



SKRINING GULA DARAH DAN TEKANAN DARAH SEBAGAI UPAYA PENCEGAHAN PENYAKIT TIDAK MENULAR DI GOR AGUS SALIM PADANG

¹⁾Maisharoh, ²⁾Dian Sari, ³⁾Yulfa Yulia, ⁴⁾Yanti Desnita Tasri, ⁵⁾Ramadhani, ⁶⁾Mila Sari, ⁷⁾Satrio Bhagas, ⁸⁾Geby, ⁹⁾Vira

⁽¹⁾ D4 Manajemen Informasi Kesehatan, STIKES Dharma Landbouw Padang, Jln.S.Parman No.120 Lolong Belanti Padang (Maisharoh)
email: maisweetz86@gmail.com

⁽²⁾ D3 Rekam Medis dan Informasi Kesehatan, STIKES Dharma Landbouw Padang, Jln.S.Parman No.120 Lolong Belanti Padang (Dian Sari)
email: dian_sari83@yahoo.co.id

ABSTRAK

Penyakit tidak menular (PTM) seperti diabetes melitus dan hipertensi merupakan penyebab utama morbiditas dan mortalitas di Indonesia. Deteksi dini melalui skrining gula darah dan tekanan darah menjadi langkah strategis dalam upaya promotif dan preventif untuk menekan angka kejadian PTM. Kegiatan ini bertujuan sebagai upaya pencegahan PTM pada masyarakat. Kegiatan pengabmas dilaksanakan selama satu hari tanggal 27 April 2025 dan melibatkan dosen dan mahasiswa. Berdasarkan hasil penyuluhan dan pemeriksaan kesehatan, ditemukan bahwa 10 orang berada dalam kategori prehipertensi, 31 orang normal dan 4 orang teridentifikasi hipertensi (baik yang sudah mengetahui kondisinya maupun yang belum). Sementara itu, hasil pemeriksaan gula darah acak menunjukkan 10 orang dengan kadar > 200 mg/dl. Temuan ini menunjukkan bahwa masih banyak individu yang berisiko mengalami PTM tanpa disadari. Oleh karena itu, skrining sederhana sangat efektif dalam mendeteksi dini faktor risiko PTM. Ke depan, diharapkan seluruh masyarakat dapat lebih menjaga kesehatannya guna meningkatkan usia harapan hidup.

Kata kunci: Gula Darah, Skrining, Tekanan Darah

ABSTRACT

Non-communicable diseases (NCDs), such as diabetes mellitus and hypertension, are the leading causes of morbidity and mortality in Indonesia. Early detection through blood glucose and blood pressure screening is a strategic promotive and preventive effort to reduce the incidence of NCDs. This activity was conducted as a preventive measure against NCDs in the community. The community service activity was carried out over one day 27 April 2025 and involved both lecturers and students. Based on the results of health education and medical check-ups, 10 individuals were found to be in the prehypertensive category, 31 had normal blood pressure, and 4 were identified as hypertensive (some were already aware of their condition, while others were not). In addition, random blood glucose examinations showed that 10 individuals had levels exceeding 200 mg/dL. These findings indicate that many individuals are at risk of NCDs without realizing it. Therefore, simple screening methods are highly effective for early detection of NCD risk factors. In the future, it is expected that the community will be more proactive in maintaining their health in order to increase life expectancy.

Keywords: blood glucose, screening, blood pressure

PENDAHULUAN

Penyakit Tidak Menular (PTM) seperti diabetes melitus dan hipertensi telah menjadi tantangan kesehatan masyarakat yang signifikan di Indonesia. Kedua kondisi ini

tidak hanya menyebabkan morbiditas dan mortalitas yang tinggi tetapi juga menimbulkan beban ekonomi yang besar bagi individu dan sistem kesehatan nasional. Menurut Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023, prevalensi hipertensi pada penduduk

usia di atas 18 tahun mencapai 30,8%, menunjukkan penurunan dari 34,1% pada tahun 2018. Meskipun demikian, angka ini masih tergolong tinggi dan memerlukan perhatian serius. (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2024)

Di sisi lain, jumlah penderita diabetes di Indonesia juga menunjukkan tren peningkatan. Data dari Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan mencatat bahwa pada tahun 2021, jumlah pasien diabetes mencapai 19,5 juta dan diperkirakan akan meningkat menjadi 21,3 juta pada tahun 2024. Peningkatan ini sebagian besar disebabkan oleh perubahan gaya hidup, termasuk pola makan tidak sehat, kurangnya aktivitas fisik, dan stres yang berkepanjangan. (Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan, 2024).

