Gerakan Prolanis Sehat di Klinik Azzahra Kota Palembang

Rizma Adlia Syakurah[1], Siti Halimatul Munawarah[2], Danny Kusuma Aerosta[3], Siti Nuraziza Tuzzuhro[4]

[1, 2, 3)] Program Studi Kesehatan Masyarakat, Universitas Sriwijaya

[4)] Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Palembang

e-mail: siti.halimatul@fkm.unsri.ac.id

Abstrak

Hipertensi dan diabetes melitus masih menjadi tantangan utama dalam pelayanan kesehatan. Program Pengelolaan Penyakit Kronis (Prolanis) adalah program dari BPJS Kesehatan yang membantu peningkatan kualitas hidup peserta yang memiliki penyakit kronis. Pengabdian masyarakat ini dilakukan guna meningkatkan pemahaman dan kesadaran peserta Prolanis dalam mengendalikan faktor risiko penyakit melalui edukasi kesehatan yang terintegrasi dengan pemeriksaan kesehatan dasar. Kegiatan dilaksanakan pada 14 Februari 2026 di Klinik Azzahra Kota Palembang dengan melibatkan 33 orang. Metode yang digunakan meliputi ceramah dan diskusi tanya jawab, pembagian leaflet informasi, dan pemeriksaan tekanan darah, indeks massa tubuh, kolesterol total, dan gula darah puasa sesuai indikasi klinis. Hasil kegiatan menunjukkan sebagian besar peserta memiliki faktor risiko kardiometabolik, di antaranya 72,7% berada pada kategori prahipertensi, 54,5% memiliki status gizi overweight atau obesitas, dan 60,6% memiliki kadar kolesterol mendekati batas tinggi. Pada pemeriksaan gula darah puasa terhadap 17 peserta, sebanyak 47,1% berada pada kategori prediabetes dan 35,3% memenuhi kriteria diabetes. Temuan ini menunjukkan pentingnya skrining kesehatan secara berkala dan penguatan edukasi melalui program Prolanis untuk mencegah komplikasi penyakit kronis secara lebih dini.

Kata kunci: Diabetes mellitus, Hipertensi, Prolanis

Abstract

Hypertension and diabetes mellitus remain major challenges in healthcare services. The Chronic Disease Management Program (Prolanis), initiated by BPJS Kesehatan, aims to improve the quality of life of participants living with chronic diseases. This community service activity was conducted to enhance the understanding and awareness of Prolanis participants in controlling disease risk factors through health education integrated with basic health screening. The activity was carried out on February 14, 2026, at Azzahra Clinic in Palembang City and involved 33 participants. The methods used included lectures and interactive discussions, distribution of informational leaflets, and health examinations covering blood pressure, body mass index, total cholesterol, and fasting blood glucose according to clinical indications. The results showed that most participants had cardiometabolic risk factors, with 72.7% categorized as prehypertensive, 54.5% classified as overweight or obese, and 60.6% having borderline high cholesterol levels. Among the 17 participants who underwent fasting blood glucose testing, 47.1% were categorized as prediabetic and 35.3% met the criteria for diabetes. These findings highlight the importance of regular health screening and strengthening health education through the Prolanis program to prevent chronic disease complications at an earlier stage.

***Keywords**:* Diabetes mellitus, Hypertension, Prolanis

PENDAHULUAN

Di Indonesia, masalah Penyakit Tidak Menular (PTM) masih mendominasi di kalangan masyarakat. Penyakitt idak menular berkontribusi besar terhadap morbiditas, mortalitas maupun biaya kesehatan yang tinggi. Hipertensi merupakan salah satu PTM dan menjadi faktor risiko utama penyakit jantung dan stroke, sedangkan diabetes melitus dapat menimbulkan berbagai komplikasi kronis apabila tidak dikendalikan dengan baik (Andries, Tombokan, and Pongoh 2025). Penelitian pada peserta Program Pengelolaan Penyakit Kronis (Prolanis) menunjukkan bahwa kualitas hidup penderita hipertensi dan diabetes sangat dipengaruhi oleh kepatuhan pengobatan dan pemahaman terhadap penyakitnya (Febriany 2023). Pendekatan berbasis komunitas melalui

penyampaian informasi kesehatan terbukti efektif untuk peningkatan pengetahuan serta kesadaran masyarakat. Edukasi yang dilakukan secara terstruktur dapat memperbaiki perilaku kesehatan, meningkatkan deteksi dini, serta membantu pengendalian tekanan darah dan kadar gula darah.

