

PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT
“PENINGKATAN KESEHATAN DENGAN PEMERIKSAAN KESEHATAN GRATIS DI AREA CAR FREE DAY (CFD) HOLTEKAM”

Yulia NK Wasaraka¹ I Kadek Sudiyasa² Rudini³ Soalihin⁴
Neng Ratih⁵ Nurul Fauziah⁶ Danang Riyanto⁷ Iin Aryani⁸
Nur Fatimatur Rosyidah⁹

Akademi Keperawatan RS Marthen Indey^{1,2,3,4,5,6,7,8,9}

*Email : yuliankwasaraka@gmail.com, sudiyasatravel@gmail.com,
rudimarz@gmail.com, soalihin16@gmail.com,
nengratih2015@gmail.com, nurulfauziahhndyn@gmail.com,
danangriyanto24@gmail.com, iingeraldly@gmail.com,
fatimahrosyidah03@gmail.com*

ABSTRAK

Kata Kunci : **Pendahuluan:** Seiring dengan meningkatnya kejadian penyakit kronis dan penyakit degeneratif seperti hipertensi, diabetes melitus, kolesterol dan asam urat. Maka penting untuk rutin melakukan pemeriksaan kesehatan khususnya tekanan darah, gula darah, dan kolesterol untuk mencegah terjadinya komplikasi kronik.

Metodologi: Metode yang digunakan dalam kegiatan ini adalah pemberian pelayanan pemeriksaan kesehatan secara gratis pada masyarakat khususnya masyarakat yang sedang berolahraga di Area CFD Holtekamp. Alat yang digunakan adalah alat pemeriksaan kesehatan tekanan darah, gula darah sewaktu, kolesterol dan asam urat, timbangan berat badan.

Hasil dan Pembahasan: Kegiatan ini dilaksanakan pada hari Sabtu, 17 Juli 2025 pada pukul 06.00-09.00 WIT di Area CFD Holtekamp. Peserta berjumlah 66 orang, yang terdiri dari 52 orang berjenis kelamin perempuan dan 14 orang berjenis kelamin laki-laki. Sebagian besar klien memiliki tekanan darah yang normal. Tekanan darah paling rendah adalah 90/70 mmHg dan paling tinggi 140/80 mmHg. Sejumlah 24 orang yang melakukan pemeriksaan asam urat. Sebanyak 12 orang yang melakukan pemeriksaan kolesterol dan sebanyak 30 orang yang melakukan pemeriksaan gula darah sewaktu (GDS).

Kesimpulan: Hasil kegiatan pengabdian kepada masyarakat menjadi contoh bagi pihak lain untuk bertanggung jawab terhadap tindakan preventif masalah kesehatan masyarakat khususnya penyakit kronis dan penyakit degeneratif.

Key Word :

Health
Improvement,
Community

ABSTRACT

Introduction : With the increasing incidence of chronic and degenerative diseases such as hypertension, diabetes mellitus, cholesterol, and gout, it is important to have regular health checks, especially for blood pressure, blood sugar, and cholesterol, to prevent chronic complications.

Method : The method used in this activity is to provide free health check-ups to the public, especially those exercising in the Holtekamp CFD area. The equipment used includes blood pressure, random blood sugar, cholesterol, and uric acid screening devices, as well as weight scales.

Result : This activity was held on Saturday, July 17, 2025, from 6:00 AM to 9:00 AM in the Holtekamp CFD area. There were 66 participants, consisting of 52 women and 14 men. Most clients had normal blood pressure, with the lowest blood pressure being 90/70 mmHg and the highest being 140/80 mmHg. Twenty-four participants underwent uric acid tests, 12 cholesterol tests, and 30 random blood sugar (GDS) tests.

Conclusion : The results of community service activities serve as an example for other parties to be responsible for preventive measures against public health problems, especially chronic and degenerative diseases.

PENDAHULUAN

Seiring dengan meningkatnya kejadian penyakit kronis dan penyakit degeneratif seperti hipertensi, diabetes melitus, kolesterol dan asam urat. Maka penting untuk rutin melakukan pemeriksaan kesehatan khususnya tekanan darah, gula darah, dan kolesterol untuk mencegah terjadinya komplikasi kronik (Anshari, Z. 2020).

