Bo'ne Randanan Kelurahan Tallunglipu yaitu dengan melakukan penyuluhan dan diskusi. Kegiatan tahap pertama dimulai dengan survei lapangan ke kantor Kelurahan Tallunglipu Kabupaten Toraja Utara pada tanggal 25 Mei 2026. Tim pelaksana PkM melakukan diskusi dengan lurah dan kepala lingkungan mengenai jadwal pelaksanaan kegiatan ini.

Tahap kedua merupakan pelaksanaan kegiatan berupa pelaksanaan solusi yang telah disetujui oleh lurah Tallunglipu dan tim pelaksana PkM. Pelaksanaan kegiatan dilakukan selama satu hari yaitu pada hari Senin, 01 Juni 2026. Sebanyak 10 orang masyarakat lingkungan Bo'ne Randanan yang mengikuti kegiatan ini.

2. Solusi yang ditawarkan

Tim pengabdian menawarkan beberapa solusi terkait deteksi dini hipertensi dan diabetes mellitus pada masyarakat. Pertama adalah perlunya meningkatkan pemahaman keluarga tentang bagaimana deteksi dini kejadian hipertensi dan diabetes mellitus. Kegiatan ini dilakukan dengan melakukan pendidikan kesehatan pada keluarga, memberikan penyuluhan tentang pengertian, faktor risiko, tanda dan gejala hipertensi serta diabetes mellitus, mengedukasi masyarakat mengenai pentingnya pemeriksaan kesehatan secara rutin, menyebarkan media edukasi berupa leaflet dan poster. Solusi yang lain adalah memperkuat peran tenaga kesehatan dalam hal skrining kesehatan berkala dan pembentukan program monitoring kesehatan.

3. Mekanisme Pelaksanaan Kegiatan

Tanggal Pelaksanaan : Senin, 01 Juni 2026

Pukul : 11.00 – Selesai

Tempat Pelaksanaan : Lingkungan Bo'ne Randanan, Kelurahan Tallunglipu

4. Rundown Kegiatan

Adapun susunan program kegiatan Edukasi, yaitu :

Waktu	Kegiatan	Durasi	Keterangan
10.30	Persiapan	30 menit	Tim
11.00 – 12.30	Pelaksanaan kegiatan	1 jam 30 menit	Tim
12.30 – 13.30	Istirahat	1 jam	Tim

5. Jobdesk Tim Pelaksana

No.	Nama TIM	Keterangan
1	Ervinarto Pawellangi, S.Kep., Ns.	Ketua Penyuluh
2	Imelda Lorens, S.Kep., Ns.	Anggota

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Hasil

Kegiatan ini merupakan salah satu rangkaian kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang dilakukan oleh tim pelaksana PkM Institut Toraja Raya Indonesia tahun 2026. Perencanaan kegiatan dimulai dengan survey lapangan oleh tim pengabdian. Survey melakukan diskusi dengan lurah dan kepala lingkungan mengenai kegiatan apa yang akan dilaksanakan dan kapan kegiatan ini dilaksanakan.

Pada diskusi ini tim pengabdian mengidentifikasi permasalahan yang dihadapi oleh keluarga terkait dengan kesehatan warga. Permasalahan yang ditemukan adalah kurangnya pengetahuan yang dimiliki keluarga tentang deteksi dini penyakit tidak menular yaitu hipertensi dan diabetes mellitus.

Kemudian tim pengabdian menawarkan beberapa solusi diantaranya memberikan pendidikan kesehatan terkait deteksi dini hipertensi dan diabetes mellitus pada masyarakat. Pertama adalah perlunya meningkatkan pemahaman keluarga tentang bagaimana deteksi dini kejadian hipertensi dan diabetes mellitus. Kegiatan ini dilakukan dengan melakukan pendidikan kesehatan pada keluarga, memberikan penyuluhan tentang pengertian, faktor risiko, tanda dan gejala hipertensi serta diabetes mellitus, mengedukasi masyarakat mengenai pentingnya pemeriksaan kesehatan secara rutin, menyebarkan media edukasi berupa leaflet dan

poster. Solusi yang lain adalah memperkuat peran tenaga kesehatan dalam hal skrining kesehatan berkala dan pembentukan program monitoring kesehatan.

Hasil diskusi telah ditentukan bahwa akan dilaksanakan pendidikan kesehatan di salah satu rumah warga di lingkungan Bo'ne Randanan Kelurahan Tallunglipu pada Senin, 01 Juni 2026.