Beberapa studi menunjukkan bahwa promosi kesehatan berbasis komunitas memiliki peran dalam meningkatkan pemanfaatan layanan kesehatan primer dan mendorong perubahan gaya hidup yang lebih sehat (Mayasari, E, Serli, Yulis, D M, Hairuddin 2025). Dalam konteks sistem Jaminan Kesehatan Nasional (JKN), Prolanis yang diselenggarakan oleh BPJS Kesehatan bertujuan meningkatkan kualitas hidup peserta dengan penyakit kronis melalui edukasi, pemantauan rutin, dan pelayanan kesehatan berkelanjutan. Pemanfaatan Prolanis yang optimal dipengaruhi oleh pemahaman peserta terhadap manfaat program dan sistem JKN (Sabrina and Rahayu 2023). (Syakurah, Munawarah, Ningsih 2024) menjelaskan bahwa di Klinik Azzahra Palembang, pelaksanaan Prolanis perlu senantiasa diperkuat melalui kegiatan edukasi dan promosi kesehatan agar pemanfaatan program lebih optimal.

Edukasi yang konsisten dapat meningkatkan pemahaman peserta mengenai pentingnya pemeriksaan rutin dan pengelolaan penyakit kronis secara mandiri. Namun demikian, deteksi dini faktor risiko penyakit tidak menular di tingkat komunitas masih belum optimal. Banyak individu dengan faktor risiko kardiometabolik seperti tekanan darah tinggi, obesitas, dislipidemia, maupun gangguan glukosa darah yang belum terdeteksi secara dini karena keterbatasan skrining kesehatan rutin di masyarakat. Padahal, skrining kesehatan berbasis komunitas merupakan strategi penting dalam mengidentifikasi faktor risiko sejak awal sehingga intervensi promotif dan preventif dapat dilakukan lebih cepat sebelum terjadi komplikasi penyakit kronis. Oleh karena itu, kegiatan skrining kesehatan yang terintegrasi dengan edukasi kesehatan melalui Prolanis menjadi upaya strategis untuk meningkatkan kesadaran masyarakat terhadap faktor risiko penyakit tidak menular serta mendorong pemantauan kesehatan secara berkelanjutan.

Berdasarkan latar belakang tersebut, Gerakan Prolanis Sehat di Klinik Azzahra Palembang dilaksanakan sebagai bentuk intervensi edukatif terpadu yang mencakup penyampaian materi mengenai hipertensi dan diabetes melitus, informasi terkait pemanfaatan JKN, kesehatan gigi pada lansia serta pemeriksaan kesehatan dasar bagi peserta Prolanis. Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman peserta mengenai pengendalian penyakit kronis serta mendorong keterlibatan aktif dalam program Prolanis sebagai upaya pencegahan komplikasi dan peningkatan kualitas hidup.

METODE

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan pada tanggal 14 Februari 2026 di Klinik Azzahra Kota Palembang dengan sasaran peserta Prolanis. Metode yang digunakan dalam kegiatan ini adalah pendidikan masyarakat melalui pendekatan ceramah interaktif yang dikombinasikan dengan pemeriksaan kesehatan. Kegiatan diawali dengan koordinasi bersama pihak Klinik Azzahra terkait waktu pelaksanaan, jumlah peserta, serta kesiapan sarana dan prasarana yang dibutuhkan. Materi edukasi disusun berdasarkan kebutuhan peserta Prolanis yang sebagian besar merupakan lansia dengan riwayat hipertensi dan diabetes melitus.

Pelaksanaan kegiatan dimulai dengan penyampaian materi secara langsung menggunakan metode ceramah interaktif. Materi yang diberikan meliputi pengertian, faktor risiko, pencegahan, dan pengendalian hipertensi; pengelolaan diabetes melitus serta pencegahan komplikasinya; pemanfaatan JKN, termasuk penggunaan aplikasi Mobile JKN; serta pentingnya menjaga kesehatan gigi dan mulut pada lansia. Tim pengabdian juga membagikan leaflet edukasi sehingga peserta dapat membaca kembali informasi yang telah disampaikan. Penyampaian materi dilakukan secara komunikatif dan disertai sesi tanya jawab guna mendorong partisipasi aktif peserta. Pada akhir sesi edukasi dilakukan pembagian *doorprize* sebagai bentuk apresiasi dan upaya meningkatkan motivasi peserta dalam mengikuti kegiatan.

