

Sahabat Sosial

Jurnal Pengabdian Masyarakat

Edukasi Keperawatan sebagai Strategi Pencegahan dan Pengendalian Penyakit Kronis di Masyarakat Batam

Nurhafizah Nasution^{1*}, Kiki Rizki Dasaryandi²

^{*1,2}Profesi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Batam

ABSTRACT

Chronic diseases such as hypertension, diabetes mellitus, heart disease, and chronic obstructive pulmonary disease (COPD) are a growing health problem in Batam City. Lack of public awareness regarding early detection, unhealthy lifestyles, and limited access to health information are major risk factors. This community service activity aims to provide nursing education as a promotive and preventive strategy for preventing and controlling chronic diseases. The methods used included health education, demonstrations of healthy lifestyle practices, and basic health examinations (blood pressure, blood sugar, and body mass index). The results of the activity showed an increase in participants' knowledge regarding risk factors for chronic diseases and strategies for controlling them. Nursing education has proven effective in increasing public awareness in Batam to adopt healthy lifestyle behaviors.

Keywords: Nursing Education, Chronic Disease, Prevention, Control, Batam



e-ISSN: 2964-9196
Vol.3 No.4 September 2025

Sahabat Sosial

Jurnal Pengabdian Masyarakat

ABSTRAK

Penyakit kronis seperti hipertensi, diabetes mellitus, penyakit jantung, dan penyakit paru obstruktif kronis (PPOK) merupakan masalah kesehatan yang terus meningkat di Kota Batam. Kurangnya kesadaran masyarakat dalam melakukan deteksi dini, gaya hidup tidak sehat, serta keterbatasan akses informasi kesehatan menjadi faktor risiko utama. Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk memberikan edukasi keperawatan sebagai strategi promotif dan preventif dalam pencegahan serta pengendalian penyakit kronis. Metode yang digunakan berupa penyuluhan kesehatan, demonstrasi praktik gaya hidup sehat, serta pemeriksaan kesehatan dasar (tekanan darah, gula darah, dan indeks massa tubuh). Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan peserta mengenai faktor risiko penyakit kronis dan strategi pengendaliannya. Edukasi keperawatan terbukti efektif dalam meningkatkan kesadaran masyarakat Batam untuk menerapkan perilaku hidup sehat.

Kata Kunci: Edukasi Keperawatan, Penyakit Kronis, Pencegahan, Pengendalian, Batam

*Koresponden : Nurhafizah Nasution

*Email : nurhafizah.nst@univbatam.ac.id

Sahabat Sosial

Jurnal Pengabdian Masyarakat

I. PENDAHULUAN

Penyakit kronis atau *non-communicable diseases* (NCDs) merupakan salah satu tantangan kesehatan utama di seluruh dunia, termasuk di Indonesia. Penyakit seperti hipertensi, diabetes mellitus, penyakit jantung, stroke, dan penyakit paru obstruktif kronis (PPOK) menjadi penyebab utama kematian dan menurunkan kualitas hidup masyarakat. World Health Organization (WHO, 2021) melaporkan bahwa lebih dari 70% kematian global disebabkan oleh penyakit kronis, dan mayoritas dapat dicegah melalui perubahan gaya hidup sehat.

Kota Batam sebagai wilayah dengan pertumbuhan penduduk yang cepat, urbanisasi tinggi, serta pola hidup modern, menghadapi risiko yang lebih besar terhadap peningkatan penyakit kronis. Faktor-faktor seperti pola makan tinggi lemak dan gula, kurangnya aktivitas fisik, kebiasaan merokok, serta tingginya tingkat stres akibat aktivitas industri dan urbanisasi berkontribusi pada meningkatnya kasus penyakit kronis di wilayah ini. Data Dinas Kesehatan Kota Batam (2023) menunjukkan bahwa prevalensi hipertensi dan diabetes mellitus mengalami peningkatan signifikan dalam lima tahun terakhir, sehingga memerlukan perhatian serius dari berbagai pihak.

Perawat sebagai tenaga kesehatan terdepan memiliki peran strategis dalam pencegahan dan pengendalian penyakit kronis. Melalui edukasi keperawatan, masyarakat dapat memperoleh pemahaman mengenai faktor risiko, pentingnya deteksi dini, serta penerapan pola hidup sehat. Edukasi keperawatan bukan hanya berfokus pada aspek kuratif, tetapi juga menekankan strategi promotif dan preventif, yang terbukti lebih efektif dalam menekan angka kejadian penyakit kronis.

