



EDUKASI DAN SKRINING KESEHATAN PADA LANSIA DI DESA SURUHKALANG, JATEN KARANGANYAR

Ayu Saidah, Lizya Anggita Abriyanti, Rifdah Hardaning Tyas, Muhammad Azim Zaqfaryawan, Herry Putut Cahyono, Bhisma Murti, Elsa Tursina

Program Studi Pascasarjana Ilmu Kesehatan Masyarakat, Universitas Sebelas Maret, Jl. Ir Sutami No 36A, Jebres Surakarta 57126, Jawa Tengah, Indonesia

Informasi Artikel

Diajukan: 09/09/2024

Diterima: 12/09/2024

Diterbitkan: 07/09/2024

ABSTRAK

Proses penuaan pada lansia menurunkan kemampuan diri dalam memelihara kesehatan. Penyakit Tidak Menular (PTM) yang sering terjadi pada kelompok lansia diantaranya obesitas, hipertensi dan diabetes mellitus. Apabila tidak dicegah atau ditanggulangi maka akan terus berasosiasi dan menimbulkan komplikasi yang berat. Salah satu bentuk pencegahan yang dapat dilakukan adalah dengan memberikan edukasi dan skrining kesehatan yaitu pemeriksaan IMT, tekanan darah dan kadar gula darah. Kegiatan ini bertujuan untuk memberikan informasi kesehatan seputar PTM serta melakukan upaya pecegahan PTM dengan screening kesehatan. Kegiatan ini dilakukan di Desa Suruhkalang dengan jumlah peserta sebanyak 24 orang. Hasil yang didapatkan yakni terjadi peningkatan pengetahuan terkait PTM pada lansia yang ditunjukkan dengan lansia mampu menjawab benar pertanyaan yang diberikan dan berpartisipasi aktif ketika diskusi dan kuis. Kegiatan pengabdian masyarakat berdampak positif terhadap peningkatan pengetahuan pada lansia dan membantu mendeteksi dini PTM.

Kata Kunci: obesitas, hipertensi, lansia, skrining kesehatan

ABSTRACT

The aging process in the elderly reduces their ability to maintain health. Non-communicable diseases (NCDs) that often occur in the elderly include obesity, hypertension and diabetes mellitus. If not prevented or addressed, they will continue to associate and cause serious complications. One form of prevention that can be done is by providing health education and screening, namely BMI, blood pressure and blood sugar levels. This activity aims to provide health information about NCDs and to make efforts to prevent NCDs through health screening. This activity was carried out in Suruhkalang Village with 24 participants. The results obtained were an increase in knowledge related to NCDs in the elderly. The elderly were able to answer the questions given correctly and actively participate in discussions and quizzes. Community service activities have a positive impact on increasing knowledge in the elderly and helping to detect NCDs early.

Keywords: obesity, hypertension, elderly, health screening

Korespondensi

Email:

ayu.saidah@student.uns.ac.id

PENDAHULUAN

Persentase jumlah lanjut usia di Indonesia mengalami peningkatan sebanyak 4% selama 10 tahun terakhir. Pada tahun 2022, tercatat persentase lansia di Indonesia sebanyak 11.75% dengan usia harapan hidup sebesar 71.85 tahun (Arywibowo dan Rozi, 2024). Saat ini Indonesia mengalami transisi epidemiologi yang ditandai dengan angka kematian dan kesakitan akibat Penyakit Tidak Menular (PTM) meningkat seperti jantung, diabetes, stroke dan lain-lain. Dengan perubahan perilaku hidup, memungkinkan peningkatan PTM akan terus berlanjut. Salah satu kelompok usia yang rentan terhadap PTM adalah lansia (Nuraisyah et al., 2021).

Lansia merupakan individu yang mencapai usia 60 tahun ke atas, dan biasanya ditemukan keterbatasan dan penurunan fungsi kehidupan akibat proses penuaan (Sukun et al., 2023). Semakin bertambahnya usia, permasalahan fisik, jiwa, spiritual dan ekonomi tidak dapat dihindari. Peningkatan populasi lansia menimbulkan berbagai prevalensi penyakit degenerative. Hal tersebut dapat disebabkan oleh faktor gaya hidup, seperti kurangnya melakukan aktifitas fisik, rendahnya konsumsi buah dan sayur, perilaku tidak sehat seperti mengonsumsi garam dan gula berlebihan, kebutuhan air tidak tercukupi dan lain sebagainya. Status kesehatan lansia yang menurun akan memengaruhi kualitas hidup lansia (Ningsih et al., 2024).