Setelah sesi edukasi, kegiatan dilakukan dengan pemeriksaan kesehatan yang meliputi pengukuran berat badan dan tinggi badan, pemeriksaan tekanan darah, serta pemeriksaan laboratorium sederhana seperti kadar gula darah, kolesterol, dan asam urat. Hasil pemeriksaan tersebut kemudian dijelaskan secara singkat kepada peserta sebagai bagian dari konseling kesehatan untuk meningkatkan kesadaran terhadap kondisi kesehatannya. Evaluasi kegiatan

dilakukan secara deskriptif dengan menganalisis hasil pemeriksaan kesehatan peserta serta mengamati partisipasi peserta selama kegiatan berlangsung.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini diikuti oleh 33 peserta Prolanis yang sebagian besar merupakan lansia dengan riwayat hipertensi dan diabetes melitus. Peserta mengikuti seluruh rangkaian kegiatan yang meliputi edukasi kesehatan, pembagian leaflet, sesi tanya jawab, pembagian doorprize, serta pemeriksaan kesehatan. Selama kegiatan berlangsung, peserta menunjukkan antusiasme yang tinggi, terlihat dari keaktifan dalam sesi tanya jawab dan diskusi terkait pengelolaan hipertensi, diabetes melitus, serta pemanfaatan JKN dan aplikasi Mobile JKN maupun materi kesehatan gigi pada lansia. Leaflet edukasi yang dibagikan juga diterima dengan baik sebagai bahan bacaan lanjutan bagi peserta.



Gambar 1. Dokumentasi Kegiatan Pengabdian Masyarakat di Klinik Azzahra Palembang

Berikut ini disajikan hasil pemeriksaan peserta Prolanis, sebagai berikut.

Tabel 1. Karakteristik dan Hasil Pemeriksaan Kesehatan Peserta Prolanis (n = 33)

Parameter	Kategori	Jumlah (n)	Persentase (%)
Jenis Kelamin	Perempuan	24	72,7
	Laki-laki	9	27,3
Kelompok Usia	Usia produktif dan pra-lansia (37–59 tahun)	19	57,6
	Lansia (≥60 tahun)	14	42,4
Indeks Massa Tubuh (IMT)	Normal (18,5–25,0)	15	45,5
	Overweight (25,1–27,0)	10	30,3
	Obesitas (>27,0)	8	24,2
Tekanan Darah	Normal (<120/<80)	1	3,0
	Prahipertensi (120–139 / 80–89)	24	72,7
	Hipertensi Derajat 1 (140–159 / 90–99)	8	24,3
Kolesterol Total	Normal (<200 mg/dL)	5	15,2
	Mendekati batas tinggi (200–239 mg/dL)	20	60,6
	Tinggi (≥240 mg/dL)	8	24,2

Sumber: Data Primer, 2026

Mayoritas peserta Prolanis merupakan perempuan (72,7%). Perempuan cenderung lebih aktif dalam memanfaatkan layanan kesehatan dibandingkan laki-laki (Yusniati & Zamli 2025). Berdasarkan kelompok usia, sebanyak 57,6% peserta berada pada rentang usia 37–59 tahun (usia produktif dan pra-lansia), sedangkan 42,4% termasuk dalam kelompok lansia (≥60 tahun). Hal ini menunjukkan bahwa kegiatan Prolanis tidak hanya diikuti oleh lansia, tetapi juga kelompok usia pra-lansia yang memiliki risiko untuk terkena penyakit tidak menular. (Oktarina et al. 2025) menjelaskan penyakit tidak menular didominasi kelompok usia dewasa akhir dan lansia, serta dapat terjadi lebih dini pada kelompok usia produktif yang memiliki faktor risiko seperti obesitas dan gaya hidup tidak sehat. Hasil kegiatan ini menunjukkan bahwa mayoritas peserta (54,5%) berada pada kategori *overweight* dan obesitas. Kondisi ini merupakan faktor risiko utama terjadinya hipertensi dan gangguan metabolik. Seseorang dengan status gizi berlebih memiliki

hubungan yang kuat untuk meningkatkan kejadian hipertensi dan diabetes (Septiana and Ishariyanto 2025).

Sebagian besar peserta berada pada kategori prahipertensi (72,7%), sedangkan 24,3% telah masuk kategori hipertensi derajat 1. Temuan ini menunjukkan bahwa mayoritas peserta berada dalam kondisi peningkatan tekanan darah yang memerlukan pemantauan dan intervensi berkelanjutan. Hal ini sejalan dengan (Solehudin et al. 2025) bahwa ada peningkatan prevalensi tekanan darah tinggi di komunitas. Hasil pemeriksaan kolesterol total juga menunjukkan bahwa 60,6% peserta memiliki kadar kolesterol dalam rentang 200–239 mg/dL, yaitu kategori mendekati batas tinggi. Kondisi ini menunjukkan adanya peningkatan risiko penyakit kardiovaskular apabila tidak dilakukan pengendalian faktor risiko secara optimal. Sebanyak 24,2% peserta telah berada pada kategori kolesterol tinggi (≥240 mg/dL). Peningkatan kadar kolesterol sering ditemukan bersamaan dengan hipertensi dan faktor risiko lainnya pada kelompok dewasa dan lansia (Septiana and Ishariyanto 2025).

