

PENYULUHAN DAN PEMERIKSAAN KESEHATAN (TENSI DARAH) DI LINGKUNGAN PATITANGNGANG KABUPATEN TAKALAR

Riyan Sukma

Politeknik Kesehatan Megarezky, Makassar, Kota Makassar, Sulawesi Selatan, Indonesia

riyan.sukma1996@gmail.com

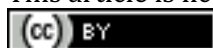
Kata Kunci:
[Pemeriksaan
Kesehatan,
Hipertensi,
Peningkatan
Kesehatan]

Abstrak: Salah satu wujud kepedulian Perguruan Tinggi terhadap lingkungan sosial dan budaya masyarakat (Tri Dharma Perguruan Tinggi) adalah Pengabdian masyarakat. Dengan terjalinnya hubungan yang serasi antara Perguruan Tinggi dengan masyarakat, maka diharapkan adanya masukan untuk perbaikan mutu Perguruan Tinggi dimata masyarakat yang memerlukannya. Telah dilaksanakan Kegiatan Pengabdian Masyarakat Penyuluhan Kesehatan dan Pemeriksaan Tekanan Darah, di Lingkungan Pattitangngang Kabupaten Takalar Pada Hari Sabtu tanggal 24 Juni 2023. Pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk memberikan pelayanan kesehatan bagi masyarakat. Metode yang digunakan dalam pengabdian masyarakat ini adalah melakukan penjajakan lokasi kegiatan serta menentukan waktu pelaksanaan pemeriksaan kesehatan gratis meliputi yaitu pemeriksaan tekanan darah. Hasil dari pemeriksaan kegiatan pengabdian masyarakat ini, dari 24 peserta yang Sebagian besar pesertanya lansia, terdapat peserta yang tekanan darahnya tinggi sebanyak 6 orang dan yang tekanan darahnya normal sebanyak 18 orang. Kesimpulan dari pengabdian masyarakat ini adalah kegiatan pemeriksaan Kesehatan gratis ini mendapatkan sambutan yang baik dari aparat desa maupun warga di Lingkungan Pattitangngang Kabupaten Takalar dan harapannya agar kegiatan seperti ini dapat dilakukan secara rutin tiap bulannya, dan bagi peserta yang memiliki tekanan darah yang tinggi segera memeriksakan ke puskesmas terdekat.

Published by:



Copyright © 2023 The Author(s)
This article is licensed under CC BY 4.0 License



Pendahuluan

Keberhasilan pembangunan yang meliputi berbagai aspek kehidupan masyarakat tidak bisa terlepas dari keberhasilan pembangunan di bidang kesehatan. Pembangunan di bidang kesehatan salah satunya adalah meningkatkan mutu sumber daya manusia dan lingkungan yang saling mendukung dengan pendekatan paradigma sehat yang memberikan prioritas pada upaya peningkatan kesehatan serta diarahkan untuk meningkatkan kesadaran, kemauan dan kemampuan hidup sehat bagi setiap orang agar peningkatan derajat kesehatan masyarakat yang setinggi-tingginya dapat terwujud (Sulistyawati dan Hernawan, 2020).

Istilah kesehatan pada dasarnya berasal dari kata sehat yang artinya terbebas dari segala gangguan atau pun penyakit baik penyakit fisik maupun psikis. Jika diartikan dari kata dasarnya, maka kesehatan merupakan kondisi atau pun keadaan yang menggambarkan tubuh yang terbebas dari segala penyakit atau pun gangguan fisik atau pun psikis (Depkes RI, 2013).

Kebugaran jasmani merupakan salah satu tolak ukur kesehatan pada sekelompok masyarakat terutama pada dewasa awal. Dewasa awal memiliki kebugaran jasmani yang tinggi selain sehat juga dapat melakukan aktivitas sehari-hari secara mandiri. Seseorang dikatakan memiliki tingkat kebugaran jasmani yang optimal jika melakukan aktivitas yang melelahkan dan berat tidak akan merasa lelah. Tingkat kebugaran jasmani seseorang bisa dilihat dari aktivitas seperti, mahasiswa yang mengikuti aktivitas perkuliahan membutuhkan kebugaran jasmani untuk mendukung proses belajar mengajar di kampus secara optimal. Kebugaran jasmani memiliki arti kemampuan tubuh dalam melakukan aktivitas sehari-hari tanpa kelelahan dan masih cukup energi baik untuk waktu luang maupun keperluan mendadak (Ifadah dan Thika, 2019).

Lingkungan Patitangngang merupakan salah satu daerah yang ada Kabupaten Takalar, Provinsi Sulawesi Selatan. Rutinitas sehari-hari masyarakat yaitu nelayan dan tambak ikan bahkan sebagian sebagai petani rumput laut. Faktor jauhnya pusat kesehatan menyebabkan sebagian warga kurang memperhatikan kesehatannya. Dengan demikian penyakit yang muncul seakan akan datang mendadak, padahal penyakit generatif sudah dapat terdeteksi secara dini seiring dengan berlanjutnya usia masyarakat produktif. Kenaikan tekanan darah disebut hipertensi yang dapat diukur dengan alat. Penyakit hipertensi menimbulkan kecacatan permanen, kematian mendadak dan yang berakibat sangat fatal. Untuk meningkatkan kualitas hidup agar tidak menimbulkan masalah di

masyarakat perlu upaya pencegahan dan penanggulangan hipertensi dimulai dengan meningkatkan kesadaran masyarakat dan perubahan pola hidup ke arah yang lebih sehat (Suryani dkk., 2020).

