

BAKTI SOSIAL PEMERIKSAAN KESEHATAN MASYARAKAT WILAYAH KECAMATAN SAKO PALEMBANG

Henni Febriawati^{1)*}, Siti Chodijah²⁾, Riska Widya Astuti³⁾,
Rein Tendengki⁴⁾, Wulan Angraini⁵⁾

¹⁻⁴ Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Al-Su'aibah, Indonesia

⁵ Universitas Muhammadiyah Bengkulu, Indonesia

*Corresponding author: henni_feabriawati@al-suaibah.ac.id

ABSTRAK

Prevalensi hipertensi dan diabetes terus meningkat secara global, termasuk di Indonesia yang menempati peringkat kelima dengan jumlah penderita diabetes terbanyak. Hipertensi dikenal sebagai *silent killer* karena sering kali tidak disadari hingga terjadi komplikasi serius. Faktor risiko hipertensi terbagi menjadi yang tidak dapat diubah, seperti usia dan genetika, serta yang dapat dikendalikan, seperti obesitas, konsumsi garam berlebih, dan kurangnya aktivitas fisik. Edukasi mengenai gaya hidup sehat serta skrining kesehatan rutin menjadi langkah krusial dalam pencegahan dan pengelolaan penyakit ini. Kegiatan bakti sosial berupa pemeriksaan kesehatan gratis dilaksanakan di Kecamatan Sako, Palembang, dengan pendekatan *Community Participatory Research* (CBPR). Pemeriksaan meliputi pengukuran tekanan darah, berat badan, dan kadar gula darah, serta edukasi mengenai pola hidup sehat. Dari 66 peserta, 36% terdeteksi hipertensi dan 16% mengalami diabetes, dengan mayoritas tidak rutin mengonsumsi obat atau mengontrol pola makan. Hasil ini menegaskan perlunya peningkatan kesadaran masyarakat tentang pencegahan dan pengelolaan hipertensi serta diabetes melalui edukasi berkelanjutan dan akses pemeriksaan kesehatan yang lebih luas.

Kata Kunci: Diabetes, Edukasi Kesehatan, Hipertensi, Pemeriksaan Kesehatan.

PENDAHULUAN

Prevalensi hipertensi dan diabetes terus meningkat dari tahun ke tahun. Data dari International Diabetes Federation (IDF) menunjukkan jumlah penderita diabetes di dunia diprediksi akan terus meningkat mencapai 643 juta di tahun 2030 dan 783 juta pada tahun 2045. Indonesia menduduki peringkat kelima negara dengan jumlah diabetes terbanyak dan diprediksi akan menjadi 28,6 juta pada 2045. Berdasarkan data Badan Statistik Angka kejadian hipertensi di Provinsi Sumatera Selatan meningkat dalam 3 tahun terakhir mencapai 1.951.068 kasus pada tahun 2023 (BPS, 2023).

Hipertensi atau tekanan darah tinggi sering disebut-sebut sebagai *silent killer* karena seseorang yang mengidap hipertensi yang bahkan sudah bertahun-tahun seringkali tidak menyadarinya sampai terjadi komplikasi seperti kerusakan organ vital yang cukup berat, bahkan sampai bisa mengakibatkan kematian. Bukti otentik data *silent killer* berdasarkan hasil riset adalah

sebanyak 70%, artinya bahwa 100 penderita hipertensi terdapat 70 orang penderita hipertensi tidak menyadari bahwa dirinya mengidap hipertensi (Jumu et al., 2020).

Tingginya angka kejadian hipertensi di dunia, dipengaruhi oleh dua jenis faktor, yaitu yang tidak bisa diubah seperti umur, jenis kelamin, dan ras. Faktor yang biasa diubah diantaranya obesitas, konsumsi alkohol, kurang olahraga, konsumsi garam yang berlebihan, dan kebiasaan merokok (Febriawati, Angraini, et al., 2023).

Aktivitas fisik pasien dapat membantu menurunkan kadar gula darah dan memperkuat kerja jantung, sehingga dapat mengendalikan atau menstabilkan kesehatan fisik. Pengetahuan yang adekuat tentang diabetes dan hipertensi akan memotivasi penderitanya untuk berusaha secara aktif mengendalikan penyakitnya. Keaktifan peserta berdampak pada kepatuhan terhadap hasil penyuluhan/anjuran konseling, minum obat secara teratur, dapat meningkatkan kualitas hidup, dan mengurangi frekuensi

pengobatan/rujukan ke rumah sakit. (Febriawati, Yandrizal, et al., 2023).