Tabel 2. Distribusi Gula Darah Puasa Peserta yang Diperiksa (n = 17)

Kategori	Jumlah (n)	Persentase (%)
Normal (<100 mg/dL)	3	17,6
Prediabetes (100–125 mg/dL)	8	47,1
Diabetes (≥126 mg/dL)	6	35,3
Total	**17**	**100**

Sumber: Data Primer, 2026

Khusus pemeriksaan gula darah puasa hanya dilakukan pada 17 peserta, yang memiliki indikasi klinis atau riwayat penyakit yang memerlukan evaluasi kadar glukosa darah secara lebih spesifik. Penentuan pemeriksaan dilakukan berdasarkan kebutuhan pasien, kondisi kesehatan saat kegiatan berlangsung, serta riwayat hipertensi atau diabetes melitus yang dimiliki. Pendekatan ini dilakukan untuk memastikan pemeriksaan bersifat tepat sasaran dan sesuai dengan prinsip pelayanan kesehatan yang rasional. Sebanyak 47,1% berada pada kategori prediabetes dan 35,3% telah memenuhi kriteria diabetes. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar peserta yang diperiksa memiliki gangguan glukosa dan memerlukan pengendalian yang lebih intensif. Temuan ini menekankan bahwa skrining gula darah berdasarkan kebutuhan klinis menjadi pendekatan yang tepat untuk mendeteksi gangguan metabolik lebih awal; di mana beberapa kegiatan pemeriksaan kesehatan menggabungkan pemeriksaan tekanan darah dan glukosa darah sebagai bagian dari strategi promotif dan preventif (Septiana and Ishariyanto 2025).

Secara keseluruhan, hasil pemeriksaan menunjukkan bahwa sebagian besar peserta memiliki satu atau lebih faktor risiko kardiometabolik, sehingga edukasi kesehatan dan pemantauan rutin melalui Prolanis menjadi sangat penting untuk mencegah komplikasi jangka panjang. Berbagai penelitian menunjukkan hipertensi perlu dikendalikan melalui penguatan khususnya pada aspek deteksi dini dan pemantauan rutin (Muharram, Widyahening, and Danaei 2025); (Taopik and Pamela 2025). Kombinasi faktor risiko yang ditemukan pada peserta berupa peningkatan tekanan darah, status gizi di atas normal, kadar kolesterol tinggi, dan gangguan glukosa darah menunjukkan kompleksitas masalah metabolik yang sering muncul secara bersamaan pada populasi dewasa dan lansia. Temuan ini menunjukkan bahwa integrasi kegiatan edukasi dan skrining kesehatan dalam program Prolanis dapat menjadi strategi efektif dalam memperkuat upaya promotif dan preventif pada pelayanan kesehatan primer.

SIMPULAN

Gerakan Prolanis Sehat di Klinik Azzahra Palembang menunjukkan antusiasme yang tinggi dari peserta. Mayoritas peserta memiliki faktor risiko penyakit tidak menular yang memerlukan perhatian dan pengendalian secara berkelanjutan. Peran edukasi kesehatan yang terintegrasi dengan pemeriksaan kesehatan dasar terbukti penting dalam meningkatkan kesadaran peserta terhadap kondisi kesehatannya. Kegiatan ini memperlihatkan bahwa pendekatan promotif dan preventif melalui Prolanis memiliki kontribusi strategis dalam mendukung pengendalian faktor risiko serta mencegah terjadinya komplikasi penyakit kronis di masyarakat.

SARAN

Gerakan Prolanis di Klinik Azzahra Palembang perlu senantiasa dilaksanakan secara konsisten melalui kegiatan edukasi yang terstruktur dan pemeriksaan kesehatan berkala sesuai kebutuhan klinis peserta. Upaya penguatan pemantauan tekanan darah, kadar gula darah, status gizi, dan profil lipid perlu dilakukan secara berkesinambungan disertai konseling yang mendorong perubahan perilaku hidup sehat. Selain itu, kolaborasi antara tenaga kesehatan dan peserta perlu ditingkatkan agar kepatuhan terhadap kontrol rutin dan pemanfaatan layanan JKN dapat berjalan optimal. Kegiatan pengabdian selanjutnya disarankan untuk dilengkapi dengan evaluasi terukur guna menilai dampak intervensi secara lebih objektif dan berkelanjutan.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terimakasih sebesar-besarnya semua penulis sampaikan kepada Klinik Azzahra Kota Palembang atas dukungan dan fasilitasi dalam pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini.