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini berfokus pada edukasi keperawatan sebagai strategi utama dalam mencegah dan mengendalikan penyakit kronis di Kota Batam. Edukasi dilakukan dengan pendekatan partisipatif, sehingga masyarakat tidak hanya menjadi penerima informasi tetapi juga mampu menginternalisasi dan menerapkan perilaku sehat dalam kehidupan sehari-hari. Harapannya, kegiatan ini dapat meningkatkan pengetahuan, sikap, dan keterampilan masyarakat dalam menjaga kesehatan, serta mengurangi angka kejadian penyakit kronis di masa mendatang.

Sahabat Sosial

Jurnal Pengabdian Masyarakat

II. METODE PELAKSANAAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan di salah satu wilayah pemukiman padat penduduk di Kota Batam pada bulan Juli 2025. Sasaran kegiatan adalah 50 orang masyarakat dengan variasi usia produktif hingga lanjut usia yang berisiko tinggi mengalami penyakit kronis.

1. Desain Kegiatan

Metode pelaksanaan menggunakan pendekatan partisipatif melalui kombinasi penyuluhan, diskusi interaktif, demonstrasi praktik, pemeriksaan kesehatan, serta konseling individu.

2. Tahap Persiapan

- Koordinasi dengan pihak kelurahan, RT/RW, dan Puskesmas setempat untuk menentukan lokasi dan sasaran kegiatan.
- Penyusunan materi edukasi yang meliputi: definisi penyakit kronis, faktor risiko, tanda dan gejala, strategi pencegahan, serta cara pengendalian.
- Menyediakan alat peraga dan media edukasi berupa leaflet, poster, dan slide presentasi.
- Menyiapkan perlengkapan pemeriksaan kesehatan seperti *sphygmomanometer*, *glucometer*, timbangan, dan *stadiometer*.

3. Tahap Pelaksanaan

- **Pembukaan:** sambutan oleh tim pelaksana dan tokoh masyarakat setempat.
- **Pre-test:** peserta diberikan kuesioner singkat untuk mengukur pengetahuan awal tentang penyakit kronis.
- **Penyuluhan kesehatan:** dilakukan oleh tim perawat dengan materi mengenai pencegahan dan pengendalian penyakit kronis.
- **Diskusi interaktif:** peserta dapat bertanya dan berbagi pengalaman terkait masalah kesehatan kronis.
- **Demonstrasi praktik:** pelatihan senam peregangan, pola makan seimbang menggunakan *food model*, serta teknik relaksasi sederhana untuk manajemen stres.
- **Pemeriksaan kesehatan:** meliputi pengukuran tekanan darah, kadar gula darah sewaktu, berat badan, tinggi badan, serta perhitungan Indeks Massa Tubuh (IMT).

Sahabat Sosial

Jurnal Pengabdian Masyarakat

- **Konseling individu:** diberikan kepada peserta dengan hasil pemeriksaan yang menunjukkan faktor risiko tinggi, serta dilakukan rujukan ke puskesmas jika diperlukan.
- **Post-test:** diberikan setelah edukasi untuk menilai peningkatan pengetahuan peserta.

4. Tahap Evaluasi

Evaluasi dilakukan dengan membandingkan hasil pre-test dan post-test, serta menilai respon dan partisipasi masyarakat selama kegiatan. Selain itu, tim melakukan *follow up* melalui komunikasi dengan kader kesehatan setempat untuk memantau penerapan perilaku hidup sehat setelah kegiatan.

5. Analisis Data

Data hasil kuesioner pre-test dan post-test dianalisis secara deskriptif untuk mengetahui peningkatan pengetahuan. Hasil pemeriksaan kesehatan juga dicatat untuk memberikan gambaran awal faktor risiko penyakit kronis di masyarakat sasaran.

III. HASIL DAN PEMBAHASAN

a. Hasil

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini diikuti oleh 50 orang peserta, terdiri atas 38% laki-laki dan 62% perempuan dengan rentang usia 25–65 tahun. Peserta sebagian besar adalah ibu rumah tangga, pekerja informal, dan lansia yang tinggal di wilayah padat penduduk Kota Batam.

