

Pemeriksaan Kesehatan Gratis di Pakare “Pasar Kuliner Karang Endah” Karang Endah Terbanggi Besar Lampung Tengah

Efa Septiana^{1*}, Rina Wahyuni², Fahrul Irayani³, Setianingsih⁴, Weda Ayu Ardini⁵, Ekta puspita Sari⁶, Irfan Arif Nugroho⁷, Sefria Indah Primasari⁸, Dody Triolandi⁹, Amanda Wahyu Ningsih¹⁰, Irma Sari¹¹, Nur Aeni¹², Rafika Dwi Yulia Putri¹³, Sangidhatu Zahro¹⁴, Wanda Agustina¹⁵

^{1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15} Program Studi DIII Kebidanan, Akademi Kebidanan Wahana Husada

Bandar jaya Lampung Tengah

E-mail : efaseptiana573@gmail.com

Article History:

Received: September 2022

Revised: September 2022

Accepted: October 2022

Keywords: *hypertension, diabetes mellitus, gout*

Kata Kunci: *hipertensi, diabetes militus, asam urat*

Abstrak :

Indonesia mengalami transisi epidemiologi selama dua dekade terakhir, yakni dari penyakit menular yang semula menjadi beban utama kemudian mulai beralih menjadi penyakit tidak menular. PTM yang utama di antaranya hipertensi, diabetes melitus, kanker, dan penyakit paru obstruktif kronik. Akademi Kebidanan Wahana Husada Bandar Jaya merupakan salah satu institusi pendidikan yang berada di kabupaten Lampung Tengah Provinsi Lampung yang telah melaksana kegiatan PKM yang dilaksanakan di PAKARE, dilaksanakan setiap hari minggu pagi. Dilaksanakan tanggal 19 Desember 2021. Tujuan PKM ini yaitu meningkatkan derajat kesehatan masyarakat dan memotivasi masyarakat. Metode yang di gunakan adalah dengan pemberian sosialisasi dan pemeriksaan kesehatan gratis. Jumlah peserta yang mengikuti kegiatan PKM ini adalah 120 peserta. Dari 120 peserta 50 peserta memiliki gejala, 25 peserta dengan hipertensi, 15 peserta dengan diabetes militus, 10 peserta dengan asam urat. Kegiatan berjalan lancar dan masyarakat sangat antusias.

PENDAHULUAN

Kebugaran jasmani merupakan salah satu tolak ukur kesehatan pada sekelompok masyarakat terutama pada dewasa awal. Dewasa awal memiliki kebugaran jasmani yang tinggi selain sehat juga dapat melakukan aktivitas sehari-hari secara mandiri. Seseorang dikatakan memiliki tingkat kebugaran jasmani yang optimal jika melakukan aktivitas yang melelahkan dan berat tidak akan merasa lelah. Kebugaran jasmani juga dapat memberikan kontribusi penting untuk kesehatan seseorang yang dapat mempengaruhi seseorang berfungsi dan aktif secara fisik sehingga terhindar dari gangguan kesehatan (Ifadah & Marliana, 2019)

Indonesia mengalami transisi epidemiologi selama dua dekade terakhir, yakni dari penyakit menular yang semula menjadi beban utama kemudian mulai beralih menjadi penyakit tidak menular. Kecenderungan ini meningkat dan mulai mengancam sejak usia muda. Penyakit tidak menular yang utama di antaranya hipertensi, diabetes melitus, kanker, dan penyakit paru obstruktif kronik. Salah satu masalah yang dihadapi dalam pembangunan kesehatan saat ini adalah terjadinya pergeseran pola penyakit dari penyakit menular ke penyakit tidak menular (Blandina et al., 2021)

PTM (penyakit tidak menular) merupakan penyakit yang bersifat kronis dan tidak ditularkan. Data WHO, PTM merupakan salah satu penyebab kematian terbanyak. tahun 2017 terdapat 69,90% dari total beban penyakit di Indonesia disebabkan oleh PTM. Berdasarkan data Riskesdas 2018 menunjukkan adanya peningkatan prevalensi kasus PTM . kasus PTM terus meningkat seiring dengan perubahan *life style* seperti kurang olahraga atau aktifitas fisik, pola makan dengan gizi tidak seimbang, lebih banyak mengkonsumsi fast food atau junk food, perokok dan lingkungan yang tidak bebas asap rokok (Sukmana et al., 2020)

