



Effectiveness of health education on knowledge of hypertension and diabetes among Indonesian migrant workers in Hong Kong

Siti Arifah, Dimas Ria Angga Pribadi✉

Universitas Muhammadiyah Surakarta, Surakarta, Indonesia

✉ dra632@ums.ac.id

doi: <https://doi.org/10.31603/ce.14795>

Abstract

Hypertension and diabetes mellitus (DM) are non-communicable diseases with a high prevalence among Indonesian Migrant Workers (IMWs). Low health literacy and limited access to health services make IMWs vulnerable to complications. This community engagement activity aimed to enhance IMWs' knowledge and skills in the prevention and management of hypertension and diabetes mellitus through community-based education and training. The methods employed included socialization, counseling, workshops, simple health check-ups, and mentoring. The program partnered with an IMW community under the guidance of the Consulate General of the Republic of Indonesia (KJRI) in Hong Kong, with 60 participants. The evaluation results show a significant increase, with knowledge in the good category for hypertension rising from 21.7% to 50.0%, and for diabetes mellitus from 21.7% to 55.0%. This program is effective in empowering IMWs through a transcultural and community-based approach.

Keywords: Hypertension; Diabetes mellitus; Health education; Migrant worker

Efektivitas pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan hipertensi dan diabetes pada pekerja migran Indonesia di Hong Kong

Abstrak

Hipertensi dan diabetes melitus merupakan penyakit tidak menular dengan prevalensi tinggi di kalangan pekerja migran Indonesia (PMI). Rendahnya literasi kesehatan dan keterbatasan akses layanan membuat PMI rentan terhadap komplikasi. Kegiatan pengabdian ini bertujuan meningkatkan pengetahuan dan keterampilan PMI dalam pencegahan serta pengelolaan hipertensi dan diabetes melitus melalui edukasi dan pelatihan berbasis komunitas. Metode yang digunakan meliputi sosialisasi, penyuluhan, workshop, pemeriksaan kesehatan sederhana, serta pendampingan. Mitra kegiatan adalah komunitas PMI di bawah binaan KJRI Hong Kong, dengan 60 orang peserta. Hasil evaluasi menunjukkan adanya peningkatan signifikan, dengan pengetahuan kategori baik pada hipertensi naik dari 21,7% menjadi 50,0% dan pada diabetes melitus dari 21,7% menjadi 55,0%. Program ini efektif dalam pemberdayaan PMI melalui pendekatan transkultural dan komunitas.

Kata Kunci: Hipertensi; Diabetes melitus; Edukasi kesehatan; Pekerja migran

1. Pendahuluan

Hipertensi dan diabetes melitus merupakan dua Penyakit Tidak Menular (PTM) utama yang menjadi tantangan kesehatan global, di mana prevalensinya terus meningkat dan

Contributions to
SDGs



Article History

Received: 13/09/25

Revised: 02/10/25

Accepted: 06/10/25

berkontribusi signifikan terhadap morbiditas, mortalitas, serta beban ekonomi kesehatan masyarakat. Organisasi Kesehatan Dunia melaporkan bahwa hipertensi mempengaruhi lebih dari 1,28 miliar orang dewasa global, dan diabetes melitus memengaruhi lebih dari 422 juta orang dengan angka kematian mencapai 1,5 juta per tahun ([World Health Organization, 2023](#)). Di Indonesia, Riskesdas 2018 mencatat prevalensi hipertensi sebesar 34,1% pada penduduk berusia ≥ 15 tahun, sementara diabetes melitus mencapai 10,9% ([Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, 2019](#)). Situasi ini masih mengkhawatirkan, seperti yang ditunjukkan oleh program Cek Kesehatan Gratis (CKG) Kementerian Kesehatan pada tahun 2025, dari lebih dari 8,2 juta peserta, sekitar 20% terdeteksi hipertensi dan 5,9% diabetes melitus ([Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2025](#)). Kondisi ini mengindikasikan bahwa PTM masih menjadi persoalan kesehatan serius yang menuntut upaya pencegahan dan pengendalian yang lebih intensif.