Salah satu tantangan utama dalam penanganan PTM adalah bahwa banyak individu tidak menyadari bahwa mereka menderita kondisi tersebut hingga muncul komplikasi serius. Hal ini disebabkan oleh sifat PTM yang sering kali tidak menunjukkan gejala pada tahap awal. Oleh karena itu, skrining kesehatan menjadi strategi penting dalam mendeteksi dini PTM dan mencegah perkembangan penyakit ke tahap yang lebih parah. (Nugroho., 2021)

Kementerian Kesehatan Indonesia telah mengimplementasikan berbagai program untuk meningkatkan deteksi dini PTM. Salah satunya adalah penggunaan Aplikasi Sehat IndonesiaKu (ASIK) yang memungkinkan pencatatan hasil skrining PTM secara digital dan pengiriman notifikasi hasil skrining kepada masyarakat melalui WhatsApp. (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2024)

GOR Haji Agus Salim sering menjadi pusat kegiatan olahraga dan rekreasi masyarakat Padang, terutama pada akhir pekan. Selain sebagai tempat pertandingan, area sekitar stadion juga ramai dengan aktivitas kuliner dan kegiatan sosial lainnya. Upaya dari pemerintah sekitar sudah dilakuakn salah satunya mengadakan penyuluhan ditempat tersebut.

Namun, meskipun terdapat upaya dari pemerintah, partisipasi masyarakat dalam

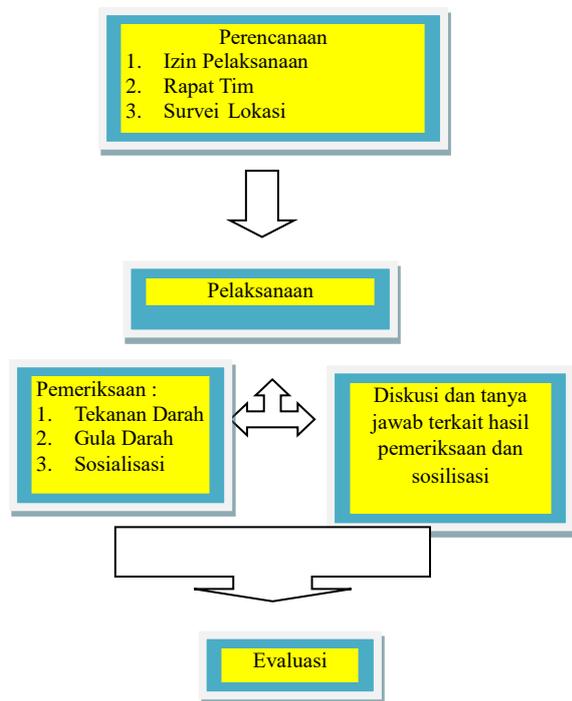
program skrining masih perlu ditingkatkan. Banyak individu, terutama di daerah terpencil atau dengan akses terbatas ke fasilitas kesehatan, belum mendapatkan pemeriksaan rutin untuk gula darah dan tekanan darah. Selain itu, kurangnya kesadaran tentang pentingnya deteksi dini dan pencegahan PTM juga menjadi hambatan dalam pelaksanaan program skrining.

Kegiatan skrining tidak hanya bermanfaat untuk individu yang diperiksa tetapi jugabagi keluarga. Data yang diperoleh dapat digunakan untuk mengidentifikasi kelompok berisiko tinggi dan merancang intervensi yang lebih tepat sasaran. Selain itu, keterlibatan langsung dengan masyarakat memungkinkan pengumpulan informasi tentang faktor-faktor risiko yang spesifik di komunitas tersebut, seperti kebiasaan makan, tingkat aktivitas fisik, dan faktor lingkungan.

Selain pemeriksaan fisik, kegiatan PKM ini meliputi sesi edukasi tentang gaya hidup sehat, termasuk pentingnya pola makan seimbang, aktivitas fisik teratur, dan manajemen stres. Edukasi ini penting untuk memberdayakan masyarakat dalam mengambil keputusan yang lebih baik terkait kesehatan mereka.

