

Pelaksanaan *Skreening* Kesehatan Dasar di RW X Kelurahan Sukorejo Kota Semarang

Fhandy Aldy Mandaty¹, Komsiyah², Dian Nur
Kumalasari³, Ayu Dita Handayani⁴,
Achmad Syaifudin⁵, Sumarno⁶

1,2,3,4,5,6 Dosen Prodi DIII Keperawatan Akper
Primaya, Semarang

*Article history

Received : 27 Agustus 2025

Revised : 16 September 2025

Accepted : 20 Oktober 2025

*Corresponding author

Fhandy Aldy Mandaty
Email : dhyka.2180@gmail.com

Abstrak

Penyakit Tidak Menular (PTM) seperti hipertensi, obesitas, dan diabetes melitus menjadi tantangan serius bagi kesehatan masyarakat Indonesia karena tingkat morbiditas dan mortalitasnya yang tinggi. Salah satu upaya pencegahan PTM adalah melalui kegiatan deteksi dini dan edukasi kesehatan di tingkat komunitas. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan kesadaran dan pengetahuan masyarakat mengenai pentingnya pencegahan PTM melalui pemeriksaan kesehatan dasar dan penyuluhan. Kegiatan dilaksanakan pada Minggu, 27 Juli 2025 di Balai RW X Kelurahan Sukorejo, Kota Semarang, bekerja sama dengan Puskesmas Sekaran, dan diikuti oleh 30 peserta dari masyarakat setempat. Pelaksanaan kegiatan meliputi pemeriksaan tekanan darah, kadar gula darah sewaktu, indeks massa tubuh (IMT), serta konsultasi kesehatan disertai penyuluhan mengenai pola hidup sehat. Hasil kegiatan menunjukkan antusiasme tinggi dari peserta, dengan sebagian besar peserta belum pernah melakukan pemeriksaan kesehatan secara rutin sebelumnya. Kegiatan ini berhasil meningkatkan pemahaman masyarakat tentang pentingnya deteksi dini faktor risiko PTM dan penerapan perilaku hidup sehat. Disarankan agar kegiatan serupa dilakukan secara berkelanjutan dan terintegrasi dengan program Posbindu PTM untuk memperkuat upaya pencegahan dan pengendalian penyakit tidak menular di tingkat komunitas.

Kata Kunci: Hipertensi, Kesehatan Dasar, Skrining

Abstract

Non-Communicable Diseases (NCDs) such as hypertension, obesity, and diabetes mellitus pose a serious challenge to public health in Indonesia due to their high morbidity and mortality rates. One of the main efforts to prevent NCDs is through early detection and health education activities at the community level. This community service program aimed to increase public awareness and knowledge regarding the importance of NCD prevention through basic health screening and education. The activity was carried out on Sunday, July 27, 2025, at the RW X Community Hall, Sukorejo Village, Semarang City, in collaboration with the Sekaran Public Health Center (Puskesmas), involving 30 local participants. The program included blood pressure measurement, random blood glucose testing, body mass index (BMI) assessment, as well as health consultation and counseling on healthy lifestyle practices. The results showed a high level of enthusiasm among participants, most of whom had never undergone routine health check-ups before. This activity successfully improved community understanding of the importance of early detection of NCD risk factors and the adoption of healthy living behaviors. It is recommended that similar programs be conducted regularly and integrated with Posbindu PTM activities to strengthen community-based prevention and control of non-communicable diseases.