Isu PTM ini sangat relevan bagi Pekerja Migran Indonesia (PMI), khususnya di Hong Kong, yang merupakan salah satu tujuan utama penempatan PMI di Asia. Berdasarkan data BP2MI tahun 2024, terdapat lebih dari 297.434 PMI yang mayoritas bekerja di sektor domestik dan informal dengan beban kerja tinggi dan akses terbatas terhadap layanan kesehatan formal ([Badan Pelindungan Pekerja Migran Indonesia, 2025](#)). Secara spesifik di Hong Kong, per 6 Mei 2024, jumlah PMI tercatat sebanyak 39.173 orang, di mana sebagian besar bekerja sebagai *house maid* ([Badan Pelindungan Pekerja Migran Indonesia, 2024](#)). Sayangnya, PMI di Hong Kong masih memiliki tingkat literasi kesehatan yang rendah, terutama terkait pencegahan dan pengelolaan PTM seperti hipertensi dan diabetes melitus ([Lestari & Li, 2019](#)). Kondisi ini diperburuk oleh keterbatasan akses layanan kesehatan, hambatan bahasa, dan beban kerja harian yang tinggi ([Priyadi et al., 2023](#)). Masalah kesehatan yang dialami pekerja migran ini menjadi persoalan sosial yang erat kaitannya dengan rendahnya modal sosial, yang mencakup jaringan hubungan, kepercayaan, dan kerja sama dalam interaksi sosial ([Bai et al., 2025](#)). Oleh karena itu, pemberdayaan pekerja migran melalui edukasi kesehatan adalah pendekatan strategis yang terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan perilaku hidup sehat ([Hjelm & Hadziabdic, 2025](#)).

Berbagai penelitian menunjukkan bahwa pendidikan kesehatan adalah strategi krusial untuk meningkatkan literasi kesehatan dan perilaku preventif pada populasi rentan. Intervensi edukatif terbaru secara signifikan meningkatkan pengetahuan dan kesadaran individu terhadap penyakit kronis, termasuk hipertensi dan diabetes, yang kemudian berkontribusi pada perubahan perilaku yang lebih sehat dan peningkatan kepatuhan pengelolaan penyakit ([Sultana et al., 2025](#)). Edukasi kesehatan melalui media berkualitas juga terbukti meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang hipertensi dan mendorong perilaku hidup lebih sehat ([Wu et al., 2025](#)). Pencegahan utama diabetes melitus adalah dengan menerapkan pola hidup sehat sejak dini, menghindari kebiasaan yang dapat meningkatkan risiko penyakit ([Anshari et al., 2023](#)). Mengingat pengabaian terhadap hipertensi dan diabetes melitus dapat menimbulkan berbagai komplikasi serius yang berdampak pada kualitas hidup dan keselamatan pasien ([Pop et al., 2025](#)), maka penting untuk dilakukan pendidikan kesehatan guna mencegah komplikasi lebih serius.

Merespons tantangan ini, Program Pengabdian Masyarakat Kemitraan Internasional (PkM-KI) yang digagas oleh Universitas Muhammadiyah Surakarta (UMS) melalui LPMPP, menjadi upaya strategis dalam meningkatkan mutu dan rekognisi pengabdian

melalui kolaborasi lintas negara. Sasaran utama program ini adalah Warga Negara Indonesia (WNI), khususnya PMI yang berada di komunitas binaan Konsulat Jenderal Republik Indonesia (KJRI) di Hong Kong. Program ini tidak hanya memperkuat diplomasi akademik, tetapi juga selaras dengan visi globalisasi Amal Usaha Muhammadiyah (AUM) dan dakwah Islam Wasathiyah yang digerakkan oleh Pimpinan Pusat Muhammadiyah, yang implementasinya menggandeng mitra sinergis seperti Pimpinan Cabang Istimewa 'Aisyiyah (PCIA) dan komunitas Sahabat Migran Berkemajuan (SARANMU) di luar negeri (Rachmawati, 2018). Edukasi yang diberikan mencakup pemanfaatan terapi komplementer yang relevan bagi migran, seperti pengaturan pola makan, latihan relaksasi, dan penggunaan herbal sederhana (Chan et al., 2024).

Melalui pendekatan pelatihan berbasis pemberdayaan komunitas (*community-based empowerment*), kegiatan ini diharapkan memberikan dampak positif ganda. *Pertama*, meningkatkan literasi dan keterampilan kesehatan PMI dalam upaya pencegahan dan pengelolaan hipertensi dan diabetes melitus. *Kedua*, memfasilitasi mahasiswa keperawatan UMS berperan sebagai duta kesehatan global dan advokasi berbasis komunitas. *Ketiga*, memperkuat diplomasi sosial dan kontribusi akademik Indonesia di ranah kesehatan global, khususnya dalam konteks masyarakat migran. *Keempat*, memperluas perlindungan PMI dari praktik diskriminasi kesehatan dan meningkatkan pemahaman terkait akses layanan hukum yang layak.