1. Hasil Edukasi (Pre-test dan Post-test)

Sebelum kegiatan dilakukan, peserta diberikan pre-test untuk mengukur pengetahuan awal mengenai penyakit kronis. Setelah penyuluhan dan diskusi interaktif, dilakukan post-test. Hasil menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan peserta yang cukup signifikan.

Kategori Pengetahuan	Pre-test	Post-test
Baik ($\geq 76\%$)	10%	85%
Cukup (56–75%)	25%	10%
Kurang ($\leq 55\%$)	65%	5%

Sahabat Sosial

Jurnal Pengabdian Masyarakat

Peningkatan pengetahuan ini menunjukkan bahwa edukasi keperawatan yang diberikan berhasil meningkatkan kesadaran dan pemahaman masyarakat tentang pencegahan serta pengendalian penyakit kronis.

2. Hasil Pemeriksaan Kesehatan

Pemeriksaan kesehatan dasar dilakukan terhadap seluruh peserta, dengan hasil sebagai berikut:

- **Tekanan darah:**
 - Normal: 70%
 - Hipertensi ringan–sedang: 30%
- **Gula darah sewaktu:**
 - Normal: 80%
 - Tinggi (>200 mg/dL): 20%
- **Indeks Massa Tubuh (IMT):**
 - Normal: 55%
 - Overweight: 25%
 - Obesitas: 20%

Hasil pemeriksaan menunjukkan bahwa sebagian besar peserta memiliki faktor risiko yang perlu diperhatikan, terutama hipertensi, kadar gula darah tinggi, dan obesitas.

3. Respon Peserta

Peserta menunjukkan antusiasme tinggi dalam mengikuti kegiatan. Hal ini terlihat dari keaktifan bertanya saat sesi diskusi serta kesediaan mengikuti pemeriksaan kesehatan. Sebagian peserta menyampaikan bahwa mereka jarang mendapatkan informasi kesehatan secara langsung dari tenaga kesehatan dan merasa terbantu dengan adanya kegiatan ini.

4. Tindak Lanjut

- Peserta dengan hasil pemeriksaan kesehatan yang menunjukkan risiko tinggi (hipertensi, gula darah tinggi, obesitas) diberikan konseling individu.

Sahabat Sosial

Jurnal Pengabdian Masyarakat

- 10 orang peserta dirujuk ke Puskesmas untuk pemeriksaan lanjutan.
- Kader kesehatan setempat dilibatkan untuk memantau tindak lanjut perilaku hidup sehat, seperti pengukuran tekanan darah rutin dan kegiatan senam bersama.

b. Pembahasan

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat berupa edukasi keperawatan di Kota Batam memberikan hasil yang positif, terlihat dari peningkatan signifikan pengetahuan peserta mengenai penyakit kronis setelah dilakukan penyuluhan. Hasil ini memperkuat teori Notoatmodjo (2020) bahwa pendidikan kesehatan memiliki peranan penting dalam mengubah pengetahuan, sikap, dan praktik masyarakat terhadap perilaku sehat.

1. Edukasi Keperawatan Meningkatkan Pengetahuan

Peningkatan pengetahuan dari 10% (kategori baik) pada pre-test menjadi 85% setelah post-test menunjukkan bahwa metode edukasi partisipatif efektif dalam memberikan pemahaman. Hasil ini sejalan dengan penelitian Yusuf dkk. (2022) yang menemukan bahwa pendidikan kesehatan mampu meningkatkan kesadaran masyarakat terhadap faktor risiko hipertensi dan diabetes mellitus. Penyampaian materi dengan metode interaktif, diskusi, dan demonstrasi juga membuat peserta lebih mudah memahami serta mengingat informasi yang diberikan.

2. Gambaran Faktor Risiko Penyakit Kronis

Hasil pemeriksaan kesehatan menunjukkan 30% peserta mengalami hipertensi, 20% memiliki kadar gula darah tinggi, dan 45% mengalami overweight atau obesitas. Kondisi ini sejalan dengan data Dinas Kesehatan Kota Batam (2023) yang melaporkan tren peningkatan kasus hipertensi dan diabetes mellitus di masyarakat perkotaan. Temuan ini mengindikasikan perlunya upaya deteksi dini secara rutin di tingkat komunitas, terutama melalui peran aktif perawat dan kader kesehatan.

