



## Sosialisasi Pemeriksaan Kesehatan Secara Rutin sebagai Upaya Pencegahan Terhadap Penyakit Tidak Menular

Meutia Srikandi Fitria<sup>1\*</sup>, Lutfi Atika Ulfa<sup>2</sup>, Nurul Fadlun R. Husain<sup>2</sup>, Afifan Sholiban<sup>2</sup>, Ilham Poma<sup>2</sup>, Milyan Talani<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Program Studi D4 Analis Kesehatan, Fakultas Ilmu Keperawatan dan Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Semarang

<sup>2</sup>Program Studi D3 Analis Kesehatan, Fakultas Ilmu Keperawatan dan Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Semarang

\*Meutia Srikandi Fitria

Email: [meutia@unimus.ac.id](mailto:meutia@unimus.ac.id)

Hp: +62 85642419799

### Abstrak

**Latar Belakang:** Penyakit tidak menular (PTM) merupakan penyakit yang menyebabkan kematian terbesar di dunia. Pola hidup masyarakat yang cenderung kurang aktif, konsumsi rokok dan alkohol, obesitas, serta kurangnya konsumsi sayur dan buah dapat menyebabkan tingginya risiko penyakit tidak menular. Keterlibatan dosen dan mahasiswa dalam menggalakkan upaya pencegahan sangat diperlukan sehingga masyarakat sadar untuk melakukan pemeriksaan kesehatan rutin. Tujuan dari pengabdian kepada masyarakat adalah untuk memberikan sosialisasi tentang gerakan masyarakat sehat dan pemeriksaan kesehatan rutin di Balai Laboratorium Kesehatan dan PAK Provinsi Jawa Tengah. **Metode:** Kegiatan dilaksanakan di Balai Laboratorium Kesehatan dan Pengujian Alat Kesehatan Provinsi Jawa Tengah. Peserta sebanyak 20 orang. Metode yang digunakan adalah pemberian lembar *pre-test*, ceramah dengan media brosur, dan pemberian lembar *post-test*. **Hasil:** Hasil survey tentang *pre-test* dan *post-test* mengalami peningkatan sebanyak 60% mengenai pemahaman tentang program gerakan masyarakat sehat serta pemeriksaan kesehatan secara rutin. **Kesimpulan:** Peserta memiliki pemahaman tentang gerakan masyarakat sehat serta pemeriksaan kesehatan secara rutin setelah mengikuti acara sosialisasi.

**Kata kunci:** edukasi, pemeriksaan kesehatan rutin, PTM

### Abstract

**Background:** Non-communicable diseases (NCDs) are the leading causes of death in the world. People's lifestyles that tend to be less active, consumption of cigarettes and alcohol, obesity, and a lack of consumption of vegetables and fruit can lead to a high risk of non-communicable diseases. The involvement of lecturers and students in promoting prevention efforts is urgently needed so that people are aware of carrying out routine health checks. The purpose of community service is to provide socialization about the healthy community movement and routine health checks at the Center for Health Laboratory and PAK, Central Java Province. **Method:** The activity was carried out at the Center for Health Laboratory and Testing for Medical Devices in Central Java Province. Participants were as many as 20 people. The method used is a *pre-test*, lectures with brochure media, and a *post-test*. **Results:** The results of the survey regarding the *pre-test* and *post-test* experienced an increase of 80% regarding the understanding of the healthy community movement program and routine health checks. **Conclusion:** Participants understand the healthy community movement and routine health checks after attending socialization events.

**Keywords:** education, NCD, routine health checks

## PENDAHULUAN

Epidemiologi penyakit mengalami transisi yang awalnya didominasi oleh penyakit menular berubah menjadi penyakit tidak menular (PTM). PTM adalah penyakit non infeksi yang berlangsung



seumur hidup dan membutuhkan pengobatan dan perawatan jangka panjang [1]. Setiap tahun PTM menyebabkan kematian sekitar 41 juta orang, angka tersebut setara dengan 74% dari seluruh penyebab kematian di dunia. Data menunjukkan bahwa sekitar 17 juta orang meninggal sebelum usia 70 tahun akibat PTM dan 86% kematian dini tersebut terjadi di negara dengan pendapatan rendah dan menengah. Kardiovaskular adalah penyakit tidak menular dengan angka kematian 17,9 juta setiap tahun, diikuti dengan kanker (9,3 juta kematian), penyakit pernapasan kronik (4,1 juta kematian), dan diabetes (2 juta kematian). Penyakit tersebut menyebabkan sekitar 80% kematian dini akibat PTM [2].