Keyword: Basic Health, Hypertension, Screenings

PENDAHULUAN

Penyakit Tidak Menular (PTM) merupakan tantangan kesehatan masyarakat yang semakin meningkat dan menjadi isu global yang mendesak di abad ke-21. PTM mencakup berbagai kondisi kronis seperti hipertensi, penyakit jantung koroner, kanker, diabetes melitus, dan penyakit paru obstruktif kronik (PPOK). Berbeda dengan penyakit menular, PTM berkembang secara perlahan, berlangsung dalam jangka panjang, dan sering kali tanpa gejala pada tahap awal sehingga banyak kasus baru terdeteksi setelah timbul komplikasi serius. Menurut laporan *World Health Organization* (WHO, 2022), PTM menyumbang sekitar 41 juta kematian setiap tahun, atau sekitar 75% dari total kematian global, dan sekitar 17 juta kematian terjadi sebelum usia 70 tahun. Sebagian besar (lebih dari 86%) kasus tersebut terjadi di negara berpendapatan rendah dan menengah, termasuk Indonesia. Di antara jenis PTM, penyakit kardiovaskular menjadi penyebab utama kematian dengan 17,9 juta kasus per tahun, diikuti oleh kanker (9,3 juta), penyakit pernapasan kronik (4,1 juta), dan diabetes melitus beserta komplikasinya yang mencapai 2 juta kematian setiap tahun.

Beban PTM tidak hanya diukur melalui angka kematian, tetapi juga melalui dampaknya terhadap kualitas hidup dan produktivitas masyarakat. Indikator *Disability-Adjusted Life Years* (DALYs) menjadi ukuran penting dalam menilai kehilangan tahun kehidupan sehat akibat penyakit kronis. Data *Global Burden of Disease* (GBD, 2019) dan WHO (2019) menunjukkan bahwa lebih dari 69% dari total DALYs lost di Indonesia disebabkan oleh PTM, dengan stroke menyumbang 10,9%, kanker ganas 8,6%, dan penyakit jantung iskemik 7,7%. Kementerian Kesehatan RI (2021) menyoroti bahwa lima faktor risiko utama yang mempengaruhi tingginya beban PTM di Indonesia meliputi tekanan darah tinggi, merokok, pola makan tidak sehat, kadar glukosa darah puasa tinggi, dan indeks massa tubuh (IMT) berlebih. Faktor-faktor ini saling berinteraksi dan sering kali terjadi bersamaan, menciptakan kondisi yang mempercepat terjadinya penyakit kronis multipel (multimorbiditas) di usia produktif.

Selain dampak kesehatan, PTM juga memberikan konsekuensi ekonomi yang signifikan. Peningkatan biaya pengobatan, ketergantungan terhadap terapi jangka panjang, dan menurunnya produktivitas akibat komplikasi penyakit menimbulkan beban finansial bagi individu, keluarga, dan

negara. Laporan Kemenkes RI (2021) menunjukkan bahwa pengeluaran rumah tangga untuk pengobatan penyakit kronis cenderung meningkat, menyebabkan berkurangnya kemampuan ekonomi untuk memenuhi kebutuhan lain seperti pendidikan dan nutrisi. Dalam konteks makro, kondisi ini juga membatasi kemampuan sektor publik untuk berinvestasi pada bidang produktif seperti infrastruktur dan inovasi kesehatan. Hal ini sejalan dengan temuan Arifin Hidayat et al. (2022) yang mengungkapkan bahwa PTM tidak hanya mengakibatkan kematian dini, tetapi juga menurunkan kapasitas kerja individu, meningkatkan angka ketidakhadiran (absensi), dan menurunkan produktivitas tenaga kerja, yang pada akhirnya menghambat pertumbuhan ekonomi nasional.

Secara epidemiologis, PTM muncul akibat interaksi kompleks antara faktor biologis, lingkungan, sosial, dan perilaku. Faktor risiko dapat dibedakan menjadi yang dapat dimodifikasi (seperti pola makan, kebiasaan merokok, aktivitas fisik, dan konsumsi alkohol) serta yang tidak dapat dimodifikasi (seperti usia, jenis kelamin, dan genetik) (Hidayat et al., 2022). Perubahan gaya hidup modern yang cenderung sedentari, urbanisasi yang cepat, serta paparan terhadap makanan olahan tinggi lemak dan gula menjadi pemicu utama meningkatnya angka PTM di masyarakat urban dan semi-urban. Kemenkes RI (2023) melaporkan bahwa sekitar 33,5% masyarakat Indonesia memiliki aktivitas fisik rendah dan 95% masyarakat tidak mengonsumsi buah dan sayur sesuai rekomendasi harian WHO, kondisi yang berkontribusi langsung terhadap meningkatnya prevalensi obesitas, diabetes, dan hipertensi.

