

Pemeriksaan Kesehatan Gratis sebagai Upaya Peningkatan Kesadaran Masyarakat terhadap Deteksi Dini Penyakit Tidak Menular

¹Dhika Juliana Sukmana*, ²Hardani, ²Irawansyah

¹Prodi DIII Teknologi Laboratorium Medis Politeknik Medica Farma Husada, Mataram, Indonesia.

²Prodi DIII Farmasi Politeknik Medica Farma Husada, Mataram, Indonesia.

*Corresponding Author

Email: dhika.juliana.dj@gmail.com

Received:

17 January 2020

Revised:

18 May 2020

Accepted:

21 May 2020

Published:

31 May 2020

ABSTRAK

Penyakit tidak menular (PTM) merupakan penyakit yang bersifat kronis dan tidak ditularkan dari orang ke orang. Prevalensi PTM terus mengalami peningkatan seiring dengan perubahan pola hidup masyarakat kearah yang kurang seimbang. Faktor risiko PTM di Provinsi NTB antara lain adalah hipertensi, obesitas dan diabetes. Kurangnya pengetahuan dan kesadaran terhadap bahaya PTM menyebabkan deteksi dini berbasis pelayanan kesehatan kurang efektif. Hal ini juga disebabkan oleh engganannya masyarakat memeriksakan diri selama belum merasa sakit. Penanggulangan faktor resiko PTM dan pencegahan berbasis masyarakat menjadi salah satu solusi yang dapat dilakukan untuk menekan resiko atau angka kematian akibat PTM. Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan kesadaran masyarakat terhadap pentingnya tes kesehatan secara berkala sebagai upaya deteksi dini PTM. Kegiatan ini kemudian dilakukan dengan dua metode, yaitu diskusi dan praktik langsung untuk memeriksa kesehatan peserta. Secara keseluruhan, hasil pemeriksaan kesehatan cukup baik dengan rata-rata hasil pemeriksaan normal. Hanya saja dari kegiatan ini dijumpai dua peserta dengan hasil gula darah diatas 300 mg/dL. Dengan adanya kegiatan semacam ini, masyarakat menjadi semakin sadar akan pentingnya tes kesehatan secara berkala untuk deteksi dini PTM.

Kata Kunci: PTM, Pemeriksaan Kesehatan, Gula Darah, Asam Urat.

Abstract

Non-communicable Diseases (NCD) are a chronic and not transmitted from person to person. The prevalence of NCDs seems to be increased along with life style change into unbalance style. Risk factors of PTM in NTB are hypertension, obesity and diabetes. Less of knowledge and awareness to NCD's risk lead early detection and prevention based on health facilities to be less effective. This is also caused by the reluctance of people to check themselves before they feel sick. Management of PTM risk factors and community-based prevention is a solution that can be done to reduce the risk or mortality rate due to PTM. This community service activities aims to increase people awareness due to the importance of periodically doing medical check-up in order to screen NCDs. We conduct this activity in two methods, discussion and practically check people health status. Overall, the result was fine. But, two of the participant have blood glucose more than 300 mg/dL. By this community services, peoples become aware about the importance of medical check-up in early detection of NCD.

Keywords : *NCD; Medical Check Up; Blood Glucose; Uric Acid.*

PENDAHULUAN

Penyakit tidak menular (PTM) merupakan penyakit yang bersifat kronis dan tidak ditularkan dari orang ke orang. Berdasarkan data dari WHO, PTM merupakan salah satu penyebab kematian terbanyak. Pada tahun 2017 terdapat 69,90% dari total beban penyakit di Indonesia disebabkan oleh PTM (profil kesehatan NTB 2018).

Riskesmas 2018 menunjukkan adanya peningkatan prevalensi kasus PTM dari tahun 2013 dan 2007 (Riskesmas 2018). Kasus PTM akan 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. Faktor risiko PTM di Provinsi NTB antara lain adalah hipertensi, obesitas dan diabetes dengan jumlah penderita hipertensi sebanyak 358.110 jiwa (≥ 18 tahun) dan penderita DM sebanyak 36.486 jiwa (≥ 15 tahun) (Profil Kesehatan NTB 2018).

