

PROGRAM KEGIATAN PEMERIKSAAN KESEHATAN GRATIS DI KECAMATAN SAMARINDA ILIR KOTA SAMARINDA

Iskandar^{1}, Ispansyah²*

¹IKIP PGRI Kalimantan Timur

²Rumah Sakit Jiwa Atma Husada Mahakam

email: iskandarlorenzo99@yahoo.co.id

Abstract. *Free health check-up is one component of community service activities carried out in Samarinda Ilir District which aims to increase public understanding of the importance of carrying out routine health checks to detect non-communicable diseases. This activity was attended by 77 participants, who underwent blood pressure and blood sugar checks. The results showed that the participants were very enthusiastic about following this health check-up in an orderly manner, the results of the health check-up were half of the participants did not have hypertension, 50 people (64.9%), while 27 people (35.1%) had hypertension and half of the participants had blood sugar <100 - 125 mg / dl, 61 people (79.2%), while 16 people (20.8%) had blood sugar > 126 mg / dl. Based on the results of this health check-up, it can be concluded that it increases public understanding to carry out regular health checks to detect non-communicable diseases.*

Keywords: *Health check, blood pressure, blood sugar*

Abstrak. Pemeriksaan kesehatan secara gratis merupakan salah satu komponen dari aktivitas pengabdian masyarakat yang dilaksanakan di Kecamatan Samarinda Ilir yang bertujuan untuk meningkatkan pemahaman masyarakat tentang pentingnya melakukan kesehatan secara rutin guna mendeteksi penyakit tidak menular. Kegiatan ini diikuti oleh 77 orang peserta, yang dilakukan pemeriksaan tekanan darah dan gula darah. Hasil menunjukkan bahwa peserta sangat sangat antusias mengikuti pemeriksaan kesehatan ini dengan tertib, hasil pemeriksaan kesehatan setengah dari peserta tidak mengalami hipertensi sebesar 50 orang (64,9 %), sedangkan 27 orang (35,1%) mengalami hipertensi dan setengah dari peserta gula darah < 100 – 125 mg/dl sebesar 61 orang (79,2%), sedangkan 16 orang (20,8%) gula darah > 126 mg/dl. Berdasarkan hasil pemeriksaan kesehatan ini, dapat disimpulkan meningkatkan pemahaman masyarakat untuk melakukan pemeriksaan kesehatan secara berkala guna mendeteksi penyakit tidak menular.

Kata kunci : *Pemeriksaan kesehatan, tekanan darah, gula darah*

1. Pendahuluan dan Rumusan Masalah

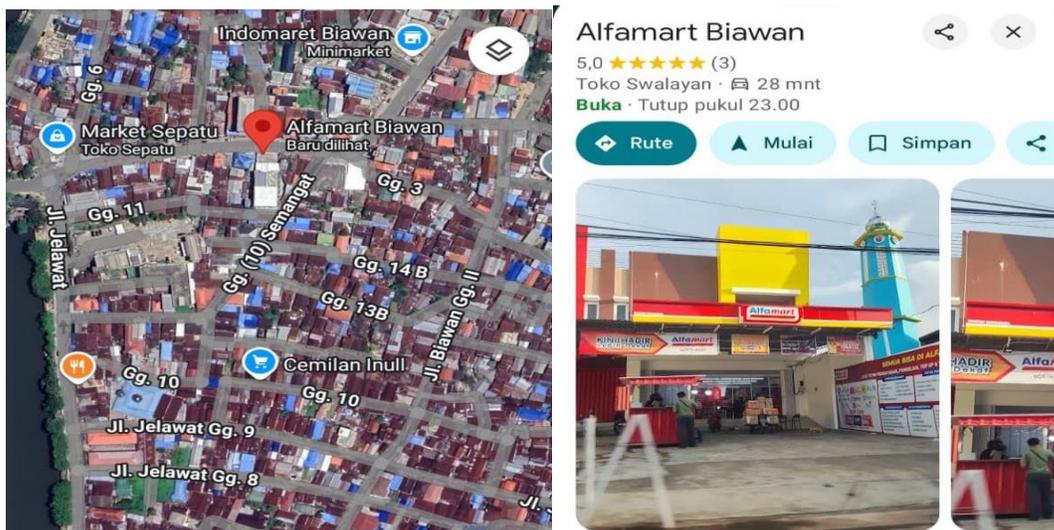
Pembangunan bidang kesehatan bertujuan untuk meningkatkan kesadaran serta keinginan setiap individu untuk hidup sehat, agar dapat mencapai derajat kesehatan masyarakat

