

Penguatan Peran Perempuan dalam Mencegah Penyakit Tidak Menular (PTM) melalui Pemberdayaan Perempuan di Organisasi Aisyiyah

Yuyun Nailufar¹, Indriani^{2*}, Dina Nazwatunnisa³

¹ Program Studi Teknologi Laboratorium Medik, Fakultas Kesehatan, Universitas Aisyiyah Yogyakarta, Indonesia

^{2,3} Program Studi Fisioterapi, Fakultas Kesehatan, Universitas Aisyiyah Yogyakarta, Indonesia

*e-mail: indriani@unisayogya.ac.id

Abstrak

Penyakit Tidak Menular (PTM) merupakan masalah kesehatan yang memerlukan upaya promotif dan preventif berbasis keluarga karena dipengaruhi oleh faktor risiko yang dapat dikendalikan melalui perubahan perilaku hidup sehat. Program Pengabdian kepada Masyarakat ini bertujuan memperkuat peran ibu dalam mencegah PTM melalui pemberdayaan anggota PRA Aisyiyah Maguwoharjo, Yogyakarta. Metode menggunakan pendekatan edukatif-partisipatif meliputi penyuluhan kesehatan, skrining kesehatan, konseling, dan sesi tanya jawab. Sasaran kegiatan sebanyak 58 anggota Aisyiyah yang mengikuti pemeriksaan tekanan darah, indeks massa tubuh, gula darah, kolesterol, asam urat. Hasil pemeriksaan menunjukkan bahwa 48,27% mengalami hipertensi, 36,20% dengan kategori prediabetes, 17,25% kategori diabetes, 31,03% tergolong gemuk, 18,96% mengalami obesitas, serta 51,72% memiliki kadar asam urat tinggi. Peserta mengikuti seluruh rangkaian program dan memperoleh penjelasan mengenai hasil pemeriksaan sebagai dasar penerapan upaya pencegahan PTM di lingkungan keluarga. Setelah mengikuti kegiatan edukasi, konseling dan tanya jawab, peserta menunjukkan pemahaman mengenai gejala, faktor risiko, dan pencegahan PTM, pentingnya deteksi dini, penerapan perilaku hidup sehat, penerapan aktivitas fisik, mengatur pola makan, dan pentingnya skrining Kesehatan secara berkala. Peran anggota Aisyiyah sebagai penggerak dan agen promosi kesehatan didalam keluarga dan dimasyarakat menjadi salah satu strategi penting untuk mendukung pencegahan dan manajemen PTM secara berkelanjutan.

Kata kunci: Aisyiyah, Kesehatan Keluarga, PTM, Peran Ibu, Promosi Kesehatan

Abstract

Noncommunicable Diseases (NCDs) are a health issue that requires family-based promotional and preventive efforts, as they are influenced by risk factors that can be controlled through lifestyle changes toward a healthier life. This Community Service Program aims to strengthen the role of mothers in preventing NCDs by empowering members of the Aisyiyah Maguwoharjo PRA in Yogyakarta. The method employed an educational-participatory approach, including health education, health screenings, counseling, and question-and-answer sessions. The target group consisted of 58 Aisyiyah members who underwent screenings for blood pressure, body mass index, blood sugar, cholesterol, and uric acid. The test results showed that 48.27% had hypertension, 36.20% were in the prediabetes category, 17.25% had diabetes, 31.03% were classified as overweight, 18.96% were obese, and 51.72% had high uric acid levels. Participants took part in the entire program series and received explanations regarding their test results as a basis for implementing NCD prevention efforts within their families. After participating in educational sessions, counseling, and Q&A sessions, participants demonstrated an understanding of the symptoms, risk factors, and prevention of NCDs, the importance of early detection, the adoption of healthy lifestyle behaviors, the importance of physical activity, managing dietary habits, and the importance of regular health screenings. The role of Aisyiyah members as drivers and agents of health promotion within families and the community is a key strategy for supporting the sustainable prevention and management of NCDs.

Keywords: Aisyiyah, Family Health, NCDs, Role of Mothers, Health Promotion

1. PENDAHULUAN

Penyakit Tidak Menular (PTM) saat menjadi penyebab kematian terbesar baik di dunia maupun di Indonesia. Data WHO menunjukkan bahwa PTM menyebabkan 60% penyebab kematian semua umur di seluruh dunia. Sebanyak 29% di negara-negara berkembang termasuk Indonesia, sedangkan di negara-negara maju sebesar 13% (WHO, 2023). Prevalensi PTM di

Daerah Istimewa Yogyakarta (DIY) lebih tinggi dibandingkan rata-rata angka nasional, terutama untuk kasus seperti diabetes melitus dan hipertensi. Berdasarkan data kesehatan resmi, angka diabetes di DIY mencapai 4,5% berbanding 2,4% nasional, sedangkan hipertensi di DIY mencapai 10,7% berbanding 8,4% nasional (Riskesdas, 2018).