2. Metode

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan dengan pendekatan edukasi dan pemberdayaan komunitas. Materi yang diberikan meliputi edukasi pencegahan serta pengelolaan hipertensi dan diabetes melitus, pelatihan keterampilan deteksi dini dengan pemeriksaan tekanan darah dan gula darah sederhana, workshop diet sehat berbasis bahan lokal, serta sosialisasi mengenai hak kesehatan dan perlindungan pekerja migran dari diskriminasi.

Mitra kegiatan adalah komunitas PMI yang berada di bawah binaan KJRI di Hong Kong dan tergabung dalam organisasi SARANMU. Peserta yang terlibat berjumlah sekitar 60 orang PMI yang mayoritas bekerja di sektor domestik. Mitra juga berkontribusi dalam penyediaan tempat kegiatan, menyebarkan informasi program, serta mendorong keberlanjutan kegiatan melalui pembentukan kader kesehatan komunitas.

Pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini dibagi ke dalam tiga tahap utama, yaitu pra kegiatan, pelaksanaan kegiatan, dan evaluasi kegiatan. Tahap pra kegiatan diawali dengan koordinasi bersama KJRI Hong Kong, organisasi SARANMU, serta EOC untuk menyepakati jadwal dan teknis pelaksanaan. Selain itu, dilakukan identifikasi kebutuhan peserta melalui angket singkat dan wawancara, serta persiapan media edukasi berupa modul, leaflet, dan buku saku yang akan digunakan dalam kegiatan.

Pelaksanaan kegiatan diawali dengan pembukaan oleh tim pengabdian dan dilanjutkan dengan *pre-test* pengetahuan guna mengukur pemahaman awal peserta terkait kesehatan, pola hidup sehat, dan hak-hak pekerja migran. Setelah itu, dilakukan kegiatan pemeriksaan tanda-tanda vital, gula darah, dan kolesterol. Kegiatan dilanjutkan dengan penyampaian materi mengenai hipertensi secara terstruktur dan diet untuk hipertensi, Mengenal tentang diabetes melitus secara terstruktur dan lebih

dini, cara melakukan pengukuran tekanan darah dan pengecekan tingkat gula dalam darah, lalu diakhiri dengan penyuluhan hukum dan diskriminasi oleh EOC. Sebagai tahap akhir, dilakukan *post-test* pengetahuan untuk menilai peningkatan pemahaman peserta setelah mengikuti rangkaian kegiatan. Kuesioner yang digunakan terdiri dari 10 soal terkait hipertensi dan 10 soal terkait diabetes melitus. Hasil jawaban peserta kemudian dikategorikan menjadi tiga tingkat pengetahuan, yaitu baik menjawab benar ≥ 8 soal (80–100%), cukup: menjawab benar 5–7 soal (50–70%), dan kurang: menjawab benar ≤ 4 soal ($\leq 40\%$).

3. Hasil dan Pembahasan

3.1. Pelaksanaan kegiatan

Tahap pelaksanaan kegiatan dilaksanakan selama sehari pada hari Minggu, 27 Juli 2025. Kegiatan dilaksanakan di kantor EOC, Wong Chuk Hang, Hong Kong dan diikuti oleh 60 peserta. Kegiatan diawali dengan registrasi peserta dan pengisian *pre-test* pengetahuan untuk mengetahui pemahaman awal PMI mengenai hipertensi dan diabetes melitus dilanjutkan dengan pemeriksaan kadar gula darah dan kolesterol untuk memetakan kondisi kesehatan peserta yang ditunjukkan pada [Gambar 1](#).

Hasil klasifikasi yang disajikan pada [Tabel 1](#) menunjukkan bahwa sebagian besar peserta berada pada kategori normal, yaitu sebanyak 26 orang (43,3%). Peserta dengan kategori pre-hipertensi berjumlah 15 orang (25,0%), sementara hipertensi tingkat 1 ditemukan pada 11 orang (18,3%) dan hipertensi tingkat 2 pada 8 orang (13,4%). Sebanyak 25% peserta berada pada kategori pra-hipertensi (120–129/80–89 mmHg). Temuan ini menegaskan perlunya intervensi gaya hidup dini, sebagaimana direkomendasikan ACC/AHA 2017, melalui diet DASH, pengendalian berat badan, dan aktivitas fisik guna mencegah progresi menuju hipertensi dan menurunkan risiko kardiovaskular jangka panjang. Sebanyak 18,3% peserta mengalami hipertensi tingkat 1 dan 13,4% tingkat 2, menunjukkan risiko tinggi komplikasi kardiovaskular sehingga memerlukan intervensi gaya hidup, terapi farmakologis sesuai pedoman, serta pendidikan kesehatan berkelanjutan untuk meningkatkan kepatuhan dan pencegahan.