Obesitas merupakan kondisi yang sering ditemui pada kelompok lansia. Perubahan komposisi tubuh karena bertambahnya usia mengakibatkan massa otot menurun dan terjadi peningkatan massa lemak. Penumpukan lemak pada tubuh jika tidak diiringi dengan pola hidup yang sehat akan menyebabkan obesitas (Herdian dan Farapti, 2023). Obesitas meningkatkan risiko penyakit kronis seperti diabetes tipe 2, hipertensi, dan penyakit kardiovaskular, serta dapat menyebabkan masalah psikologis seperti gangguan tidur dan menurunnya kepercayaan diri (Santoso et al., 2024). Pada populasi lanjut usia, obesitas didefinisikan bila hasil pengukuran Indeks Massa Tubuh (IMT) ≥ 25 kg/m².

Hipertensi atau tekanan darah tinggi adalah suatu keadaan dimana seseorang mengalami peningkatan tekanan darah di atas normal. Menurut WHO, batasan tekanan darah yang masih dianggap normal adalah 140/90 mmHg, sedangkan tekanan darah $\geq 160/95$ mmHg dinyatakan sebagai hipertensi (Fitriyana dan Wirawati, 2022). Aktifitas fisik adalah faktor penyebab kejadian hipertensi (Wirakhmi, 2023). Diabetes Mellitus (DM) adalah penyakit kronis yang disebut juga sebagai silent killer dan termasuk urutan keempat untuk penyakit degenerative dalam sepuluh penyebab utama kematian (Rahmy et al., 2023). DM terjadi akibat pankreas tidak cukup menghasilkan insulin yang digunakan untuk mengatur gula darah atau glukosa di wilayah kerja UPT Puskesmas Jaten 1, penderita DM sebanyak 733 kasus dan 100% telah mendapatkan pelayanan sesuai standart. Walau demikian, hal tersebut masih menandakan bahwa kasus DM masih tinggi dalam rentang waktu satu tahun terakhir. Estimasi penderita hipertensi juga ditemukan sebanyak 1,885 kasus.

Peningkatan PTM berdampak negatif pada ekonomi dan produktivitas masyarakat. Permasalahan PTM menjadi beban ganda dalam pelayanan kesehatan, sekaligus tantangan yang harus dihadapi dalam pembangunan kesehatan di Indonesia (Widiastuti dan Saputri, 2023). Melihat prevalensi PTM yang tinggi membuat peneliti tertarik untuk melakukan kegiatan pengabdian masyarakat khususnya di desa Suruhkalang, Jaten,

Karanganyar. Pengabdian masyarakat dilakukan dengan melakukan edukasi dan skrining kesehatan sebagai upaya pencegahan dan penanggulangan penyakit tidak menular.

METODE

Kegiatan edukasi dan screening kesehatan dilaksanakan pada hari Minggu, 18 Agustus 2024 yang dimulai pada pukul 09.00 WIB. Sasaran kegiatan ini ialah warga lansia di Desa Suruhkalang, Kec. Jaten, Karanganyar dengan jumlah 24 orang. Metode yang digunakan dalam kegiatan ini adalah edukasi kesehatan mengenai PTM dan pemeriksaan kesehatan yang mencakup pemeriksaan IMT, tekanan darah, cek kadar gula darah, serta senam sehat. Media dan alat pemeriksaan yang digunakan yaitu berupa timbangan omron, tensimeter, glukometer dan leaflet mengenai “Tips Menjaga Kesehatan Lansia”. Edukasi dilakukan dengan metode ceramah serta diskusi tanya jawab, sehingga dapat diketahui dengan mudah untuk mengetahui sejauh mana informasi diterima oleh lansia. Evaluasi kegiatan edukasi dilakukan dengan kuis. Tim pengabdian memberikan pertanyaan kepada peserta dan yang menjawab dengan benar mendapat apresiasi hadiah dari Tim pengabdian.

