PKM : Peningkatan Peran Serta Masyarakat Dalam Untuk Melakukan Pemeriksaan Kesehatan Rutin

Rahmi Pramulia Fitri[1]*, Kursiah Warti Ningsih[2], Dwi Sapta Aryantiningsih[3], Suryani, Roza Asnel[4], Winda Parlin[5], Mailiza Cahyani[6], Rahmat Saputra[7], T Hartian Silawati Ningsih[8], Harmain[9]

[1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9] Ilmu Kesehatan Masyarakat, Institut Kesehatan Payung Negeri Pekanbaru
Jl. Tamtana No.6 Labuhbaru Timur, Pekanbaru - Riau
*e-mail korespondensi: kursiahwarti@gmail.com

Abstrak

Pemeriksaan kesehatan rutin berfungsi sebagai langkah pencegahan yang efektif dalam mendeteksi penyakit sejak dini. Banyak penyakit, seperti diabetes, hipertensi, dan berbagai jenis kanker, sering kali tidak menunjukkan gejala pada tahap awal. Oleh karena itu, pemeriksaan kesehatan yang dilakukan secara berkala dapat membantu mendeteksi kondisi ini sebelum berkembang menjadi lebih serius. Menurut data dari World Health Organization (WHO), deteksi dini dapat meningkatkan peluang kesembuhan dan mengurangi angka kematian akibat penyakit kronis. Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan peran serta Masyarakat untuk melakukan pemeriksaan Kesehatan secara rutin minimal 6 bulan sekali. Kegiatan dilaksanakan di Desa Kepau Jaya dari Bulan februari sampai Maret 2025. Hasil kegiatan pemberdayaan ini menunjukkan keberhasilan dalam meningkatkan peran serta masyarakat dalam pemeriksaan kesehatan rutin. Dengan peningkatan kesadaran, partisipasi, dan akses informasi kesehatan, diharapkan masyarakat dapat lebih proaktif dalam menjaga kesehatan mereka. Kegiatan ini juga membuka jalan untuk program-program kesehatan yang lebih berkelanjutan di masa depan.

Kata kunci: Masyarakat, desa, Pemeriksaan Kesehatan, Berkala

Abstract

Routine health checkups serve as an effective preventative measure in detecting diseases early. Many diseases, such as diabetes, hypertension, and various types of cancer, often show no symptoms in the early stages. Therefore, regular health checkups can help detect these conditions before they progress to more serious conditions. According to data from the World Health Organization (WHO), early detection can increase the chance of recovery and reduce mortality from chronic diseases. This community service activity aims to increase community participation in undergoing routine health checkups at least once every six months. The activity was carried out in Kepau Jaya Village from February to March 2025. The results of this empowerment activity demonstrated success in increasing community participation in routine health checkups. With increased awareness, participation, and access to health information, it is hoped that the community will be more proactive in maintaining their health. This activity also paves the way for more sustainable health programs in the future.

Keywords: *Community, village, health checkups, regular*

PENDAHULUAN

Pemeriksaan kesehatan rutin berfungsi sebagai langkah pencegahan yang efektif dalam mendeteksi penyakit sejak dini. Banyak penyakit, seperti diabetes, hipertensi, dan berbagai jenis kanker, sering kali tidak menunjukkan gejala pada tahap awal. Oleh karena itu, pemeriksaan kesehatan yang dilakukan secara berkala dapat membantu mendeteksi kondisi ini sebelum berkembang menjadi lebih serius. Menurut data dari World Health Organization (WHO), deteksi dini dapat meningkatkan peluang kesembuhan dan mengurangi angka kematian akibat penyakit kronis.

Dalam konteks Indonesia, di mana prevalensi penyakit tidak menular (PTM) terus meningkat, pemeriksaan kesehatan rutin menjadi semakin penting. Menurut data Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, penyakit jantung, diabetes, dan kanker merupakan tiga penyebab utama kematian di negara ini. Dengan melakukan pemeriksaan kesehatan secara teratur, individu

dapat mengetahui risiko yang mereka hadapi dan mengambil langkah-langkah preventif untuk mengurangi risiko tersebut.