METODE

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini menggunakan metode pemeriksaan secara langsung dan tanya jawab. Dalam perencanaan dan persiapan kegiatan, pelaksana mengidentifikasi point yang akan dijelaskan berkaitan dengan pemeriksaan kesehatan dalam rangka meningkatkan pemahaman dan partisipasi masyarakat dalam melakukan cek kesehatan secara rutin untuk mencegah penyakit tidak menular. Kegiatan pemeriksaan dan penyuluhan dilakukan di GOR Agus Salim Padang pada bulan April 2025. Kegiatan dihadiri oleh dosen, dan mahasiswa. Adapun alur kegiatan yang dilakukan adalah sebagai berikut:



Gambar 1. Alur Kegiatan

HASIL

Kegiatan pengabdian masyarakat dengan judul “Skrining Gula Darah dan Tekanan Darah sebagai Upaya Pencegahan Penyakit Tidak Menular di GOR Agus Salim Padang”, telah dilaksanakan pada hari Minggu 27 April 2025 pukul 07.00-selesai. Jumlah masyarakat yang hadir dan melakukan pemeriksaan kesehatan 54 orang. Antusiasnya sangat membantu jalannya program ini. Dari hasil anamnesa yang dilakukan di dapatkan ada beberapa dari masyarakat yang memiliki riwayat gula darah, hipertensi.

Berikut tabel nilai normal tekanan darah

Kategori	Sistolik (mmHg)	Diastolik (mmHg)
Normal	<120	<80
Pre Hipertensi	120-139	80-90
Hipertensi Derajat 1	140-159	90-99
Hipertensi Derajat 2	≥160	≥100

Nilai normal untuk kadar gula darah puasa adalah < 126 mg/dl sedangkan untuk kadar gula darah sewaktu adalah < 200 mg/dl. Dari hasil anamnesa yang dilakukan di dapatkan ada beberapa dari masyarakat yang memiliki riwayat gula darah, hipertensi. Faktor resiko besar mengalami hipertensi dan penyakit gula darah yaitu pola hidup yang kurang baik. Pada saat kegiatan dimulai masyarakat yang datang diarahkan untuk melakukan pendaftaran, setelah itu dilakukan pengukuran tekanan darah, pemeriksaan glukosa darah dengan menggunakan metode stick. Kemudian setelah dilakukan pemeriksaan masyarakat membawa hasil pemeriksaan yang diberikan informasi pengetahuan terhadap hasil pemeriksaan tentang resiko komplikasi yang dapat ditimbulkan apabila kadar glukosa darah, asam urat dan tekanan darah di atas ambang normal.



Gambar 2. Poster



Gambar 3 Pemeriksaan Kesehatan

PEMBAHASAN

Kegiatan skrining yang dilakukan di GOR Agus Salim Padang ditujukan kepada masyarakat umum, baik yang sudah berisiko maupun yang belum memiliki keluhan kesehatan. Pemeriksaan yang dilakukan meliputi pengukuran tekanan darah dan gula darah kapiler, serta penyuluhan tentang faktor risiko dan pencegahan PTM. Hasil dari kegiatan menunjukkan bahwa sebagian besar peserta memiliki tekanan darah dalam kategori pre-hipertensi dan kadar gula darah di atas nilai normal. Temuan ini menegaskan bahwa banyak masyarakat yang berpotensi mengembangkan PTM namun belum menyadarinya.

Salah satu keunggulan dari kegiatan skrining ini adalah kemudahan akses. GOR Agus Salim merupakan lokasi publik yang strategis, banyak dikunjungi masyarakat, dan memiliki fasilitas yang memadai. Hal ini membuat proses pelayanan berjalan lancar dan menjangkau target sasaran yang lebih luas. Selain itu, kegiatan ini juga dimanfaatkan sebagai sarana edukasi kesehatan. Masyarakat tidak hanya diperiksa, tetapi juga diberikan penjelasan tentang gaya hidup sehat, pentingnya aktivitas fisik, pola makan seimbang, dan pemeriksaan kesehatan secara berkala.

Dalam pelaksanaannya, skrining kesehatan tidak hanya sekedar mengukur nilai tekanan darah atau gula darah, tetapi juga berfungsi sebagai titik masuk (entry point) untuk mengubah perilaku kesehatan masyarakat. Melalui interaksi langsung antara tim kesehatan dan peserta, terbangun komunikasi yang memungkinkan transfer pengetahuan secara langsung. Hal ini sangat penting karena salah satu penyebab utama tingginya angka PTM adalah rendahnya literasi kesehatan di kalangan masyarakat.

Hasil evaluasi dari kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan peserta mengenai risiko dan tanda-tanda awal PTM. Sebagian besar peserta menyatakan baru pertama kali melakukan pemeriksaan gula darah dan tekanan darah, dan setelah mendapat

hasil, mereka mengaku terdorong untuk melakukan kontrol kesehatan secara rutin. Ini membuktikan bahwa kegiatan skrining berbasis komunitas dapat menjadi jembatan penting untuk memperkuat perilaku hidup sehat.