Faktor risiko PTM diantara lain perilaku, lingkungan, dan sosial ekonomi keluarga (Ibrahim, Z. & Idham, A., 2025). Selain dipengaruhi oleh faktor perilaku, PTM juga berkaitan dengan kondisi sosial ekonomi keluarga, akses terhadap layanan kesehatan, serta kemampuan keluarga dalam mengelola kesehatan secara mandiri. Pola hidup masyarakat yang cenderung kurang memperhatikan kesehatan jangka panjang, ditambah dengan keterbatasan sarana dan tenaga kesehatan, berpotensi memperburuk status kesehatan keluarga sehingga ibu memiliki posisi sentral dalam membangun budaya hidup sehat di rumah tangga (Athiutama, A. et.al, 2023).

Karena pentingnya isu Kesehatan ini mendapat perhatian lebih dari berbagai sektor yaitu dari Kementerian Kesehatan atau dinas Kesehatan, seperti optimalisasi pemanfaatan metode "CERDIK": merupakan akronim dari C = Cek kesehatan secara rutin; E = Enyahkan asap rokok; R = Rajin aktivitas fisik; D = Diet sehat kalori seimbang; I = Istirahat cukup; dan K = Kelola stress (Kemenkes, 2019). Salah satu pendekatan yang efektif dalam meningkatkan kesadaran dan perilaku kesehatan lansia adalah melalui edukasi kesehatan terstruktur dan pemeriksaan dini faktor risiko penyakit kronis. Program ini tidak hanya memberikan pengetahuan teoritis, tetapi juga memungkinkan peserta untuk memahami kondisi kesehatannya secara nyata melalui hasil pemeriksaan langsung. Organisasi Perempuan Aisyiyah sebagai organisasi perempuan dibawah Pimpinan Ranting Aisyiyah (PRA), salah satu visinya adalah tercapainya derajat kesehatan keluarga dan Masyarakat yang optimal melalui pendekatan komunitas, dakwah berkemajuan, pemberdayaan Perempuan untuk meningkatkan kualitas hidup manusia khususnya melalui perempuan berkemajuan. engan jaringan hingga tingkat desa dan kedekatan emosional-spiritual dengan masyarakat, memiliki potensi besar untuk mengoptimalkan fungsi organisasi sebagai penggerak promosi Kesehatan

Tujuan Pengabdian Masyarakat adalah untuk meningkatkan pengetahuan, pemahaman dan kesadaran anggota PRA Aisyiyah untuk mencegah dan pengendalian PTM, gejala, faktor risiko, melalui penyuluhan kesehatan berbasis komunitas sehingga diharapkan mampu menjadi penggerak perubahan perilaku sehat di lingkungan keluarga. Kegiatan ini juga dirancang untuk memperkuat kemampuan peserta dalam menerapkan praktik pencegahan dan manajemen PTM secara berkelanjutan melalui pengelolaan pola hidup sehat dan pemanfaatan sumber daya kesehatan di keluarga dan dimasyarakat. Kegiatan Pengabdian dengan penyuluhan kesehatan berbasis komunitas menjadi penting karena penelitian menunjukkan bahwa peningkatan pengetahuan dan literasi kesehatan keluarga berkontribusi terhadap perubahan perilaku pencegahan PTM, termasuk penerapan pola makan sehat, peningkatan aktivitas fisik, pemanfaatan Posbindu PTM, serta deteksi dini faktor risiko penyakit kronis (Fauzan, M. R., 2026).

Pengabdian Masyarakat ini dilaksanakan oleh tim PkM Universitas Aisyiyah dengan sasaran ibu-ibu Aisyiyah di PRA Maguwoharjo. Pemilihan PRA Aisyiyah sebagai mitra pengabdian, yaitu karena organisasi ini memiliki peran strategis dalam pemberdayaan perempuan, pembinaan kesehatan keluarga, serta jaringan anggota yang aktif sehingga berpotensi menjadi agen promosi kesehatan di masyarakat. Melalui kegiatan Penguatan Peran Ibu dalam Mencegah Penyakit Tidak Menular melalui Penyuluhan Kesehatan Berbasis Komunitas. Mitra organisasi Perempuan Aisyiyah dipilih karena Perempuan berperan sebagai ibu yang memiliki peran strategis dalam pengelola kesehatan keluarga, pengambil keputusan terkait pola makan seimbang, aktivitas fisik, serta pembentukan perilaku hidup sehat di lingkungan rumah tangga. Observasi awal didapatkan bahwa pengetahuan anggota organisasi Aisyiyah mengenai PTM masih terbatas, belum banyak yang mengetahui tentang apa itu penyakit PTM, faktor risiko, dan upaya pencegahan yang dapat dilakukan sejak tingkat keluarga. Kondisi tersebut berdampak pada rendahnya kesadaran dalam menerapkan perilaku hidup sehat sehingga berpotensi meningkatkan risiko terjadinya PTM pada anggota keluarga. Hasil *need assessment* juga menunjukkan perlunya peningkatan kapasitas ibu melalui edukasi yang terstruktur agar mampu mengenali faktor risiko, melakukan pencegahan, serta menjadi agen promosi kesehatan di lingkungan keluarga.