DAFTAR PUSTAKA

Andries, Venolia Vinesa, Vera Diane Tombokan, and Lucyana L Pongoh. 2025. "Gambaran Data Hasil Skrining Diabetes Melitus Pada Pasien Hipertensi Di Prolanis Maleosan Tomohon." *Jurnal Kolaboratif Sains* 8(10): 6137–42. doi:10.56338/jks.v8i10.8573.

Febriany, Feby. 2023. "Kualitas Hidup Peserta Program Penyakit Kronis Diabetes Melitus Tipe II Di Indonesia : A Systematic Review." *Jurnal Jaminan Kes* 3(2): 56–64. doi:10.53756/jjkn.v3i2.169 ISSN.

Mayasari, E, Serli, Yulis, D M, Hairuddin, K. 2025. "Effectiveness of Community-Based Health Promotion in Preventing Hypertension : A Qualitative Approach." *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada* 14(2): 340–50. doi:https://doi.org/10.35816/jiskh.v14i2.1321.

Muharram, Farizal Rizky, Indah S Widyahening, and Goodarz Danaei. 2025. "Hypertension Care Performance in Indonesia : Evidence from Three Waves of Sectional Nationally Representative Cross- - Surveys." *BMJ Open* 15: 1–9. doi:10.1136/bmjopen-2025-109588.

Oktarina, Mika, Anisah Tifani Maulidyanti, Choralina Eliagita, and Nuril Absari. 2025. "Edukasi Hipertensi Dan Diabetes Mellitus Di Kampung Jenggalu Kito Bengkulu." *Jurnal Pengabdian Masyarakat Multidisiplin* 8(3): 324–30. doi:https://doi.org/ 10.36341/jpm.v8i3.6050.

Sabrina, Legal Yuniar, and Sri Ratna Rahayu. 2023. "Determinan Pemanfaatan Program Pengelolaan Penyakit Kronis (Prolanis)." *Higeia Journal of Public Health Research an* 7(4): 610–24. doi:https://doi.org/10.15294/higeia.v7i4.68109.

Septiana, Rita, and Riski Ishariyanto. 2025. "Edukasi Kesehatan Serta Pemeriksaan Kadar Gula Darah Dan Tekanan Darah Untuk Masyarakat." *Jurnal Pengabdian Masyarakat: Pemberdayaan, Inovasi dan Perubahan* 5(1): 237–42. doi:10.59818/jpm.v5i1.1206.

Solehudin, Emi Yuliza, Nur Eni Lestari, and Nurul Ainul Shifa. 2025. "Jurnal Pengabdian Bidang Kesehatan Penyuluhan Kesehatan Masyarakat Dengan Penyakit Hipertensi di Kelurahan Paledang Kota Bogor Public Health Counseling for Hypertension Patients in Paledang Village , Bogor City Prodi S1 Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan." *Jurnal Pengabdian Bidang Kesehatan* 3(1): 01–12. doi:https://doi.org/10.57214/jpbidkes.v3i1.150.

Syakurah, Munawarah, Ningsih, Tuzzuhro. 2024. "Lansia Sehat Bersama Prolanis: Peningkatan Status Kesehatan Pasien Pengelolaan Penyakit Kronis (Prolanis) Di Klinik Azzahra Palembang." *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (Pkm)* 7(11): 4906–15. doi:https://doi.org/10.33024/jkpm.v7i11.17107.

Taopik, Ayi Ihsan, and Nina Pamela. 2025. "Efektivitas Edukasi Kesehatan Berbasis Keperawatan Komunitas Dalam Menurunkan Risiko Dan Mengendalikan Hipertensi (Literatur Review)." *Jurnal Ilmiah Penelitian Kesehatan* 3(6): 957–67. doi:https://doi.org/10.61722/jipm.v3i6.1755.

Yusniati & Zamli. 2025. "Peningkatan Pengetahuan Melalui Penyuluhan Penyakit Hipertensi dan Diabetes Melitus Serta Senam Lansia Pada Kelompok Lansia Kelurahan Malili." *Jurnal Pengabdian Masyarakat Bhinneka* 4(1): 190–99. doi:https://doi.org/10.58266/jpmb.v4i1.404.