Hipertensi merupakan keadaan ketika tekanan darah sistolik lebih dari 120 mmHg dan tekanan diastolik lebih dari 80 mmHg. Hipertensi sering menyebabkan perubahan pada pembuluh darah yang dapat mengakibatkan semakin tingginya tekanan darah (Muttaqin, 2009). Hipertensi atau tekanan darah tinggi merupakan penyebab utama gagal jantung, stroke dan gagal ginjal. Tekanan darah tinggi disebut sebagai "pembunuh diam-diam" karena orang dengan darah tinggi sering tidak menampakkan gejala. Diabetes Melitus adalah keadaan hiperglikemia kronik disertai berbagai kelainan metabolismik akibat gangguan hormonal, yang menimbulkan berbagai komplikasi kronik (Erdana Putra, S, dkk. 2021).

Untuk menyelesaikan masalah yang dihadapi, solusi yang ditawarkan adalah dengan memberikan pelayanan pemeriksaan kesehatan secara gratis yang terdiri dari pemeriksaan tekanan darah, pemeriksaan gula darah, pemeriksaan kolesterol dan pemeriksaan asam urat di Area Jembatan Merah Holtekam.

Oleh karena hal tersebut diatas, maka kami melaksanakan kegiatan pengabdian kepada masyarakat yaitu Peningkatan Kesehatan dengan Pemeriksaan Kesehatan Gratis di Area CFD Holtekamp. Diharapkan dengan adanya pengabdian masyarakat ini dapat menjadi

contoh pula bagi pihak lain untuk bertanggung jawab terhadap tindakan preventif masalah kesehatan masyarakat.

BAHAN DAN METODE

Metode yang digunakan dalam kegiatan ini adalah pemberian pelayanan pemeriksaan kesehatan secara gratis pada masyarakat khususnya masyarakat yang sedang berolahraga di Area CFD Holtekamp. Alat yang digunakan adalah alat pemeriksaan kesehatan tekanan darah, gula darah sewaktu, kolesterol dan asam urat, timbangan berat badan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Sebelum pelaksanaan kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat, Tim mengurus perijinan ke Manajemen CFD Holtekamp. Kegiatan ini dilaksanakan pada Sabtu 17 Mei 2025 pada pukul 06.00-09.00 WIT. Tim pelaksana menata tempat dilaksanakannya pengabmas, menggunakan meja Panjang 1 buah, kursi 8 buah. Tim dibagi tugasnya yaitu 1 orang dibagian pendaftaran, 2 orang bagian pemeriksaan gula darah/kolesterol/asam urat bergantian, 2 orang bagian pemeriksaan tekanan darah bergantian, 1 orang dibagian timbangan berat badan, 1 orang dibagian dokumentasi, 2 orang bagian membagi leaflet, 1 orang sebagai promotor.

Jumlah pasien/klien yang melakukan pemeriksaan kesehatan berjumlah 66 orang, yang terdiri dari 52 orang berjenis kelamin perempuan dan 14 orang berjenis kelamin laki-laki. Kisaran usia klien adalah 20 s/d 73 tahun. Sebagian besar klien memiliki tekanan darah yang normal yaitu 110/70 mmHg. Tekanan darah paling rendah adalah 90/70 mmHg dan paling tinggi 140/80 mmHg. Sejumlah

24 orang yang melakukan pemeriksaan asam urat. Sebanyak 12 orang yang melakukan pemeriksaan kolesterol dan sebanyak 30 orang yang melakukan pemeriksaan gula darah sewaktu (GDS).



Gambar 1. Pemeriksaan Tekanan Darah



Gambar 2. Pemeriksaan Gula Darah, Asam Urat, dan Kolesterol



Gambar 3. Tim Pelaksanaan Pemeriksaan Kesehatan Gratis

KESIMPULAN

Penerapan Hasil kegiatan pengabdian kepada masyarakat kegiatan pemberian pelayanan pemeriksaan kesehatan secara gratis ini adalah sebagai tindakan preventif terhadap terjadinya peningkatan penyakit kronis dan penyakit degeneratif.

DAFTAR PUSTAKA

Angger, A. (2020). Buku Ajar : Diabetes Dan Komplikasinya (A. Guepedia (ed.)). The First On-Publisher in Indonesia.

Anshari, Z. (2020). Komplikasi Hipertensi Dalam Kaitannya Dengan Pengetahuan Pasien Terhadap Hipertensi Dan Upaya Pencegahannya. Jurnal Penelitian Keperawatan Medik, 2(2). Erdana Putra, S., Agusti Sholikah, T., & Gunawan, H. (2020). Buku Saku Hipertensi Untuk Awam.

Erdana Putra, S., Agusti Sholikah, T., & Gunawan, H. (2020). Buku Saku Hipertensi Untuk Awam.

KEMENKES RI (2018). Cek Kadar Gula Darah Anda untuk Mendeteksi Masalah Diabetes