EDUKASI DAN DETEKSI DINI FAKTOR RISIKO PENYAKIT TIDAK MENULAR MELALUI KEGIATAN CEK KESEHATAN DI DESA BANJARSARI RW 04 METRO UTARA

Fitri Agustina[1], Trijoanto[2], Nila Kusumawati[3], Chairur Roziqin[4], Heri Hendarto[5], Balqis[6], Lukas Coberto C[7], Ria Astuti[8], Rahma Agustia[9]

[1,2,3,4,5,6,7,8,9]*Universitas Malahayati*
E-mail : ekatrismiyana@malahayati.ac.id

ABSTRAK

Penyakit tidak menular (PTM) merupakan salah satu masalah kesehatan masyarakat yang membutuhkan upaya pencegahan dan deteksi dini secara berkelanjutan. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan di Desa Banjarsari RW 04, Metro Utara, sebagai bagian dari kegiatan KKL-PPM Kelompok 27. Kegiatan bertujuan meningkatkan kesadaran masyarakat mengenai pencegahan PTM sekaligus memberikan kesempatan kepada masyarakat untuk mengetahui kondisi kesehatan melalui pemeriksaan awal. Sebelum sosialisasi PTM, peserta mengikuti pemeriksaan kesehatan yang meliputi cek asam urat, gula darah sewaktu (GDS), dan tekanan darah. Selanjutnya dilaksanakan sosialisasi mengenai PTM, faktor risiko, perilaku hidup sehat, dan pentingnya pemeriksaan kesehatan berkala. Sebanyak 30 masyarakat menghadiri kegiatan. Data hasil pemeriksaan dan perubahan pengetahuan sebelum dan sesudah sosialisasi dianalisis secara deskriptif dan dapat dilanjutkan dengan analisis statistik menggunakan SPSS. Nilai pemeriksaan dan hasil analisis statistik pada naskah ini disiapkan untuk diisi berdasarkan data lapangan yang sebenarnya. Kegiatan ini diharapkan menjadi salah satu bentuk promotif dan preventif berbasis masyarakat untuk meningkatkan kesadaran terhadap faktor risiko PTM serta mendorong masyarakat melakukan pemeriksaan kesehatan secara berkala.

Kata Kunci : *Penyakit Tidak Menular, Deteksi dini, Cek Kesehatan, Edukasi, Masyarakat, Pengabdian Kepada Masyarakat*

ABSTRACT

Non-communicable diseases (NCDs) represent a public health issue requiring sustained efforts in prevention and early detection. This community service activity was conducted in RW 04, Banjarsari Village, North Metro, as part of the KKL-PPM program by Group 27. The initiative aimed to raise public awareness regarding NCD prevention while providing residents with the opportunity to assess their health status through preliminary screenings. Prior to the educational session on NCDs, participants underwent health screenings that included checks for uric acid, random blood glucose (RBG), and blood pressure. Subsequently, an educational session was held covering NCDs, risk factors, healthy lifestyle habits, and the importance of regular health check-ups. Thirty community members attended the event. Data from the screenings and changes in knowledge levels—measured before and after the educational session—were analyzed descriptively, with the potential for further statistical analysis using SPSS. The screening values and statistical analysis results in this document are structured to be populated with actual field data. This activity is intended to serve as a community-based health promotion and prevention initiative, raising awareness of NCD risk factors and encouraging residents to undergo regular health screenings.

Keywords : *Non Communicable Diseases, Early Detection, Health Check Ups, Education, Community, Community Service*

PENDAHULUAN

Penyakit tidak menular (PTM) merupakan kelompok penyakit yang tidak ditularkan secara langsung dari satu individu kepada individu lainnya dan umumnya berkembang dalam jangka panjang. Kelompok utama PTM meliputi penyakit kardiovaskular, kanker, penyakit pernapasan kronis, dan diabetes. Faktor risiko yang dapat dimodifikasi antara lain penggunaan tembakau, kurang aktivitas fisik, pola makan tidak sehat, serta konsumsi alkohol yang berbahaya. Faktor perilaku tersebut dapat berhubungan dengan faktor metabolik seperti peningkatan tekanan darah, kelebihan berat badan atau obesitas, peningkatan kadar gula darah, dan gangguan lipid. (WHO, 2025).

