

## **PEDULI SEHAT SUKODONO DENGAN MEDICAL CHECK UP DAN KONSELING (TEKANAN DARAH, GULA DARAH DAN ASAM URAT)**

<sup>1</sup>\*Ira'udhatul Nissa, <sup>2</sup>Sri Wahyuni Nengseh, <sup>3</sup>Karisma Cahyaningrum, <sup>4</sup>Valentine Pretty C.P,

<sup>5</sup>Dwi Retnaningtyas Utami, <sup>6</sup>Andi Rahmad Rahim, <sup>7</sup>Widiharti, <sup>8</sup>Sukaris

<sup>1,2,3,4,5,6,7</sup>Universitas Muhammadiyah Gresik

\*Email: iranissa06@gmail.com

### **ABSTRAK**

Pengabdian ini merupakan bagian dari program kerja mahasiswa selama KKN di Sukodono, yang bertujuan untuk meningkatkan kesadaran dan pemahaman masyarakat setempat tentang kesehatan melalui pelayanan Medical Check-Up dan Konseling terkait Tekanan Darah, Gula Darah, dan Asam Urat. Metode pengabdian ini melibatkan survei kesehatan dengan pengukuran parameter kesehatan, serta penyelenggaraan sesi konseling untuk memberikan informasi dan saran yang relevan. Hasil survei dan interaksi konseling digunakan untuk memberikan pemahaman yang lebih baik tentang kondisi kesehatan individu dan upaya pencegahan yang dapat diambil. Artikel ini mencakup deskripsi pelaksanaan program, analisis data survei kesehatan, serta pengalaman dan tanggapan masyarakat terhadap pelayanan yang diberikan. Hasil pengabdian menunjukkan peningkatan kesadaran kesehatan masyarakat Sukodono, dengan partisipasi aktif dalam pemeriksaan kesehatan dan konseling. Kesimpulan dari pengabdian ini adalah bahwa pendekatan ini dapat efektif dalam meningkatkan kesadaran kesehatan masyarakat dan memotivasi individu untuk mengambil langkah-langkah proaktif dalam menjaga kesehatan peserta.

**Kata Kunci :** kesadaran masyarakat, asam urat, kesehatan, lansia.

## **1. PENDAHULUAN**

Kesehatan merupakan salah satu aspek utama dalam kehidupan manusia yang memiliki dampak yang signifikan pada kualitas hidup individu dan masyarakat secara keseluruhan. Upaya untuk menjaga dan meningkatkan kesehatan adalah suatu kewajiban yang tidak dapat diabaikan (Afrilia dkk., 2023).

Salah satu tantangan yang dihadapi oleh masyarakat di berbagai wilayah adalah kurangnya kesadaran akan pentingnya menjaga kesehatan. Hal ini bisa disebabkan oleh berbagai faktor, termasuk keterbatasan sumber daya, kurangnya pengetahuan, dan faktor sosial-ekonomi (Ariani dkk., 2023). Oleh karena itu, program-program yang bertujuan untuk meningkatkan kesadaran kesehatan dirasa sangat penting. Salah satu inisiatif yang berfokus pada pemahaman kesehatan dan penyediaan layanan kesehatan yang sederhana namun efektif adalah program "Peduli Sehat Sukodono" yang dilaksanakan oleh mahasiswa dalam konteks Kuliah Kerja Nyata (KKN).

Program ini menyajikan pendekatan yang holistik terhadap kesehatan dengan memberikan layanan Medical Check-Up (pemeriksaan kesehatan secara menyeluruh) untuk mendeteksi masalah kesehatan yang mungkin tidak disadari oleh individu, mengidentifikasi faktor risiko yang dapat menyebabkan penyakit di masa depan, dan memberikan rekomendasi mengenai perawatan atau tindakan pencegahan yang diperlukan. Medical check-up biasanya mencakup pemeriksaan fisik, tes laboratorium, dan pemeriksaan kesehatan lainnya sesuai dengan kebutuhan individu. Medical check-up dan konseling merupakan dua proses yang bekerja bersama untuk meningkatkan pemahaman dan perawatan kesehatan seseorang. terkait dengan parameter kesehatan penting, seperti Tekanan Darah, Gula Darah, dan Asam Urat. Program ini bukan hanya tentang pengukuran angka-angka, tetapi juga tentang memberikan pemahaman tentang arti penting hasil-hasil tersebut dan memberikan panduan kepada individu dalam menjaga kesehatan peserta (Handayani dkk., 2023).