Berdasarkan uraian tersebut, rumusan masalah kegiatan PKM ini adalah bagaimana penyuluhan kesehatan berbasis keluarga dapat memperkuat peran ibu-ibu Aisyiyah dalam meningkatkan pengetahuan, pencegahan dan manajemen PTM di lingkungan keluarga, sehingga mampu mendukung terbentuknya perilaku hidup sehat yang berkelanjutan sesuai kebutuhan mitra.

2. METODE

Kegiatan PkM dilaksanakan pada tanggal 12 Desember 2025 di Balai Pertemuan Aisyiyah Maguwoharjo menggunakan desain edukatif-partisipatif yang mengintegrasikan penyuluhan kesehatan, pemeriksaan kesehatan (tekanan darah menggunakan tensi meter, IMT menggunakan pengukuran BB/TB², gula darah sesaat, asam urat dan kolesterol menggunakan alat tes darah cepat (Rapid Diagnostic Test/ Point-of-Care Testing), konseling, serta sesi tanya jawab sebagai bentuk intervensi utama untuk memperkuat peran ibu dalam mencegah Penyakit Tidak Menular (PTM). Sasaran kegiatan adalah ibu-ibu anggota organisasi Aisyiyah di PRA Maguwoharjo yang menjadi mitra program, karena memiliki peran strategis sebagai pengelola kesehatan keluarga. Instrumen yang digunakan dalam kegiatan meliputi materi penyuluhan mengenai PTM, gejala, faktor risiko, dan upaya pencegahan berbasis keluarga, lembar presensi peserta, media presentasi, leaflet edukasi, serta formulir pencatatan hasil pemeriksaan Kesehatan dan kusioner pengetahuan untuk menilai sejauh mana pengetahuan dan pemahaman peserta.

Pelaksanaan Pemeriksaan kesehatan dilakukan sebagai sarana meningkatkan kesadaran peserta terhadap kondisi kesehatannya sekaligus menjadi media edukasi dalam mengenali faktor risiko PTM. Adapun tahapan kegiatan dibagi menjadi 3 tahapan, yaitu tahap persiapan, tahap pelaksanaan dan tahap evaluasi. Tahap persiapan yaitu melakukan koordinasi bersama tim PkM penentuan dosen sebagai pemateri, mahasiswa yang direkrut untuk kegiatan, pengurus PRA Maguwoharjo, pemilihan waktu dan tempat sesuai dengan agenda rutin organisasi PRA, dilanjutkan dengan persiapan materi, instrumen, dan fasilitas pendukung kegiatan seperti alat cek Kesehatan seperti tensimeter, glucometer, timbangan, cek kolesterol, gula darah dan asam urat. Berikut persiapan cinderamata untuk penghargaan pada peserta dengan pengetahuan terbaik pada saat dilakukan tanya jawab. Tahap kedua yaitu tahap pelaksanaan; acara dibuka dengan senam bersama, yaitu senam menyenangkan (fun game), yang dikemas dengan aktivitas fisik ringan dan Latihan koordinasi otak. Peserta melakukan presensi untuk pemeriksaan Kesehatan yaitu, cek tekanan darah, IMT, kolesterol, gula darah dan asam urat yang masing-masingnya diberikan penjelasan terkait hasil test. Selanjutnya kegiatan penyuluhan Kesehatan yang dilakukan dengan menggunakan metode ceramah interaktif. Peserta memperoleh kesempatan dalam sesi tanya jawab untuk mendorong keaktifan peserta. Seluruh rangkaian kegiatan diselenggarakan pada pertemuan rutin Aisyiyah, sehingga pelaksanaan program menyesuaikan dengan mekanisme organisasi yang telah berjalan dan memudahkan partisipasi anggota. Pendekatan tersebut dipilih karena mampu mendorong keterlibatan aktif peserta dalam memahami pentingnya pencegahan PTM melalui perubahan perilaku sehat di tingkat keluarga sesuai dengan tujuan program serta didukung oleh temuan penelitian yang terdapat pada referensi yang telah disediakan.

Pengumpulan data dilakukan menggunakan daftar hadir peserta, kuisisioner pengetahuan, hasil pemeriksaan kesehatan, dokumentasi kegiatan, serta catatan hasil diskusi dan konseling selama pelaksanaan program. Data tersebut digunakan untuk menggambarkan keterlibatan peserta dan pelaksanaan setiap tahapan kegiatan sesuai dengan tujuan pengabdian. Tahap ketiga yaitu tahap Evaluasi, difokuskan pada peningkatan pengetahuan dan pemahaman peserta tentang PTM, faktor risiko, deteksi dini, serta peran ibu dalam pencegahan PTM berbasis keluarga. Tingkat pengetahuan/ pemahaman diukur menggunakan kuesioner pre-test dan post-test yang diberikan sebelum dan setelah penyuluhan. Selain itu, peserta mendapatkan kesempatan menyampaikan pertanyaan, pengalaman, dan rencana penerapan materi sebagai bentuk umpan balik terhadap proses edukasi. Hasil diskusi dan konseling digunakan untuk mengidentifikasi kebutuhan edukasi lanjutan serta memperkuat pemahaman peserta terhadap materi yang telah disampaikan.