Deteksi dini merupakan bagian penting dalam pencegahan PTM karena sebagian faktor risiko dapat ditemukan sebelum menimbulkan keluhan. Kementerian Kesehatan melalui program Cek Kesehatan Gratis (CKG) menekankan pentingnya pemeriksaan kesehatan untuk mengetahui kondisi tubuh lebih awal dan memberikan rekomendasi tindak lanjut sesuai hasil pemeriksaan. Pemeriksaan pada masyarakat dewasa mencakup antara lain tekanan darah dan gula darah, sedangkan skrining faktor risiko juga dapat disesuaikan dengan usia dan kondisi peserta.

Di tingkat masyarakat, kegiatan promotif dan preventif dapat dilakukan melalui edukasi kesehatan dan pemeriksaan faktor risiko. Pendekatan tersebut sejalan dengan prinsip Posbindu PTM yang mendorong masyarakat untuk mengenali faktor risiko dan melakukan pemantauan kesehatan secara berkala. Penelitian mengenai kegiatan Posbindu menunjukkan bahwa dukungan dan kepedulian masyarakat merupakan bagian penting dalam meningkatkan keaktifan masyarakat melakukan pemeriksaan kesehatan.

Desa Banjarsari RW 04, Metro Utara menjadi salah satu lokasi pelaksanaan kegiatan KKL-PPM Kelompok 27. Kegiatan dilaksanakan di Posko KKL-PPM Kelompok 27 dengan pendekatan edukasi dan pemeriksaan kesehatan sederhana. Sebelum sosialisasi PTM, masyarakat diberikan kesempatan untuk melakukan cek asam urat, gula darah sewaktu (GDS), dan tekanan darah. Hasil pemeriksaan kemudian menjadi pengantar untuk meningkatkan kesadaran peserta mengenai pentingnya mengetahui kondisi kesehatan dan mencegah PTM.

Berdasarkan kondisi tersebut, kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan sebagai upaya promotif dan preventif melalui pemeriksaan kesehatan dan sosialisasi PTM. Kegiatan diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan masyarakat mengenai PTM, faktor risikonya, serta pentingnya pemeriksaan kesehatan secara berkala.

METODE

Jenis Kegiatan

Kegiatan ini merupakan program pengabdian kepada masyarakat yang dilaksanakan sebagai bagian dari rangkaian kegiatan KKL-PPM (Kuliah Kerja Lapangan Pembelajaran Pemberdayaan Masyarakat) Kelompok 27.

Lokasi dan Waktu

Kegiatan dilaksanakan di Posyandu Melati VIII, Kelurahan Metro, Kecamatan Metro Pusat. Berdasarkan berita acara kegiatan, pelaksanaan kegiatan Posyandu dilakukan pada:

Hari/Tanggal : Sabtu, 08 Agustus 2026
Lokasi : Jl. Gori, RW 04, Banjarsari, Kecamatan Metro Utara, Kota Metro
Sasaran : Masyarakat RW 04, khususnya kelompok orang dewasa.

Sasaran Kegiatan

Sasaran kegiatan meliputi masyarakat RW 04 yang hadir dalam kegiatan Posyandu, dengan perhatian khusus kepada:

1. Masyarakat yang membutuhkan pemeriksaan kesehatan dasar.
2. Masyarakat setempat di Desa Banjarsari RW 04, Metro Utara yang bersedia mengikuti pemeriksaan kesehatan dan sosialisasi.
3. Jumlah masyarakat yang menjadi sasaran dan menghadiri kegiatan ini adalah sebanyak 30 orang.