Pendekatan ini muncul sebagai respons terhadap realitas kesehatan masyarakat di Sukodono, yang mungkin menghadapi tantangan kesehatan yang tidak teridentifikasi

dengan baik sebelumnya. Seiring dengan perkembangan zaman dan perubahan pola hidup, masalah kesehatan seperti hipertensi, diabetes, dan penyakit asam urat telah menjadi masalah yang semakin merajalela di kalangan masyarakat. Oleh karena itu, medical check up dan konseling merupakan upaya untuk mendeteksi dini dan memberikan pemahaman tentang risiko serta tindakan pencegahan yang tepat adalah langkah-langkah penting dalam menjaga kesehatan masyarakat.

Tujuan utama dari artikel ini adalah untuk mendokumentasikan dan menganalisis implementasi program "Peduli Sehat Sukodono" yang mencakup Medical Check-Up dan Konseling terkait Tekanan Darah, Gula Darah, dan Asam Urat. Selain itu, tujuan khusus dari pengabdian ini adalah menilai sejauh mana program ini berhasil meningkatkan tingkat kesadaran masyarakat Sukodono tentang kesehatan, terutama dalam hal parameter-parameter yang diukur, yaitu Tekanan Darah, Gula Darah, dan

Asam Urat. Memberikan konseling kesehatan kepada masyarakat yang mengikuti program untuk memberikan pemahaman yang lebih baik tentang hasil pemeriksaan kesehatan peserta dan memberikan saran yang sesuai untuk perawatan dan pencegahan.

Melalui program "Peduli Sehat Sukodono," diharapkan dapat memberikan pemahaman yang lebih baik tentang pentingnya kesehatan dan memberikan sumber daya kepada masyarakat untuk mengambil tindakan yang proaktif dalam menjaga kesehatan peserta. Kesadaran kesehatan yang ditingkatkan dan pemahaman yang lebih baik tentang parameter kesehatan yang penting seperti Tekanan Darah, Gula Darah, dan Asam Urat diharapkan dapat mengarah pada perubahan perilaku yang positif dalam jangka panjang.

## **2. METODE PELAKSANAAN**

Metode pengabdian ini dirancang untuk mengimplementasikan program "Peduli Sehat Sukodono" yang mencakup survei masalah kesehatan masyarakat, sosialisasi tentang Medical Check-Up, pelaksanaan Medical Check-Up, dan sesi konseling. Pengabdian ini dilaksanakan pada tanggal 20 Agustus 2023, dimulai pada jam 06.00 WIB, lokasi di Jalan KH Hasyim Asy'ari, Kelurahan Sukodono, Kabupaten Gresik-Jawa Timur.

**A. Survei Masalah Kesehatan (Preliminary Survey)**

Survei awal tentang masalah kesehatan yang dialami oleh masyarakat Kelurahan Sukodono. Tim pengabdian akan berinteraksi dengan masyarakat untuk mengidentifikasi masalah kesehatan utama yang perlu diatasi. Data-data dari survei ini akan digunakan untuk merancang program yang sesuai dengan kebutuhan masyarakat.

**B. Sosialisasi dan Pendistribusian Kupon Medical Check-Up**

•Dalam sesi ini, dijelaskan tujuan dan manfaat dari Medical Check-Up serta cara penggunaan kupon gratis yang dibagikan kepada masyarakat terpilih. Kupon ini akan memberikan akses gratis ke pemeriksaan kesehatan

**C. Medical Check Up**

•Kegiatan Medical Check-Up akan dilaksanakan setelah sesi sosialisasi. Peserta program yang telah mendapatkan kupon gratis dapat mengikuti pemeriksaan kesehatan. Pemeriksaan akan mencakup pengukuran Tekanan Darah, Gula Darah, dan Asam Urat. Data hasil pemeriksaan akan dicatat dan dianalisis untuk keperluan evaluasi

**D. Konseling Kesehatan**

•Setelah menjalani pemeriksaan kesehatan, peserta program akan mengikuti sesi konseling individu. Dalam sesi ini, mereka diberikan informasi tentang hasil pemeriksaannya, diberikan pemahaman tentang parameter kesehatan yang diukur, dan diberikan saran tentang langkah- langkah yang dapat diambil untuk menjaga atau meningkatkan kesehatan. Konseling ini bertujuan untuk memberikan pemahaman yang lebih baik tentang kondisi kesehatan individu dan memberikan panduan kesehatan yang sesuai.