3. Peran Perawat dalam Pencegahan dan Pengendalian Penyakit Kronis

Perawat memiliki posisi strategis dalam pemberdayaan masyarakat. Menurut Stanhope & Lancaster (2020), perawat komunitas bukan hanya berfokus pada tindakan kuratif, tetapi juga berperan dalam promosi kesehatan, pencegahan primer, dan

Sahabat Sosial

Jurnal Pengabdian Masyarakat

pendampingan masyarakat. Dalam kegiatan ini, perawat berperan sebagai edukator, konselor, sekaligus fasilitator perubahan perilaku. Hal ini terbukti dari meningkatnya motivasi peserta untuk melakukan pemeriksaan kesehatan secara berkala dan mencoba menerapkan pola makan sehat serta aktivitas fisik rutin.

4. Pentingnya Deteksi Dini dan Perubahan Perilaku

Penyakit kronis umumnya berkembang secara perlahan tanpa gejala yang jelas pada tahap awal. Oleh karena itu, deteksi dini melalui pemeriksaan tekanan darah, gula darah, dan IMT sangat penting. Kegiatan ini juga membuktikan bahwa sebagian besar masyarakat belum terbiasa melakukan pemeriksaan kesehatan secara rutin, sehingga program seperti ini perlu diperluas cakupannya. Selain itu, perubahan gaya hidup seperti mengurangi konsumsi makanan tinggi gula dan lemak, berhenti merokok, serta meningkatkan aktivitas fisik menjadi langkah kunci dalam pencegahan penyakit kronis (WHO, 2021).

5. Implikasi untuk Keberlanjutan Program

Respon positif masyarakat dan tingginya partisipasi menunjukkan bahwa edukasi keperawatan dapat menjadi strategi berkelanjutan untuk menekan angka kejadian penyakit kronis. Keterlibatan kader kesehatan setempat sangat penting agar program dapat dilanjutkan secara mandiri di lingkungan masyarakat. Dengan adanya dukungan pemerintah daerah, puskesmas, dan organisasi masyarakat, kegiatan ini dapat diperluas untuk menjangkau lebih banyak kelompok rentan di Kota Batam.

IV. KESIMPULAN DAN SARAN

a. Kesimpulan

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat berupa edukasi keperawatan sebagai strategi pencegahan dan pengendalian penyakit kronis di Kota Batam berhasil meningkatkan pengetahuan peserta secara signifikan. Hasil pre-test dan post-test menunjukkan peningkatan pengetahuan dari mayoritas kategori kurang menjadi baik. Pemeriksaan kesehatan juga mengidentifikasi faktor risiko utama, yaitu hipertensi, kadar gula darah tinggi, serta obesitas, yang banyak ditemukan pada peserta.

Sahabat Sosial

Jurnal Pengabdian Masyarakat

Edukasi keperawatan terbukti efektif dalam meningkatkan kesadaran masyarakat tentang pentingnya deteksi dini dan penerapan perilaku hidup sehat. Perawat berperan sebagai fasilitator, edukator, dan konselor dalam membantu masyarakat mengendalikan faktor risiko penyakit kronis.

b. Saran

1. **Bagi Masyarakat:** perlu menerapkan gaya hidup sehat secara konsisten, seperti menjaga pola makan seimbang, meningkatkan aktivitas fisik, berhenti merokok, dan melakukan pemeriksaan kesehatan rutin.
2. **Bagi Tenaga Kesehatan:** khususnya perawat, diharapkan lebih aktif dalam memberikan edukasi berkelanjutan kepada masyarakat, baik melalui kegiatan komunitas maupun kunjungan rumah.
3. **Bagi Pemerintah dan Puskesmas:** diharapkan mendukung program edukasi kesehatan masyarakat secara rutin, membentuk kader kesehatan, serta menyediakan fasilitas deteksi dini penyakit kronis di tingkat komunitas.
4. **Bagi Peneliti Selanjutnya:** perlu dilakukan penelitian lebih lanjut mengenai efektivitas edukasi keperawatan dengan desain kuantitatif atau kualitatif agar dapat mengevaluasi dampak jangka panjang terhadap perilaku dan status kesehatan masyarakat.