(WHO) tahun 2013 menunjukkan bahwa PTM merupakan penyebab utama kematian di dunia, yaitu 63% dari semua kematian tahunan. Data Riskesdas tahun 2013 menunjukkan bahwa hipertensi (9,4%), diabetes melitus (2,1%), dan stroke (12,1 %) masuk dalam daftar 10 penyakit tidak menular yang jumlahnya tidak sedikit di Indonesia. Tingginya kejadian PTM disebabkan oleh pola hidup masyarakat yang kurang sehat, sehingga pemerintah melaksanakan tindakan pengendalian PTM dengan melibatkan seluruh komponen bangsa dalam memasyarakatkan paradigma sehat melalui GERMAS. Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (GERMAS) merupakan suatu tindakan sistematis dan terencana yang dilakukan secara bersama-sama oleh seluruh komponen bangsa dengan kesadaran, kemauan dan kemampuan berperilaku sehat untuk meningkatkan kualitas hidup. GERMAS merupakan gerakan nasional yang mengedepankan upaya promotif dan preventif, tanpa mengesampingkan upaya kuratif-rehabilitatif. GERMAS dilakukan dengan cara: Melakukan aktifitas fisik, Mengonsumsi sayur dan buah, Tidak merokok, Tidak mengonsumsi alkohol, Memeriksa kesehatan secara rutin, Membersihkan lingkungan, dan Menggunakan jamban. Pelaksanaan tahap awal, GERMAS secara nasional dimulai dengan berfokus pada tiga kegiatan, yaitu: 1) Melakukan aktivitas fisik 30 menit per hari, 2) Mengonsumsi buah dan sayur; dan 3) Memeriksa kesehatan secara rutin (Pengabdian & Masyarakat, 2019)

Usaha pengendalian PTM tidak hanya dilaksanakan oleh Kementerian Kesehatan namun perlu juga adanya dukungan dari pemerintah, swasta, organisasi profesi, dan semua masyarakat. Dalam menurunkan kasus PTM tersebut, tentu saja dibutuhkan program pengendalian berupa deteksi dini dan pengobatan penyakit. Namun masyarakat merasa malas untuk melakukan pemeriksaan kesehatan karena beberapa alasan seperti fasilitas pelayanan kesehatan yang jauh atau tidak terjangkau biaya pemeriksaan dan pengobatan (Maelaningsih et al., 2020)

Akademi Kebidanan Wahana Husada Bandar Jaya merupakan salah satu institusi pendidikan yang berada di kabupaten Lampung Tengah Provinsi Lampung yang turut serta dan berkontribusi terhadap kesehatan masyarakat khususnya yang berdatang dekat dengan institusi. Salah satu bentuk upaya kontribusi kepada masyarakat adalah melalui kegiatan pengabdian masyarakat yang dilakukan di PAKARE “Pasar Kuliner Karang Endah” Karang Endah Terbanggi Besar Lampung Tengah, bentuk kegiatan yang dilakukan adalah sosialisasi dan pemeriksaan kesehatan gratis sebagai upaya deteksi dini penyakit tidak menular.

METODE KEGIATAN

Pengabdian masyarakat dengan topik sosialisasi pemeriksaan kesehatan gratis di pakare “pasar kuliner karang endah” melibatkan seluruh masyarakat, yang hadir dalam acara PAKARE di Karang Endah Lampung Tengah. Pemilihan khalayak sasaran ini didasarkan pada pertimbangan bahwa setiap masyarakat beresiko terhadap PTM (penyakit tidak menular). PAKARE berada di wilayah Karang Endah Lampung Tengah. Kegiatan pengabmas ini dilaksanakan pada hari minggu dikarenakan PAKARE dilaksanakan setiap hari minggu pagi. Dilaksanakan tanggal 19 Desember 2021. Pelaksanaan sosialisasi pemeriksaan kesehatan gratis di PAKARE dilakukan dengan metode sosialisasi tentang pola hidup sehat, gejala penyakit PTM dan penanggulangan serta dilakukan pemeriksaan secara langsung yaitu pemeriksaan tekanan darah, gula darah seaktu, dan asam urat. Tujuan kegiatan PKM ini yaitu meningkatkan derajat kesehatan masyarakat, Memotivasi masyarakat, mempermudah tenaga kesehatan untuk meningkatkan capaian derajat kesehatan