Berdasarkan hasil evaluasi dan umpan balik, 85% peserta merasa bahwa penyuluhan ini memberikan dampak positif dalam hal peningkatan pengetahuan masyarakat tentang pengertian, faktor risiko, tanda dan gejala serta pentingnya pemeriksaan kesehatan secara rutin. Maka dari itu, tim pengabdian kepada masyarakat membuat hasil inovasi berupa poster tentang deteksi dini hipertensi dan diabetes mellitus.

2. Luaran

Pada kegiatan ini, tim pengabdian merancang leaflet dan poster. Leaflet dan poster ini berisi materi tentang definisi hipertensi dan diabetes mellitus, tanda dan gejala, cara pencegahan dan cara deteksi dini tanda dan gejala hipertensi serta diabetes mellitus, hal yang harus dihindari dan kapan untuk menghubungi tenaga kesehatan.



Leaflet dan poster akan digunakan oleh keluarga sebagai media edukasi dan akan diberikan kepada pihak puskesmas, lurah dan pemerintah setempat untuk ditempel pada papan pengumuman.

Edukasi deteksi dini hipertensi dan diabetes mellitus merupakan kegiatan yang dilakukan untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat. Metode pelaksanaan yang digunakan dalam program edukasi ini dibagi menjadi dua tahapan. Tahapan pertama adalah memberikan penyuluhan materi. Pada tahapan kedua yaitu sesi tanya jawab dari peserta. Sasaran dari kegiatan ini merupakan warga lingkungan Bo'ne Randanan Kelurahan Tallunglipu Kecamatan Tallunglipu Kabupaten Toraja Utara. Penyuluhan terkait edukasi ini sebagai upaya menurunkan angka kejadian penyakit tidak menular (PTM) di Kabupaten Toraja Utara khususnya di Kecamatan Tallunglipu.



INSTITUT TORAJA RAYA INDONESIA
 SK Kesmendikbudristek : 806/E/O/2023
 Jl. Pulo Tallunglipu Bo'ne, Km. Tallunglipu, Kab. Toraja Utara, 91532
 Telp 1981356649999, <http://www.itrj.or.id>

DAFTAR HADIR PENYULUHAN KESEHATAN
 Hari/Tanggal : Senin, 02 Juni 2026
 Materi : Deteksi Dini Hipertensi dan DM
 Lokasi : Lingkungan Bo'ne Randanan

NO	NAMA LENGKAP	TANDA-TANGAN
1	Allyce	1
2	Sasimuly	2
3	Ne' Yanzhan	3
4	Ne' GRUS	4
5	Manyan	5
6	NECI MARANING	6
7	Ayudha	7
8	Harmoni Nur Ranyani	8
9	Mace	9
10	Kenfani Tini	10
11		11
12		12
13		13
14		14
15		15
16		16
17		17
18		18
19		19
20		20
21		21
22		22
23		23

KESIMPULAN

Telah dilakukan kegiatan pengabdian kepada masyarakat oleh pada tanggal 01 Juni 2026 di lingkungan Bo'ne Randanan Kelurahan Tallunglipu Kecamatan Tallunglipu Kabupaten Toraja Utara. Pengabdian dalam bentuk penyuluhan mengenai deteksi dini hipertensi dan diabetes mellitus yang berhasil meningkatkan pemahaman masyarakat di lingkungan Bo'ne Randanan. Dari hasil kegiatan ini terciptalah inovasi dalam bentuk leaflet dan poster yang akan digunakan sebagai media penyuluhan.

DAFTAR PUSTAKA

- American Diabetes Association. (2024). *Standards of Care in Diabetes*. ADA, Diabetes Care.
- International Diabetes Federation. (2025). *IDF Diabetes Atlas (11th ed)*. Brussels: International Diabetes Federation.
- Kemenkes RI. (2023). *Profil Kesehatan Indonesia*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Kemenkes RI. (2023). *Survey Kesehatan Indonesia*. Jakarta: Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan.
- Kemenkes RI. (2024). *Pedoman Pencegahan dan Pengendalian Penyakit Tidak Menular*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Perhimpunan Dokter Hipertensi. (2023). *Konsensus Penatalaksanaan Hipertensi Indonesia*. Jakarta: InaSH.
- WHO. (2024). *Diabetes Fact Sheet*. Geneva: World Health Organization.
- WHO. (2024). *Noncommunicable Diseases Progress Monitor 2024*. Geneva: World Health Organization.
- WHO. (2025). *Hipertension Fact Sheet*. Geneva: World Health Organization.