Skrining riwayat kesehatan adalah salah satu cara untuk mengetahui adanya faktor risiko penyakit di masa mendatang. Skrining ini penting untuk mendeteksi penyakit sejak dini sehingga pengobatan yang tepat bisa segera diberikan atau tindakan pencegahan bisa dilakukan, seperti mengubah pola hidup sebelum gejala muncul. Beberapa penyakit kronis yang bisa dideteksi melalui skrining ini antara lain Diabetes Melitus Tipe dua, hipertensi, gagal ginjal kronik, dan jantung koroner (Anwar et al., 2024).

Tujuan utama dari program ini adalah menciptakan kesadaran diri untuk melakukan kebiasaan pola hidup sehat dengan melakukan aktivitas fisik dan pemeriksaan kesehatan secara rutin.

Peningkatan ini menunjukkan bahwa kesadaran masyarakat terhadap pencegahan dan pengelolaan hipertensi masih rendah. Banyak penderita tidak menyadari kondisi mereka hingga mengalami komplikasi serius, seperti penyakit jantung dan gagal ginjal, akibat kurangnya pemeriksaan rutin dan deteksi dini (Darmawan et al., 2024).

Kurangnya edukasi mengenai pentingnya aktivitas fisik, pola makan sehat, serta kepatuhan terhadap pengobatan menjadi faktor utama yang memperburuk kondisi ini. Pasien sering kali tidak menjalankan terapi dengan disiplin, termasuk tidak rutin memeriksakan tekanan darah dan mengonsumsi obat sesuai anjuran. Hal ini menyebabkan hipertensi tidak terkontrol, meningkatkan risiko komplikasi, serta memperberat beban fasilitas kesehatan dengan meningkatnya angka rujukan ke rumah sakit (Gunawan et al., 2024).

Diperlukan intervensi yang lebih intensif dalam bentuk penyuluhan dan edukasi kesehatan yang melibatkan tenaga kesehatan serta komunitas. Peningkatan akses terhadap pemeriksaan tekanan darah secara rutin dan program skrining kesehatan juga menjadi langkah strategis dalam menekan angka kejadian hipertensi, membantu masyarakat memahami risikonya, dan mendorong perubahan gaya hidup yang lebih sehat.

METODE KEGIATAN

Kegiatan Bakti sosial berupa pemeriksaan kesehatan gratis dilaksanakan pada hari minggu tanggal 23 Februari 2025 di halaman Kantor Kecamatan Sako Kota Palembang. Metodologi Community Participatory Research (CBPR) digunakan dalam pendekatan pengabdian kepada masyarakat yang melibatkan kolaborasi antara para pengabdian dan masyarakat dalam seluruh proses kegiatannya (Rusli et al., 2024).

Tahapan pelaksanaan kegiatan dimulai sejak surat permohonan masuk di STIKES Al-Suaibah, yaitu:

1. Tahap Perencanaan dan persiapan

Tahap perencanaan dan persiapan ini dilakukan beberapa hari sebelum pelaksanaan kegiatan. Kegiatan perencanaan dimulai dengan pembentukan tim yang terdiri dari dosen yang melakukan pemeriksaan kesehatan, dosen yang melakukan edukasi dan mahasiswa.

Persiapan dimulai dengan menyiapkan alat pemeriksaan kesehatan (Alat cek gula darah / accu check, stik pemeriksaan gula darah, tensi meter, timbangan, handscoon dan menyiapkan semua alat bantu penunjang kegiatan penyuluhan (meja periksa, bangku/kursi untuk periksa, spanduk, absen peserta, pulpen, souvenir)

2. Tahap Pelaksanaan

- Pembukaan, Senam Jantung Sehat, Jalan Santai.
- Setelah acara pembukaan, masyarakat melakukan senam dan jalan santai terlebih dahulu.
- Pendaftaran.
- Untuk tertib nya antrian yang akan diperiksa, maka peserta melakukan registrasi pengisian semua biodata.
- Pemeriksaan Kesehatan.
- Penimbangan Berat Badan, Pengukuran Tekanan Darah, Pemeriksaan Kadar Gula Darah.
- Edukasi / Penyuluhan.