DAFTAR PUSTAKA

1. Black, J. M., & Hawks, J. H. (2020). *Medical-Surgical Nursing: Clinical Management for Positive Outcomes*. St. Louis: Elsevier.
2. Dinas Kesehatan Kota Batam. (2023). *Profil Kesehatan Kota Batam*. Batam: Dinkes Batam.
3. Green, L. W., & Kreuter, M. W. (2021). *Health Promotion Planning: An Educational and Ecological Approach*. New York: McGraw-Hill.
4. Kementerian Kesehatan RI. (2022). *Riset Kesehatan Dasar*. Jakarta: Kemenkes RI.
5. Maran, A. A., Alim, A., Marpaung, M. P., Nurhaedah, N., Pannyiwi, R., & Rahmat, R. A. (2023). Edukasi Tentang Pengelolaan Sampah Rumah Tangga Dalam Menjaga Kesehatan Lingkungan Kelurahan Manisa. *Sahabat Sosial: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 1(4), 241–249. <https://doi.org/10.59585/sosisabdimas.v1i4.176>
6. Notoatmodjo, S. (2020). *Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
7. Nasution, N., Andani, N., Peluw, Z., & Djunaedi, D. (2025). Nurses' Knowledge Of Nursing Care Standards In Inpatient Care Rooms In Health Services In The Work Area Of

Sahabat Sosial

Jurnal Pengabdian Masyarakat

- Community Health Center. *International Journal of Health Sciences*, 3(2), 180–186. <https://doi.org/10.59585/ijhs.v3i2.641>
8. Nasution, N., Riskawaty, H. M., Nursiah, A., Marpaung, M. P., Alfiraza, E. N., & Hanif, M. (2025). Sosialisasi Dan Pemeriksaan Kadar Glukosa, Asam Urat Dan Kolesterol Dalam Pelaksanaan Identifikasi Kesehatan Masyarakat. *Sahabat Sosial: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 3(2), 434–441. <https://doi.org/10.59585/sosisabdimas.v3i2.639>
 9. Nasution, N., & Sansuwito, T. B. (2024). Family Nursing Care to Improve Self Care in Stunting Prevention: A Systematic Literature Review. *International Journal of Health Sciences*, 2(4), 1392–1412. <https://doi.org/10.59585/ijhs.v2i4.560>
 10. Potter, P. A., & Perry, A. G. (2021). *Fundamentals of Nursing*. St. Louis: Mosby Elsevier.
 11. Smeltzer, S. C., & Bare, B. G. (2019). *Textbook of Medical-Surgical Nursing*. Philadelphia: Lippincott Williams & Wilkins.
 12. Stanhope, M., & Lancaster, J. (2020). *Community Health Nursing: Promoting the Health of Populations*. St. Louis: Elsevier.
 13. Susilo, R. (2021). Peran perawat dalam edukasi penyakit kronis. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 24(2), 115–123.
 14. Utami, D., & Sari, M. (2022). Efektivitas pendidikan kesehatan terhadap pencegahan hipertensi pada masyarakat. *Jurnal Promosi Kesehatan*, 11(1), 33–42.
 15. WHO. (2021). *Noncommunicable Diseases Country Profiles*. Geneva: World Health Organization.
 16. WHO. (2022). *Global Report on Hypertension and Diabetes*. Geneva: World Health Organization.
 17. Yusuf, A., Fitriani, D., & Hasanah, N. (2022). Efektivitas pendidikan kesehatan terhadap perilaku pencegahan penyakit kronis. *Jurnal Promosi Kesehatan*, 10(1), 45–52.
 18. Yakobus, I. K., Suat, H., Kurniawati, K., Zulham, Z., Pannyiwi, R., & Anurogo, D. (2023). The Use Social Media's on Adolescents' Mental Health. *International Journal of Health Sciences*, 1(4), 425–438. <https://doi.org/10.59585/ijhs.v1i4.161>
 19. Zakaria, R., & Amalia, N. (2021). Peran edukasi keperawatan dalam meningkatkan kualitas hidup pasien dengan penyakit kronis. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 16(3), 201–210.
 20. Zhang, Y., Wu, J., & Li, X. (2020). Community-based health education and its role in chronic disease prevention: A systematic review. *International Journal of Nursing Studies*, 105, 103–118.