Analisis dilakukan secara deskriptif dengan membandingkan hasil pengamatan selama kegiatan terhadap tujuan program, terutama mengenai keterlibatan peserta dan pelaksanaan intervensi penyuluhan kesehatan berbasis keluarga. Evaluasi kegiatan dilaksanakan bersama pengurus Aisyiyah melalui umpan balik terhadap materi, proses pelaksanaan, serta manfaat yang dirasakan peserta setelah mengikuti seluruh rangkaian kegiatan. Selain itu juga dijadikan dasar perbaikan pelaksanaan program pada kegiatan berikutnya sekaligus mendukung keberlanjutan edukasi kesehatan dalam forum rutin organisasi.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian masyarakat diikuti oleh 58 anggota Aisyiyah PRA Maguwoharjo yang menjadi sasaran penyuluhan kesehatan berbasis keluarga sekaligus pemeriksaan kesehatan.

Tabel 1. Hasil Pemeriksaan Kesehatan

No	Variabel	n	%
1	Usia:		
	- 35-44	7	12,08
	- 45-59	36	62,06
	- 60-79	15	25,86
2	Tensi Darah:		
	- Tinggi	28	48,27
	- Normal	24	41,39
	- Rendah	6	10,34
3	Indeks Massa Tubuh (IMT):		
	- Normal	29	50
	- Gemuk	18	31,03
	- Obesitas	11	18,96
4	Gula Darah:		
	- Normal	27	46,55
	- Prediabetes	21	36,20
	- Diabetes	10	17,25
5	Kolesterol:		
	- Baik	28	48,28
	- Agak Tinggi	21	36,20
	- Tinggi	9	15,52
6	Asam Urat:		
	- Normal	28	48,28
	- Tinggi	30	51,72
	Total	58	100

Pada tabel 1 dijelaskan bahwa berdasarkan karakteristik usia, sebagian besar peserta berada pada kelompok 45–59 tahun sebanyak 36 orang (62,06%), diikuti usia 60–79 tahun sebanyak 15 orang (25,86%), dan usia 35–44 tahun sebanyak 7 orang (12,08%). Hasil pemeriksaan menunjukkan tekanan darah tinggi ditemukan pada 28 peserta (48,27%), tekanan darah normal pada 24 peserta (41,39%), dan tekanan darah rendah pada 6 peserta (10,34%). Berdasarkan indeks massa tubuh, 29 peserta (50,00%) memiliki IMT normal, 18 peserta (31,03%) tergolong gemuk, dan 11 peserta (18,96%) mengalami obesitas. Pemeriksaan gula darah menunjukkan 27 peserta (46,55%) berada pada kategori normal, 21 peserta (36,20%) termasuk prediabetes, dan 10 peserta (17,25%) berada pada kategori diabetes. Hasil pemeriksaan kolesterol menunjukkan 28 peserta (48,28%) berada pada kategori baik, 21 peserta (36,20%) agak tinggi, dan 9 peserta (15,52%) tinggi. Pada pemeriksaan asam urat, 30 peserta

(51,72%) memiliki kadar tinggi, sedangkan 28 peserta (48,28%) berada pada kategori normal. Seluruh hasil pemeriksaan didokumentasikan sebagai data dasar pelaksanaan penyuluhan mengenai pencegahan Penyakit Tidak Menular (PTM).

Tabel 2. Distribusi Tingkat Pengetahuan Ibu Sebelum dan Sesudah Penyuluhan tentang PTM

Kategori Pengetahuan	Sebelum	Sesudah
Baik (≥ 76)	18 (31,0%)	52 (89,7%)
Cukup (56–75)	30 (51,7%)	6 (10,3%)
Kurang (≤ 55)	10 (17,3%)	0 (0%)
TOTAL	58	100

Distribusi kategori tingkat pengetahuan seperti dilihat pada tabel 2 diatas menunjukkan bahwa terdapat perubahan sebelum penyuluhan yang hanya 31,0% peserta yang memiliki pengetahuan kategori baik, sedangkan setelah kegiatan meningkat menjadi 89,7%. Sebaliknya, peserta dengan kategori pengetahuan kurang yang semula 17,3% menurun menjadi 0%. Rangkaian kegiatan dimulai dengan aktivitas fisik Bersama dengan senam bahagia, pemeriksaan kesehatan, penyuluhan, konseling, dan sesi tanya jawab. Dokumentasi kegiatan meliputi senam Bahagia dan foto seluruh peserta (gambar 1); (Gambar 2); a. Cek Kesehatan, (b) Penyuluhan, (c) Disikusi dan tanya jawab.



Gambar 1. (a) Aktivitas Fisik Bersama.



(b) Foto Peserta



(a)

Gambar 2. (a) Skrining Kesehatan.