Kurangnya kesadaran masyarakat untuk melakukan pemeriksaan kesehatan rutin untuk mencegah penyakit masih kurang. Bahkan masih banyak masyarakat yang belum mengetahui golongan darahnya (Hardani, 2018). Masyarakat cenderung tidak akan mengunjungi fasilitas kesehatan dalam keadaan sehat. Tak jarang masyarakat lebih memilih menggunakan obat tradisional dibandingkan memeriksakan diri ke dokter. Sehingga deteksi dini PTM berbasis pelayanan kesehatan menjadi kurang efektif. Penanggulangan faktor resiko PTM dan pencegahan berbasis masyarakat menjadi salah satu solusi yang dapat dilakukan untuk menekan resiko atau angka kematian akibat PTM.

Peranan tenaga kesehatan dan tenaga pendidik kesehatan sangat dibutuhkan dalam peningkatan kesadaran masyarakat, baik melalui penyuluhan, sosialisasi maupun pemeriksaan kesehatan. Dosen Politeknik Medica Farma Husada Mataram merasa terpenggil untuk turut membantu dalam meningkatkan kesadaran masyarakat. Kegiatan yang dilakukan sebagai bentuk pengabdian kepada masyarakat adalah berupa

pemeriksaan kesehatan secara gratis yang disisipkan dengan edukasi kesehatan. Disamping menjalankan Tri Dharma Perguruan Tinggi, kegiatan pengabdian ini bertujuan untuk meningkatkan kesadaran masyarakat akan pentingnya melakukan tes kesehatan secara rutin guna mendeteksi penyakit tidak menular sedini mungkin.

METODE

Kegiatan ini dilakukan di balai temu kantor Kelurahan Bertais. Informasi mengenai kegiatan pengabdian ini disampaikan melalui pengeras suara oleh Kepala lingkungan, disertai dengan pemberitahuan langsung oleh tim pengabdian. Kegiatan ini diperuntukkan bagi seluruh warga Kelurahan Bertais. Sasaran utama dari kegiatan ini adalah kelompok usia diatas 40 tahun dan warga yang memiliki gejala atau riwayat keluarga dengan penyakit tidak menular.

Peserta yang hadir datang secara mandiri, namun bagi peserta yang memiliki keadaan khusus hingga menyulitkan untuk datang ke lokasi pengabdian akan dijemput atau diperiksa di kediamannya. Hal ini bertujuan untuk meningkatkan jumlah cakupan dalam kegiatan pengabdian. Total peserta yang mengikuti kegiatan ini sebanyak 55 orang.

Metode pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat yaitu dalam bentuk diskusi dan praktik langsung, dalam hal ini adalah pemeriksaan kesehatan (Tekanan darah, golongan darah, glukosa darah dan asam urat).

1. Diskusi

Diskusi dilakukan bersamaan dengan pemeriksaan kesehatan. Masyarakat dapat bertanya mengenai permasalahan kesehatan, pola hidup yang baik serta dapat menyampaikan keluhan yang dihadapi. Sebagai timbal balik, penyelenggara kegiatan juga menanyakan riwayat penyakit dan obat yang dikonsumsi oleh peserta. Disamping itu, masyarakat juga dapat menanyakan perihal hasil pemeriksaan kesehatan yang telah dilakukan.

Dalam sesi diskusi, tim pengabdian juga memberikan sosialisasi mengenai pola hidup sehat. Sosialisasi dilakukan dengan menyampaikan materi yang disertai dengan peragaan atau demo. Demo yang dilakukan berupa olahraga bersama. Hal ini memungkinkan untuk dilakukan karena pada saat kegiatan, bertepatan dengan jadwal senam ibu-ibu PKK Kelurahan Bertais.

2. Praktik

Metode praktik dilakukan untuk memeriksa kesehatan peserta. Dalam hal ini adalah pengukuran tekanan darah, golongan darah, glukosa darah dan asam urat. Masyarakat terlihat cukup antusias dalam pelaksanaan kegiatan.

Pengukuran tekanan darah dilakukan menggunakan tensimeter manual (hanya melakukan pengukuran tekanan sistolik), sedangkan untuk pemeriksaan kadar gula darah dan asam urat dilakukan dengan metode *stick* menggunakan alat "Easy

Touch". Pemeriksaan kesehatan dilakukan pada sore hari setelah waktu istirahat siang.