HASIL DAN PEMBAHASAN

HASIL

Hasil yang sudah dicapai dalam kegiatan pemeriksaan ini adalah seluruh warga yang hadir berjumlah 24 orang, dan seluruhnya berjenis kelamin perempuan. Pada pelaksanaan edukasi mengenai PTM, dijelaskan mengenai penyakit yang sering terjadi pada lansia, cara mencegah penyakit dengan CERDIK, pentingnya aktivitas fisik bagi lansia dan bagaimana pola makan yang benar pada lansia. Para peserta sangat antusias dalam mendengarkan informasi yang diberikan. Kemudian dapat diketahui setelah kegiatan evaluasi edukasi bahwa terjadi peningkatan pengetahuan mengenai PTM pada lansia Desa Suruhkalang karena peserta menjawab pertanyaan yang diberikan dengan benar. Berikut merupakan hasil karakteristik peserta kegiatan pengabdian masyarakat:

Tabel 1. Hasil Karakteristik Responden Berdasarkan Usia dan Pekerjaan

No	Karakteristik	Frekuensi	Presentase
1.	Usia		
	50-60	4	16.67%
	60-70	13	54.16%
	70-80	7	29.16%
	Total	24	100%
2.	Pekerjaan		
	Petani	3	12.5%
	Pedagang	7	29.16%
	Ibu Rumah Tangga	14	58.33%
	Total	24	100%

Hasil karakteristik berdasarkan usia sebanyak 4 orang berusia rentan 50 - 60 tahun (16.67%), 13 orang rentan usia 60-70 tahun (54.16%), dan 7 orang berusia rentan 70-80 tahun (29.16%). Kemudian hasil karakteristik berdasarkan pekerjaan didapati 3 orang bekerja sebagai petani (12.5%), 7 pedagang (29.16%), dan ibu rumah tangga sebanyak 14 orang (58.33%). Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan, rutinitas cek kesehatan didapati 24 orang (100%) rutin cek kesehatan di puskesmas atau fasilitas kesehatan.

Berdasarkan Tabel 2, diketahui sebanyak 16 orang (66.6%) memiliki tekanan darah tinggi normal dan sebanyak 8 orang (33.3%) memiliki tekanan darah tinggi tidak normal. Tekanan darah yang tidak normal pada lansia dapat menyebabkan stroke, penyakit jantung dan sakit ginjal.

Tabel 2 Persentase Hasil Pengukuran Tekanan Darah

No	Hasil Pengukuran	Tekanan Darah	Presentase	Mean	Standar Deviasi
1	Normal	≤140/90 mmHg	66.6%	148	20.8
2	Tidak Normal	>140/90 mmHg	33.3%		

Berdasarkan Tabel 3 diketahui sebanyak 10 orang (41.67%) memiliki hasil gula darah normal dan 14 orang (58.33%) tidak normal. Lansia dengan kadar gula darah yang tidak normal dalam jangka waktu tertentu dapat berisiko terjatuh, patah tulang, kehilangan kemandirian dan penurunan kualitas hidup.

Tabel 3 Hasil Pengukuran Gula Darah

No	Hasil Pengukuran Gula Darah	Frekuensi	Presentase	Mean	Standar Deviasi
1	Normal	10	41,67%	151	53.35
2	Tidak Normal	14	58,33%		
Total		24	100%		

Berdasarkan Tabel 4 diketahui bahwa 18 peserta (75%) mengalami rasa berat pada tengkuk, 2 (8.33%) mengalami mual dan muntah, dan 4 (16.67%) memiliki riwayat vertigo. Gangguan degeneratif yang sering terjadi pada lansia yakni jantung koroner, hipertensi, dan stroke.

Tabel 4 Hasil Wawancara Tanda Gejala Penyakit Degeneratif

No	Hasil Pengukuran Urid Acid	Frekuensi	Presentase
1	Rasa berat pada tengkuk	18	75%
2	Mual dan muntah	2	8.33%
3	Riwayat vertigo	4	16.67%

Berdasarkan Tabel 5, diketahui sebanyak 3 orang (12.5%) memiliki IMT underweight, 15 orang (62.5%) normal, 5 orang (20.83%) overweight dan 1 orang (4.17%) obesitas tipe 1.

Status gizi lansia dapat diukur dengan indeks massa tubuh (IMT). IMT didapatkan dari Berat badan dalam kilogram dibagi dengan tinggi badan dalam meter kuadrat. Kategori underweight adalah seseorang yang memiliki berat badan kurang jika nilai IMT-nya kurang dari 18.5 kg/m². Orang dalam kategori underweight atau kurang gizi ini perlu menambah asupan makanan yang tinggi akan protein, karbohidrat, lemak, serta vitamin

dan mineral. Jika nilai IMT berkisar diantara 18.5 kg/m^2 – 25 kg/m^2 , berat badan Anda tergolong ideal atau normal. Seseorang dikatakan memiliki berat badan berlebih atau overweight bila memiliki IMT antara 25 kg/m^2 – 27 kg/m^2 .