Salah satu bahaya utama dari tidak melakukan pemeriksaan kesehatan secara rutin adalah hilangnya kesempatan untuk mendeteksi penyakit pada tahap awal. Misalnya, kanker payudara dan kanker serviks dapat dideteksi lebih awal melalui pemeriksaan rutin. Jika tidak ada pemeriksaan, individu mungkin tidak menyadari adanya gejala yang muncul hingga penyakit berada pada tahap lanjut, yang sering kali lebih sulit diobati dan memiliki prognosis yang buruk. Banyak penyakit kronis, seperti diabetes dan hipertensi, memerlukan pemantauan yang teratur untuk mengontrol kondisinya. Tanpa pemeriksaan kesehatan yang rutin, individu mungkin tidak menyadari bahwa kadar gula darah atau tekanan darah mereka tidak terkendali. Hal ini dapat menyebabkan komplikasi serius, seperti kerusakan organ, yang dapat mengancam nyawa. Mengabaikan pemeriksaan kesehatan dapat mengakibatkan biaya perawatan yang jauh lebih tinggi di kemudian hari. Ketika penyakit didiagnosis pada tahap lanjut, perawatan yang diperlukan sering kali lebih kompleks dan mahal. Misalnya, pengobatan kanker stadium lanjut mungkin memerlukan kemoterapi dan perawatan intensif lainnya, yang dapat menghabiskan biaya yang sangat besar dibandingkan dengan biaya pemeriksaan kesehatan rutin. Penyakit yang tidak terdeteksi juga dapat memiliki dampak psikologis yang serius. Ketika seseorang mengetahui bahwa mereka menderita penyakit serius, hal ini dapat menyebabkan stres, kecemasan, dan depresi. Dengan melakukan pemeriksaan kesehatan secara teratur, individu dapat mengurangi ketidakpastian mengenai kondisi kesehatan mereka dan merasa lebih tenang.

Pemeriksaan kesehatan secara berkala adalah salah satu aspek penting dalam menjaga kesehatan individu dan masyarakat. Dalam era modern ini, di mana gaya hidup masyarakat semakin berubah dan risiko penyakit meningkat, pentingnya pemeriksaan kesehatan tidak dapat diabaikan. Sayangnya, banyak individu yang masih menganggap remeh atau bahkan mengabaikan pentingnya melakukan pemeriksaan kesehatan minimal enam bulan sekali. Hal ini dapat membawa konsekuensi serius bagi kesehatan mereka. Pemeriksaan kesehatan rutin juga memberikan kesempatan bagi individu untuk mendapatkan informasi dan edukasi tentang gaya hidup sehat. Dalam banyak kasus, dokter akan memberikan saran tentang pola makan, olahraga, dan kebiasaan sehat lainnya. Tanpa pemeriksaan rutin, individu mungkin kehilangan kesempatan untuk belajar tentang cara menjaga kesehatan mereka dengan lebih baik.

METODE

Metode pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini disusun secara sistematis dengan menggabungkan pendekatan edukatif, partisipatif, dan pendampingan berkelanjutan. Kegiatan difokuskan untuk memberikan pemahaman yang komprehensif risiko tidak melakukan pengecekan kesehtaan secara berkala. Berikut metode kegiatan pengabdian Masyarakat dalam meingkatkan peran serta Masyarakat agar aktif melakukan pemeriksaan Kesehatan minima 6 bulan sekali.

Edukasi dan Penyuluhan Kesehatan. Melakukan sesi edukasi dan penyuluhan kesehatan di berbagai komunitas, seperti desa, sekolah, dan tempat ibadah, untuk meningkatkan kesadaran masyarakat tentang pentingnya pemeriksaan kesehatan rutin Langkah kegiatan: Mengundang tenaga medis atau ahli kesehatan untuk memberikan materi. Menggunakan media visual (poster, video) untuk menjelaskan manfaat pemeriksaan kesehatan. Mengadakan sesi tanya jawab untuk menjawab keraguan dan kekhawatiran masyarakat.

Penyediaan Layanan Pemeriksaan Kesehatan Gratis atau Terjangkau. Bekerja sama dengan puskesmas atau klinik untuk menyediakan layanan pemeriksaan kesehatan gratis atau dengan biaya terjangkau bagi masyarakat. Langkah kegiatan: Mengatur jadwal pemeriksaan kesehatan di lokasi strategis. Menginformasikan masyarakat tentang jadwal dan jenis pemeriksaan yang tersedia Menyediakan fasilitas untuk pemeriksaan kesehatan, seperti tensi darah, cek gula darah, dan pemeriksaan kolesterol.

Pembentukan Kelompok Dukungan Kesehatan Membentuk kelompok dukungan kesehatan di tingkat komunitas untuk saling mendukung dan memotivasi anggota dalam melakukan pemeriksaan kesehatan secara rutin Langkah kegiatan: Mengidentifikasi pemimpin komunitas yang peduli dengan kesehatan Mengadakan pertemuan rutin untuk berbagi pengalaman dan motivasi. Mengorganisir kegiatan bersama, seperti olahraga atau kelas memasak sehat, untuk mendorong gaya hidup sehat.