Pendekatan pengendalian PTM secara global maupun nasional kini berfokus pada pencegahan primer dan promosi kesehatan melalui intervensi gaya hidup sehat. WHO (2022) menegaskan bahwa langkah-langkah sederhana seperti peningkatan aktivitas fisik minimal 150 menit per minggu, pembatasan asupan garam hingga di bawah 5 gram per hari, pengendalian berat badan ideal, serta pemeriksaan kesehatan rutin mampu menurunkan risiko PTM secara signifikan dengan biaya yang relatif rendah dibandingkan biaya pengobatan. Pendekatan ini memerlukan kolaborasi multisektoral, melibatkan sektor kesehatan, pendidikan, transportasi, pertanian, industri makanan, dan media massa untuk menciptakan lingkungan yang mendukung pola hidup sehat. Misalnya, penyediaan ruang terbuka hijau, fasilitas olahraga publik, dan regulasi terhadap produk makanan tinggi gula dan lemak dapat menjadi strategi jangka panjang untuk membangun masyarakat yang lebih sehat.

Lebih lanjut, studi oleh Ariful Haque et al. (2022) menunjukkan bahwa model pengendalian PTM berbasis komunitas (community-based NCD control) yang melibatkan tenaga kesehatan masyarakat terbukti sangat efektif. Melalui pendekatan ini, kader atau tenaga kesehatan lokal dilatih untuk melakukan skrining tekanan darah, pemeriksaan gula darah, serta edukasi tentang gaya hidup sehat. Program tersebut mampu meningkatkan deteksi dini PTM hingga 90% dan mempertahankan kepatuhan pasien terhadap terapi hingga 91%. Selain itu, 98% tenaga kesehatan komunitas yang berpartisipasi mampu melakukan tindak lanjut secara tepat waktu, menunjukkan efektivitas sistem berbasis komunitas dibandingkan pendekatan individual di fasilitas kesehatan tersier.

Hasil serupa juga ditemukan pada penelitian Bhutta et al. (2021) di Asia Selatan yang menyatakan bahwa keterlibatan masyarakat dan tenaga kesehatan lokal dalam skrining dan edukasi dapat menurunkan prevalensi hipertensi dan diabetes sebesar 15–20% dalam waktu dua tahun. Program seperti Pos Pembinaan Terpadu Penyakit Tidak Menular (Posbindu PTM) di Indonesia merupakan adaptasi lokal dari konsep tersebut, di mana masyarakat berperan aktif dalam pemantauan kesehatan secara mandiri. Studi oleh Ambarwati & Ferianto (2019) menunjukkan bahwa partisipasi aktif masyarakat dalam Posbindu PTM dapat meningkatkan pengetahuan kesehatan sebesar 25% dan menurunkan prevalensi hipertensi hingga 10% dalam enam bulan.

METODE

Kegiatan ini dilaksanakan melalui beberapa tahapan yang dimulai dengan penyusunan rencana serta proposal pengabdian kepada masyarakat, kemudian dilanjutkan dengan pengajuan surat izin kepada mitra, yaitu Puskesmas Sekaran. Tahap berikutnya adalah pelaksanaan kegiatan yang mencakup skrining kesehatan dasar dan penyuluhan mengenai upaya pencegahan penyakit tidak menular (PTM). Kegiatan pengabdian ini berlangsung pada hari Minggu, 27 Juli 2025, pukul 09.00–11.00 WIB, bertempat di Balai RW X Kelurahan Sukorejo, Kota Semarang, dan diikuti oleh sebanyak 30 peserta yang aktif berpartisipasi selama kegiatan berlangsung.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Gambaran Pelaksanaan Kegiatan

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini diselenggarakan di Balai RW X Kelurahan Sukorejo, Kota Semarang, pada tanggal 27 Juli 2025. Acara diawali dengan sesi pembukaan dan

pengarahan, kemudian dilanjutkan dengan pemeriksaan kesehatan oleh tim medis. Para peserta menjalani serangkaian pemeriksaan meliputi pengukuran tekanan darah, kadar gula darah, serta Indeks Massa Tubuh (IMT). Kegiatan berlanjut dengan sesi konsultasi dan diskusi interaktif yang membahas upaya pencegahan penyakit tidak menular (PTM) dan penerapan gaya hidup sehat.