Alur kegiatan PAKARE

1. Bagian Humas Akademi Kebidanan Wahana Hsuada meminta izin untuk pelaksanaan kegiatan PkM di PAKARE dengan menemui ketua PAKARE
2. Ketua Kegiatan memberikan proposal kegiatan
3. Ketua PAKARE memberkan izin pelaksanaann kegiatan PkM
4. Team kegiatan PkM mempersiapkan segala kebutuhan baik alat dan bahan untuk pelaksanaan kegiatan
5. Team kegiatan melaksanakan kegiatan dengan memusatkan sasaran kegiatan yaitu seluruh masyarakat yang hadir di PAKARE
6. Team kegiatan melaksanakan kegiatan dengan memberikan bakti social pemeriksaan kesehatan
7. Pembagian haidah bagi masyarakat yang antusia mengikuti kegiatan sosialisasi pemeriksaan kesehatan
8. Humas meminta surat keterangan melaksanakan kegiatan PkM dan ditanda tangani

oleh ketua PAKARE

HASIL

Pengabdian kepada masyarakat (PKM) berfokus pada sosialisasi kesehatan dan pemeriksaan kesehatan gratis. Sasaran dari kegiatan PKM ini adalah seluruh masyarakat yang hadir. Kegiatan ini dilakukan di PAKARE, Karang Endah Lampung Tengah. Masyarakat yang terlibat dalam kegiatan PKM sosialisasi pemeriksaan kesehatan ini sangat antusias mendengarkan sosialisasi kesehatan dan pemeriksaan kesehatan secara gratis. Jumlah peserta yang mengikuti kegiatan PKM ini adalah 120 peserta yang terdiri dari remaja sebanyak 21 orang, 58 dewasa dan 46 lansia. Penyampaian sosialisasi kesehatan dilakukan dengan metode sosialisasi, dan tanya jawab, serta di lanjut dengan kegiatan pemeriksaan kesehatan secara gratis yaitu pemeriksaan tensi, gula darah dan asam urat.

Dari 120 peserta 50 peserta memiliki gejala, 25 peserta memiliki gejala tekanan darah/hipertensi, 15 peserta memiliki gejala gula darah/diabetes militus, 10 peserta memiliki gejala asam urat .

| No | Pemeriksaan | Peserta yang memiliki gejala |
|-------|---------------------------------|------------------------------|
| 1 | Tekanan darah/hipertensi | 25 |
| 2 | Gula darah/ diabetes militus | 15 |
| 3 | Asam urat | 10 |
| Total | | 50 |



Gambar 1. Sosialisasi tentang kesehatan



Gambar 2. Pemeriksaan tekanan darah



Gambar 3. Pemeriksaan gula darah



Gambar 4. Pemeriksaan asam urat



Gambar 5. Pembagian hadiah

PEMBAHASAN

Hasil pemeriksaan menunjukkan 50 peserta memiliki gejala, 25 peserta memiliki gejala hipertensi, 15 peserta memiliki gejala gula darah/diabetes militus, 10 peserta memiliki gejala asam urat, hal ini menunjukkan bahwa penyakit tidak menular masih menjadi permasalahan kesehatan yang perlu diperhatikan.