Hipertensi merupakan salah satu penyakit tidak menular yang menjadi masalah kesehatan yang sangat serius. Hipertensi atau tekanan darah tinggi adalah suatu peningkatan abnormal tekanan darah dalam pembuluh darah arteri secara terus menerus lebih dari suatu periode. Menurut WHO, batasan tekanan darah yang masih dianggap normal adalah 140/90 mmHg, sedangkan tekanan darah $\geq 160/95$ mmHg dinyatakan sebagai Hipertensi. Tekanan darah di antara normotensi dan Hipertensi disebut *borderline hypertension* (Garis Batas Hipertensi). Batasan WHO tersebut tidak membedakan usia dan jenis kelamin (Alamsyah, dkk., 2021).

Menurut teori kesehatan masyarakat, ada empat macam metode dalam penanggulangan masalah kesehatan, yaitu promotif, preventif, kuratif, dan rehabilitatif. Promotif yaitu usaha pembelajaran kepada masyarakat dalam peningkatan derajat kesehatan. Preventif sebuah usaha dalam pencegahan penyakit atau masalah kesehatan lain. Kuratif yaitu usaha dalam pengobatan, dan rehabilitatif yaitu memiliki sifat pemulihan. Kurangnya kesadaran masyarakat untuk melakukan pemeriksaan kesehatan rutin untuk mencegah penyakit masih kurang. Bahkan masih banyak masyarakat yang belum mengetahui golongan darahnya (Maelaningsih, dkk., 2020).

Pemeriksaan umum/chekup sangatlah penting di lakukan secara rutin karena mencegah lebih baik daripada mengobati. Pasalnya, meski sehat itu mahal tapi biaya berobat saat sakit bisa lebih menguras dompet. Mencegah risiko penyakit sedini mungkin bisa dilakukan dengan pemeriksaan kesehatan rutin, yang biasa disebut *medical checkup* (Abiyoga, 2020).

METODE

Pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat pada tanggal 24 Juni 2023 dan tempat pengabdian adalah di Lingkungan Pattitangngang, Kabupaten Takalar, Provinsi Sulawesi Selatan . Penyuluhan disampaikan kepada masyarakat dengan metode ceramah. Pelaksanaan kegiatan ini melibatkan mahasiswa Politeknik Kesehatan Megarezky berjumlah 2 orang yang langsung ikut melakukan pemeriksaan kesehatan kepada masyarakat.

Sasaran dari pengabdian masyarakat ini adalah semua warga Lingkungan Pattitanggang, Kabupaten Takalar, Provinsi Sulawesi Selatan. Metode pelaksanaan kegiatan yang dilakukan yaitu penyuluhan kesehatan dan pemeriksaan tekanan darah yang dilakukan secara gratis.

Tahapan yang dilakukan sebelum melakukan kegiatan pengabdian masyarakat ini yaitu:

1. Penjajakan
 - a. Pengecekan Lokasi
 - b. Pengecekan Jumlah Warga
 - c. Identifikasi Kebutuhan Penyuluhan
 - d. Identifikasi Kebutuhan Pemeriksaan Kesehatan
2. Pelaksanaan Pengabdian
 - a. Penyuluhan Kesehatan kepada Masyarakat
 - b. Pemeriksaan Tekanan Darah Gratis.

HASIL DAN PEMBAHASAN

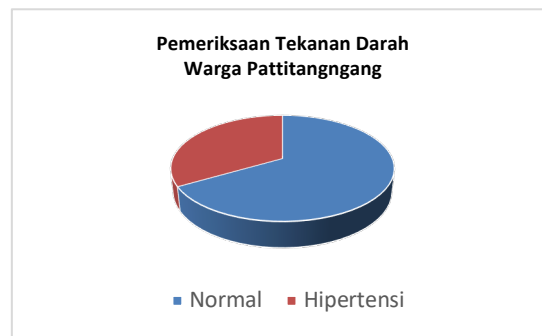
Pengabdian masyarakat telah dilaksanakan pada tanggal 24 Juni 2023. Berdasarkan hasil kegiatan pengabdian masyarakat yang telah dilakukan, maka dapat dijelaskan sebagai berikut: pelaksanaan kegiatan penyuluhan dan pemeriksaan Kesehatan gratis ini dilakukan di Masjid Lingkungan Pattitanggang Kabupaten Takalar, Provinsi Sulawesi Selatan yang dihadiri 24 Warga yang merupakan warga lingkungan tersebut.