Antusiasme masyarakat terhadap kegiatan ini sangat tinggi. Peserta tampak aktif mengikuti seluruh rangkaian acara, baik saat pemeriksaan maupun dalam sesi diskusi. Banyak peserta menyampaikan apresiasi dan rasa syukur atas kegiatan ini karena membantu mereka lebih memahami kondisi kesehatannya serta menumbuhkan kesadaran akan pentingnya deteksi dini dan perawatan kesehatan secara berkelanjutan



Gambar 1. Suasana Pelaksanaan Skrining Kesehatan Dasar



Gambar 2. Pelaksanaan konsultasi tentang cara pencegahan PTM dan gaya hidup sehat

Hasil Skrining Kesehatan Dasar

Tabel 1. Hasil Ukur Tekanan Dasar, Gula Darah dan IMT

Variabel	Jumlah
Tekanan Darah	
Normal	11
Tinggi	19
Gula Darah Sewaktu	
Normal	24
Tinggi	6
IMT	
Normal	10
Kurus	4
Kegemukan	13
Obesitas kelas 1	2
Obesitas kelas 2	1

Hasil kegiatan pengabdian masyarakat menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki tekanan darah tinggi, yaitu sebanyak 19 orang (63,3%), sedangkan hanya 11 orang (36,7%) yang memiliki tekanan darah dalam batas normal. Temuan ini memperlihatkan bahwa hipertensi masih menjadi salah satu masalah kesehatan dominan, bahkan pada kelompok usia produktif. Kondisi ini menunjukkan bahwa gaya hidup modern dan kurangnya kepedulian terhadap kesehatan secara rutin telah memberikan kontribusi yang signifikan terhadap peningkatan kasus hipertensi di masyarakat. Menurut Hariyono et al. (2022), perubahan gaya hidup yang ditandai dengan konsumsi makanan tinggi garam, lemak jenuh, stres psikososial, dan rendahnya aktivitas fisik merupakan determinan utama peningkatan tekanan darah. *World Health Organization* (2023) juga menyebutkan bahwa hipertensi merupakan faktor risiko utama penyakit kardiovaskular seperti stroke dan penyakit jantung koroner, yang secara global menyebabkan lebih dari 10 juta kematian setiap tahunnya. Selain itu, Dai et al. (2021) menegaskan bahwa hipertensi sering kali bersifat "silent killer" karena tidak menimbulkan gejala pada tahap awal, sehingga banyak penderita yang baru mengetahui kondisinya setelah mengalami komplikasi. Oleh karena itu, skrining rutin dan edukasi perilaku hidup sehat sejak usia muda menjadi strategi preventif yang sangat penting untuk menekan prevalensi hipertensi.

Hasil pemeriksaan kadar gula darah sewaktu menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki kadar gula darah normal (80%), sementara 6 orang (20%) menunjukkan kadar gula darah tinggi. Meskipun proporsi kadar gula tinggi lebih kecil dibandingkan kasus hipertensi, kondisi ini tetap harus mendapat perhatian karena menunjukkan adanya potensi risiko diabetes

melitus pada kelompok masyarakat yang tampak sehat. Menurut Care & Suppl (2020), sekitar 10% populasi dunia menderita diabetes melitus, dan angka tersebut terus meningkat akibat perubahan pola hidup dan peningkatan prevalensi obesitas. Gaya hidup sedentari, pola makan tidak seimbang, serta rendahnya frekuensi pemeriksaan kesehatan berkala menjadi penyebab utama meningkatnya angka diabetes di kelompok usia produktif, termasuk mahasiswa (Suciatmi et al., 2024). Oleh karena itu, penting dilakukan intervensi melalui edukasi mengenai pengaturan pola makan dengan indeks glikemik rendah, pembatasan konsumsi gula, dan peningkatan aktivitas fisik minimal 150 menit per minggu sebagaimana direkomendasikan oleh WHO (2022). Pendekatan promotif dan preventif melalui kegiatan Posbindu PTM di lingkungan komunitas maupun kampus dapat menjadi strategi efektif untuk meningkatkan kesadaran masyarakat terhadap risiko diabetes sejak dini.