Dari pemeriksaan kesehatan yang dilakukan pada PKM PAKARE ditemukan 25 peserta memiliki gejala tekanan darah tinggi/hipertensi. Prevalensi hipertensi meningkat tajam sejak dasawarsa lalu dan akan terus meningkat. Menurut data WHO, dua pertiga penderita hipertensi berada di negara-negara yang ekonominya sedang berkembang. Di negara-negara ini, penyakit jantung dan stroke sebagai akibat hipertensi terjadi pada penderita dengan usia yang lebih muda. Sebagian besar penderita tidak menyadari bahwa dirinya mengidap hipertensi. Secara epidemiologi penyakit tidak menular termasuk didalamnya hipertensi mengakibatkan Kematian 40 juta orang petahun. Setiap tahun 15 juta orang berumur antara 30-69 tahun meninggal karena penyakit berpendapatan rendah dan sedang. Hipertensi merupakan beban kesehatan yang terbesar bagi masyarakat diseluruh dunia. Menurut catatan International Society of Hypertension (ISH), tahun 2014, kenaikan tekanan darah >140/80 mmHg, menyebabkan 9,4 juta kematian selama tahun 2010 diseluruh dunia. Dilaporkan bahwa hipertensi merupakan 50% penyebab kejadian penyakit kardiovaskuler dan stroke, 40% penyebab kematian pada penderita diabetes, dan merupakan risiko utama terjadinya gagal ginjal, keracunan kehamilan dan demencia (Suling, 2018) Hipertensi merupakan penyebab kematian ketiga di Indonesia pada semua umur dengan proporsi kematian 6,83% (Putra, 2022). kejadian hipertensi terjadi pada rata-rata umur >40 tahun, Jenis kelamin lebih banyak didominasi oleh perempuan, hipertensi lebih rentan terjadi pada mereka yang obesitas/berat badan berlebih dan mereka yang sedang mengalami tekanan/stres, mayoritas pasien hipertensi lebih banyak terjadi pada mereka yang memiliki riwayat

keturunan dalam keluarga, serta gaya hidup seperti kebiasaan merokok dan minum kopi dianggap sebagai gaya hidup yang kurang baik bagi kesehatan terkait dengan kejadian tekanan darah (hipertensi) merupakan faktor yang dapat mempengaruhi terjadinya hipertensi (Sekar Siwi et al., 2020).

Dari pemeriksaan kesehatan yang dilakukan pada PKM PAKARE ditemukan 25 peserta memiliki gejala gula darah/diabetes melitus. Diabetes Melitus merupakan penyakit gangguan metabolik menahun akibat pankreas tidak memproduksi cukup insulin atau tubuh tidak dapat menggunakan insulin yang diproduksi secara efektif. Terdapat beberapa jenis dari diabetes melitus (DM) yaitu diabetes melitus tipe 1, diabetes tipe 2, diabetes melitus tipe gestasional, dan diabetes melitus tipe lainnya. Jenis diabetes yang paling banyak diderita oleh masyarakat adalah Diabetes melitus tipe 2. Insidensi diabetes secara global diperkirakan meningkat dari 366 juta jiwa menjadi 552 juta jiwa pada 2030 dan akan muncul dengan sendirinya sebagai tantangan kesehatan utama yang dapat diperlihatkan melalui data DM global (Chrisanto et al., 2020). Jumlah diabetes di dunia tercatat oleh International Diabetes Federation (IDF) pada tahun 2013 meningkat. Diabetes mellitus dan komplikasinya menyebabkan 4% kematian dari seluruh total kematian di dunia. Di Indonesia angka kematian yang diakibatkan Diabetes mellitus dan komplikasinya sebanyak 3%. Diabetes mellitus menduduki peringkat 6 sebagai penyebab kematian di dunia. Indonesia urutan ke 8 dengan prevalensi DM tertinggi setelah India, USA, Rusia, Brazil, Meksiko, Banglades, dan Mesir (Sry et al., 2020). Gejala akut diabetes melitus yaitu, Poliphagia (banyak makan) polidipsia (banyak minum), Poliuria (banyak kencing/sering kencing di malam hari), nafsu makan bertambah namun berat badan turun dengan cepat (5-10 kg dalam waktu 2-4 minggu), mudah lelah. Gejala kronik diabetes melitus yaitu, Kesemutan, kulit terasa panas atau seperti tertusuk tusuk jarum, rasa kebas di kulit, kram, kelelahan, mudah mengantuk, pandangan mulai kabur, gigi mudah goyah dan mudah lepas, kemampuan seksual menurun bahkan pada pria bisa terjadi impotensi, pada ibu hamil sering terjadi keguguran atau kematian janin dalam kandungan atau dengan bayi berat lahir lebih dari 4kg (Fatimah, 2016). Faktor risiko diabetes melitus yaitu aktivitas fisik, konsumsi buah/sayur, riwayat diabetes gestasional, dan etnis orang tua tidak berpengaruh secara signifikan (Yosmar et al., 2018). Pemberian pemahaman yang benar tentang perawatan mandiri pasien DM kepada pasien dan keluarga, penderita DM dapat hidup layaknya seperti orang lain yang sehat, yang pada akhirnya dapat meningkatkan produktifitas dan tingkat kesejahteraan keluarga dimana pasien tersebut tinggal. DSME (Diabetes Self-Management Education) dapat digunakan sebagai metode alternatif dalam peningkatan perawatan mandiri pasien dengan Diabetes Mellitus di rumah (Sutandi, 2012)