Penyebab utama kematian di Indonesia, yaitu penyakit tidak menular sekitar 69%, diantaranya 10,9% disebabkan oleh stroke, 8,9% disebabkan oleh *malignant neoplasms* dan 7,7% disebabkan oleh *ischaemic heart disease* [3]. Lima resiko utama yang memiliki kontribusi terhadap penurunan kesehatan yang diukur tahun 2019 adalah tekanan darah sistolik, risiko diet, glukosa selama puasa, indeks masa tubuh, dan tembakau [3,5]. Tingginya kejadian PTM disebabkan oleh pola hidup masyarakat yang tidak sehat sehingga sebagai pendidik dan mahasiswa perlu untuk melaksanakan tindakan pengendalian PTM dengan cara melakukan sosialisasi tentang pemeriksaan kesehatan rutin dan GERMAS (Gerakan Masyarakat Hidup Sehat) [4].

Pemeriksaan kesehatan secara rutin menjadi salah satu upaya untuk deteksi dini penyakit menular. Pemeriksaan ini dapat dilakukan di berbagai tempat dan banyak sekali tempat yang menyediakan pemeriksaan kesehatan secara gratis seperti di puskesmas, klinik, apotek, dan balai laboratorium kesehatan. Pengecekan kesehatan yang optimal merupakan langkah yang dapat dilakukan untuk membantu masyarakat dan mendorong masyarakat untuk rajin melakukan pemeriksaan kesehatan [6]. Pemeriksaan yang sering diberikan secara gratis seperti pemeriksaan tekanan darah, gula darah sewaktu [7], asam urat, dan kolesterol [8,9]. Beberapa parameter tersebut sering diberikan karena merupakan deteksi awal untuk mengetahui penyakit tidak menular lain seperti jantung koroner, diabetes, kanker, dan lain sebagainya. Pemeriksaan kesehatan ini biasanya dijadikan satu kegiatan yang bernama GERMAS [10].

GERMAS merupakan langkah pemerintah untuk mengurangi ketidakpedulian masyarakat dalam hal kesehatan. Kementerian Kesehatan RI mendukung program GERMAS yang ditetapkan pada Instruksi Presiden (Inpres) No 1 tahun 2017. Isi dari Inpres No 1 tahun 2017 adalah tentang mempercepat dan menyelaraskan tindakan dari usaha promotif dan preventif hidup sehat untuk meningkatkan produktivitas masyarakat dan menurunkan beban biaya yang dikeluarkan terhadap pelayanan kesehatan yang disebabkan oleh penyakit [11]. Pemeriksaan kesehatan dan GERMAS merupakan kegiatan rutin yang dilakukan oleh Balai Laboratorium Kesehatan dan Pengujian Alat Kesehatan Provinsi Jawa Tengah dan kegiatan ini dilakukan setiap satu bulan sekali. Bersama dengan Balai Laboratorium Kesehatan dan PAK Provinsi Jawa Tengah, dosen dan mahasiswa melakukan penyuluhan pemeriksaan kesehatan yang rutin dilakukan di Balai Labkes. Penyuluhan ini dilakukan dengan tujuan memberikan sosialisasi tentang gerakan masyarakat hidup sehat dan pemeriksaan kesehatan rutin di Balai Laboratorium Kesehatan dan



PAK Provinsi Jawa Tengah sehingga pengunjung, pasien, serta masyarakat sekitar yang berada di tempat tersebut bisa bertambah pengetahuannya.