(b)

(b) Penyuluhan



(c)

(c) Diskusi & Tanya Jawab

Seluruh peserta memperoleh penjelasan mengenai hasil pemeriksaan kesehatan sebagai bagian dari konseling individu. Karakteristik peserta didominasi oleh kelompok pra-lansia dimana merupakan kelompok usia yang ideal untuk target promosi kesehatan untuk perubahan perilaku hidup sehat sejak dini. Perilaku hidup sehat yang dimulai sejak usia menjadi strategi yang relevan untuk mendukung konsep *healthy ageing* dan *active ageing*. Penyuluhan dan praktik aktivitas fisik yang diberikan dalam kegiatan ini diharapkan dapat menjadi langkah awal dalam membangun kebiasaan hidup aktif pada peserta. Penelitian oleh Nurfadilah, D., & Rizqi, A. (2025) membuktikan bahwa bagi usia produktif (15-59 tahun) merupakan usia yang efektif untuk deteksi dini masalah Kesehatan serta mengetahui faktor risiko yang dapat memicu terjadinya masalah Kesehatan lainnya.

Hasil skrining kesehatan menjelaskan bahwa walaupun sebagian besar dalam kategori normal, akan tetapi untuk angka hipertensi hampir mencapai 50%, kolesterol, gula darah, dan obesitas mencapai hampir 35% sementara asam urat tergolong paling tinggi yaitu mencapai lebih dari 50%. Tingginya angka-angka prosesntasi hasil skrining menunjukkan sebagian besar peserta memiliki satu atau lebih faktor risiko PTM, seperti hipertensi, kelebihan berat badan, prediabetes, hiperkolesterolemia, maupun hiperurisemia. Hipertensi merupakan faktor risiko PTM dan menyebabkan berbagai komplikasi seperti penyakit jantung koroner, gagal jantung, stroke, dan penyakit ginjal kronis apabila tidak dikendalikan dengan baik (Jannati, N.B, 2024). Hipertensi merupakan penyakit metabolic yang juga disebut dengan *silent killer* yang menjadi awal terjadinya penyakit kardiovaskuler. Kondisi ini memperkuat pentingnya kegiatan skrining kesehatan sebagai upaya deteksi dini sekaligus sarana edukasi kepada masyarakat mengenai pentingnya pengendalian faktor Risiko (Adhayati, B.,dkk., 2025).

Hampir separuh peserta dalam kategori berat badan berlebih (obesitas) yang berpotensi meningkatkan risiko berbagai penyakit PTM, termasuk hipertensi, diabetes melitus, penyakit jantung, serta gangguan musculoskeletal (Rabbani, M. H., Setiorini, A. 2025). Terutama jika terjadi pada kelompok lansia, obesitas dapat berhubungan dengan penurunan mobilitas, meningkatnya nyeri sendi, serta risiko jatuh akibat menurunnya kemampuan fungsional (Martarian, Nency., dkk., 2023). Promosi aktivitas fisik menjadi penting dan menjadi salah satu strategi penting dalam menjaga komposisi tubuh yang ideal (IMT normal) sekaligus mempertahankan kualitas hidup lansia.

Proporsi peserta dengan hasil test gula darah pada kategori diabetes dan prediabetes cukup tinggi dan memiliki peluang yang cukup besar untuk melakukan pencegahan dengan melakukan perubahan gaya hidup sehat. Penelitian Kamagi, J.P., (2026) menunjukkan bahwa peningkatan aktivitas fisik secara teratur mampu meningkatkan sensitivitas insulin, membantu mengendalikan kadar glukosa darah, serta menurunkan risiko perkembangan diabetes tipe 2. Edukasi mengenai aktivitas fisik yang aman dan sesuai dengan kondisi kesehatan peserta menjadi salah satu komponen utama dalam kegiatan pengabdian ini. Pendekatan tersebut diharapkan tidak hanya meningkatkan pengetahuan, tetapi juga mendorong perubahan perilaku yang berkelanjutan. Pemeriksaan kadar kolesterol menunjukkan bahwa lebih dari setengah peserta memiliki Tingkat kolesterol tinggi dan memiliki risiko dislipidemia yang dapat meningkatkan kemungkinan terjadinya penyakit kardiovaskular jika tidak dilakukan manajemen yang optimal (Sarihati, G.H.D., dkk., 2026). Dislipidemia hampir tidak menampilkan gejala sehingga cek kesehatan berkala menjadi sangat penting sebagai langkah deteksi dini. Selain terapi farmakologis, perubahan gaya hidup melalui peningkatan aktivitas fisik, pengaturan pola makan, serta pengendalian berat badan merupakan rekomendasi utama dalam pengelolaan kadar kolesterol. Oleh karena itu, kegiatan pengabdian masyarakat yang menggabungkan skrining kesehatan dengan penyuluhan Kesehatan dan praktik aktivitas fisik memiliki nilai strategis dalam mendukung upaya pencegahan penyakit PTM di masyarakat.

Hasil test asam urat menunjukkan bahwa 51,72% peserta memiliki kadar asam urat tinggi, sedangkan 48,28% berada dalam batas normal. Tingginya proporsi hiperurisemia ini menunjukkan bahwa gangguan metabolik juga cukup banyak ditemukan pada kelompok masyarakat sasaran. Kadar asam urat yang tinggi dapat menyebabkan nyeri sendi, keterbatasan gerak, hingga penurunan kemampuan melakukan aktivitas sehari-hari apabila tidak ditangani dengan baik (Hanafi, dkk., 2023) Kondisi tersebut berpotensi menurunkan partisipasi lansia dalam melakukan aktivitas fisik sehingga dapat memperburuk kondisi kesehatan secara keseluruhan. Oleh karena itu, penyuluhan dalam kegiatan ini tidak hanya menekankan pentingnya aktivitas fisik, tetapi juga memberikan meningkatkan literasi kesehatan mengenai pengaturan pola makan, hidrasi yang cukup, serta pemilihan aktivitas fisik dengan intensitas ringan hingga sedang yang tetap aman dilakukan oleh peserta dengan keluhan muskuloskeletal.

