

Edukasi dan Pemeriksaan Kesehatan Di Wilayah Pimpinan Cabang Asiyiyah Cengkareng

Education And Health Checks In The Asiyiyah Cengkareng Branch Leadership Area

Asti Al Hikmah¹, Ibnu Salis Fitra², Mellisa Kasim³, Muhammad Hendrawan
Ramadhani⁴, Refina Oktavia⁵,

¹⁻⁵ Universitas Muhammadiyah Jakarta, Indonesia

Alamat : Jl. KH. Ahmad Dahlan, Ciputat, Cirendeui, Ciputat Timur. Kota Jakarta Selatan, Daerah
Khusus Ibukota Jakarta 15419

Korespondensi penulis : ibnusalisf@gmail.com

Article History:

Received: Mei 28, 2024;

Revised: Juni 30, 2024;

Accepted: Juli 20, 2024;

Published: Juli 23, 2024;

Keywords: Health Check, Diabetes Mellitus, Hypertension

Abstract. Increased life expectancy and behavioral changes and demographic transitions trigger epidemiological transitions. The World Health Organization (WHO) declared 2020-2030 the "Decade of Healthy Aging". Hypertension and diabetes mellitus are two of the most common non-communicable diseases and are associated with high morbidity and mortality. The method carried out in this activity is by conducting health checks, namely checking blood pressure and blood sugar and counseling to each individual after the examination. The relationship between the incidence of hypertension and diabetes mellitus according to some researchers is very closely related, therefore we, carry out health examination and education work programs for the community, staff and teachers in the West Cengkareng output area and PCA Cengkareng aimed to increase public awareness in maintaining health. From the health examination activities, it is hoped that the people of the PCA area and West Cengkareng Village can maintain a healthier lifestyle, for their physical and spiritual health. Based on the Real Work Lecture (KKN) activity in the form of a health check, this has benefits where the community can do health checks for free, and the community gets new knowledge related to the application of a healthy lifestyle in maintaining their body health.

ABSTRAK

Peningkatan harapan hidup dan perubahan perilaku serta transisi demografi memicu terjadinya transisi epidemiologi. Badan Kesehatan Dunia (WHO) mencanangkan tahun 2020-2030 merupakan "Dekade Penuaan Sehat". Hipertensi dan diabetes mellitus merupakan dua penyakit tidak menular yang paling banyak terjadi dan berhubungan dengan tingginya morbiditas serta mortalitas. Metode yang dilakukan dalam kegiatan ini yaitu dengan melakukan pemeriksaan Kesehatan yaitu cek tekanan darah dan gula darah dan penyuluhan kepada tiap individu setelah dilakukannya pemeriksaan. Hubungan kejadian hipertensi dengan diabetes mellitus menurut beberapa peneliti sangat berkaitan erat maka dari itu kami, melakukan program kerja pemeriksaan dan edukasi Kesehatan untuk Masyarakat, *staff* serta guru di wilayah keluarah cengkareng barat dan PCA Cengkareng bertujuan untuk meningkatkan kepedulian Masyarakat dalam menjaga Kesehatan. Dari kegiatan pemeriksaan Kesehatan diharapkan Masyarakat wilayah PCA maupun kelurahan cengkareng barat dapat menjaga pola hidup yang lebih sehat lagi, untuk Kesehatan jasmani dan rohaninya. Berdasarkan kegiatan Kuliah Kerja Nyata (KKN) berupa pemeriksaan Kesehatan ini memiliki kebermanfaatan dimana masyarakat dapat melakukan cek kesehatan dengan gratis, dan Masyarakat mendapatkan pengetahuan baru terkait penerapan pola hidup sehat dalam menjaga Kesehatan tubuhnya.

Kata Kunci: Cek Kesehatan, Diabetes Mellitus, Hipertensi

* Ibnu Salis Fitra, ibnusalisf@gmail.com

1. PENDAHULUAN

Peningkatan harapan hidup dan perubahan perilaku serta transisi demografi memicu terjadinya transisi epidemiologi. Badan Kesehatan Dunia (WHO) mencanangkan tahun 2020-2030 merupakan “Dekade Penuaan Sehat”. Terdapat lebih dari satu milyar penduduk dunia berusia diatas 60 tahun. Proses penuaan berjalan cepat sehingga masalah Kesehatan berkaitan dengan proses degeneratif mengalami peningkatan.