## METODE

Pengabdian kepada masyarakat dilakukan pada tanggal 26 Februari 2023 di Balai Laboratorium Kesehatan dan Pengujian Alat Kesehatan Provinsi Jawa Tengah dan warga sekitar. Peserta yang mengikuti sebanyak 20 orang. Metode yang digunakan adalah pemberian lembar *pre-test*, ceramah dengan media brosur, dan pemberian lembar *post-test*. Lembar *pre-test* dibagikan lalu dijawab oleh peserta dengan bantuan mahasiswa, ceramah atau sosialisasi dengan media brosur, dan pemberian lembar *post-test* yang dijawab dengan bantuan mahasiswa. Analisis hasil dengan cara membandingkan persentase antara *pre-test* dan *post-test*.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan diawali dengan pemberitahuan kepada peserta dengan bantuan pengeras suara bahwa acara sosialisasi akan dimulai. Peserta adalah pengunjung serta pasien baik laki-laki maupun perempuan dengan berbagai usia yang ada di ruang tunggu Balai LabKes. Selanjutnya, peserta diberikan lembar *pre-test* dan diminta untuk menjawab soal. Peserta dengan keterbatasan dibantu oleh mahasiswa untuk menjawab pertanyaan tersebut. Kegiatan dilanjutkan dengan pemberian brosur. Brosur berisi tentang materi GERMAS dan pemeriksaan kesehatan rutin.



Gambar 1. Pembagian brosur dan lembar pre-test.

Sebelum diberikan sosialisasi, peserta masih belum memahami tentang materi yang diberikan, hal ini dibuktikan dari hasil *pre-test* yang memiliki nilai lebih rendah daripada *post-test*. Pada saat dibagikan brosur dan dimulai ceramah tentang materi, peserta lebih memahami tentang pengertian dari GERMAS



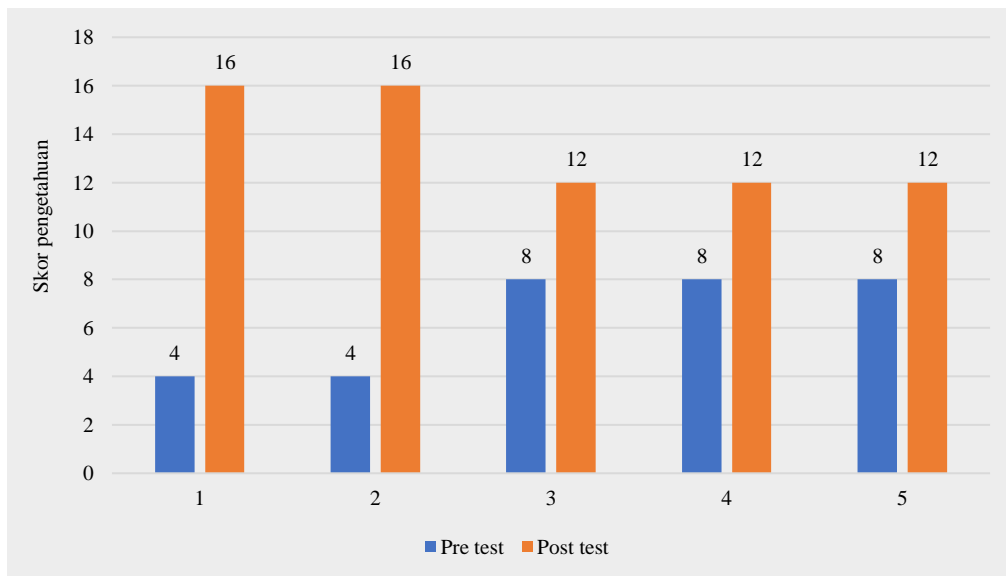
yang merupakan upaya promosi kesehatan dan pencegahan untuk meningkatkan pola hidup sehat di masyarakat [12]. Peserta juga lebih memahami tentang tujuan, kegiatan, dan pelaksanaan GERMAS [13, 14]. Pelaksanaan GERMAS harus dimulai dari keluarga, lalu selanjutnya ke lingkungan kerja dan masyarakat. Pelaksanaan ini harus dilakukan secara rutin untuk meningkatkan kualitas hidup sehat [4]. Salah satu pelaksanaan GERMAS adalah peningkatan pencegahan dan deteksi dini penyakit. Hal ini dapat dilakukan salah satunya dengan sosialisasi tentang pemeriksaan kesehatan secara rutin. Pemeriksaan kesehatan dapat dilakukan dimana saja, salah satunya di Balai Laboratorium Kesehatan dan PAK Provinsi Jawa Tengah.