Gambar 1. Pemeriksaan tekanan darah, gula darah sewaktu dan kolesterol

Pemeriksaan kadar gula darah sewaktu (GDS) juga dilakukan. Hasil klasifikasi yang disajikan pada [Tabel 2](#) menunjukkan bahwa mayoritas peserta berada pada kategori normal, yaitu sebanyak 45 orang (75%). Sebanyak 13 orang (21,7%) masuk dalam kategori prediabetes, sedangkan 2 orang (3,3%) terdeteksi dengan kadar gula darah sewaktu pada kategori diabetes melitus. Temuan ini sejalan dengan laporan literatur bahwa kelompok prediabetes memiliki risiko signifikan untuk berkembang menjadi diabetes apabila tidak dilakukan intervensi gaya hidup yang memadai. Hasil pemeriksaan GDS tidak hanya memberikan gambaran status kesehatan peserta, tetapi juga menjadi dasar perencanaan program promotif dan preventif yang lebih terarah bagi PMI. Lebih lanjut, hasil klasifikasi yang ditunjukkan pada [Tabel 3](#) menunjukkan bahwa sebagian besar peserta berada pada kategori *borderline*, yaitu sebanyak 32 orang (53,3%). Sementara itu, peserta dengan kadar kolesterol dalam batas normal berjumlah 14 orang (23,3%), dan 14 orang lainnya (23,3%) masuk kategori hiperkolesterolemia.

[Tabel 1. Hasil pemeriksaan tekanan darah \(n = 60 orang\)](#)

No	Klasifikasi hipertensi	Frekuensi
1	Normal	26 (43,3%)
2	Pra-Hipertensi	15 (25%)
3	Hipertensi Tingkat 1	11 (18,3%)
4	Hipertensi Tingkat 2	8 (13,4%)
Total		60 (100%)

[Tabel 2. Hasil pemeriksaan gula darah sewaktu](#)

No	Klasifikasi diabetes	Frekuensi
1	Normal	45 (75%)
2	Pra-Diabetes	13 (21,7%)
3	Diabetes Mellitus	2 (3,3%)
Total		60 (100%)

[Tabel 3. Hasil pemeriksaan kolesterol](#)

No	Klasifikasi	Frekuensi
1	Normal	14 (23,3%)
2	<i>Borderline</i>	32 (53,3%)
3	Hiperkolesterolemia	14 (23,3%)
Total		60 (100%)



[Gambar 2. Pelatihan pemeriksaan tekanan darah dan gula darah](#)

Kegiatan inti dilanjutkan dengan pelatihan materi 1 mengenai hipertensi, meliputi definisi, faktor risiko, tanda dan gejala, komplikasi, serta edukasi diet sehat yang relevan dengan kondisi kerja di Hong Kong. Materi 2 membahas diabetes melitus, mencakup pengenalan penyakit, deteksi dini, tanda gejala awal, serta latihan pemantauan sederhana. Kedua materi tersebut disampaikan oleh Siti Arifah, S.Kp., M.Kes selaku dosen UMS. Materi 3 berfokus pada keterampilan pemeriksaan mandiri, di mana peserta dilatih menggunakan alat ukur tekanan darah dan gula darah dengan pendampingan yang ditunjukkan pada [Gambar 2](#). Peserta memberikan respons positif selama pelatihan. Pada materi hipertensi dan diabetes melitus, peserta aktif bertanya terutama terkait pola hidup sehat dan deteksi dini penyakit. Saat praktik pemeriksaan mandiri, peserta tampak antusias mencoba alat ukur tekanan darah dan gula darah, serta menyatakan keterampilan tersebut sangat bermanfaat untuk menjaga kesehatan.