yang optimal (Puspitasari, 2019). Pola penyakit yang ada di Indonesia mengalami perubahan yang dulu penyakit menular lebih tinggi mengakibatkan kematian, tetapi dijamin sekarang penyakit tidak menular seperti hipertensi, diabetes mellitus, dan kanker yang lebih banyak penyebab kematian dan kesakitan, Hal ini disebabkan oleh perubahan gaya hidup yang menjadi penyebab utama meningkatnya penyakit tidak menular (Yarmaiza & dan Zakiyuddin, 2019). Berdasarkan data dari World Health Organization (WHO) pada tahun 2016, sekitar 71% penyebab kematian dari Penyakit Tidak Menular (PTM) karena penyakit jantung dan pembuluh darah sebanyak 35%, penyakit kanker sebanyak 12%, penyakit pernapasan kronis sebanyak 6% oleh, diabetes sebanyak 6% , dan 15% disebabkan oleh PTM lainnya (WHO, 2018).

Masyarakat cenderung tidak pergi ke layanan kesehatan ketika mereka dalam kondisi sehat. Selain itu masih banyak masyarakat mengonsumsi obat herbal ketimbang berkunjung ke layanan kesehatan untuk pemeriksaan. Penanganan risiko PTM menjadi salah satu langkah yang dapat diambil untuk mengurangi angka kematian yang disebabkan oleh PTM (Sukmana dkk, 2020). Salah satu tindakan untuk pengurangan faktor risiko dan pencegahan PTM dengan melakukan pemeriksaan kesehatan. Upaya yang dilakukan untuk mendeteksi dan mengontrol kesehatan secara berkala yaitu dengan melakukan pemeriksaan kesehatan dengan tujuan untuk mencegah dan memberikan pengobatan sedini mungkin (Anhar et al, 2022).

Penelitian oleh Rudyarti & Koniasari (2018) menunjukkan bahwa program pemeriksaan kesehatan dan penyuluhan tentang pola hidup sehat merupakan cara yang efektif untuk memperbaiki tingkat kesehatan masyarakat. Penelitian oleh (Pramaswari & Fatah, 2023) menyatakan bahwa layanan pemeriksaan kesehatan gratis memberikan manfaat bagi masyarakat, khususnya bagi lansia, karena dengan adanya fasilitas ini, mereka tidak perlu merasa khawatir tentang biaya yang perlu dikeluarkan untuk melakukan pemeriksaan kesehatan secara berkala. Selain itu penelitian oleh Setiana dan Ferawati, (2023) menyatakan bahwa pola kesehatan dosen dan karyawan di Universitas PGRI Yogyakarta masih positif dan meningkatnya kesadaran akan pentingnya pemeriksaan kesehatan secara rutin, yang diperoleh manfaat program sebesar 56% dan program keberlanjutan setiap semester sebesar 61%.

Masih banyaknya masyarakat memiliki pengetahuan yang kurang tentang pemeriksaan kesehatan, seringkali kesadaran masyarakat tentang kesehatan terabaikan karena kesibukan baik di rumah maupun pekerjaan, hal ini menyebabkan rendahnya pemahaman mengenai pentingnya menjaga kesehatan pribadi serta langkah-langkah pencegahan penyakit. Peran perawat dan tenaga pengajar dalam bidang kesehatan sangat penting untuk meningkatkan kesadaran masyarakat, melalui penyuluhan kesehatan dan pemeriksaan kesehatan secara gratis. Pemeriksaan kesehatan gratis merupakan salah satu aktivitas dari pengabdian kepada masyarakat yang dilaksanakan di kecamatan Samarinda Ilir, dengan tujuan meningkatkan pemahaman masyarakat tentang pentingnya melakukan kesehatan secara rutin guna mendeteksi penyakit tidak menular. Adapun rumusan masalah terkait adalah bagaimana meningkatkan kesadaran masyarakat, pencegahan penyakit dan mampu memberikan pemahaman yang tentang pentingnya pemeriksaan kesehatan secara berkala di kecamatan Samarinda Ilir.