Tabel 5 Hasil pengukuran IMT

No	Hasil Pengukuran IMT	Frekuensi	Presentase	Mean	Standar Deviasi
1	Underweight	3	12.5%		
2	Normal	15	62.5%		
3	Overweight	5	20.83%	22	3.90
4	Obesitas tipe 1	1	4.17%		
	Total	24	100%		

Seseorang tergolong obesitas jika hasil perhitungan IMT-nya melebihi angka 27 kg/m^2 . Penanganan untuk kategori obesitas berfokus pada penurunan berat badan dan mengurangi risiko terjadinya penyakit tertentu karena obesitas, seperti diabetes, hipertensi, hingga penyakit jantung. Nutrisi yang baik pada lansia dapat mencegah malnutrisi, mendukung fungsi fisik, mengurangi resiko penyakit kronik, mendukung kesehatan mental serta mencegah disabilitas.

PEMBAHASAN

1. Kegiatan diawali dengan koordinasi antara Tim Pengabdian Masyarakat S2 Ilmu Kesehatan Masyarakat UNS dengan Perangkat Desa
2. Persiapan kegiatan dilakukan untuk merancang apa saja tindakan yang akan dilakukan, seperti penyusunan alat dan bahan yang perlu dibawa, mempersiapkan materi terkait PTM dan media Leaflet “Tips Menjaga Kesehatan Lansia”
3. Pelaksanaan kegiatan diawali dengan screening kesehatan berupa cek tekanan darah



Gambar 2. Cek Tekanan Darah



Gambar 1. Pengukuran Kadar Gula Darah



Gambar 4. Pengukuran IMT



Gambar 3. Kegiatan Senam Lansia



Gambar 5. Pemberian edukasi PTM & Apresiasi Ketika Menjawab Pertanyaan Dengan Benar



Pengabdian kepada masyarakat dapat dilakukan secara efektif. Kegiatan pengabdian ini merupakan salah satu upaya preventif dan promotif untuk mengidentifikasi dini masalah kesehatan pada lansia, khususnya penyakit tidak menular. Salah satu cara agar masyarakat khususnya para lansia dapat terlibat dalam upaya deteksi dini, pemantauan mandiri dan berkelanjutan, serta tindak lanjut dini faktor risiko penyakit tidak menular adalah melalui skrining PTM. Mengingat hampir semua faktor risiko penyakit tidak menular tidak menimbulkan gejala pada yang lansia yang mengalaminya, maka kegiatan ini dibuat sebagai salah satu cara untuk meningkatkan kewaspadaan dini terhadap penyakit tidak menular. Penyakit tidak menular dapat disebabkan karena terpapar asap rokok, konsumsi alkohol, kurangnya olahraga, dan pola makan yang buruk, mengonsumsi makanan yang tidak sehat dan kurang aktivitas fisik dapat menyebabkan masalah kesehatan seperti obesitas, peningkatan lemak darah, tekanan darah, dan gula darah (Anggraini dan Setyaningrum, 2023).

Pada hasil dalam pengabdian ini yang dapat dilihat pada Tabel 3 pengukuran tekanan darah didapatkan jumlah lansia yang memiliki tekanan darah tidak normal sebanyak 8 orang dengan persentase 33.3%. Dibandingkan dengan orang yang lebih muda, orang lanjut usia dianggap lebih rentan terkena berbagai penyakit degeneratif. Hipertensi merupakan salah satu kondisi degeneratif yang sering kali muncul tanpa gejala dan

banyak lansia tidak menyadari keberadaannya. Perubahan pada kondisi arteri darah, terutama di jantung, biasanya menjadi penyebab hipertensi pada orang lanjut usia. Arteri mengeras dan kehilangan elastisitasnya seiring bertambahnya usia, akibatnya arteri darah menjadi kaku, dan jantung harus bekerja lebih keras untuk memompa darah. Sehingga tekanan darah meningkat (Laurent dan Boutouyrie, 2020).

Indeks masa tubuh lansia yang didapatkan dari hasil pengabdian masyarakat ini diketahui bahwa lansia mayoritas pada angka kategori yaitu sebanyak 62% atau 15 orang lansia. Indeks masa tubuh dapat digunakan untuk menganalisis status berat badan seseorang berkaitan dengan risiko masalah kesehatan akibat kekurangan atau kelebihan berat badan, serta untuk menentukan apakah seseorang kurus, ideal, gemuk dan obesitas (Anida dan Yeti Syarifah, 2024).