Penelitian terdahulu menunjukkan bahwa Community Health Workers (CHW) yang dilatih mampu melakukan skrining tekanan darah dan gula darah pada orang yang berisiko dan dapat menurunkan rata-rata tekanan darah sistolik/diastolik dan glukosa darah puasa (*fasting*) bagi peserta yang tetap ikut dalam program manajemen penyakit ([Haleem et al., 2021](#)). Kegiatan ditutup dengan penyuluhan diskriminasi dan perlindungan hukum oleh EOC Hong Kong, yang menjelaskan bentuk-bentuk diskriminasi, jalur pelaporan, dan mekanisme perlindungan hukum bagi PMI. Advokasi dan pemahaman hukum bagi pekerja migran sangat penting untuk melindungi mereka dari praktik agensi yang merugikan. Dengan memahami hak-haknya, pekerja migran dapat mengurangi kerentanan terhadap eksploitasi, diskriminasi, serta dampak buruk pada kesehatan mental dan kualitas hidupnya ([Baumle et al., 2025](#)).

3.2. Evaluasi kegiatan

Sebagai evaluasi kegiatan, dilakukan *post-test* pengetahuan untuk mengukur peningkatan pemahaman peserta setelah mengikuti seluruh rangkaian kegiatan. Hasil *post-test* menunjukkan adanya peningkatan signifikan dibandingkan *pre-test* ([Tabel 4](#)). Evaluasi pengetahuan peserta dilakukan dengan memberikan soal yang masing-masing terdiri dari 10 soal pilihan ganda terkait hipertensi dan diabetes melitus.

Tabel 4. Hasil edukasi kesehatan tentang hipertensi dan diabetes melitus

No	Pengetahuan	<i>Pre-test</i> HT	<i>Post-test</i> HT	<i>Pre-test</i> DM	<i>Post-test</i> DM
1	Baik	13 (21,7%)	30 (50%)	13 (21,7%)	33 (55%)
2	Cukup	27 (45%)	16 (26,7%)	28 (46,7%)	18 (30%)
3	Kurang	20 (33,3%)	14 (23,3%)	19 (31,6%)	9 (15%)

Pada materi hipertensi, sebelum intervensi mayoritas peserta berada pada kategori cukup (45,0%) dan kurang (33,3%), sementara hanya 21,7% yang memiliki pengetahuan baik. Setelah dilakukan edukasi, pelatihan, dan simulasi, proporsi peserta dengan pengetahuan baik meningkat menjadi 50,0%, sedangkan kategori cukup turun menjadi 26,7% dan kategori kurang menurun menjadi 23,3%. Kondisi serupa juga terlihat pada materi diabetes melitus. Pada saat *pre-test*, pengetahuan peserta sebagian besar berada pada kategori cukup (46,7%) dan kurang (31,6%), dengan hanya 21,7% yang masuk kategori baik. Setelah intervensi, persentase pengetahuan baik meningkat menjadi 55,0%, sementara kategori cukup menurun menjadi 30,0% dan kategori kurang turun menjadi 15,0%.

Peningkatan pengetahuan ini konsisten dengan hasil penelitian [Rahayu et al. \(2025\)](#) yang menunjukkan bahwa intervensi edukasi kesehatan berbasis komunitas mampu memperbaiki pemahaman kader kesehatan mengenai penyakit kronis. Faktor lain yang turut mendukung peningkatan pengetahuan adalah keterlibatan aktif peserta dalam diskusi dan simulasi, serta penggunaan media edukasi sederhana (leaflet dan buku saku) yang memudahkan pemahaman materi. Berdasarkan kegiatan pengabdian masyarakat yang dilakukan oleh [Nurhayati et al. \(2023\)](#) menunjukkan bahwa pendidikan kesehatan mengenai hipertensi dapat meningkatkan pengetahuan dan pemahaman peserta tentang gaya hidup sehat guna mencegah hipertensi. Edukasi dan intervensi non-farmakologis dapat membantu mengelola hipertensi. Perubahan kebiasaan gaya hidup sering kali cukup untuk mengendalikan hipertensi pada tahap awal. Seiring perkembangan penyakit, perubahan gaya hidup tetap penting untuk mencegah progresi hipertensi dan mengurangi kebutuhan penggunaan banyak obat ([Rabi et al., 2020](#)).