3. Tahap evaluasi dan rencana perbaikan

Banyaknya peserta yang antusias untuk melakukan pemeriksaan tidak dapat tercukupi dengan stik pemeriksaan yang disiapkan tim.

Menambah pemeriksaan lain yang dapat digunakan sebagai deteksi dini pada masyarakat. Pemeriksaan kolesterol, asam urat, IMT.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pemeriksaan kesehatan gratis dan Jalan Pagi Bersama Masyarakat di Kecamatan Sako, Kota Palembang, berlangsung pada Minggu, 23 Februari 2024, pukul 06.00 WIB hingga selesai. Acara ini dihadiri oleh dosen dan mahasiswa STIKES Al-Su'aibah, serta warga Kecamatan Sako dari berbagai kalangan, termasuk remaja, dewasa, lansia, dan perangkat kecamatan.

Kegiatan berjalan lancar dengan dukungan dari berbagai pihak. Sambutan positif datang dari dosen, mahasiswa, masyarakat, serta sponsor Kopi Kapal Api, yang turut memberikan dukungan moril dan pengetahuan demi kesuksesan acara.



Gambar 1. Persiapan tempat dan alat pada hari pelaksanaan.

Persiapan kegiatan dimulai dengan menata tempat, memasang spanduk, serta menyiapkan meja dan alat pemeriksaan. Seluruh perlengkapan seperti tensimeter, stetoskop, alat cek gula darah, timbangan, dan daftar absen disiapkan. Kartu hasil pemeriksaan dibagikan kepada peserta sebagai catatan hasil pemeriksaan. Sebelum memulai, petugas mengenakan APD dan melakukan kalibrasi alat sesuai SOP.



Gambar 2. Penimbangan Berat Badan.

Penimbangan berat badan dalam kegiatan pemeriksaan kesehatan gratis di Kecamatan Sako bertujuan untuk memantau kondisi kesehatan masyarakat, termasuk remaja, dewasa, dan lansia. Proses ini dilakukan dengan menggunakan timbangan yang akurat, di mana peserta diminta berdiri dengan posisi yang benar untuk mendapatkan hasil yang tepat. Hasil penimbangan kemudian dikonsultasikan dengan tenaga kesehatan dari STIKES Al-Su'aibah dalam sesi diskusi interaktif, sehingga masyarakat dapat memahami status kesehatannya dan mendapatkan saran yang sesuai. Kegiatan ini mendapat respons positif karena membantu masyarakat lebih sadar akan pentingnya menjaga berat badan ideal demi kesehatan yang lebih baik.



Gambar 3. Pengukuran Tekanan Darah.

Pengukuran tekanan darah dalam kegiatan pemeriksaan kesehatan gratis di Kecamatan Sako bertujuan untuk mendeteksi dini risiko hipertensi atau gangguan kardiovaskular pada masyarakat. Proses ini dilakukan dengan menggunakan tensimeter digital atau manual oleh tenaga kesehatan dari STIKES Al-Su'aibah, di mana peserta diminta untuk duduk tenang

sebelum pemeriksaan agar hasilnya lebih akurat. Setelah pengukuran, hasil tekanan darah dijelaskan kepada peserta dalam sesi diskusi interaktif, sehingga mereka dapat memahami kondisinya dan memperoleh saran mengenai pola hidup sehat. Kegiatan ini mendapat sambutan baik karena membantu meningkatkan kesadaran masyarakat terhadap pentingnya menjaga tekanan darah normal untuk kesehatan jangka panjang.



Gambar 4. Pengecekan Gula Darah.

Pengecekan gula darah dalam kegiatan pemeriksaan kesehatan gratis di Kecamatan Sako dilakukan untuk mendeteksi dini risiko diabetes dan gangguan metabolik lainnya. Proses ini dilakukan menggunakan alat glukometer oleh tenaga kesehatan dari STIKES Al-Su'aibah, dengan sampel darah diambil dari ujung jari peserta. Sebelum pemeriksaan, peserta dianjurkan untuk berpuasa agar hasil lebih akurat. Setelah pengecekan, hasil kadar gula darah dijelaskan dalam sesi diskusi interaktif, memungkinkan peserta memahami kondisinya dan mendapatkan saran mengenai pola makan serta gaya hidup sehat. Kegiatan ini mendapat respons positif karena membantu masyarakat lebih sadar akan pentingnya menjaga kadar gula darah dalam batas normal.