Penurunan fungsi karena terganggunya homeostasis pada lansia dapat menyebabkan sistem pengaturan glukosa darah terganggu, sehingga penyakit diabetes melitus sering diderita para lansia. Diabetes mellitus adalah penyakit kronis yang terjadi akibat pankreas tidak cukup menghasilkan insulin yang digunakan untuk mengatur gula darah atau glukosa. Penyakit DM termasuk urutan keempat untuk penyakit degenerative dalam sepuluh penyebab utama kematian (Meilani et al., 2022). DM pada lansia umumnya bersifat asimtomatik, dengan gejala tidak khas seperti kelemahan, latergi, perubahan tingkah laku, menurunnya status kognitif atau kemampuan fungsional. Hal tersebut yang menyebabkan diagnosis DM pada lansia terlambat. Pada lansia tanpa diabetes, kadar gula darah yang direkomendasikan yakni sebelum makan kurang dari 100 mg/dl, 2 jam setelah makan kurang dari 140 mg/dl, kadar gula darah sewaktu kurang dari 200 mg/dl. Apabila kadar gula darah pada 140-199 mg/dl maka telah termasuk kategori prediabetes. Menjaga kadar gula darah pada lansia merupakan hal penting untuk menghindari gangguan kesehatan diabetes (Afrilia et al., 2023).

Edukasi yang diberikan pada kegiatan ini menjelaskan tentang penyakit tidak menular yang sering terjadi pada lansia. Kegiatan edukasi menggunakan bantuan media leaflet. Pembahasan dalam edukasi ini mencakup penyakit apa saja yang sering terjadi pada lansia, contohnya hipertensi, diabetes mellitus, stroke, osteoporosis, demensia dan lain-lain. Pencegahan dengan CERDIK juga disebutkan dalam kegiatan penyuluhan. CERDIK ialah sebuah singkatan dari Cek kesehatan secara berkala, Enyahkan asap rokok, Rajin aktivitas fisik dan olahraga, Diet sehat dan seimbang, Istirahat Cukup dan Kelola Stress. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Asih dan Rohimah (2021) yang menyebutkan bahwa penguatan pengetahuan lansia melalui program CERDIK akan menguatkan perilaku positif pada lansia dalam mencegah PTM.

SIMPULAN

Kegiatan pengabdian masyarakat berupa edukasi, pemeriksaan tekanan darah, pemeriksaan Gula Darah Acak (GDA), menghitung Indeks Masa Tubuh (IMT) lansia, senam lansia berjalan dengan lancar dan memperoleh respon positif dari kader dan para lansia. Hal ini menunjukkan bahwa masih adanya kesadaran para lansia terhadap pentingnya skrining kesehatan pada usia lanjut. Berdasarkan kegiatan yang dilakukan, diketahui terjadi peningkatan pengetahuan lansia mengenai PTM, yakni dengan menjawab dengan benar ketika kediberikan pertanyaan evaluasi mengenai materi yang telah disampaikan.

Diharapkan melalui kegiatan pengabdian masyarakat yang dilaksanakan ini dapat meningkatkan pemahaman mengenai penyakit tidak menular yang dapat menyerang lansia serta diharapkan kesadaran lansia untuk rutin melakukan pemeriksaan kesehatan dan menghindari perilaku yang dapat berisiko buruk bagi kesehatannya.

UCAPAN TERIMAKASIH

Penulis mengucapkan terimakasih kepada para kader dan bidan desa Kecamatan Jaten, Karanganyar, yang telah memberikan izin untuk melaksanakan kegiatan pengabdian kepada masyarakat. Selain itu, penulis sangat berterima kasih kepada para lansia yang telah aktif dan antusias mengikuti kegiatan pengabdian masyarakat ini dari awal sampai selesai. Penulis juga mengucapkan terima kasih kepada seluruh pihak yang membantu penyelenggaraan kegiatan pengabdian sehingga berjalan dengan lancar.