Temuan ini mengindikasikan bahwa masyarakat sasaran memerlukan intervensi promotif dan preventif yang dilakukan secara berkesinambungan (Dina Dewi Anggraini., dkk., 2025). Upaya pencegahan/ preventif adalah dasar dari sistem kesehatan Masyarakat dengan meningkatkan literasi Kesehatan Masyarakat. Hal ini menjadi tolak ukur utama untuk memahami dan menggunakan informasi untuk keputusan yang tepat, sangat penting. Rendahnya literasi

Kesehatan ini meningkatkan resiko rawat inap, penggunaan layanan darurat, dan biaya kesehatan, serta memperlambat diagnosis dan pengobatan, yang berakibat buruk pada kesehatan (Liu et al., 2020). Program pengabdian masyarakat yang mengintegrasikan skrining kesehatan, edukasi kesehatan, dan praktik aktivitas fisik terpadu menjadi pendekatan yang tepat karena tidak hanya memberikan informasi mengenai kondisi kesehatan peserta, tetapi juga membekali mereka dengan pengetahuan dan keterampilan praktis untuk menerapkan aktivitas fisik secara aman di lingkungan komunitas maupun di rumah. Edukasi kesehatan yang efektif dapat meningkatkan pengetahuan, sikap, dan praktik yang baik, yang pada akhirnya membantu mencegah dan mengendalikan penyakit tidak menular seperti diabetes (Arlinghaus & Johnston, 2018). Menurut Crandall, J.P. dkk. (2025), edukasi kesehatan berbasis komunitas mampu menurunkan risiko komplikasi hingga 30% pada pasien pra-diabetes dan hipertensi, selain itu berpotensi meningkatkan dukungan sosial, memperkuat motivasi, serta mendorong keberlanjutan perilaku aktif pada lansia. Dengan demikian, kegiatan ini tidak hanya berfungsi sebagai pelayanan kesehatan sesaat, tetapi juga menjadi bagian dari strategi pemberdayaan masyarakat dalam pencegahan penyakit tidak menular dan peningkatan kualitas hidup lansia.

Berdasarkan catatan kegiatan, anggota Aisyiyah juga menyatakan komitmen untuk memanfaatkan hasil pemeriksaan sebagai dasar dalam meningkatkan perilaku hidup sehat di lingkungan keluarga melalui penerapan materi penyuluhan yang telah diterima. Sebuah literatur menemukan bahwa edukasi kesehatan berbasis keluarga dan komunitas dapat memperkuat literasi kesehatan serta mendukung upaya pencegahan PTM secara berkelanjutan (Badriah et al., 2024). Implikasi praktis bagi PRA Aisyiyah adalah bahwa forum pertemuan rutin organisasi dapat dimanfaatkan sebagai media berkelanjutan untuk penyuluhan kesehatan, pemeriksaan kesehatan berkala, serta penguatan peran ibu sebagai penggerak kesehatan keluarga. Keberlanjutan program dapat dilakukan melalui pelaksanaan edukasi secara periodik dan pemantauan kondisi kesehatan anggota berdasarkan hasil pemeriksaan yang telah diperoleh pada kegiatan ini. Adapun keterbatasan program mengacu pada kondisi pelaksanaan di lapangan, yaitu kegiatan dilaksanakan dalam waktu yang mengikuti jadwal pertemuan rutin Aisyiyah sehingga durasi intervensi terbatas pada satu rangkaian kegiatan. Selain itu, karakteristik peserta yang didominasi kelompok usia dewasa hingga lanjut usia menjadi kondisi yang perlu diperhatikan dalam penyampaian materi dan pelaksanaan pemeriksaan kesehatan, sebagaimana tercermin pada data kegiatan PKM yang telah dilaporkan.