Gambar 5. Penyuluhan kesehatan tentang manfaat aktivitas fisik(lari pagi).

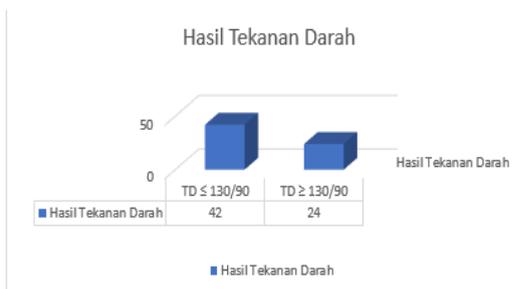
Masyarakat diajak berkumpul sebelum mulai Lari Pagi Bersama. disana masyarakat diberikan penyuluhan/ *health education* mengenai manfaat lari pagi sebagai salah satu gerakan pola hidup sehat. selain itu masyarakat diberi arahan mengenai rute dan tata tertib lari/jalan santai. setelah selesai lari bersama, masyarakat diajak untuk senam jantung sehat bersama-sama yang di pandu oleh instruktur senam dari pihak brand kopi kapal api.



Gambar 6. Edukasi/KIE.

Edukasi atau Komunikasi, Informasi, dan Edukasi (KIE) dalam kegiatan pemeriksaan kesehatan gratis di Kecamatan Sako bertujuan meningkatkan pemahaman masyarakat tentang kesehatan. Materi disampaikan oleh tenaga kesehatan STIKES Al-Su'aibah melalui diskusi interaktif, mencakup pola hidup sehat, pencegahan penyakit, dan pentingnya pemeriksaan rutin. Kegiatan ini mendapat respons positif karena membantu masyarakat lebih sadar dan proaktif dalam menjaga kesehatan.

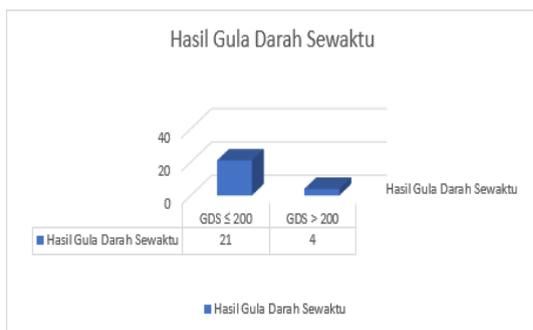
Pemeriksaan kesehatan gratis diikuti oleh 66 peserta dari berbagai kelompok usia. Pemeriksaan mencakup berat badan, tekanan darah, dan gula darah sewaktu, didahului dengan anamnesis. Pemeriksaan dilakukan oleh dosen dan mahasiswa STIKES Al-Su'aibah Palembang.



Gambar 7. Diagram hasil pemeriksaan tekanan darah.

Dari diagram diatas dapat dilihat hasil pemeriksanan tekanan darah yang dilakukan terdapat 24 (36 %) orang yang mengalami hipertensi. Saat dilakukan pemeriksaan data subjektif 24 orang tadi memang mengakui mempunyai riwayat hipertensi. Sebagian besar dari mereka tidak makan obat secara rutin. Petugas pengabdian memberiksanan KIE mengenai hipertensi mulai dari pentingnya makan obat secara teratur sampai mengajarkan pola hidup sehat agar hpertensi bisa terkontrol

Selain itu untuk pemeriksaan gula darah, kami melakukan pemeriksaan pada 25 orang dengan kriteria resiko mengalami diabetes dan menunjukan hasil sebagai berikut:



Gambar 8. Diagram hasil pemeriksaan gula darah.

Dari diagram diatas masyarakat yang diperiksa gula darahnya terdapat 4 (16%) orang yang mengalami diabetes. Dari 4 orang yang hasil pemeriksaan GDS>200 didapatkan data subjektif bahwa mereka memang memiliki riwayat diabetes dan sering mengkonsumsi makanan yang manis. Petugas pengabdian memberikan KIE

tentang pola makan dan pola hidup sehat untuk mengkontrol diabetes.