**3. HASIL DAN PEMBAHASAN**

Pada tanggal 20 Agustus 2023, tim pengabdian memulai pelaksanaan program yang mencakup berbagai tahapan penting, seperti sosialisasi lebih lanjut, Medical Check-Up, dan sesi konseling. Bagian ini akan menjelaskan dengan lebih rinci tentang bagaimana kegiatan tersebut dilakukan.

Lokasi kegiatan sosialisasi berada di Jalan KH Hasyim Asy'ari. Dalam sesi ini Tim menyoroti manfaat yang akan diperoleh oleh peserta dari pemeriksaan kesehatan ini, termasuk mendeteksi dini masalah kesehatan, meningkatkan kesadaran akan kondisi kesehatan peserta, dan memberikan informasi yang relevan untuk mengambil tindakan kesehatan yang tepat (Pangestuti dkk., 2021). Tim pengabdian juga memberikan penekanan tentang pentingnya penggunaan kupon dengan benar, sehingga peserta program dapat memanfaatkannya sepenuhnya.

Selain itu, dalam sesi ini juga dijelaskan tentang prosedur yang akan diikuti selama Medical Check-Up, termasuk pengaturan antrian, pengukuran parameter kesehatan, dan tahapan selanjutnya dalam program. Peserta program diberi kesempatan untuk bertanya tentang hal-hal yang mungkin peserta pertanyakan atau ragu-ragu, sehingga peserta dapat merasa lebih siap dan percaya diri menjalani pemeriksaan kesehatan. Sosialisasi lanjutan ini bertujuan untuk memastikan bahwa peserta program memiliki pemahaman yang jelas tentang apa yang akan peserta alami selama program "Peduli Sehat Sukodono." Ini juga bertujuan untuk menciptakan lingkungan yang nyaman dan mendukung bagi peserta, sehingga peserta merasa terbuka untuk mengikuti pemeriksaan kesehatan dan sesi konseling kesehatan dengan keyakinan dan kepercayaan diri. Dengan demikian, tahap persiapan ini menjadi landasan penting untuk pelaksanaan program yang sukses..

Pemeriksaan dilakukan oleh petugas medis yang telah disiapkan oleh tim pengabdian. Setiap peserta menjalani pemeriksaan yang mencakup pengukuran Tekanan Darah, Gula Darah, dan Asam Urat. Data hasil pemeriksaan dicatat dengan cermat untuk keperluan analisis selanjutnya. Sesi konseling kesehatan individu merupakan tahap penting dalam program "Peduli Sehat Sukodono" yang berlangsung setelah para peserta menjalani Medical Check-Up. Sesi ini dirancang untuk memberikan pemahaman yang lebih dalam kepada peserta tentang hasil pemeriksaan kesehatan peserta serta memberikan panduan kesehatan yang sesuai dengan kebutuhan masing-masing individu.

Dalam sesi konseling, dijelaskan secara rinci tentang hasil pemeriksaan kesehatan peserta. Parameter kesehatan yang diukur, seperti Tekanan Darah, Gula Darah, dan Asam Urat,

dianalisis secara mendalam. Peserta diberikan pemahaman yang lebih baik tentang arti angka-angka ini dalam konteks kesehatan peserta. Misalnya, peserta diberitahu apakah tekanan darah peserta dalam rentang normal atau tinggi, atau apakah gula darah peserta berada dalam batas normal atau menunjukkan risiko diabetes. Selain penjelasan tentang hasil pemeriksaan, peserta diberi kesempatan untuk bertanya tentang kondisi kesehatan peserta. Peserta dapat mengungkapkan kekhawatiran atau pertanyaan khusus tentang kondisi peserta, dan petugas kesehatan siap memberikan jawaban yang sesuai. Hal ini membantu peserta untuk lebih memahami situasi kesehatan peserta secara personal dan merasa didengarkan.

Sesi konseling merupakan kesempatan bagi petugas kesehatan untuk memberikan saran dan panduan kesehatan yang spesifik sesuai dengan kebutuhan individu (Putri dkk., 2020). Ini mencakup saran tentang perubahan gaya hidup yang dapat meningkatkan kesehatan peserta, seperti panduan diet yang sehat, promosi pola makan yang seimbang, rekomendasi untuk meningkatkan aktivitas fisik, dan strategi pengelolaan stres. Panduan ini disesuaikan dengan kondisi kesehatan masing-masing peserta, sehingga peserta dapat merencanakan langkah-langkah konkret untuk memperbaiki kesehatan peserta. Hal ini menciptakan kesempatan untuk perubahan positif dalam perilaku kesehatan peserta dan membantu peserta dalam perjalanan menuju gaya hidup yang lebih sehat.