Gambar 2. Sosialisasi GERMAS dan pemeriksaan kesehatan

Pemeriksaan kesehatan untuk deteksi dini penyakit dapat dilakukan secara rutin, minimal satu bulan sekali. Pemeriksaan rutin meliputi pengecekan tekanan darah, kadar gula darah sewaktu, asam urat, dan kolesterol. Pemeriksaan ini dapat dilakukan secara rutin atau berkala untuk mendeteksi dini atau mencegah seseorang terkena penyakit tidak menular [5]. Pemeriksaan tekanan darah untuk mengetahui adanya penyakit hipertensi yang menjadi salah satu penyebab stroke [15]. Pemeriksaan gula darah sewaktu untuk mengetahui tentang penyakit diabetes yang bisa saja merupakan penyakit bawaan [7]. Kadar asam urat yang tinggi akibat pola makan yang tidak teratur dan tidak seimbang [16]. Pemeriksaan kadar kolesterol dapat menjadi screening untuk penyakit kardiovaskular [17].

Penambahan pengetahuan dibuktikan dengan hasil skor pengetahuan peserta. Skor pengetahuan *post-test* mengalami peningkatan persentase dibandingkan dengan *pre-test*. Peningkatan rata-rata sebanyak 60% mengenai pemahaman tentang gerakan masyarakat hidup sehat dan deteksi dini penyakit. Terdapat peningkatan pengetahuan dari semula hanya 20% peserta yang paham, meningkat menjadi 80% peserta yang memahami tentang GERMAS, pemeriksaan kesehatan, dan penyakit tidak menular.



Gambar 3. Perbandingan skor *pre-test* dan *post-test*, dimana 1. Pengetahuan tentang deteksi dini atau screening penyakit; 2. Pemahaman tentang pemeriksaan rutin di laboratorium; 3. Pengetahuan tentang penyakit tidak menular; 4. Pengenalan tentang GERMAS; dan 5. Pemahaman tentang kegiatan GERMAS

Hasil ini membuktikan bahwa sosialisasi sangat membantu untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat. Sosialisasi diperlukan untuk mengedukasi masyarakat dalam upaya meningkatkan pemahaman dan pengetahuan sehingga masyarakat akan lebih mengerti serta dapat melakukannya dalam kehidupan sehari-hari.

## KESIMPULAN

Sosialisasi penting untuk dilakukan guna menambah pemahaman dan pengetahuan masyarakat terutama tentang gerakan masyarakat hidup sehat (GERMAS), sedangkan pemeriksaan kesehatan rutin sangat berarti sebagai upaya pencegahan penyakit tidak menular secara dini.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih kepada pengelola Balai Laboratorium Kesehatan dan Pengujian Alat Kesehatan Provinsi Jawa Tengah yang telah bekerjasama dalam memfasilitasi tempat dan membantu terlaksananya kegiatan ini dengan baik.

## DAFTAR PUSTAKA

- [1]. Blandina OA, Ohoiwutun LV, Bungan J, Hohedu R., & Kundiman M. Penyuluhan dan Pemeriksaan Kesehatan sebagai “Screening Test” Penyakit Tidak Menular Pada Masyarakat