Hipertensi dan diabetes mellitus merupakan dua penyakit tidak menular yang paling banyak terjadi dan berhubungan dengan tingginya morbiditas serta mortalitas. Penyakit tidak menular di Indonesia didominasi oleh beberapa penyakit seperti diabetes mellitus, hipertensi, penyakit jantung, dislipidemia, obesitas, penyakit ginjal, paru dan keganasan. Hasil Riset Kesehatan Dasar 2018 menunjukkan bahwa angka kejadian penyakit tersebut mengalami peningkatan dibandingkan tahun 2013).

Peningkatan prevalensi penyakit tidak menular dari tahun ke tahun diikuti oleh peningkatan jumlah kematian akibat penyakit tersebut. Penyakit tidak menular yang diderita oleh masyarakat menjadi silent killer dan mengancam nyawa tanpa terduga oleh si penderita. Penyakit tidak menular juga yang diderita dalam jangka waktu yang lama akan mengganggu produktivitas dan kualitas hidup seseorang, bahkan dapat menyebabkan masalah ekonomi pada keluarga. Penyakit tidak menular semakin banyak diderita oleh masyarakat bukan hanya pada kalangan lanjut usia tetapi sudah menyerang usia dewasa muda karena perilaku atau pola hidup masyarakat yang tidak terkendali. Kebiasaan mengkonsumsi makanan *junk food*, kebiasaan merokok dan mengkonsumsi alkohol merupakan faktor pencetus keberadaan penyakit menular di tengah-tengah masyarakat.

Perilaku atau pola hidup masyarakat yang telah menjadi kebiasaan tanpa mereka sadari dapat mengantarkan mereka ke penyakit tidak menular. Perilaku tersebut tidak disadari oleh Masyarakat sebagai faktor risiko karena kurangnya pemahaman atau mereka memang tidak tahu tentang pencegahan dan cara mengatasi penyakit tidak menular. Maka dari itu, penulis memberikan penyuluhan berupa cek kesehatan/ penyuluhan disekitar wilayah PCA Cengkareng Barat guna mengetahui kesehatan masyarakat dan menambah pengetahuan agar Masyarakat dapat terhindar dari PTM.

2. METODE PELAKSANAAN

Kegiatan edukasi dan pemeriksaan Kesehatan ini dilakukan dalam kegiatan Kuliah Kerja Nyata yang merupakan sebuah pengabdian kepada Masyarakat yang bertujuan untuk meningkatkan pemahaman serta pengetahuan kepada Masyarakat dalam menerapkan pola hidup

yang sehat. Kegiatan edukasi dan cek Kesehatan ini dilaksanakan pada tanggal 23 Agustus 2023. Kegiatan ini dilakukan di Kelurahan dan di sekolah TK Aisyiyah dan Muhammadiyah 13.

Sasaran dalam kegiatan ini adalah Masyarakat sekitar kelurahan cengkareng barat, guru-guru TK dan SMK Muhammadiyah Cengkareng. Target kegiatan ini sebanyak 100 orang sasaran. Dalam pelaksanaan kegiatan dihadiri oleh 95 orang sasaran, sehingga dapat disimpulkan bahwa peserta edukasi dan cek Kesehatan mendekati target yang diharapkan.

Metode yang dilakukan dalam kegiatan ini yaitu dengan melakukan pemeriksaan Kesehatan yaitu cek tekanan darah dan gula darah dan penyuluhan kepada tiap individu setelah dilakukannya pemeriksaan.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Diabetes mellitus adalah salah satu Kumpulan gejala yang timbul pada seseorang yang disebabkan oleh karena adanya peningkatan kadar glukosa dara akibat penurunan sekresi insulin yang progresif dilatarbelajangi oleh resistensi insulin. terjadinya DM.3 Hubungannya dengan DM tipe 2 sangatlah kompleks, hipertensi dapat membuat sel tidak sensitif terhadap insulin (resisten insulin). Insulin berperan meningkatkan ambilan glukosa di banyak sel dan dengan cara ini juga mengatur metabolisme karbohidrat, sehingga jika terjadi resistensi insulin oleh sel, maka kadar gula di dalam darah juga dapat mengalami gangguan.

Hasil penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti Mihardja, 2009, selaras dengan Guyton pada tahun 2008 dan juga selaras dengan penelitian Sari dkk, pada tahun 2017 menyatakan bahwa hipertensi merupakan faktor risiko utama untuk terjadinya DM. Hubungannya dengan DM tipe 2 sangatlah kompleks, hipertensi dapat membuat sel tidak sensitif terhadap insulin (resisten insulin). Padahal insulin berperan meningkatkan ambilan glukosa di banyak sel dan dengan cara ini juga mengatur metabolisme karbohidrat, sehingga jika terjadi resistensi insulin oleh sel, maka kadar gula di dalam darah juga dapat mengalami gangguan.