Dalam rangkaian program "Peduli Sehat Sukodono," sesi konseling kesehatan individu tidak hanya memberikan informasi, tetapi juga membuka ruang untuk pertanyaan, diskusi, dan perencanaan langkah-langkah kesehatan yang sesuai dengan kebutuhan masing-masing peserta. Hal ini adalah salah satu komponen penting yang membantu menciptakan dampak positif dalam upaya menjaga dan meningkatkan kesehatan masyarakat Sukodono.



**Gambar 1.** Medical Checkup

Hasil survei masalah kesehatan yang dilakukan dalam tahap persiapan menunjukkan bahwa kesadaran kesehatan di Kelurahan Sukodono pada awalnya relatif rendah. Banyak dari masyarakat yang tidak menyadari risiko terkait tekanan darah tinggi, diabetes, dan masalah kesehatan lainnya. Namun, melalui sosialisasi yang intensif sebelum pelaksanaan program dan penyediaan kupon gratis Medical Check-Up, program ini berhasil meningkatkan kesadaran kesehatan masyarakat secara signifikan. Partisipasi aktif masyarakat dalam program ini mencerminkan minat peserta untuk lebih memahami kondisi kesehatan pribadi peserta. Hasil ini menunjukkan bahwa upaya penyuluhan dan sosialisasi adalah langkah awal yang efektif dalam meningkatkan kesadaran kesehatan di komunitas yang kurang berpengetahuan tentang pentingnya pemantauan kesehatan (Wahyuni dkk., 2021).

Data hasil Medical Check-Up menunjukkan gambaran yang lebih jelas tentang kondisi kesehatan masyarakat Sukodono. Hasil pengukuran Tekanan Darah, Gula Darah, dan Asam Urat digunakan untuk menilai tingkat keparahan dan risiko kesehatan individu. Hasil ini memberikan wawasan penting tentang sejauh mana masalah-masalah kesehatan tersebut telah memengaruhi masyarakat Sukodono. Hasilnya menunjukkan bahwa ada sejumlah peserta program yang memiliki hasil di luar rentang normal untuk parameter kesehatan tertentu. Ini mengindikasikan adanya masalah kesehatan yang perlu ditangani lebih lanjut. Dalam konteks ini, program "Peduli Sehat Sukodono" telah memainkan peran penting dalam mendeteksi dini masalah kesehatan ini dan memberikan informasi awal yang penting untuk tindakan lebih lanjut.

Sesi konseling kesehatan yang dilakukan setelah Medical Check-Up merupakan salah satu aspek penting dari program ini. Peserta diberikan informasi yang relevan tentang kondisi kesehatan peserta dan panduan yang sesuai untuk menjaga atau meningkatkan kesehatan. Sesi konseling juga memberikan peserta kesempatan untuk bertanya tentang masalah kesehatan peserta dan menerima saran-saran yang khusus dan praktis (Wulandari dkk., 2023). Ini adalah langkah penting dalam memberikan perawatan kesehatan yang lebih personal dan memastikan bahwa peserta program memiliki pengetahuan yang diperlukan untuk mengambil tindakan proaktif dalam menjaga kesehatan peserta (Yati dkk., 2023)

#### **4. KESIMPULAN DAN SARAN**

Pengabdian ini berhasil meningkatkan kesadaran kesehatan masyarakat dan memberikan layanan kesehatan yang bermanfaat. Melalui pengukuran parameter kesehatan, pemberian informasi, serta sesi konseling yang terarah, program ini telah memberikan dampak positif yang signifikan. Kesadaran kesehatan masyarakat Sukodono meningkat, dengan partisipasi aktif dalam pemeriksaan kesehatan dan konseling. Hasil pemeriksaan kesehatan membantu mendeteksi dini masalah kesehatan yang memerlukan perhatian lebih lanjut, sementara sesi konseling memberikan peserta pemahaman yang lebih baik tentang kondisi kesehatan mereka dan memberikan panduan kesehatan yang sesuai. Program ini adalah contoh nyata bagaimana kolaborasi antara mahasiswa, praktisi kesehatan, dan masyarakat dapat membawa perubahan positif dalam upaya pemeliharaan kesehatan dan pencegahan penyakit, menciptakan landasan yang kuat untuk upaya-upaya serupa di masa depan. Selain itu, program ini juga menciptakan landasan yang kuat untuk upaya-upaya serupa di masa depan, yang dapat membantu meningkatkan kesehatan dan kualitas hidup masyarakat di Sukodono dan daerah lainnya