PENUTUP

Kegiatan pemeriksaan kesehatan gratis di Kecamatan Sako, Palembang, menunjukkan bahwa masih banyak masyarakat yang memiliki risiko hipertensi dan diabetes, namun kurang menyadari pentingnya pemeriksaan rutin dan kepatuhan terhadap pengobatan. Dari 66 peserta yang diperiksa, 36% mengalami hipertensi, dan sebagian besar tidak mengonsumsi obat secara teratur. Selain itu, 16% dari peserta yang diperiksa kadar gula darahnya memiliki diabetes dan cenderung mengonsumsi makanan manis tanpa kontrol.

Melalui edukasi kesehatan, masyarakat diberikan pemahaman mengenai pentingnya pola hidup sehat, aktivitas fisik, serta kepatuhan dalam mengelola penyakit kronis. Program ini membuktikan bahwa skrining kesehatan dan penyuluhan dapat meningkatkan kesadaran masyarakat terhadap pencegahan penyakit, mengurangi risiko komplikasi, serta membantu mereka menerapkan gaya hidup sehat yang lebih baik.

DAFTAR PUSTAKA

- Anwar, C., Asyura, F., & Mauliza, P. (2024). Deteksi Dini dan Upaya Peningkatan Kesadaran Diri Penderita Hipertensi untuk Memanfaatkan Layanan Kesehatan Komunitas. *Jurnal Pengabdian Masyarakat (Kesehatan)*, 6(2), 39–43.
- BPS, S. (2023). *Jumlah Kasus Penyakit Menurut Jenis Penyakit (Kasus)*. Badan Pusat Statistik Provinsi Sumatera Selatan.
- Darmawan, A., Aditia, R., Istigosari, F., Oktaviani, M., Rizulloh, R., Hidayatulloh, A. M. S., Astuti, A. W., Juniatrie, G., Dapatkan, D., Sagaracipta, D., & Bandung, K. (2024). Sosialisasi Program DAGUSIBU & Pengenalan Web dkonsul untuk Konsultasi Kesehatan Warga Desa Sagaracipta. *Jurnal PKM BABAkti*, 01(1), 1–12.

- Febriawati, H., Angraini, W., Fredrika, L., & Fatmawati, T. (2023). Edukasi Hipertensi Pada Pralansia Dan Lansia Di Wilayah Kerja Uptd Puskesmas Lingkar Barat Kota Bengkulu. *Pengabdian Mandiri*, 2(2), 445–454.
- Febriawati, H., Yandrizal, Angraini, W., & Sarkawi. (2023). the Impact of Indonesian Chronic Disease Management Program (Prolanis) on Metabolic Control and Renal Function of Type 2 Diabetes Mellitus Patients in Public Health Center. *Malaysian Journal of Public Health Medicine*, 23(2), 20–27.
- Gunawan, A. N., Hanafi, R. A., Ramadhani, S. Z., & Susanti, N. (2024). Gejala dan Faktor Risiko Hipertensi pada Lansia di Posyandu Lansia Desa Dagang Kelambir Kecamatan Tanjung Morawa. *Prepotif: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 8(2), 3387–3392. <http://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/prepotif/article/view/29495>
- Jumu, L., Masrif, & Tukayo, I. J. H. (2020). Efektivitas Kesiapan Sikap Perawatan Diri (Self Care) terhadap Pencegahan Komplikasi Hipertensi pada Lansia di Kampung Mamoribo Distrik Biak Barat Papua. *Journal GEEJ*, 7(2), 59–173.
- Rusli, tiffani shahnaz, Bosri, Y., Amelia, D., Rahayu, D., Setiaji, B., Suhadarliyah, Syarfina, Ansar, Syahrudin, Amiruddin, & Yuniwati, I. (2024). Pengantar Metodologi Pengabdian Masyarakat. In *Yayasan Penerbit Muhammad Zaini Anggota IKAPI (026/DIA/2021)* (Vol. 6, Nomor 1). <http://repositorio.unan.edu.ni/2986/1/5624.pdf><http://fiskal.kemenkeu.go.id/ejournal><http://dx.doi.org/10.1016/j.cirp.2016.06.001><http://dx.doi.org/10.1016/j.powtec.2016.12.055><https://doi.org/10.1016/j.ijfatigue.2019.02.006><https://doi.org/10.1016/j.ijfatigue.2019.02.006>