Hasil cek kesehatan di temukan 10 peserta memiliki gejala asam urat. Penyakit asam urat (gout) adalah penyakit yang sering ditemukan dan tersebar di seluruh dunia. Gangguan metabolisme yang menjadi dasar Gout adalah Hiperurisemia yang

didefinisikan sebagai peningkatan kadar asam urat lebih dari 7,0 ml/dl (laki-laki) dan 6,0 mg/dl pada perempuan (Widiyanto et al., 2022). Penyakit asam urat merupakan kondisi yang bisa menyebabkan gejala nyeri yang tak tertahankan, pembengkakan, serta adanya rasa panas di area persendian. Penyakit asam urat atau biasa dikenal sebagai gout arthritis merupakan suatu penyakit yang diakibatkan karena penimbunan kristal monosodium urat di dalam tubuh (Syahadat & Vera, 2020). pola konsumsi sumber purin, stres, riwayat keluarga berhubungan secara signifikan dengan kejadian asam urat (Jaliana et al., 2018)

Kesimpulan

Pengabdian masyarakat penyuluhan dan pemeriksaan kesehatan gratis yang diteloh dilakukan di PAKARE telah berjalan lancar, pengabmas ini dilakukan sebagai salah satu upaya screening penyakit, meningkatkan derajat kesehatan masyarakat terutamapenyakit tidak menular. Pada kegiatan ini di temukan 50 peserta memiliki gejala hipertensi sebanyak 25 peserta, 15 peserta dengan gula darah/ diabetes militus dan 10 peserta dengan gejala asam urat. Pada kegiatan PKM ini masyarakat juga diedukasi mengenai pencegahan serta penatalaksanaan penyakit PTM yang dapat di lakukan secara mandiri.

Ucapan Terimakasih

Kami mengucapkan terimakasih kepada seluruh dosen dan mahasiswa yang telah terlibat dalam kegiatan PKM Akbid Wahana Husada. Terimakasih kepada pihak PAKARE yang telah banyak membantu dan memberikan izin kepada kami untuk dapat menyelenggarakan kegiatan PKM di PAKARE. Terima kasih kepada Bapak Wakil Bupati Lampung Tengah beserta staff dan Menghanai Lampung Tengah yang telah hadir. Terimakasih kepada masyarakat yang sanyat antusias dalam mengikuti kegiatan.

Referensi

- Blandina, O. A., Ohoiwutun, L. V., Bungan, J., Hohedu, R., & Kundiman, M. (2021). Penyuluhan Dan Pemeriksaan Kesehatan Sebagai “Screening Test” Penyakit Tidak Menular Pada Masyarakat Dusun Togihoro, Desa Kusuri Kecamatan Tobelo Barat. *Jurnal Hirono*, 1(1), 17–23. <https://doi.org/10.55984/hirono.v1i1.51>
- Chrisanto, E. Y., Rachmawati, M., & Yulendasari, R. (2020). Penyuluhan manfaat buah naga merah dalam menurunkan kadar gula darah pada penderita diabetes melitus. *Indonesia Berdaya*, 1(2), 89–94. <https://doi.org/10.47679/ib.202041>
- Fatimah, R. N. (2016). DIABETES MELITUS TIPE 2. *Indonesian Journal of Pharmacy*, 27(2), 74–79.
- Ifadah, E., & Marlina, T. (2019). Pemeriksaan Kesehatan Tekanan Darah dan Glukosa