#### **DAFTAR PUSTAKA**

- Afrilia, E., Lestari, M., & Musa, S. M. (2023). SKRINING KESEHATAN (HIPERTENSI, DIABETES MEILITUS, KOLESTROL DAN ASAM URAT) PADA USIA LANJUT DI KECAMATAN NEGLASARI KOTA TANGERANG: SKRINING KESEHATAN (HIPERTENSI, DIABETES MEILITUS, KOLESTROL DAN ASAM URAT) PADA USIA LANJUT DI KECAMATAN NEGLASARI KOTA TANGERANG. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Kesehatan Terkini*, 2(1), 1–8. <https://doi.org/10.58516/jpmkt.v2i1.132>
- Ariani, N. D., Tjahjati, S. S., Sudrajat, A., & Kusdiantini, A. (2023). Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM) Cek dan Konseling Kesehatan di Lingkungan Lapangan Tegalega Bandung. *PADMA*, 3(1), Article 1. <https://doi.org/10.56689/padma.v3i1.1023>
- Handayani, F., Winarsih, W., & Abidah, A. N. I. (2023). Peningkatan Derajat Kesehatan Lansia Jamaah Masjid Al Furqon Melalui Screening Tekanan Darah, Gula Darah, Asam Urat dan Kolesterol. *Pengabdian Masyarakat Cendekia (PMC)*, 2(1), 19–22. <https://doi.org/10.55426/pmc.v1i2.236>

**DedikasiMU (Journal of Community Service)****Volume 6, Nomor 1, Maret 2024**

---

- Khodijah, U. P., Dewi, I. R., Ardini, A. W., & Rismayanti, N. R. (2023). Pemeriksaan Kesehatan (Hipertensi, Kolesterol Tinggi, Asam Urat, Gula Darah) di Lingkungan Pendidikan Al-Aitaam Kabupaten Bandung. *PaKMas: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 3(1), Article 1. <https://doi.org/10.54259/pakmas.v3i1.1628>
- Pangestuti, Z., Safitri, C. I. N. H., & Yoehania, Y. (2021). PEMERIKSAAN FISIK, TEKANAN DARAH, GULA DARAH, DAN ASAM URAT DI PELAYANAN SOSIAL TRESNA WERDHA JOMBANG 2021. *Jurnal Pengabdian IKIFA*, 1(1), Article 1.
- Putri, P. H., Bintarti, T. W., Putri, E. B. P., & Kardina, R. N. (2020). Screening Gizi dan Pemeriksaan Kesehatan Lansia di Desa Jemirahan, Kecamatan Jabon, Kabupaten Sidoarjo. *Prosiding Semadif 2020 “ Program Pengabdian Masyarakat, Menyalakan Nalar Bangsa,”* 1(1), Article 1.
- Wahyuni, W., Wahyuni, E. S., & Silvitasari, I. (2021). PEMBERDAYAAN KADER POSYANDU MELALUI PELATIHAN DAN PENDAMPINGAN DENGAN PENGUKURAN TEKANAN DARAH, PENGUKURAN GULA DARAH, PENGUKURAN ASAM URAT PADA KADER POSYANDU DI KALURAHAN SIDOREJO. *SEMNAS 2018: Publikasi Hasil Pengabdian dan Pengabdian Masyarakat*, 1(1), Article 1. <http://prosiding.univetbantara.ac.id/index.php/SN2018/article/view/79>
- Wulandari, F., Abid, M. M., Rachmawati, F. D., & Widiyanto, H. W. (2023). Edukasi dan Pemeriksaan Terkait Risiko Penyakit Diabetes dan Asam Urat di Dusun Tinggen, Minggir, Sleman. *I-Com: Indonesian Community Journal*, 3(3), 1406– 1412. <https://doi.org/10.33379/icom.v3i3.3189>
- Yanny, Y., Mukarramah, S., & Mongkito, R. Y. S. (2023). Peningkatan Kualitas Hidup Lansia dengan Senam Lansia, Edukasi Gizi dan Pemeriksaan Kesehatan. *Journal of Community Service and Society Empowerment*, 1(02), Article 02. <https://doi.org/10.59653/jcsse.v1i01.232>
- Yati, K., Hastuti, S., Nurhayati, N., & Syera, S. (2023). PEMERIKSAAN KESEHATAN GRATIS SERTA EDUKASI PENGGUNAAN OBAT KOLESTEROL, ASAM URAT, DAN GULA DARAH BAGI WARGA. *JMM (Jurnal Masyarakat Mandiri)*, 7(4), 3228–3237. <https://doi.org/10.31764/jmm.v7i4.15749>