Kegiatan diawali dengan peserta melakukan registrasi, kemudian dilakukan pengukuran tekanan darah. Pemeriksaan golongan darah, glukosa darah dan asam urat merupakan pemeriksaan yang disediakan dan dapat dipilih oleh peserta. Apabila golongan darah peserta sudah diketahui, peserta dapat lanjut memilih pemeriksaan glukosa atau asam urat.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Peserta kegiatan pengabdian didominasi oleh kaum wanita, yaitu sebanyak 42 orang (76,4%) dengan rentang usia 22-68 tahun. Hasil pengukuran tekanan darah peserta sebagian besar normal (90,1%) dengan rentang 90-120 mmHg, 5 peserta lainnya memiliki tekanan darah di atas 120 mmHg (9,9%) dengan rentang 126-170 mmHg Tabel 1.

Tabel 1. Karakteristik Hasil Pemeriksaan Kesehatan Peserta Kegiatan Pengabdian Masyarakat di Kelurahan Bertais

Karakteristik	N (%)	Rata-Rata
Usia		
22-40 th	28	
41-60 th	25	40
>60 th	2	
Tekanan darah		
90-120 mmHg	20 (90,1)	118,4
>121 mmHg	5 (9,9)	
Golongan Darah		
A	6	
B	3	
AB	0	
O	7	
Asam Urat		
3-7 mg/dL	22	4,8
>7,1 mg/dL	1	
Gula darah		
80-120 mg/dL	6	165,3
>121 mg/dL	6	

Berdasarkan Tabel 1, dapat diketahui bahwa tidak semua peserta melakukan pemeriksaan golongan darah dan pengukuran tekanan darah, meskipun kedua pemeriksaan tersebut dapat dilakukan bersamaan dengan salah satu pemeriksaan (gula darah atau asam urat). Hal ini dikarenakan bahwa sebagian besar dari peserta kegiatan sudah memiliki target pemeriksaan tersendiri. Pemeriksaan yang dilakukan atau dipilih peserta disesuaikan dengan keluhan yang dialami dan riwayat penyakit keluarganya.

Jumlah peserta yang melakukan pemeriksaan gula darah adalah sebanyak 12 orang. Rata-rata hasil pemeriksaan gula darah adalah 165,33 mg/dL. Meski demikian,

pada dasarnya sebagian besar peserta memiliki hasil pemeriksaan gula darah dibawah 120 mg/dL (58%). Nilai rata-rata hasil pemeriksaan gula darah kemudian menjadi tinggi karena terdapat dua orang peserta yang memiliki hasil pemeriksaan gula darah diatas 300 mg/dL (360 mg/dL dan 507 mg/dL). Berdasarkan hasil wawancara dengan peserta, kedua peserta memang sudah di diagnosa menderita Diabetes Mellitus (DM). Namun, pada saat kegiatan pengabdian dilaksanakan kedua peserta tersebut mengaku sudah tidak mengkonsumsi obat yang diresepkan oleh dokter dengan alasan sudah merasa lebih baik. Untuk menindaklanjuti hasil pemeriksaan, tim pengabdian menyarankan pada kedua peserta tersebut untuk melakukan pemeriksaan di fasilitas layanan kesehatan guna memperoleh penanganan yang tepat.

Pemeriksaan asam urat pada kegiatan ini diikuti oleh 23 peserta. Terdapat satu peserta (4,3%) dengan hasil pemeriksaan asam urat yang tinggi yaitu 9,6 mg/dL. Berdasarkan hasil wawancara peserta tersebut memang sering mengalami sensasi nyeri di bagian persendian. Rasa nyeri ini merupakan salah satu gejala yang khas dari adanya peningkatan kadar asam urat (Sustrani *et al.*, 2006). Peserta juga mengaku sering mengkonsumsi jeroan dan kacang-kacangan. Berdasarkan beberapa penelitian, jeroan dan kacang-kacangan dikategorikan sebagai makanan dengan kandungan purin yang relative tinggi sehingga berpotensi meningkatkan kadar asam urat, terlebih jika tidak diikuti oleh pola hidup yang sehat (Hamdani *et al.*, 2011 ; Aminah, 2012 ; Damayanti, 2013 ; Angelina *et al.*, 2014).

Antusiasme masyarakat terhadap kegiatan ini cukup baik, dapat dilihat dari jumlah peserta yang hadir dan pertanyaan-pertanyaan yang diajukan. Pada dasarnya, masyarakat memiliki rasa ingin tahu yang cukup tinggi terhadap PTM, hanya saja media untuk menyalurkan keingintahuan tersebut masih kurang. Peserta menyampaikan secara langsung bahwa kegiatan pengabdian ini memang sangat diperlukan dan bila perlu dapat dilakukan secara berkala. Mengingat bahwa PTM dari tahun ke tahun cenderung mengalami peningkatan jumlah kasus.