Gambar 1. Peta Lokasi Kegiatan Pengabdian Masyarakat

2. Metode

Kegiatan Pengabdian masyarakat ini menggunakan metode pemeriksaan kesehatan yang mencakup pengukuran tekanan darah dan gula darah, yang dilaksanakan pada hari Minggu, tanggal 22 April 2025, dari pukul 08.00 sampai 11.00 Wita di halaman parkir Alpamart, Jl Biawan Samarinda. Sasaran populasi yaitu warga kecamatan Samarinda Ilir, Kota

Samarinda, peserta yang melakukan pemeriksaan kesehatan gratis sebanyak 77 orang. Tahap persiapan, tim memberikan sosialisasi kepada masyarakat melalui pembuatan flyer yang disebarakan melalui media sosial (Instagram, dan Facebook), mengadakan koordinasi sebelum kegiatan dimulai meliputi persiapan administrasi dan persiapan peralatan medis, serta pembagian tugas. Tahap pelaksanaan, tim pengabdian memulai kegiatan dengan memberikan penjelasan kepada peserta tentang tujuan, dan cara pelaksanaan pemeriksaan kesehatan gratis yang akan dilakukan. Setelah itu tim pengabdian melakukan pemanggilan kepada peserta sesuai daftar absensi/antrian yang sudah di isi oleh peserta, setelah itu tim melakukan pemeriksaan kesehatan dengan menggunakan alat ukur, seperti alat tensi dan alat analisis darah untuk mengukur Gula Darah Sewaktu (GDS) dan asam urat. Setelah dilakukan pelaksanaan, tim pengabdian melanjutkan tahapan kegiatan ke tahap evaluasi. Tahap evaluasi untuk mengetahui ketercapaian target pelaksanaan pengabdian masyarakat dan mengevaluasi pelayanan yang diberikan kepada tim agar kedepan kegiatan lebih baik.

3. Hasil dan Pembahasan

Kegiatan Pengabdian masyarakat telah dilaksanakan pada hari Minggu, tanggal 22 April 2025, dari pukul 08.00 sampai 11.00 Wita di halaman parkir Alparamart, Jl Biawan Samarinda, peserta yang mengikuti sebanyak 77 orang dan mereka sangat antusias mengikuti pemeriksaan kesehatan ini dengan tertib.

Tabel 1. Karakteristik Peserta Pemeriksaan Kesehatan

KARAKTERISTIK PESERTA	FREKUENSI (N)	PRESENTASE (%)
Usia		
30-40 tahun	17	22,1
41-50 tahun	44	57,1
>51 tahun	16	20,8
Jenis Kelamin		
Laki-laki	23	29,9
Perempuan	54	70,1
Total	77	100,0

Berdasarkan tabel 1, dari 77 peserta sebagian kecil/hampir setengah dari peserta berusia 41-50 tahun yaitu sebesar 44 orang (57,1 %). Sedangkan usia peserta setengah dari peserta berjenis kelamin perempuan yaitu sebesar 54 orang (70,1 %).

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Pemeriksaan Kesehatan

KARAKTERISTIK	FREKUENSI (N)	PRESENTASE (%)
Tekanan Darah		
90-120 mmHg	50	64,9
> 120 mmHg	27	35,1
Glukosa Darah		
< 100 – 125 mg/dl	61	79,2
> 126 mg/dl	16	20,8
Total	77	100,0

Berdasarkan tabel 2, dari 77 peserta setengah dari peserta tidak mengalami hipertensi yaitu sebesar 50 orang (64,9 %). Sedangkan Glukosa darah setengah dari peserta tidak mengalami diabetes mellitus yaitu sebesar 61 orang (79,2%). Peserta yang hasil pemeriksaan tekanan darah dan gula darah tidak normal (nilainya tinggi) disarankan untuk pelayanan kesehatan terdekat seperti puskesmas atau klinik kesehatan agar dapat menerima pengobatan lebih lanjut.

**Gambar 2. Proses Pemeriksaan Kesehatan Gratis**

Berdasarkan tabel 2, dari 77 peserta, setengah dari peserta tidak mengalami hipertensi yaitu sebesar 50 orang (64,9 %), sedangkan 27 orang (35,1%) mengalami hipertensi. Penelitian (Sukmana dkk, 2020) menyatakan hasil pengukuran tekanan darah peserta sebagian besar tidak mengalami hipertensi 20 orang (90,1%) dan 5 orang (9,9%) peserta mengalami hipertensi. Masih ada peserta yang mengalami penyakit hipertensi dapat dihubungkan dengan hasil tabel 1 dari 77 peserta, sebagian kecil/hampir setengah dari peserta berusia 41-50 tahun yaitu sebesar 44 orang (57,1 %). Salah satu faktor risiko hipertensi yaitu usia, semakin bertambahnya usia risiko terkena hipertensi menjadi lebih besar (Fauzi, 2014). Sejalan dengan penelitian (Nuraeni, 2019) menyatakan bahwa ada hubungan yang

signifikan antara usia dengan risiko diabetes melitus dan hipertensi.