Gambar 1. Pemeriksaan Tekanan Darah

Tujuan dari kegiatan pemeriksaan Kesehatan gratis ini adalah meningkatkan pengetahuan dan kesadaran warga tentang pentingnya pencegahan penyakit khususnya Hipertensi. Kegiatan pemeriksaan kesehatan gratis ini disambut antusias oleh warga maupun aparat kelurahan setempat dan mereka berharap kegiatan ini dapat dilakukan secara berkelanjutan bahkan bisa diadakan kelas bulanan.

Kegiatan dihadiri 24 warga yang didominasi oleh kelompok dewasa dan lansia. Rendah tingkat pengetahuan lansia tentang penyakit hipertensi dapat disebabkan beberapa faktor yaitu pendidikan, umur, dan pekerjaan bahkan makanan. Tidak sedikit dari mereka yang suka mengkonsumsi makanan yang manis-manis, berlemak dan berkafein secara berlebihan sehingga terjadi penyakit hipertensi.



Gambar 2. Diagram Pemeriksaan Tekanan Darah Warga Pattitangngang

Tujuan dari kegiatan penyuluhan telah tercapai, diketahui dari evaluasi yang dilakukan melalui tanya jawab dan edukasi kepada masyarakat bahwa sudah paham tentang pentingnya pemeriksaan kesehatan secara rutin, Sedangkan sasaran dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang dilakukan oleh Dosen Politeknik Kesehatan Megarezky juga telah tercapai. Namun kelanjutan dari kegiatan perlu dipantau dan diperhatikan agar masyarakat lingkungan Pattitangngang agar selalu patuh untuk memeriksa kesehatannya secara rutin, dalam pemantauan ini kami melibatkan kepala dusun tersebut.

KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian berjalan dengan baik dengan mendapatkan bantuan dari pihak pemerintah setempat. Jumlah masyarakat yang datang sebanyak 24 orang, mereka yang datang tidak hanya yang sehat melainkan memiliki penyakit Hipertensi. Awalnya masyarakat enggan melakukan pemeriksaan kesehatan secara rutin namun setelah dilakukan pengabdian masyarakat tentang pentingnya kesehatan dan pemeriksaan

kesehatan secara rutin, masyarakat mengatakan mau melakukan pemeriksaan kesehatan rutin di fasilitas kesehatan terdekat.

Dengan adanya kegiatan pengabdian masyarakat, pemeriksaan kesehatan ini menjadi acuan untuk memicu kesadaran masyarakat pattitangngang untuk lebih peduli terhadap kesehatan dengan melakukan pemeriksaan kesehatan secara rutin dan menjaga pola makan. Kegiatan pengabdian masyarakat ini semoga menjadi wadah yang baik bagi masyarakat lingkungan Pattitangngang terutama bagi penderita penyakit Hipertensi untuk memotivasi diri menjaga kondisi kesehatan agar lebih terkontrol.

SARAN

Diharapkan kepada masyarakat lingkungan Pattitangngang untuk saling mengingatkan sesama dan memeriksa kesehatan secara rutin yang gunanya untuk mengontrol kesehatan, Jika fasilitasnya di kelurahan kurang maksimal maka masyarakat bisa pergi ke Puskesmas Kecamatan untuk memeriksakan kesehatannya secara rutin.

Referensi

- Abiyoga A. 2020. *Promosi dan Manfaat Pemeriksaan Kesehatan*. Pengabdian Masyarakat. Published online:1-6.
- Alamsyah A, Ikhtiaruddin I, Priwahyuni Y, VGB C. 2021. *Peningkatan Pengetahuan Masyarakat Dalam Pencegahan Hipertensi Serta Pengukuran Tekanan Darah Untuk Deteksi Dini Hipertensi*. Jurnal Pengabdian Kesehatan Komunitas.1(1): hal 10-19.
- Depkes RI. 2013. *Riset Kesehatan Dasar*. Jakarta : Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian RI.
- Ifadah, E., Thika M., 2019. *Pemeriksaan Kesehatan Tekanan Darah Dan Glukosa Darah (DM) Gratis Di Wilayah Kampung Sawah Lebak Wangi Jakarta Selatan*. Jurnal Pelayanan dan Pengabdian Masyarakat, Vol. 3, No.1 1-7.
- Maelaningsih, F. S., Sari, D. P., & Juwita T. 2020. *Pemeriksaan Kesehatan serta Pengobatan Gratis di Kelurahan Tukmudal Kecamatan Sumber Kabupaten Cirebon*. Jurnal Abdi Masyarakat, 1(1), 100–107.
- Sulistyawati E., T., Hernawan I., 2020. *Peningkatan kesehatan dengan pemeriksaan kesehatan gratis bagi warga dusun panggungan rw 33 trihanggo, gamping, sleman yogyakarta*. Jurnal Pengabdian Masyarakat Karya Husada. Vol. 2(2) 1-5.
- Suryani M.F. Situmeang, Dewi S., Suparni. 2020. *Penyuluhan dan pemeriksaan kesehatan (tensi darah, hb, kolesterol, gula darah, asam urat) di desa telaga sari tanjung*

morawa. Jurnal Mitra Prima (Jmp) Univeristas Prima Indonesia Medan. Vol 3 No 1. 1-5.