DAFTAR PUSTAKA

- Anida, Yeti SN (2024). Hubungan Indeks Masa Tubuh Dan Lingkar Pinggang Dengan Tekanan Darah Pada Pra Lansia Di Dusun Bakalan. *J Kesehat Masy*. 17(1):44-58.
- Anggraini K, Setyaningrum DAW (2023). Deteksi Dini Faktor Risiko Penyakit Tidak Menular (PTM) pada Lansia Duri Pulo Jakarta Pusat. *Inov J Pengabd Masy*. 1(2):57-62. doi:10.54082/ijpm.119.
- Arywibowo JD, Rozi HF (2024). Kualitas Hidup Lansia Yang Tinggal Di Panti Wreda Dan Faktor-Faktor Yang Memengaruhinya: Tinjauan Pustaka Pada Lansia Di Indonesia. *J EMPATI*. 13(2): 40-53. doi:10.14710/empati.2024.43336.
- Asih SW, Rohimah MA. (2021). Upaya Peningkatan Pengetahuan Lansia Tentang Hipertensi Melalui Health Education Program Cerdik Di Wilayah Kerja Puskesmas Patrang Kabupaten Jember. *J Ilmu Kesehat*. 10(1):90-97.
- Afrilia E, Lestari M, Musa SM. (2023) Skrining Kesehatan (Hipertensi, Diabetes Meilitus, Kolestrol Dan Asam Urat) Pada Usia Lanjut Di Kecamatan Neglasari Kota Tangerang. *J Pengabd Masy Kesehat Terkini*. 2(1):1-8. doi: 10.58516/jpmkt.v2i1.32.
- Fitriyana M, Wirawati MK (2022). Penerapan Pola Diet Dash Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Desa Kalikangkung Semarang. *J Manaj Asuhan Keperawatan*. 6(1): 17-24. doi:10.33655/mak.v6i1.126.
- Herdian PD, Farapti F (2023). Hubungan Obesitas Dengan Hipertensi Pada Lanjut Usia: Literature Review. *Jurnalkesehatan Tambusai*. 4(4): 6443-6449.
- Laurent S, Boutouyrie P (2020). Arterial Stiffness and Hypertension in the Elderly. *Front Cardiovasc Med*. 7(October):1-13. doi:10.3389/fcvm.2020.544302.
- Meilani N, Azis WOA, Saputra R. (2022). Faktor Resiko Kejadian Diabetes Mellitus Pada Lansia. *Poltekita J Ilmu Kesehat*. ;15(4):346-354. doi:10.33860/jik.v15i4.860.
- Ningsih F, Harta H, Khalis NR, et al (2024). Pemberdayaan Lansia Melalui Melalui Peningkatan Pengetahuan Tentang Kesehatan Reproduksi Dengan Metode Focus Group Discussion Di Posyandu Kemuning. *J Digit Community Serv*. 1(1): 38-43. doi:10.69693/dcs.v1i1.12.
- Nuraisyah F, Purnama JS, Nuryanti Y, Agustin RD, Desriani R, Putri MU (2021). Edukasi Pencegahan Penyakit Tidak Menular pada Lansia untuk Meningkatkan Kualitas Hidup. *PengabdianMu J Ilm Pengabd Kpd Masy*. 6(4): 364-368. doi:10.33084/pengabdianmu.v6i4.1845.
- Rahmy HA, Dewi RK, Avicena R, Putri SN, Naqiyah S (2023). Analisis Program Pengelolaan Penyakit Kronis (Prolanis) Terhadap Kadar Gula Darah pada Pasien

- Diabetes Mellitus di Kota Padang. *Ash-Shihhah J Heal Stud.* 1(1):14-22.
- Santoso AH, Kartolo MS, Alifiah TP, et al (2024). Pelayanan Skrining Obesitas dan Obesitas Sentral pada Populasi Lanjut Usia melalui Pengukuran Indeks Massa Tubuh Dan Lingkar Pinggang Screening of Obesity and Central Obesity of Elderly Living at Community Dwelling House by Measurement of Body Mass Index . *J Has Pengabdi Masy Indones.* 3(2):62-68. doi: 10.58192/karunia.v3i2.2150.
- Sukun P, Tanjungrejo K, Malang K, et al (2023). Pola Hidup Sehat Melalui Edukasi dan Senam Lansia di Posyandu Sukun, Kecamatan Tanjungrejo, Kota Malang. *Ash-Shihhah J Heal Stud.* 1:73-80.
- Widiastuti S, Saputri ME (2023). Pemeriksaan Kesehatan pada Masyarakat RW 06 di Kelurahan Grogol Depok. *J Peduli Masy.* 5(1):29-32. doi:10.37287/jpm.v5i1.1501
- Wirakhmi IN (2023). Hubungan Aktivitas Fisik dengan Hipertensi Pada Lanjut Usia di Puskesmas Kutasari. *J Untuk Masy Sehat.* 7(1),61-67. doi: 10.52643/jukmas.v7i1.2385.