

## **PENYULUHAN KESEHATAN MELALUI TES TEKANAN DARAH, KADAR GULA, ASAM URAT DAN KOLESTROL**

**Hilda Irmawaty, Francisca Aure Liasie, M Khoirur Rozikin**  
Psikologi, Psikologi, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

Jl. Semolowaru No.45, (031) 5931800

### **Abstrak**

Hipertensi, diabetes, asamurat dan kolesterol bukanlah penyakit yang ringan, adanya penyakit ini akan membawa dampak besar bagi penderitanya apabila tidak dicegah atau ditangani dengan benar. Penyakit tersebut sangat rentan dialami oleh individu dengan usia dewasa. Maka dari itu tujuan dari diadakannya kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah untuk membantu memberikan fasilitas kepada masyarakat agar dapat mendapatkan pelayanan pemeriksaan secara gratis, dan diharapkan dengan aadanya kegiatan ini dapat menumbuhkan kesadaran masyarakat tentang pentingnya menjaga kesehatan dan penanganan secara dini terhadap penyakit – penyakit tersebut. Metode yang digunakan yaitu ceramah perihal standar kesehatan dan praktek secara langsung. Hasil kegiatan yang didapatkan sangat memenuhi target, dimana para warga sangat antusia untuk melakukan pemeriksaan.

Kata kunci: penyuluhan kesehatan, tes tekanan darah, kadar gula, asam urat dan kolestrol

## PENDAHULUAN

### LATAR BELAKANG

Kesehatan merupakan hal yang sangat penting agar manusia dapat bertahan hidup dan melakukan aktivitas. Diabetes Mellitus (DM) merupakan salah satu masalah kesehatan yang berdampak pada produktivitas dan dapat menurunkan sumber daya manusia. Diabetes sendiri merupakan penyakit yang disebabkan oleh tingginya kadar gula darah akibat gangguan pada pankreas dan insulin. Di Indonesia, data Riskesdas menunjukkan bahwa terjadi peningkatan prevalensi Diabetes di Indonesia dari

5,7% tahun 2007 menjadi 6,9% atau sekitar sekitar 9,1 juta pada tahun 2013. Data International Diabetes Federation tahun 2015 menyatakan jumlah estimasi penyandang Diabetes di Indonesia diperkirakan sebesar 10 juta (Kemenkes RI, 2016).

Kolesterol sebenarnya merupakan salah satu komponen lemak. Lemak merupakan salah satu sumber energi yang memberikan kalori paling tinggi tetapi bila di dalam tubuh kita terdapat kadar kolestrol yang tinggi dapat menimbulkan resiko tinggi (Mahatidanar, 2015). Penumpukan lemak di dinding arteri dapat menyebabkan hipertensi atau yang lebih dikenal dengan tekanan darah tinggi. Sampai saat ini, hipertensi masih merupakan tantangan besar di Indonesia. Hipertensi merupakan masalah kesehatan dengan prevalensi yang tinggi, yaitu sebesar 25,8%, sesuai dengan data Riskesdas 2013.

Penyakit asam urat adalah suatu keadaan dimana terjadi peningkatan kadar asam urat dalam darah diatas normal. Keadaan ini dapat terjadi karena peningkatan metabolisme asam urat sehingga terjadi peningkatan produksi asam urat. Adanya gangguan pengeluaran asam urat oleh ginjal juga mengakibatkan peningkatan kadar asam urat dalam darah. Kadar yang tinggi dalam darah bila dibiarkan, lama-kelamaan akan

mengendap dalam bentuk kristal pada sendi dan jaringan lunak. Kristal tersebut dapat menumpuk dan menimbulkan peradangan akut dan nyeri (Somahita, 2016).

Keempat factor tadi dapat menyebabkan berbagai penyakit berbahaya, seperti diabetes, penyakit jantung, stroke dan lainnya. Data Sample Registration Survey tahun 2014 menunjukkan bahwa ada 3 penyebab kematian terbesar di Indonesia adalah stroke (21,1%), penyakit jantung koroner (12,9%) dan diabetes (6,7%), apabila kondisi ini tidak segera diatasi dapat menyebabkan penurunan produktivitas, disabilitas bahkan kematian dini. (Kemenkes RI,

2016).

Dengan adanya latarbelakang tersebut, tertarik untuk melakukan kegiatan pengabdian masyarakat berupa “Penyuluhan Kesehatan melalui Tes Tekanan Darah, Kadar Gula, Asam Urat dan Kolesterol”.