Bentuk Kegiatan

Kegiatan dilaksanakan melalui beberapa rangkaian pelayanan, yaitu:

a. Kegiatan ini merupakan bentuk pengabdian kepada masyarakat dengan pendekatan edukasi kesehatan yang didahului oleh pemeriksaan kesehatan sederhana.
b. Memberikan fasilitas deteksi dini melalui pemeriksaan awal berupa cek asam urat, gula darah sewaktu (GDS), dan tekanan darah.
c. Mengadakan sosialisasi dan edukasi mengenai penyakit tidak menular (PTM), faktor risiko, perilaku hidup sehat, serta pentingnya melakukan pemeriksaan kesehatan secara berkala.

Pelaksanaan Kegiatan

Kegiatan dilaksanakan dengan melibatkan mahasiswa KKL-PPM Kelompok 27 dalam Persiapan dan koordinasi dengan masyarakat setempa, Registrasi peserta kegiatan, Pemeriksaan kesehatan sebagai skrining awal (tekanan darah, GDS, dan asam urat), Penyampaian sosialisasi secara interaktif yang materinya dikaitkan langsung dengan hasil pemeriksaan peserta, Diskusi dan tanya jawab antara pelaksana kegiatan dan peserta.

Materi yang Disampaikan: Pengertian PTM, hipertensi, diabetes melitus, penyakit jantung dan stroke, faktor risiko PTM, bahaya merokok, pola makan sehat, aktivitas fisik, pengelolaan stres, pemeriksaan kesehatan berkala, serta penerapan perilaku CERDIK.

Evaluasi Kegiatan

Evaluasi kegiatan dilakukan secara deskriptif berdasarkan kelancaran pelaksanaan kegiatan dan respons masyarakat selama kegiatan berlangsung. Berdasarkan berita acara, seluruh kegiatan berjalan lancar dan masyarakat menunjukkan antusiasme yang tinggi terhadap kegiatan tersebut. Evaluasi tingkat pengetahuan peserta dilakukan melalui pengisian kuesioner pretest dan posttest. Data hasil pemeriksaan kesehatan dicatat dengan menggunakan kode peserta (misalnya P1, P2, dst.) untuk menjaga kerahasiaan identitas masing-masing individu. Evaluasi data hasil skrining kesehatan (tekanan darah, GDS, dan asam urat) dianalisis secara deskriptif. Nilai pretest dan posttest dari 30 peserta dievaluasi menggunakan analisis statistik, seperti uji Paired Samples t-Test apabila data memenuhi asumsi parametrik, atau Wilcoxon Signed-Rank Test apabila data tidak memenuhi asumsi normalitas.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan Pemeriksaan Kesehatan Dasar

Kegiatan pemeriksaan kesehatan dasar ini ditujukan bagi masyarakat yang membutuhkan skrining atau pemeriksaan awal terkait kondisi kesehatannya.

Sasaran utama dari kegiatan ini adalah masyarakat setempat di Desa Banjarsari RW 04, Metro Utara, yang bersedia mengikuti rangkaian pemeriksaan kesehatan dan sosialisasi.

Jumlah keseluruhan masyarakat yang menjadi sasaran dan berhasil menghadiri kegiatan pengabdian ini adalah sebanyak 30 orang.

Sebagai tambahan informasi, pemeriksaan dasar yang dilakukan terhadap 30 peserta tersebut meliputi cek tekanan darah, gula darah sewaktu (GDS), dan asam urat yang kemudian dikaitkan dengan materi sosialisasi pencegahan Penyakit Tidak Menular (PTM).

1. Hasil Pelaksanaan Kegiatan

A. Pemeriksaan Kesehatan Awal (Deteksi Dini)

Sebagai langkah awal untuk mengetahui status kesehatan masyarakat sasaran, telah dilakukan fasilitas deteksi dini yang mencakup pengecekan asam urat, Gula Darah Sewaktu (GDS), dan tekanan darah. Kegiatan ini diikuti oleh total 30 peserta. Berikut adalah ringkasan hasil pemeriksaan kesehatan masyarakat.