Menurut (Maisharoh, dkk, 2022) Cek kesehatan merupakan pemeriksaan yang difokuskan pada upaya pencegahan primer dan sekunder, yaitu mendeteksi berbagai faktor kesehatan secara menyeluruh yang dapat menimbulkan penyakit tertentu di kemudian hari. Harapan dari melakukan cek kesehatan adalah mengetahui berbagai faktor risiko penyakit

sehingga dapat mencegah penyakit tersebut dengan melakukan perubahan - perubahan, misalnya mengubah kebiasaan merugikan tubuh dan mungkin juga bantuan obat-obatan. Angka lansia yang tinggi diindikasikan dengan tingginya angka kejadian penyakit kronik di suatu tempat.

Namun, kegiatan ini juga menghadapi beberapa tantangan. Salah satunya adalah keterbatasan alat dan logistik untuk pemeriksaan massal, serta belum semua peserta bersedia melakukan tindak lanjut ke fasilitas kesehatan setelah mengetahui hasil pemeriksaan abnormal. Kegiatan ini juga mendukung upaya pemerintah dalam menjalankan program Indonesia Sehat melalui pendekatan keluarga dan pemanfaatan teknologi. Aplikasi Sehat IndonesiaKu (ASIK) misalnya, memungkinkan hasil skrining dicatat dan dilaporkan secara digital.

Berdasarkan hasil penyuluhan dan pemeriksaan kesehatan didapatkan yang prehipertensi sebanyak 10 orang, normal 31, hipertensi 4 orang (ada yang sudah mengetahui dan ada yang belum), hasil Gula darah acak > 200mg/dl 10 orang Kedepan diharapkan agar semua dapat menjaga kesehatan guna meningkatkan usia harapan hidup. Kegiatan pengabmas dilaksanakan selama 1 hari dengan melibatkan 4 (empat) orang mahasiswa untuk membantu dalam pelaksanaan kegiatan.

SIMPULAN

Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat dapat diselenggarakan dengan baik dan berjalan dengan lancar sesuai dengan rencana yang telah disusun. Motivasi dari masyarakat mendengarkan pemberian materi yang sangat baik dan memberikan kontribusi yang bagus untuk kelancaran pemaparan materi berlangsung. Setelah dilakukan pemeriksaan kesehatan terjadi peningkatan pengetahuan tentang manfaat pentingnya melakukan pemeriksaan kesehatan secara dini, mengetahui status kesehatan nya setelah dilakukan pemeriksaan.

DAFTAR PUSTAKA

- Aini, 2016, Hubungan Merokok Dengan Tingkat Hipertensi Pada Laki-Laki Usia 40 Tahun Keatas Di Poli Dalam Rsud Kabupaten Brebes, <http://stikeswh.ac.id:8082/journal/index.php/jners/article/view/167>, DOI:10.33666/jners.v3i1.167, diakses 27 Oktober 2022.
- Alimansur, M., 2017, Pengaruh Peningkatan Kadar Kolesterol Dan Glukosa Darah Terhadap Pulse Pressure Penderita Hipertensi, <http://jurnal.stikeswilliambooth.ac.id/index.php/d3kep/article/view/76/69>, 15 Oktober 2022 Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2024). Diakses dari: <https://sehatnegeriku.kemkes.go.id>
- Katadata.(2023). *Prevalensi Hipertensi dan Diabetes Melitus di Indonesia Meningkat*. Diakses dari: <https://databoks.katadata.co.id>
- Maisharoh M, Sari D, Rahmadhani R, Rahma A, Fianika F. Pemeriksaan dan Penyuluhan Kesehatan di Pantai Air manis Padang. *Jurnal Salingka Abdimas*. 2022 Dec 8;2(2):152-7.
- Nugroho, H. S. W., & Pradanie, R. (2021). *Peran Skrining Tekanan Darah dalam Deteksi Dini Hipertensi di Masyarakat*. *Jurnal Kesehatan Masyarakat (e-Journal)*, 9(3), 210–218.
- Sari, D. P., & Yuliyanti, D. (2020). *Pentingnya Deteksi Dini Gula Darah dalam*

Mencegah Diabetes Melitus. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 15(2), 145–152.

Diakses dari

<https://jurnal.ilmukesehatan.id/>

Soegijanto, S. (2017). *Penyakit Tidak Menular: Tantangan Baru Sistem Kesehatan Indonesia*. Surabaya: Airlangga University Press

Wasathon. (2025). *Skrining PTM dan Edukasi Gaya Hidup Sehat di Masyarakat*

World Health Organization. (2020). *Hypertension*. Geneva: WHO. Diakses dari <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/hypertension>