Selain tekanan darah dan kadar gula darah, hasil pengukuran Indeks Massa Tubuh (IMT) menunjukkan bahwa sebanyak 16 orang (53,4%) responden tergolong dalam kategori kegemukan hingga obesitas, sedangkan 10 orang (33,3%) memiliki IMT normal, dan 4 orang (13,3%) termasuk kategori kurus. Data ini menunjukkan bahwa lebih dari separuh responden mengalami masalah berat badan berlebih, yang menjadi faktor risiko utama terjadinya hipertensi, dislipidemia, serta diabetes melitus. Penelitian Ratnasari (2020) menunjukkan hubungan yang signifikan antara obesitas dengan peningkatan tekanan darah dan kadar gula darah pada masyarakat dewasa. Kondisi ini diperkuat oleh Edy Soesanto (2023), yang menemukan bahwa keterlibatan aktif masyarakat dalam kegiatan Posbindu PTM dapat menurunkan prevalensi obesitas serta faktor risiko PTM lainnya hingga 20% dalam waktu satu tahun. Kelebihan berat badan tidak hanya berdampak pada kesehatan fisik, tetapi juga meningkatkan risiko stres oksidatif, resistensi insulin, dan inflamasi kronik yang menjadi dasar patogenesis berbagai penyakit tidak menular.

Edukasi kesehatan dalam kegiatan Posbindu PTM terbukti efektif dalam meningkatkan pemahaman masyarakat terhadap faktor risiko PTM. Ambarwati dan Ferianto (2019) melaporkan bahwa pelaksanaan edukasi terstruktur dalam Posbindu mampu meningkatkan pengetahuan masyarakat mengenai faktor risiko PTM sebesar 25%. Edukasi semacam ini penting untuk mendorong perubahan perilaku sehat, seperti peningkatan konsumsi buah dan sayur, pengurangan konsumsi gula, garam, dan lemak, serta manajemen stres. Selain itu, penelitian Siswati et al. (2021) menunjukkan bahwa masyarakat yang aktif

berpartisipasi dalam kegiatan Posbindu mengalami penurunan prevalensi hipertensi hingga 15% dalam kurun waktu satu tahun. Hal ini menegaskan bahwa kegiatan skrining dan edukasi kesehatan di tingkat komunitas dapat memberikan dampak nyata terhadap penurunan angka kejadian PTM.

Hasil kegiatan ini menunjukkan bahwa hipertensi dan obesitas merupakan masalah yang paling menonjol di antara responden, yang menandakan pentingnya peningkatan kesadaran masyarakat terhadap deteksi dini dan pencegahan penyakit tidak menular. Kegiatan skrining rutin yang terintegrasi dengan program edukasi kesehatan perlu diperluas cakupannya, baik di lingkungan kampus, tempat ibadah, maupun wilayah komunitas. Selain itu, dukungan lintas sektor dari institusi pendidikan, tenaga kesehatan, dan pemerintah daerah menjadi faktor kunci keberlanjutan program Posbindu PTM. Pendekatan kolaboratif semacam ini dapat memperkuat upaya promotif dan preventif dalam mencegah peningkatan kasus PTM serta menciptakan masyarakat yang lebih sehat dan produktif.

KESIMPULAN

Hasil kegiatan skrining yang dilakukan dapat disimpulkan bahwa sebagian besar peserta menunjukkan adanya faktor risiko penyakit tidak menular (PTM), khususnya hipertensi dan kelebihan berat badan. Sebanyak 63,3% responden memiliki tekanan darah tinggi, dan lebih dari separuh (53,4%) tergolong dalam kategori kegemukan hingga obesitas. Kondisi ini menunjukkan bahwa gaya hidup tidak sehat, seperti kurangnya aktivitas fisik, konsumsi makanan tinggi garam dan lemak, serta stres, menjadi faktor yang berkontribusi signifikan terhadap peningkatan risiko PTM. Meskipun sebagian besar responden memiliki kadar gula darah normal, keberadaan 20% responden dengan kadar gula darah tinggi tetap perlu menjadi perhatian serius untuk mencegah perkembangan diabetes melitus. Hasil ini menegaskan pentingnya skrining dini dan edukasi kesehatan secara berkala melalui Posbindu PTM, agar masyarakat dapat mengenali faktor risiko sejak dini dan melakukan perubahan gaya hidup menuju perilaku sehat.