- Dusun Togihoro, Desa Kusuri, Kecamatan Tobelo Barat. *HIRONO: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*. 2021. 1(1): 16-23. DOI: <https://doi.org/10.55984/hirono.v1i1.51>.
- [2]. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Laporan Kinerja tahun 2022. Available in : <http://p2p.kemkes.go.id/wp-content/uploads/2023/03/Laporan-Kinerja-Direktorat-Jenderal-P2P-Tahun-2022.pdf>.
  - [3]. World Health Organization. 2019. Available in : <https://www.who.int/>.
  - [4]. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Hasil Utama Riskesdas tahun 2018. Available in : <https://kesmas.kemkes.go.id/>.
  - [5]. Widiastuti S, & Saputri ME. Pemeriksaan Kesehatan Pada Masyarakat RW 06 di Kelurahan Grogol Depok. *Jurnal Peduli Masyarakat*. 2023. 5(1): 29-32. DOI: <https://doi.org/10.37287/jpm.v5i1.1501>.
  - [6]. Trisnayanti R, Malau AG, & Alamsyah J. Kegiatan Pemeriksaan Kesehatan Gratis Masyarakat di Sekitar Kelurahan Marunda Jakarta Utara. *Jurnal Karya Abdi*. 2021. 5(2): 235-238. DOI: <https://doi.org/10.22437/jkam.v5i2.15338>.
  - [7]. Fitria MS, Yantu SR, Ruslan R, Solekha Z, Abdul QNP, Moontalu DA, & Mahesya SA. Edukasi Pencegahan Penyakit Diabetes Melitus dan Pemeriksaan Kadar Gula Darah Sewaktu di Panti Asuhan. *Jurnal Inovasi dan Pengabdian Masyarakat Indonesia*. 2023. 2(3): 45-48. DOI: <https://doi.org/10.26714/jipmi.v2i3.130>.
  - [8]. Hasifah H, & Maliga I. Peningkatan Derajat Kesehatan Melalui Pemeriksaan Kesehatan Gratis di Dusun Bukit Tinggi RT 001 RW 010 Desa Dete Kecamatan Lape Tahun 2022. *AMMA: Jurnal Pengabdian Masyarakat*. 2022. 1(5): 453-456. Available in : <https://journal.mediapublikasi.id/index.php/amma/article/view/283>.
  - [9]. Suyasa IGPD, Rahayuni IR, Ariani S, Harditya KB, Bhandesa AM, Anggraeni KRT, dkk. Pemeriksaan Kesehatan dan Pengobatan Gratis Berbasis Fisik, Psikologi dan Budaya di Dusun Selat Desa Perean Tengah Kecamatan Baturiti Kabupaten Tabanan. *Jurnal Paradharma*. 2017. 1(2): 109-114. DOI: <https://doi.org/10.36002/jpd.v1i2.326>.
  - [10]. Karmawati IA, Tarwoto, Yulita I, Handayani S, Rahmawaty E, & Haris VSD. Sosialisasi dan Harmonisasi Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (GERMAS) dengan Program Indonesia Sehat dengan Pendekatan Keluarga (PIS-PK) Pada Awal Masa Pandemi Covid-19 di Tambun Bekasi. *GEMAKES: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*. 2021. 99-105. DOI: <https://doi.org/10.36082/gemakes.v1i2.366>.



- [11]. Nursalamah M, Giyanto B, & Sutrisno E. Analisis Implementasi Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (GERMAS) di Kabupaten Lebak. *Jurnal Pembangunan dan Administrasi Publik*. 2021. 3(2): 9-22. DOI: <https://doi.org/10.32834/jpap.v3i2.407>.
- [12]. Cahyani DI, Kartasurya MI, & Rahfiludin MZ. Gerakan Masyarakat Hidup Sehat dalam Perspektif Implementasi Kebijaksanaan (Studi Kualitatif). *Jurnal Kesehatan Masyarakat*. 2016; 15(1), 10-18. <https://doi.org/10.26714/jkmi.15.1.2020.10-18>.
- [13]. Kemenkes RI. Warta Kesmas: GERMAS. Kementerian Kesehatan RI Edisi 01. 2017. [https://kesmas.kemkes.go.id/assets/uploads/contents/others/Warta\\_Kesmas\\_Edisi\\_01\\_Tahun\\_2022.pdf](https://kesmas.kemkes.go.id/assets/uploads/contents/others/Warta_Kesmas_Edisi_01_Tahun_2022.pdf).
- [14]. Susilawati S, Herdiani I, & Novayanti N. Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (GERMAS) Pada Kader Posyandu di Wilayah Puskesmas Cibeureum. *Jurnal Abdimas PHB*. 2021. 4(1): 41-46. DOI: <http://dx.doi.org/10.30591/japhb.v4i1.1853>.
- [15]. Puspitasari PN. Hubungan Hipertensi Terhadap Kejadian Stroke. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*. 2020. 12(2): 922-926. DOI: [10.35816/jiskh.v10i2.435](https://doi.org/10.35816/jiskh.v10i2.435).
- [16]. Dungga EF. Pola Makan dan Hubungannya Terhadap Kadar Asam Urat. *JAMBURA Nursing Journal*. 2022. 4(1): 7-15. DOI: <https://doi.org/10.37311/jnj.v4i1.13462>.
- [17]. Ekayanti IGAS. Analisis Kadar Kolesterol Total Dalam Darah Pasien dengan Diagnosis Penyakit Kardiovaskuler. *IJACR*. 2019. 1(1): 6-11. DOI: [10.23887/ijacr-undiksha](https://doi.org/10.23887/ijacr-undiksha).