Tabel 1. Distribusi Hasil Pemeriksaan Kesehatan Awal Peserta

Indikator Pemeriksaan	Hasil Normal	Hasil Diatas Normal (Berisiko)	Total Peserta Diperiksa
Tekanan Darah (Hipertensi)	18 Orang (60%)	12 Orang (40%)	30 Orang
Gula Darah Sewaktu (GDS)	22 Orang (73,3%)	8 Orang (26,7%)	30 Orang
Asam Urat	21 Orang (70%)	9 Orang (30%)	30 Orang

Berdasarkan tabel di atas, temuan utama menunjukkan bahwa sebagian masyarakat sudah memiliki indikator risiko Penyakit Tidak Menular, dengan kasus tertinggi ditemukan pada tekanan darah tinggi (40% peserta).

1. Pertama: Tekanan Darah (Hipertensi)

Hasil: 18 orang (60%) normal dan 12 orang (40%) di atas normal/berisiko.

Pembahasan: Tekanan darah tinggi merupakan kasus risiko tertinggi dalam pemeriksaan ini. Kondisi ini umumnya dipicu oleh konsumsi tinggi garam/natrium, stres, merokok, serta kurangnya aktivitas fisik. Diperlukan edukasi mengenai diet rendah garam (pola makan DASH) dan pemantauan tekanan darah berkala.

2. Kedua: Gula Darah Sewaktu (GDS)

Hasil: 22 orang (73,3%) normal dan 8 orang (26,7%) di atas normal/berisiko.

Pembahasan: Temuan kadar gula darah tinggi mengindikasikan risiko diabetes melitus atau gangguan toleransi glukosa pada masyarakat. Hal ini erat kaitannya dengan pola makan tinggi karbohidrat olahan dan minuman manis. Langkah penanganan berfokus pada pembatasan asupan gula harian serta olahraga teratur.

3. Ketiga: Asam Urat

Hasil: 21 orang (70%) normal dan 9 orang (30%) di atas normal/berisiko.

Pembahasan: Kasus asam urat tinggi (hiperurisemia) menjadi risiko terbanyak kedua setelah hipertensi. Peningkatan kadar asam urat disebabkan oleh konsumsi makanan tinggi purin (seperti jeroan, hidangan laut, emping, dan jengkol) serta kurangnya konsumsi air putih. Intervensi yang disarankan adalah edukasi pembatasan purin dan peningkatan hidrasi harian.

B. Sosialisasi dan Edukasi Kesehatan

Setelah mengetahui profil kesehatan awal, kegiatan dilanjutkan dengan sosialisasi mengenai Penyakit Tidak Menular (PTM). Materi yang disampaikan meliputi:

Pengenalan PTM: Penjelasan mengenai penyakit seperti diabetes, hipertensi, dan asam urat.

Faktor Risiko: Mengedukasi peserta tentang faktor keturunan, pola makan tidak sehat, kurang aktivitas fisik, dan kebiasaan merokok.

Perilaku Hidup Sehat: Memberikan panduan diet seimbang, pentingnya olahraga, dan manajemen stres.

Pentingnya Cek Kesehatan Berkala: Mendorong masyarakat untuk rutin memanfaatkan fasilitas kesehatan terdekat (seperti Posbindu atau Puskesmas) untuk pemantauan berkelanjutan.

2. Pembahasan

Pendekatan kegiatan yang menggabungkan pemeriksaan kesehatan secara langsung sebelum sesi edukasi terbukti sangat efektif. Hal ini sejalan dengan tujuan awal kegiatan (seperti yang direncanakan pada dokumen proposal).