Penelitian terdahulu menunjukkan bahwa strategi pencegahan diabetes melitus yang paling efektif mencakup dua komponen utama yaitu, memberikan edukasi kepada pasien mengenai komplikasi dan pencegahan diabetes melitus, serta mendorong akses layanan kesehatan melalui pemeriksaan dan tindak lanjut rutin bagi pasien diabetes ([Bus et al., 2016](#)). Pendekatan edukasi kelompok yang dilakukan terbukti lebih efektif dalam menurunkan tekanan darah sistolik dan diastolik pada pasien diabetes melitus tipe 2 dibandingkan dengan edukasi individual ([Trento et al., 2020](#)).

Penelitian yang dilakukan oleh [Zhang & Hwang \(2025\)](#) juga menunjukkan bahwa pekerja migran memiliki kesadaran yang rendah dalam penyakit, sering mengabaikan perawatan atau menghentikan pengobatan saat tidak bergejala. Intervensi edukatif seperti edukasi kelompok, pengingat melalui pesan, dan materi bacaan menunjukkan efek moderat hingga besar dalam meningkatkan kepatuhan terhadap gaya hidup sehat dan menurunkan tekanan darah ([Tam et al., 2020](#)). Pendidikan kesehatan diabetes di pelayanan primer dapat memperbaiki kontrol metabolik (HbA1c), tekanan darah, dan profil lipid. Penurunan sistolik dan diastolik setelah edukasi grup (*group education*) cukup signifikan dibandingkan kontrol, meskipun efeknya bervariasi antar studi ([Cruz-Cobo & Santi-Cano, 2020](#)). Edukasi kesehatan secara signifikan meningkatkan pengetahuan gizi, sikap, dan efikasi diri perilaku dalam pencegahan diabetes melitus ([Tsai et al., 2025](#)). Pendidikan kesehatan berbasis komunitas yang melibatkan dukungan antar migran meningkatkan efektivitas pembelajaran dan keberlanjutan program.

Pelatihan gaya hidup sehat berbasis bagi migran mampu memberdayakan migran dalam mencegah penyakit ([Hjelm & Hadziabdic, 2025](#)). Temuan ini menegaskan bahwa kegiatan pengabdian berupa edukasi, pelatihan, serta praktik langsung berpengaruh positif terhadap peningkatan pengetahuan PMI mengenai hipertensi dan diabetes melitus. Peningkatan ini juga menunjukkan bahwa metode edukasi berbasis komunitas dan transkultural efektif untuk meningkatkan literasi kesehatan pada kelompok pekerja migran yang memiliki keterbatasan akses terhadap layanan kesehatan formal.

4. Kesimpulan

Kegiatan edukasi kesehatan hipertensi dan diabetes melitus bagi pekerja migran Indonesia di Hong Kong berhasil meningkatkan pengetahuan dan keterampilan peserta. Proporsi pengetahuan kategori baik meningkat dari 21,7% menjadi 50,0% pada

hipertensi dan dari 21,7% menjadi 55,0% pada diabetes melitus, menunjukkan peningkatan literasi kesehatan dan keterampilan pemeriksaan mandiri sebesar $\pm 30\%$. Program ini efektif sebagai sarana pemberdayaan komunitas. Sebagai tindak lanjut, diperlukan pembentukan kader kesehatan komunitas dan pemantauan berkala untuk menjaga keberlanjutan dampak. Penelitian lanjutan juga disarankan guna mengeksplorasi hubungan literasi kesehatan dengan status klinis, serta pengembangan program serupa di bidang kesehatan lain yang relevan bagi pekerja migran.

Ucapan Terima Kasih

Tim penulis mengucapkan terima kasih kepada Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat (LPPM) Universitas Muhammadiyah Surakarta yang telah memberikan dukungan sehingga kegiatan pengabdian ini dapat terlaksana dengan baik. Apresiasi juga disampaikan kepada Konsulat Jenderal Republik Indonesia (KJRI) Hong Kong, organisasi Sahabat Migran Berkemajuan (Saranmu), serta Equal Opportunities Commission (EOC) Hong Kong atas kerja sama dan fasilitasi yang diberikan. Ucapan terima kasih khusus ditujukan kepada seluruh peserta pekerja migran Indonesia yang telah berpartisipasi aktif dalam setiap rangkaian kegiatan.

Kontribusi Penulis

SA merancang kegiatan, menyusun modul dan buku saku, serta memimpin koordinasi dengan mitra. DRAP berkontribusi dalam pelatihan manajemen, edukasi kesehatan, dan penulisan artikel.

Konflik Kepentingan

Penulis menyatakan tidak memiliki konflik kepentingan dalam pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat maupun dalam penulisan artikel ini. Kegiatan dan publikasi dilakukan secara mandiri tanpa pengaruh dari kepentingan pribadi, institusi, atau sponsor eksternal.