Kegiatan ini menjadi signifikan bagi organisasi perempuan Aisyiyah karena ibu memiliki posisi strategis sebagai pengelola kesehatan keluarga sehingga peningkatan pengetahuan diharapkan mendukung penerapan perilaku hidup sehat pada seluruh anggota keluarga (Wahyuningrum et al., 2023). Dengan demikian, pelaksanaan program menjawab rumusan masalah PKM mengenai upaya memperkuat peran ibu dalam pencegahan PTM melalui penyuluhan kesehatan berbasis keluarga dengan memanfaatkan forum rutin organisasi Aisyiyah sebagai media edukasi. Hasil observasi yang menunjukkan seluruh peserta mengikuti rangkaian penyuluhan, pemeriksaan kesehatan, konseling, dan tanya jawab turut memperlihatkan bahwa pendekatan berbasis organisasi perempuan dapat digunakan sebagai media pelaksanaan program promotif dan preventif sesuai tujuan kegiatan. Sebagai tindak lanjut kegiatan, dibuat komitmen Bersama untuk mengajak anggota keluarga dalam berperilaku hidup sehat, beraktivitas fisik secara rutin, menerapkan pola hidup seimbang dan memanfaatkan kegiatan organisasi sebagai media edukasi baik terutama dalam implementasi promosi Kesehatan. Anggota Aisyiyah menunjukkan komitmen untuk memanfaatkan hasil pemeriksaan sebagai dasar meningkatkan perilaku hidup sehat di lingkungan keluarga melalui penerapan materi yang diperoleh selama penyuluhan. Seluruh rangkaian kegiatan terdokumentasi sebagai bagian dari pelaksanaan program pengabdian kepada masyarakat sesuai data yang tercantum pada tabel kegiatan.

4. KESIMPULAN

Penguatan Peran Ibu dalam Mencegah Penyakit Tidak Menular (PTM) melalui Promosi Kesehatan Berbasis Pemberdayaan Perempuan di Organisasi Aisyiyah telah berkontribusi untuk meningkatkan pengetahuan dan pemahaman peserta tentang pencegahan PTM mulai dari bahaya PTM, faktor resiko, upaya pencegahan dan manajemen penyakit, deteksi dini, dan optimalisasi peran ibu dalam keluarga sebagai motor penggerak perilaku hidup sehat keluarga. Penyuluhan Kesehatan, pemeriksaan kesehatan dan konseling memberikan pengalaman belajar yang kontekstual sehingga peserta mampu mengenali kondisi kesehatannya dan memahami langkah-langkah pencegahan PTM yang dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari. Selain itu kegiatan penyuluhan Kesehatan juga berdampak dalam memperkuat peran organisasi tidak hanya sebagai media dakwah akan tetapi juga sebagai media pemberdayaan Perempuan dan promosi Kesehatan berbasis komunitas yang memanfaatkan pertemuan menjadi sarana edukasi untuk peningkatan status Kesehatan keluarga. Diharapkan kegiatan promosi Kesehatan dapat dilakukan secara berkala dengan mengoptimalkan materi-materi yang mendukung kesehatan keluarga untuk cegah PTM dengan berbasis pendekatan komunitas.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih kepada Pimpinan Pusat (PP) Muhammadiyah yang memberikan dukungan terselenggaranya kegiatan PkM dengan pendanaan hibah RisetMu IX tahun 2025. Kepada Pimpinan Ranting Aisyiyah (PRA) Maguwoharjo, UNISA Yogyakarta, tim PkM; dosen dan seluruh mahasiswa yang terlibat. Terima kasih sudah memfasilitasi untuk terlaksananya kegiatan ini sehingga kegiatan ini dapat berjalan dengan lancar.

DAFTAR PUSTAKA

- Adhayati, B., Prameswari, Y. N., Hermawati, L., Wulansari, E. R., Zulfa, H. A., Putri, N. R. (2025). Skrining Tekanan Darah Sebagai Langkah Preventif Komplikasi Hipertensi Pada Masyarakat Desa Kasemen, Provinsi Banten. *PengabdianMu: Jurnal Ilmiah Pengabdian kepada Masyarakat*, 10(12), 2662-2669. <https://doi.org/10.33084/pengabdianmu.v10i12.10337>
- Athiutama, A., Febriani, I., Erman, I., Azwardi, A., Agustin, I., & Aguscik, A. (2023). Pemberdayaan Ibu Rumah Tangga Dalam Upaya Pencegahan Penyakit Tidak Menular. *Madaniya*, 4(4), 1423-1431. <https://doi.org/10.53696/27214834.567>
- Crandall, J. P., Dabelea, D., Knowler, W. C., Nathan, D. M., & Temprow, M. (2025). The Diabetes Prevention Program and Its Outcomes Study: NIDDK's Journey Into the Prevention of Type 2 Diabetes and Its Public Health Impact. *Diabetes Care*, 48(7), 1101-1111. <https://doi.org/10.2337/dc25-0014>
- Dina Dewi Anggraini., Henny Arwina Bangun, Dely Maria Grace Benedikta Polii, Dina Yusdiana Dalimunthe, Irene Tauran Dewi Rejeki, Johani Dewita Nasution, Sri Arini Winarti Rinawati Ayu Anita, Urhuhe Dena Siburian, Natalia Elisa Rakinaung (2024). Strategi Promosi Kesehatan dan Pencegahan Penyakit Yayasan Kita Menulis, 2024 xii; 160 hlm; 16 x 23 cm ISBN: 978-623-113-246-8 Cetakan 1, April 2024
- Fauzan, M. R., Akbar, H., Owai, F. Y., Khatima, K., & Mokodompit, S. A. (2026). Penguatan Peran Serta Keluarga Petani Dalam Pencegahan Penyakit Menular Melalui Peningkatan Gizi di Desa Bomban. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Bhinneka*, 4(4), 5082 - 5087. <https://doi.org/10.58266/jpmb.v4i4.1390> Copyright ©2026 Moh. Rizki Fauzan, Hairil Akbar, Falen Yesa Owai, Khusnul Khatima, Siti Annisa
- Hanafi, M.I., Parmilah, Wulandari, T.S. (2023). Efektivitas Pemberian Air Rebusan Seledri Terhadap Penurunan Nyeri Akut Pada Gout Arthritis. *Jurnal Ilmiah Keperawatan dan Kesehatan Alkautsar (JIKKA)* e-ISSN : 2963-9042
- Indriani, I., Fatmawati, V., Ariyanto, A., & Kaeni, N. F. (2025). Optimalisasi Peran Kader Posyandu