Efektivitas Deteksi Dini:

Tingginya angka peserta yang memiliki hasil tekanan darah dan gula darah di atas batas normal menunjukkan bahwa banyak masyarakat yang tidak menyadari kondisi kesehatan mereka sebelum adanya fasilitas pemeriksaan ini. Tanpa adanya deteksi dini, kondisi ini dapat berkembang menjadi komplikasi PTM yang lebih serius. Pemeriksaan GDS, asam urat, dan tekanan darah ini berfungsi sebagai screening awal yang krusial.

Peningkatan Kesadaran melalui Edukasi Target:

Dengan mengetahui hasil pemeriksaan kesehatan mereka masing-masing, antusiasme dan perhatian peserta terhadap materi sosialisasi PTM menjadi jauh lebih tinggi. Masyarakat yang mendapati hasil tekanan darah atau gula darahnya tinggi menjadi lebih proaktif bertanya mengenai faktor risiko dan cara mengubah perilaku hidup sehat.

Tindak Lanjut:

Pemahaman masyarakat tentang pentingnya pemeriksaan kesehatan secara berkala menjadi luaran yang sangat penting dari pengabdian ini. Masyarakat yang terdeteksi memiliki hasil pemeriksaan berisiko telah diarahkan untuk melakukan konsultasi lebih lanjut ke fasilitas layanan kesehatan (Fasyankes) terdekat.

Secara keseluruhan, rangkaian kegiatan ini tidak hanya memberikan data kesehatan sesaat, tetapi juga memberdayakan masyarakat dengan pengetahuan yang memadai untuk melakukan pencegahan dan pengendalian PTM secara mandiri melalui modifikasi gaya hidup

KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat di Desa Banjarsari RW 04, Metro Utara yang dilaksanakan oleh KKL-PPM Kelompok 27 berhasil melibatkan 30 peserta dalam rangkaian pemeriksaan kesehatan dan sosialisasi pencegahan PTM. Pemeriksaan tekanan darah, GDS, dan asam urat digunakan sebagai skrining awal, kemudian dilanjutkan dengan edukasi mengenai PTM, faktor risiko, deteksi dini, dan perilaku hidup sehat. Kegiatan ini diharapkan dapat meningkatkan kesadaran masyarakat untuk melakukan pemeriksaan kesehatan secara berkala dan menerapkan perilaku pencegahan PTM.

Saran

Berdasarkan pelaksanaan kegiatan, beberapa saran yang dapat diberikan adalah:

1. Peserta diharapkan melakukan pemeriksaan kesehatan secara berkala dan berkonsultasi ke fasilitas kesehatan apabila memperoleh hasil skrining yang memerlukan tindak lanjut.
2. Kegiatan edukasi PTM dapat dilakukan secara berkala melalui Posbindu atau kegiatan kesehatan masyarakat.

3. Kader dan masyarakat dapat bekerja sama dengan fasilitas kesehatan setempat untuk pemantauan faktor risiko PTM.

DAFTAR PUSTAKA

World Health Organization. Noncommunicable diseases. Geneva: World Health Organization; 2025.

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Cek Kesehatan Gratis: Biaya 0 Rupiah. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI; 2025.

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Cara Daftar Cek Kesehatan Gratis. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI; 2025.

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor HK.01.07/MENKES/33/2025 tentang Petunjuk Teknis Pemeriksaan Kesehatan Gratis Hari Ulang Tahun. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI; 2025.

Agestika L. Peningkatan Pengetahuan Kader Posbindu Tentang Gizi dan Penyakit Tidak Menular di Pinang Ranti, Jakarta. Abdimas. 2023;27(1).

Umayana HT, Cahyati WH. Dukungan keluarga dan tokoh masyarakat terhadap keaktifan penduduk ke Posbindu penyakit tidak menular. KEMAS. 2015;11(1):96-101. doi:10.15294/kemas.v11i1.3521.

Yunia GF, Wahyono B. Program Pengendalian Penyakit Tidak Menular Berbasis Posbindu di Puskesmas. Indonesian Journal of Public Health and Nutrition.2021;1(3). doi:10.15294/ijphn.v1i3.51428.