Pendanaan

Kegiatan ini didanai oleh Universitas Muhammadiyah Surakarta melalui hibah internal, mencakup pelatihan, transportasi, akomodasi, dan publikasi.

Daftar Pustaka

- Anshari, M., Ariyani, H., Ridho, M. F., Bayti, N., & Atunnisa, W. (2023). Education on type 2 diabetes mellitus and its prevention in adolescents. *Community Empowerment*, 8(4), 425–429. <https://doi.org/10.31603/CE.5181>
- Badan Pelindungan Pekerja Migran Indonesia. (2024). *Temui Pegiat PMI KRPI Hong Kong, BP2MI Rangkul Semua Komunitas Pekerja Migran Indonesia*.

- <https://www.bp2mi.go.id/berita-detail/temui-pegiat-pmi-krpi-hong-kong-bp2mi-rangkul-semua-komunitas-pekerja-migran-indonesia>
- Badan Pelindungan Pekerja Migran Indonesia. (2025). *Data Penempatan dan Pelindungan Pekerja Migran Indonesia Periode Tahun 2024*. <https://bp2mi.go.id/statistik-detail/data-penempatan-dan-pelindungan-pekerja-migran-indonesia-periode-tahun-2024>
- Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. (2019). *Laporan Nasional Riskesdas 2018*. Lembaga Penerbit Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan.
- Bai, Y., Lin, Y., Sun, D., Liao, C., Zhang, M., & Ye, R. (2025). Protective factors contributing to the health status of construction industry migrant workers in Chinese mainland. *Scientific Reports*, 15(1), 1–10. <https://doi.org/10.1038/S41598-025-87505-7>
- Baumle, A. K., Boutcher, S., & Badgett, M. V. L. (2025). Experiences with Sexual Orientation and Gender Identity Employment Discrimination in the USA: Analyzing EEOC Discrimination Charge Narratives. *Sexuality Research and Social Policy*, 22(2), 650–664. <https://doi.org/10.1007/S13178-024-00991-8>
- Bus, S. A., van Netten, J. J., Lavery, L. A., Monteiro-Soares, M., Rasmussen, A., Jubiz, Y., & Price, P. E. (2016). IWGDF guidance on the prevention of foot ulcers in at-risk patients with diabetes. *Diabetes/Metabolism Research and Reviews*, 32 Suppl 1, 16–24. <https://doi.org/10.1002/DMRR.2696>
- Chan, J., Dominguez, G., Hua, A., Garabiles, M., Latkin, C. A., & Hall, B. J. (2024). The social determinants of migrant domestic worker (MDW) health and well-being in the Western Pacific Region: A Scoping Review. *PLOS Global Public Health*, 4(3). <https://doi.org/10.1371/JOURNAL.PGPH.0002628>
- Cruz-Cobo, C., & Santi-Cano, M. J. (2020). Efficacy of Diabetes Education in Adults With Diabetes Mellitus Type 2 in Primary Care: A Systematic Review. *Journal of Nursing Scholarship*, 52(2), 155–163. <https://doi.org/10.1111/JNU.12539>
- Haleem, A., Javaid, M., Singh, R. P., & Suman, R. (2021). Telemedicine for healthcare: Capabilities, features, barriers, and applications. *Sensors International*, 2, 100117. <https://doi.org/10.1016/j.sintl.2021.100117>
- Hjelm, K., & Hadziabdic, E. (2025). Effects of culturally-appropriate group education for migrants with type 2 diabetes in primary healthcare: pre-test-post-test design. *BMC Primary Care*, 26(1), 1–12. <https://doi.org/10.1186/S12875-024-02689-7>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2025). *Ditemukan Banyak Kasus Hipertensi, Diabetes dan Masalah Gigi Saat Cek Kesehatan Gratis*. <https://kemkes.go.id/id/82-juta-warga-ikuti-cek-kesehatan-gratis>
- Lestari, E., & Li, P. (2019). Fighting for Migrant Workers in Hong Kong. *Monthly Review*, 70(9), 56–63. https://doi.org/10.14452/MR-070-09-2019-02_4
- Nurhayati, S. E., Ramadhani, A. N., Karomah, N. U., Muslimaini, M., Wahyudi, R., Setyaningrum, S., Anisa, S., & Firdaus, S. A. (2023). Health education for elderly with hypertension in RW 17 Mojosongo Jebres Surakarta. *Community Empowerment*, 8(7), 1070–1074. <https://doi.org/10.31603/CE.8981>
- Pop, C., Petriș, A. O., Pop, L., & David, L. E. (2025). Pillars of Blood Pressure Management in Patients with Type 2 Diabetes Mellitus: Insights from Recent Trials and Emerging Perspectives. *Journal of Clinical Medicine*, 14(10), 3269. <https://doi.org/10.3390/JCM14103269>
- Pribadi, D. R. A., Shih, W. M., Wu, G. H., & Lin, H. R. (2023). Perspectives of Indonesian Muslim patients with advanced lung cancer on good death: A qualitative study.