Berdasarkan tabel 1, dari 77 peserta, setengah dari peserta berjenis kelamin perempuan yaitu sebesar 54 orang (70,1 %). Salah satu faktor risiko hipertensi yaitu jenis kelamin (Fauzi, 2014). Sejalan dengan penelitian Herlinah dkk, (2023) menunjukkan mayoritas penderita hipertensi berjenis kelamin perempuan 70,7%. Perempuan lebih mudah rentan mengalami hipertensi kerana perempuan mempunyai daya ingat lebih kuat mengenai perasaan sakit dan juga lebih sensitif terhadap rasa sakit, serta kekebalan tubuhnya mudah menurun. Menurut penelitian Pebrisiana dkk, (2022) menyatakan bahwa terdapat hubungan jenis kelamin dengan hipertensi di RSUD dr. Doris Sylvanus Provinsi Kalimantan Tengah. Berdasarkan tabel 2, dari 77 peserta, setengah dari peserta gula darah < 100 – 125 mg/dl yaitu sebesar 61 orang (79,2%), sedangkan 16 orang (20,8%) gula darah > 126 mg/dl. Sejalan dengan penelitian Nuzula (2024) didapatkan hasil gula darah normal 31 orang (96,9%), sedangkan 1 orang (3,1%) mengalami diabetes melitus. Berdasarkan tabel 1, sebagian kecil/hampir setengah dari peserta berusia 41-50 tahun yaitu sebesar 44 orang (57,1 %). Penurunan produksi insulin terjadi pada usia 40 tahun keatas dan pola hidup yang tidak sehat dapat menyebabkan peningkatan kadar glukosa darah (Lariwu et al, 2024). Menurut penelitian Susilawati & Rahmawati, (2021) menunjukkan terdapat hubungan antara usia dengan diabetes melitus tipe 2.

Berdasarkan tabel 1, dari 77 peserta, setengah dari peserta berjenis kelamin perempuan yaitu sebesar 54 orang (70,1 %). Sejalan dengan penelitian Susilawati & Rahmawati, (2021) bahwa sebagian bagian besar pasien berjenis kelamin perempuan sebanyak 172 (65,2%). Perempuan menghadapi risiko yang lebih tinggi untuk mengalami diabetes melitus, disebabkan oleh peningkatan kemungkinan indeks massa tubuh, selain itu, setelah mengalami menopause perubahan hormonal juga mempengaruhi distribusi lemak tubuh (Wahyuni, 2019). Menurut penelitian Arania et al, (2023) menyatakan ada hubungan antara usia, jenis kelamin dan tingkat pendidikan dengan diabetes mellitus di Klinik Mardi Waluyo Lampung Tengah.

Kegiatan pemeriksaan kesehatan gratis yang dilaksanakan ini dapat membantu mengenali gejala awal masalah kesehatan dan memberikan kesempatan kepada peserta untuk menangani penyakitnya, sehingga dapat meningkatkan kemungkinan kesembuhan dan mengurangi dampak buruk pada peserta. Peserta atau masyarakat semakin sadar akan

perluanya memeriksakan kesehatannya lebih rutin di fasilitas kesehatan terdekat seperti puskesmas maupun klinik kesehatan agar warga dapat menjaga kondisi kesehatan diri sendiri dan keluarga. Keberhasilan pengabdian masyarakat berupa kegiatan pemeriksaan kesehatan secara gratis ini tidak hanya dilihat dari jumlah peserta atau pelayanan yang diberikan oleh tim, tetapi juga dari perubahan nyata dalam perilaku, sikap dan kehidupan peserta atau masyarakat.

4. Simpulan

Kegiatan pengabdian masyarakat berupa pemeriksaan kesehatan gratis, meningkatkan pemahaman masyarakat untuk melakukan pemeriksaan kesehatan secara berkala guna mendeteksi penyakit tidak menular dan dapat meningkatkan pengetahuan peserta untuk dapat mencegah munculnya penyakit yang tidak menular dengan melakukan pola hidup yang sehat. Kegiatan pemeriksaan kesehatan yang dilakukan dapat menggali pengetahuan dan pemahaman masyarakat tentang penyakit tidak menular dan masyarakat antusias mengikuti kegiatan pemeriksaan kesehatan ini sampai selesai.