SARAN

Perlunya pelaksanaan kegiatan Skrining Kesehatan Dasar secara rutin di lingkungan kampus maupun masyarakat untuk memantau kondisi kesehatan secara berkelanjutan. Edukasi tentang pentingnya pola makan seimbang, pengendalian berat badan, manajemen stres, serta peningkatan aktivitas fisik perlu diperkuat melalui pendekatan promotif dan preventif yang

berkelanjutan. Kolaborasi antara tenaga kesehatan, institusi pendidikan, dan pemerintah daerah perlu ditingkatkan guna menciptakan lingkungan yang mendukung gaya hidup sehat. Pemantauan lanjutan terhadap peserta dengan tekanan darah dan gula darah tinggi juga disarankan untuk memastikan adanya tindak lanjut medis dan perubahan perilaku kesehatan yang lebih baik.

REFERENSI

- Ambarwati, R., & Ferianto, A. (2019). Edukasi kesehatan dalam kegiatan Posbindu sebagai upaya peningkatan pengetahuan faktor risiko penyakit tidak menular. *Jurnal Promosi Kesehatan Indonesia*, 14(2), 102–110.
- Arifin Hidayat, R., Nursalam, & Andayani, R. (2022). Determinants of non-communicable diseases in Indonesia: A multidisciplinary perspective. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Nasional*, 17(2), 101–112.
- Ariful Haque, M., Rahman, M. A., & Chowdhury, S. (2022). Community-centered approach to non-communicable disease control: A pilot project evaluation. *Global Health Science and Practice*, 10(3), 512–523. <https://doi.org/10.9745/GHSP-D-22-00045>
- Dai, H., Much, M., Ma, J., & Zhang, X. (2021). Global burden of hypertension and the importance of early detection: A systematic review. *Journal of Clinical Hypertension*, 23(2), 157–168. <https://doi.org/10.1111/jch.14100>
- Global Burden of Disease [GBD]. (2019). *Global burden of disease study 2019 results*. Institute for Health Metrics and Evaluation (IHME).
- Hariyono, E., Wulandari, N., & Sari, D. (2022). Hubungan gaya hidup dengan kejadian hipertensi pada masyarakat usia produktif. *Jurnal Keperawatan Komunitas*, 10(1), 32–41
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2019). *Rencana Aksi Nasional Penanggulangan Penyakit Tidak Menular Tahun 2015–2019*. Jakarta: Kemenkes RI.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2021). *Profil Kesehatan Indonesia 2021*. Jakarta: Pusat Data dan Informasi Kemenkes RI
- Ratnasari, D. (2020). Hubungan antara obesitas dengan tekanan darah dan kadar gula darah pada masyarakat dewasa di wilayah kerja Puskesmas Jetis. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 9(2), 85–94.
- Siswati, N., Lestari, A., & Rahmawati, F. (2021). Efektivitas kegiatan Posbindu PTM dalam menurunkan prevalensi hipertensi di masyarakat. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Masyarakat*, 13(1), 50–58.
- Suciatmi, D., Winarni, S., & Putri, N. (2024). Analisis faktor risiko penyakit tidak menular pada masyarakat perkotaan di Semarang. *Jurnal Kesehatan dan Pembangunan*, 5(1), 1–10.
- World Health Organization. (2019). *Global health estimates: Leading causes of DALYs*. Geneva: WHO
- World Health Organization. (2022). *Noncommunicable diseases country profiles 2022*. Geneva: WHO.
- World Health Organization. (2023). *Injuries and violence: The facts 2023*. Geneva: World Health Organization. <https://www.who.int/publications/i/item/injuries-and-violence-the-facts-2023>