### Permasalahan

Di desa Labang, terdapat banyak warga usia dewasa yang mengalami berbagai keluhan kesehatan. Diantaranya ialah banyaknya warga desa yang sering mengeluh sakit kepala, kaki yang sering nyeri / kram serta penyakit diabetes. Terdapat beberapa layanan kesehatan di Desa Labang, diantaranya Puskesmas yang terletak didesa Sukolilo, serta Puskesmas Pembantu yang berada di Desa Labang. Akan tetapi untuk melakukan pemeriksaan tersebut dikenakan biaya yang tidak sedikit dimana hal tersebut membuat kebanyakan warga merasa berat untuk melakukan pemeriksaan.

### Metode Pelaksanaan

Penyuluhan Kesehatan melalui Tes Tekanan Darah, Gula Darah, Asam Urat dan Kolesterol di Desa Labang Kecamatan Labang Kabupaten

Bangkalan adalah sebuah program kerja dari Divisi Pendidikan dan Kesehatan yang memberikan fasilitas kepada masyarakat agar mendapatkan pelayanan kesehatan secara gratis serta memberikan informasi kepada masyarakat terkait standar kesehatan secara umum. Kegiatan ini dilaksanakan pada hari Sabtu tanggal 1

Desember 2018 bertempat di Puskesmas Pembantu yang ada di Desa Labang. Sasaran kegiatan ini adalah seluruh warga desa Labang. Menggunakan metode ceramah dalam memberikan penyuluhan. Penyuluhan sekaligus pemeriksaan ini diikuti oleh 80 orang warga desa Labang, mereka sangat antusias sekali dengan program kerja dibuat dikarenakan mereka dapat mengetahui keadaan kesehatan yang mereka miliki sehingga para warga yang mengikuti penyuluhan dapat lebih waspada dalam menjaga kesehatannya, sebagai luarnya dengan membuat buku panduan bagi mereka, rekayasa sosial yang berupa surat pernyataan serta publikasi yang telah dilakukan di social media. Harapan bersama melakukan program kerja ini adalah dengan adanya penyuluhan yang telah dilakukan dapat menambah wawasan warga desa serta para warga desa dapat mengaplikasikannya dalam kehidupan sehari-hari. Respon dari peserta sangat antusias dalam pengecekan kesehatan masing masing, dan peserta sangat mengikuti prosedur yang diberikan dengan baik.

### Hasil dan pembahasan

Kegiatan yang dilakukan dalam program ini diawali dengan melakukan survey terlebih dahulu agar program kerja tepat sasaran dan membuahkan hasil yang sangat signifikan dan penyuluhan yang dilakukan dapat bermanfaat serta dapat diaplikasikan oleh warga dalam kehidupan sehari-hari.

Dari pelaksanaan kegiatan yang dilaksanakan, dan hasil yang dicapai adalah

warga desa Labang kini menjadi lebih sadar akan pentingnya menjaga kesehatan serta dampak – dampak yang terjadi apabila mengesampingkan kesehatan. Warga juga dapat mengetahui kondisi kesehatan yang sedang dialami saat ini, sehingga warga dapat lebih waspada terhadap kondisi kesehatannya.

### Dokumentasi



Gambar 1.1 Proses registrasi peserta



Gambar 1.2 Pemeriksaan Tekanan

Darah



*Gambar 1.3 Pemeriksaan Kadar Gula, Asam Urat dan Kolesterol*

*Gambar 1.5 Pemberian Resep Obat*



*Gambar 1.4 Anamnesa oleh Tenaga Medis*



*Gambar 1.6 Pemberian Materi Penyuluhan dan Buku Panduan*



## **Kesimpulan**

Kegiatan ini dilakukan dengan melakukan pengadaan penyuluhan kesehatan melalui tes tekanan darah, kadar gula, asam urat dan kolesterol. Tujuan kegiatan ini adalah agar warga desa lebih sadar akan pentingnya menjaga kesehatan serta dapat mengaplikasikan materi yang telah disampaikan.

## **Saran**

Harapan kami bersama melakukan program kerja ini adalah warga Labang dapat melakukan pola hidup sehat sehari – hari dan warga Labang bisa menjadi lebih sadar akan pentingnya menjaga kesehatan serta

dampak – dampak yang terjadi apabila  
mengesampingkan kesehatan. Warga juga  
dapat mengetahui kondisi kesehatan yang

dapat lebih waspada  
terhadap kondisi  
kesehatannya.

sedang dialami saat ini, sehingga  
warga

**Daftar**

**Pustaka**

[https://id.wikipedia.org/wiki/Penyuluhan\\_Kesehatan](https://id.wikipedia.org/wiki/Penyuluhan_Kesehatan)  
<https://hellosehat.com>