Daftar Pustaka

- Anhar et al (2022) “Pelaksanaan Medical Checkup Sederhana Pada Warga RW 06, Jatiwarna, Pondok Melati, Bekasi.” *Jurnal Pengabdian Masyarakat Fisioterapi Dan Kesehatan Indonesia*, 01(02), hal. 27–32.
- Arania et al (2023) “Hubungan Antara Usia, Jenis Kelamin, Dan Tingkat Pendidikan Dengan Kejadian Diabetes Mellitus Di Klinik Mardi Waluyo Lampung Tengah,” *Journal of Economics/ Zeitschrift fur Nationalokonomie*, 139(3), hal. 235–260. Tersedia pada: <https://doi.org/10.1007/s00712-023-00827>.
- Fauzi (2014) *Buku pintar deteksi dini gejala, & pengobatan asam urat, diabetes, & hipertensi*. Yogyakarta: Araska.
- Herlinah dkk (2023) “Hubungan Dukungan Keluarga dengan Perilaku Lansia dalam Pengendalian Hipertensi,” *Jurnal Keperawatan Berbudaya Sehat*, 1(1), hal. 1–8. Tersedia pada: <https://doi.org/10.35473/jkbs.v1i1.2148>.
- Nuraeni (2019) “Hubungan Usia Dan Jenis Kelamin Beresiko Dengan Kejadian Hipertensi Di Klinik X Kota Tangerang,” *Jurnal JKFT*, 4(1), hal. 1. Tersedia pada: <https://doi.org/10.31000/jkft.v4i1.1996>.
- Pebrisiana dkk (2022) “Hubungan Karakteristik dengan Kejadian Hipertensi pada Pasien Rawat Jalan di RSUD Dr. Doris Sylvanus Provinsi Kalimantan Tengah,” *Jurnal*

- Surya Medika*, 8(3), hal. 176–186. Tersedia pada: <https://doi.org/10.33084/jsm.v8i3.4511>.
- Pramaswari & Fatah (2023) “Program Kegiatan Pemeriksaan Kesehatan Gratis Pada Masyarakat Lansia Sebagai Upaya Deteksi Dini Penyakit Tidak Menular,” *JMM (Jurnal Masyarakat Mandiri)*, 7(4), hal. 3447. Tersedia pada: <https://doi.org/10.31764/jmm.v7i4.15945>.
- Puspitasari (2019) “Peningkatan Derajat Kesehatan Masyarakat Melalui Pemeriksaan Kesehatan dan Edukasi Pola Hidup Sehat,” *JPM (Jurnal Pemberdayaan Masyarakat)*, 4(1), hal. 376–382. Tersedia pada: <https://doi.org/10.21067/jpm.v4i1.3258>.
- Rudyarti & Koniasari (2018) “Pendampingan Peningkatan Derajat Kesehatan Masyarakat Melalui Pemeriksaan Kesehatan Dan Edukasi Pola Hidup Sehat,” *Khadimul Ummah: Journal of Social Dedication*, 1(2), hal. 93–101. Tersedia pada: <https://ejournal.unida.gontor.ac.id/index.php/khadimulummah/article/view/2493/1512>.
- Setiana dan Ferawati (2023) “Peningkatan Kesadaran Kesehatan Masyarakat Melalui Kegiatan Cek Kesehatan Gratis,” *GERVASI: Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat*, 7(3), hal. 1120–1131. Tersedia pada: <https://doi.org/10.31571/gervasi.v7i3.6148>.
- Sukmana dkk (2020) “Pemeriksaan Kesehatan Gratis sebagai Upaya Peningkatan Kesadaran Masyarakat terhadap Deteksi Dini Penyakit Tidak Menular,” *Indonesian Journal of Community Services*, 2(1), hal. 19. Tersedia pada: <https://doi.org/10.30659/ijocs.2.1.19-26>.
- Susilawati & Rahmawati (2021) “Hubungan Usia, Jenis Kelamin dan Hipertensi dengan Kejadian Diabetes Mellitus Tipe 2 di Puskesmas Tugu Kecamatan Cimanggis Kota Depok Tahun 2019,” *ARKESMAS (Arsip Kesehatan Masyarakat)*, 6(1), hal. 15–22. Tersedia pada: <https://doi.org/10.22236/arkesmas.v6i1.5829>.
- Wahyuni (2019) *Diabetes Mellitus*. Surabaya: CV Jakad Media Publishing.
- WHO (2018) *World health statistics monitoring health for the SDGs, sustainable development goals*. Available from: <https://apps.who.int/iris/handle/10665/272596>.
- Yarmaiza & dan Zakiyuddin (2019) “Pencegahan Dini Terhadap Penyakit Tidak Menular (Ptm) Melalui Germas,” *Jurnal Pengabdian Masyarakat Multidisiplin*, 2(3), hal. 168–175.