- Darah (DM) Gratis di Wilayah Kampung Sawah Lebak Wangi Jakarta Selatan. *Pelayanan Dan Pengabdian Masyarakat*, 3(1), 20–26.
- Jaliana, Suhadi, & Sety, L. O. M. (2018). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Asam Urat Pada Usia 20-44 Tahun Di Rsd Bahteramas Provinsi Sulawesi Tenggara Tahun 2017. *Clinical Microbiology and Infection*, 27(3), 472.e7-472.e10.
- Maelaningsih, F. S., Sari, D. P., & Juwita, T. (2020). Pemeriksaan Kesehatan serta Pengobatan Gratis di Kelurahan Tukmudal Kecamatan Sumber Kabupaten Cirebon. *Jurnal Abdi Masyarakat*, 1(1), 100–107.
- Pengabdian, J., & Masyarakat, K. (2019). *Pemeriksaan kesehatan untuk deteksi dini ptm sebagai upaya mewujudkan program germas*. 1(1), 1–10.
- Putra, S. (2022). Pengaruh Gaya Hidup Dengan Kejadian Hipertensi di Indonesia (A: Systematic Review). *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 6(2), 15794–15798.
- Sekar Siwi, A., Irawan, D., & Susanto, A. (2020). Analisis Faktor-Faktor yang Memengaruhi Kejadian Hipertensi. *Journal of Bionursing*, 2(3), 164–166. <https://doi.org/10.20884/1.bion.2020.2.3.70>
- Sry, A., Nababan, V., Pinem, M. M., Mini, Y., Hertati, T., Program, P., Fakultas, S. G., Masyarakat, K., Kesehatan Helvetia, I., & Korespondensi, P. (2020). Faktor Yang Memengaruhi Kadar Gula Darah Penderita Diabetes Mellitus (DM) Tipe II Factors Affecting The Blood Sugar Content Of Diabetes Mellitus (DM) Type II. *Jurnal Dunia Gizi*, 3(1), 23–31. <https://ejournal.helvetia.ac.id/jdg>
- Sukmana, D. J., Hardani, H., & Irawansyah, I. (2020). Pemeriksaan Kesehatan Gratis sebagai Upaya Peningkatan Kesadaran Masyarakat terhadap Deteksi Dini Penyakit Tidak Menular. *Indonesian Journal of Community Services*, 2(1), 19. <https://doi.org/10.30659/ijocs.2.1.19-26>
- Suling, F. R. W. (2018). *Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Indonesia*.
- Sutandi, A. (2012). Self-Management Education (DSME) Sebagai Metode Alternatif Dalam Perawatan Mandiri Pasien Diabetes. *Widya*, 29, 47–52.
- Syahadat, A., & Vera, Y. (2020). Penyuluhan Tentang Pemanfaatan Tanaman Obat Herbal Untuk Penyakit Asam Urat di Desa Labuhan Labo. *Jurnal Education and Development*, 8(1), 424–427.
- Widiyanto, A., Budi, A., Duarsa, S., Mubarak, A. S., Setiawan Manurung, B., Prabowo, T. G., Prayoga, W., Aji, R., Dina, A., Agustina, N., Miya, S., Larasati, T., Putri, M., Prayogi, W., Fatonah, U., Permatasari, R., Dewi, A., Choiri, A., Novianti, N., ... Putra, N. S. (2022). Pengabdian Masyarakat: Inovasi Senam Peregangan Sendi Sebagai Upaya Promotif Dan Preventif Terhadap Peningkatan Kadar Asam Urat Pada Lansia Di Dusun Sokokerep, Desa Garangan, Kecamatan Wonosamodro Kabupaten Boyolali. *JAM: Jurnal Abdi Masyarakat*, 3(1), 33–40. <http://jurnal.globalhealthsciencegroup.com/index.php/JPM>
- Yosmar, R., Almasdy, D., & Rahma, F. (2018). Jurnal Sains Farmasi Dan Klinis. *Survei Risiko Penyakit Diabetes Melitus Terhadap Kesehatan Masyarakat Kota Padang*, 5(Agustus 2018), 134–141.