Gambar 1. Diskusi disela-sela pemeriksaan darah.



Gambar 2. Menjelaskan pemeriksaan yang dilakukan



Gambar 3. Pemeriksaan gula darah sewaktu

Salah satu kekurangan dalam kegiatan ini adalah pada saat kegiatan berlangsung, peserta cenderung tidak tertib dan langsung memilih pemeriksaan yang diinginkan. Pada awal pelaksanaan kegiatan, alur peserta masih cukup baik, namun di akhir pelaksanaan banyak peserta yang datang dan tidak melalui proses registrasi. Sehingga, tidak sedikit yang tidak terdata di bagian registrasi. Namun demikian, data pemeriksaan beserta usia dan jenis kelamin masih dapat ditelusuri dari formulir hasil pemeriksaan.

KESIMPULAN

Dengan adanya kegiatan ini, kesadaran masyarakat untuk melakukan pemeriksaan kesehatan rutin guna deteksi dini penyakit tidak menular mulai tumbuh. Dari kegiatan pemeriksaan kesehatan yang dilakukan, dapat dilihat bahwa masyarakat memiliki antusiasme tinggi terhadap

kegiatan serupa. Melalui kegiatan-kegiatan seperti ini, dapat digali pengetahuan dan persepsi masyarakat terhadap tema yang diusung, dalam hal ini adalah PTM.

Untuk kegiatan selanjutnya diharapkan dapat dilakukan dengan kerjasama dengan pihak lain, seperti menghadirkan dokter. Sehingga, dapat dilakukan pemberian obat dan tindakan apabila dijumpai kasus dengan hasil pemeriksaan yang tidak normal. Pada kegiatan selanjutnya juga diharapkan dapat berlangsung dengan lebih tertib dan terorganisir. Hal ini tentunya untuk menjamin kualitas pencatatan data peserta agar lebih maksimal dan baik.

UCAPAN TERIMAKASIH

Tim penulis mengucapkan terima kasih kepada Yayasan Cipta Medika Mataram dan Lembaga Pengabdian Pada Masyarakat (LPPM) Politeknik Medica Farma Husada Mataram yang telah mendukung terlaksananya kegiatan pengabdian ini. Tim penulis juga mengucapkan terimakasih kepada Lurah Bertais beserta jajarannya, warga Bertais dan seluruh pihak yang terlibat dalam kegiatan ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Aminah M.S., (2012). *Ajaibnya Tumpas Penyakit Asam Urat*. Dunia Sehat, Jakarta Timur.
- Angelina, Fransiska., Kusmiyati DK., Wirawanni, Yekti. (2014). Perbedaan pengaruh asupan kacang tanah (*Arachis hypogaea*) rebus dan panggang terhadap kadar asam urat dalam darah pada wanita dislipidemia. *Journal of nutrition college*. Volume : 2, No : 2.
- Damayanti D. (2013) *Sembuh Total Diabetes Asam Urat Hipertensi Tanpa Obat*. Pinang Merah Residence Kav.14, Yogyakarta.
- Dinas Kesehatan Provinsi Nusa Tenggara Barat. (2018). Profil Kesehatan Provinsi Nusa Tenggara Barat Tahun 2017.
- Dinas Kesehatan Provinsi Nusa Tenggara Barat. (2019). Profil Kesehatan Provinsi Nusa Tenggara Barat Tahun 2018.
- Hamdani SPG, Haman H, Susetyowati. (2011). *High consumption of carbohydrate, Protein, Fat as risk factor of Dislipidemia in Lectures of Gadjah Mada University (GMU) having medical check up at GMC Health Centre Yogyakarta*. Program Faculty of Medicine Gadjah Mada University Yogyakarta.
- Hardani., Mustariani, B.A. Aprilia., Suhada, Adriyan., Aini. (2018). Pemeriksaan Golongan Darah Sebagai Upaya Peningkatan Pemahaman Siswa Tentang Kebutuhan Dan Kebermanfaatan Darah. *Jurnal Masyarakat Mandiri (JMM)*. 2(1): 8-12. <https://doi.org/10.31764/jmm.v2i1.1330>
- Kementrian Kesehatan RI. (2013). *Riset Kesehatan Dasar*.
- Kementrian Kesehatan RI. (2018). *Riset Kesehatan Dasar*.
- Sustrani L., Alam S., Hadibroto I., (2006). *Asam Urat Cetakan ketiga*. PT Gramedia Utama, Jakarta.