Maka dari itu, salah satu program Kuliah Kerja Nyata (KKN) dari kelompok PCA Cengkareng Universitas Muhammadiyah Jakarta yaitu meningkatkan kesejahteraan dan menjaga Kesehatan Masyarakat. Program kerja pemeriksaan dan edukasi Kesehatan secara gratis ini dilaksanakan pada tanggal 23 Agustus 2023 di Wilayah Cengkareng Barat.

Program kerja pemeriksaan dan edukasi Kesehatan untuk Masyarakat, *staff* serta guru di wilayah keluarahan cengkareng barat dan PCA Cengkareng bertujuan untuk meningkatkan kepedulian Masyarakat dalam menjaga Kesehatan. Dengan adanya program kerja ini membuat Masyarakat, *staff*, serta guru di Wilayah Kelurahan maupun PCA Cengkareng menjadi sangat

antusias dan senang dengandiadakannya kegiatan pemeriksaan Kesehatan secara gratis.

Pemeriksaan Kesehatan yang dilakukan meliputi cek tekanan darah dan cek gula darah. Selain itu, Masyarakat juga akan mendapatkan edukasi atau konseling setelah pemeriksaan terkait pola hidup yang sehat untuk mencegah penyakit hipertensi dan diabetes mellitus. Pada saat pelaksanaan pengecekan Kesehatan, Langkah pertama yang harus dilakukan oleh Masyarakat yaitu pendaftaran identitas diri. Kemudian peserta akan diarahkan untuk melakukan cek tekanan darah dan gula darah. Dari kegiatan pemeriksaan Kesehatan diharapkan Masyarakat wilayah PCA maupun kelurahan cengkareng barat dapat menjaga pola hidup yang lebih sehat lagi, untuk Kesehatan jasmani dan rohaninya.

4. KESIMPULAN

Berdasarkan kegiatan Kuliah Kerja Nyata (KKN) berupa pemeriksaan Kesehatan ini memiliki kebermanfaatannya dimana masyarakat dapat melakukan cek kesehatan dengan gratis, dan Masyarakat mendapatkan pengetahuan baru terkait penerapan pola hidup sehat dalam menjaga Kesehatan tubuhnya.

5. UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih kami ucapkan kepada LPPM UMJ atas berlangsungnya kegiatan Kuliah Kerja Nyata ini. Kami berterimakasih juga kepada pihak PCM maupun PCA perguruan muhammadiyah cengkareng yang telah memberikan kesempatan kepada kami untuk mengabdikan pada perguruan muhammadiyah cengkareng yang memberikan banyak sekali pengalaman yang kami dapat. Dan kami juga berterima kasih kepada Kelurahan Cengkareng Barat yang telah mengizinkan kami untuk menjalankan program kerja kami.

DAFTAR PUSTAKA

- Guyton, A. C., & Hall, J. E. (2008). *Metabolisme Karbohidrat Dan Pembentukan Adenosin Tripospat*. Dalam Buku Ajar Fisiologi Kedokteran (5th ed.). Jakarta: EGC.
- Mihardja, L. (2007). Faktor yang Berhubungan dengan Pengendalian Gula Darah pada Penderita Diabetes Mellitus. *Majalah Kedokteran Indonesia*. Jakarta.
- Purnamasari, D. (2018). The emergence of non-communicable Disease in Indonesia. *Acta Medica Indonesiana*, 50(4), 273–274.
<https://www.actamedindones.org/index.php/ijim/article/view/1028/339>
- Putra, I. D. G. I. P., Wirawati, I. A. P., & Mahartini, N. N. (2019). Hubungan kadar gula darah dengan hipertensi pada pasien diabetes mellitus tipe 2 di RSUP Sanglah. *Intisari Sains Medis*, 10(3).

Ruthsatz, M., & Candeias, V. (2020). Non-communicable disease prevention, nutrition and aging. *Acta Biomedica*, 91(2), 379–388. <https://doi.org/10.23750/abm.v91i2.9721>

Sari, M., & Wijaya, D. (2017). Relationship between calorie intake, physical activity, and dopamine D2 receptor Taq1A gene polymorphism in normal-weight, overweight, and obese students of the faculty of medicine of University of Sumatera Utara. *Bali Medical Journal*, 6(1), 125–129. <https://doi.org/10.15562/bmj.v6i1.394>

Sudayasa, I. P., Rahman, M. F., & Eso, A. (2020). Deteksi Dini Faktor Risiko Penyakit Tidak Menular Pada Masyarakat Desa Andepali Kecamatan Sampara Kabupaten Konawe. *Jurnal Kesehatan*, 3(1).

LAMPIRAN KESEHATAN