- Lansia dan Kader Kesehatan Aisiyah melalui Workshop Promosi Aktivitas Fisik Lansia di Yogyakarta. *Jurnal Abdi Masyarakat Indonesia*, 5(5), 2151–2160. <https://doi.org/10.54082/jamsi.1996>
- Ibrahim, Z. & Idham, A. (2025). Analisis Faktor Risiko Penyakit Tidak Menular pada Masyarakat Kota Mataram. *Journal of Applied Health Sciences*, 1(2), 44–49. <https://doi.org/10.70716/jahs.v1i2.108>
- Jannati, N., B., Djanna, S.N., Solikhah (2024). Literatur Review: Promosi Kesehatan Berbasis Masyarakat Terhadap Pengendalian Hipertensi di Indonesia. *Jurnal Promotif Preventif*, Vol. 7, No. 6 Desember 2024, Hal. 1342–1350. p-ISSN: 2622 – 6014; e-ISSN: 2745 – 8644
- Kamagi, J.P., Ratag, B.T., Mantjoro, E.M., Kaunang, W.P.J., (2026). Faktor-faktor yang berhubungan dengan diabetes melitus pada pasien. *Holistik Jurnal Kesehatan*, Volume 20, No.1, Maret 2026: 282-291
- Kemendes, RI., 2019, Ayo Sehat. Kementerian kesehatan RI, Jakarta. Diakses tanggal 2 Juni 2026 di: <https://ayosehat.kemkes.go.id/cerdik-rahasia-masa-muda-sehat-dan-masa-tua-nikmat>
- Kemendes, RI., 2019, Buku Pedoman Pencegahan Penyakit Tidak Menular, Direktorat Pencegahan dan Pengendalian Penyakit Tidak Menular, Kemendes RI, Jakarta
- Liu, C., Wang, D., Liu, C., Jiang, J., Wang, X., Chen, H., Ju, X., & Zhang, X. (2020). What is the meaning of health literacy? A systematic review and qualitative synthesis. *Family Medicine and Community Health*, 8(2), 1–8. <https://doi.org/10.1136/fmch-2020-000351>
- Martaria, Nancy., Kurniawan, J., Nahaniel, F., Tadjudin, N.S., (2023). Hubungan Obesitas dengan Kejadian Nyeri Lutut pada Lansia. *JUFDIKES-Jurnal Ilmu Fisioterapi dan Ilmu Kesehatan Sishana* Vol.5, No. 2 Juli 2023 e-ISSN: 2828-2469; p-ISSN: 2828-240X, Hal 01-08 DOI: <https://doi.org/10.55606/jufdik.es.v5i2.377>
- Nurfadilah, D., & Rizqi, A. (2025). Analisis Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Rendahnya Capaian Skrining Usia Produktif (15-59) Tahun dalam Pencegahan Penyakit Tidak Menular (PTM) di UPTD Puskesmas Kadugede Tahun 2024. *PubHealth Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 4(1), 30–36. <https://doi.org/10.56211/pubhealth.v4i1.1041>
- Rabbani, M. H., Setiorini, A., Graharti, R., & Kurniawaty, E. (2025). Literature Review: Perbandingan Obesitas Berdasarkan Indeks Massa Tubuh dan Obesitas Sentral terhadap Risiko Penyakit Metabolik dan Kardiovaskular. *Journal of Language and Health*, 6(4), 265–274. <https://doi.org/10.37287/jlh.v6i4.1226>
- Riskesdas, 2018. Kementerian Kesehatan RI. Diakses pada tanggal 12 Mei, 2026 di: <https://www.badankebijakan.kemkes.go.id/repositori/id/eprint/3514/1/Laporan%20Ris kesdas%202018%20Nasional.pdf>
- Sarihati, G.H.D., Dhyana Putri, G.A.S., Bakti, H.S (2026). Penyuluhan Faktor Risiko Penyakit Kardiovaskuler Dan Pemeriksaan Kadar Kolesterol Pada Masyarakat Di Kelurahan Serangan, Denpasar Selatan. *Jurnal Pengabmas Masyarakat Sehat* e-ISSN:2656-8268 Volume 6 No. 3, 2024 DOI: <https://doi.org/10.33992/ms.v4i1.1709> Website: <https://ejournal.poltekkes-denpasar.ac.id/index.php/IPMS>
- World Health Organization. (2023). Global Report on Diabetes and Noncommunicable Diseases 2023. Geneva: WHO Press.

Halaman ini dikosongkan