- European Journal of Oncology Nursing*, 62. <https://doi.org/10.1016/j.ejon.2022.102251>
- Rabi, D. M., McBrien, K. A., Sapir-Pichhadze, R., Nakhla, M., Ahmed, S. B., Dumanski, S. M., Butalia, S., Leung, A. A., Harris, K. C., Cloutier, L., Zarnke, K. B., Ruzicka, M., Hiremath, S., Feldman, R. D., Tobe, S. W., Campbell, T. S., Bacon, S. L., Nerenberg, K. A., Dresser, G. K., & Daskalopoulou, S. S. (2020). Hypertension Canada's 2020 Comprehensive Guidelines for the Prevention, Diagnosis, Risk Assessment, and Treatment of Hypertension in Adults and Children. *Canadian Journal of Cardiology*, 36(5), 596–624. <https://doi.org/10.1016/j.cjca.2020.02.086>
- Rachmawati, E. (2018). Islamic-based Organization in Indonesia: Role of Muhammadiyah in Health Improvement. *International Conference on Social Determinants of Health*, 44–51. <https://doi.org/10.5220/0008378000440051>
- Rahayu, S., Kristinawati, B., Maliya, A., Oktaviana, W., & Pribadi, D. R. A. (2025). Penyebaran Kader 'Aisyiyah tentang Diabetes Mellitus melalui Edukasi Kesehatan. *Jurnal Pengabdian Masyarakat (ABDIRA)*, 5(1), 66–72. <https://doi.org/10.31004/ABDIRA.V5I1.566>
- Sultana, S., Jirapongsuwan, A., & Tipayamongkhogul, M. (2025). Mental Health and Associated Factors among Bangladeshi Migrants in Thailand: a cross-sectional study. *Scientific Reports*, 15(1), 1–8. <https://doi.org/10.1038/S41598-024-84650-3>
- Tam, H. L., Wong, E. M. L., & Cheung, K. (2020). Effectiveness of Educational Interventions on Adherence to Lifestyle Modifications Among Hypertensive Patients: An Integrative Review. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(7), 2513. <https://doi.org/10.3390/IJERPH17072513>
- Trento, M., Fornengo, P., Amione, C., Salassa, M., Barutta, F., Gruden, G., Mazzeo, A., Merlo, S., Chiesa, M., Cavallo, F., Charrier, L., & Porta, M. (2020). Self-management education may improve blood pressure in people with type 2 diabetes: A randomized controlled clinical trial. *Nutrition, Metabolism, and Cardiovascular Diseases (NMCD)*, 30(11), 1973–1979. <https://doi.org/10.1016/J.NUMECD.2020.06.023>
- Tsai, C. C., Hwang, H. L., Chen, P. Y., & Chen, M. F. (2025). The effect of the 'Stable Sugar Winner' board game on dietary knowledge, attitudes, and behavioral self-efficacy in preventing diabetes among community-dwelling older adults. *Geriatric Nursing*, 66. <https://doi.org/10.1016/j.gerinurse.2025.103579>
- World Health Organization. (2023). *Hypertension*. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/hypertension>
- Wu, J., Wu, G., Che, X., & Guo, J. (2025). The quality and reliability of short videos about hypertension on TikTok: a cross-sectional study. *Scientific Reports*, 15(1), 1–9. <https://doi.org/10.1038/S41598-025-08680-1>
- Zhang, Y. Z., & Hwang, S. Y. (2025). Factors influencing cardiovascular health behaviors among Korean-Chinese migrant workers with metabolic syndrome using mixed methods. *Scientific Reports*, 15(1), 1–12. <https://doi.org/10.1038/S41598-025-05926-W>



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution Non-Commercial 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/)