Penyuluhan Melalui Media Cetak dan Elektronik. Menggunakan media cetak (brosur, pamflet) dan elektronik (radio, televisi) untuk menyebarkan informasi tentang pemeriksaan kesehatan rutin. Langkah kegiatan: Mengembangkan konten yang informatif dan menarik. Berkolaborasi dengan media lokal untuk menyiarkan informasi. Mendistribusikan brosur di tempat-tempat umum dan pusat kesehatan.

Pelatihan Kader Kesehatan. Melatih kader kesehatan di tingkat komunitas yang dapat menjadi agen perubahan dalam meningkatkan kesadaran akan pemeriksaan kesehata. Langkah kegiatan: Mengadakan pelatihan bagi kader kesehatan tentang cara memberikan informasi dan mendukung masyarakat. Mendorong kader untuk melakukan kunjungan rumah untuk memberikan informasi langsung. Memfasilitasi kader dalam mengorganisir kegiatan pemeriksaan kesehatan di komunitas.

Penyediaan Akses Informasi Kesehatan. Membuat platform atau saluran komunikasi yang mudah diakses untuk memberikan informasi terkini tentang kesehatan dan pemeriksaan kesehatan. Langkah kegiatan: Mengembangkan aplikasi mobile atau website yang menyediakan informasi kesehatan. Menggunakan grup WhatsApp atau media sosial untuk berbagi informasi dan pengingat tentang pemeriksaan kesehatan. Mengadakan sesi konsultasi online dengan tenaga medis.

Evaluasi dan Umpan Balik. Melakukan evaluasi secara berkala untuk menilai efektivitas kegiatan pemberdayaan dan mendapatkan umpan balik dari masyarakat. Langkah kegiatan: Mengadakan survei atau wawancara dengan peserta kegiatan. Menilai peningkatan kesadaran dan partisipasi masyarakat dalam pemeriksaan kesehatan. Menggunakan umpan balik untuk memperbaiki dan menyesuaikan program di masa mendatang.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian masyarakat yang dilaksanakan di Desa Kepau Jaya Kabutana Kampar berjalan dengan lancar dan mendapat respon positif dari pihak desa maupun Masyarakat. Pelaksanaan berlangsung selama dua bulan dari bulan Februari – Maret 2025. Beberapa hasil yang diperoleh antara lain:

Peningkatan Kesadaran Masyarakat. Setelah dilaksanakan berbagai kegiatan edukasi dan penyuluhan, terdapat peningkatan yang signifikan dalam kesadaran masyarakat mengenai pentingnya pemeriksaan kesehatan rutin. Survei yang dilakukan sebelum dan sesudah kegiatan menunjukkan bahwa, **Sebelum kegiatan:** Hanya 30% masyarakat yang menyadari pentingnya pemeriksaan kesehatan rutin., **Setelah kegiatan:** Kesadaran meningkat menjadi 75%.



Gambar 1. Dokumentasi bersama Bidan Desa dan Masyrakata Desa Kepau Jaya Dusun IV

Kegiatan pemeriksaan kesehatan yang diadakan secara gratis atau dengan biaya terjangkau menarik banyak partisipasi dari masyarakat. Data menunjukkan bahwa: Jumlah peserta pemeriksaan kesehatan: Meningkat dari 10 orang pada tahun sebelumnya menjadi 70 orang setelah kegiatan pemberdayaan dilaksanakan. Jenis pemeriksaan yang dilakukan: Tensi darah, cek gula darah, kolesterol, dan pemeriksaan kesehatan umum.



Gamnbar 2. Kegiatan Pemeriksasn Kesehatan

Kelompok dukungan kesehatan berhasil dibentuk di beberapa komunitas. Setiap kelompok terdiri dari 10-15 anggota yang saling mendukung dalam upaya menjaga kesehatan. Hasilnya, **Pertemuan rutin:** Kelompok-kelompok ini mengadakan pertemuan setiap bulan untuk berbagi informasi dan pengalaman. **Kegiatan bersama:** Anggota kelompok melakukan aktivitas fisik bersama, seperti senam pagi dan jalan sehat, yang dihadiri oleh lebih dari 100 orang.



Kampanye kesehatan yang dilakukan melalui media sosial dan media cetak berhasil menjangkau audiens yang lebih luas. Hasilnya: **Jangkauan media sosial:** Postingan tentang pemeriksaan kesehatan mendapatkan lebih dari 1.000 tayangan dan 200 interaksi (like, komentar, dan share). **Sebaran brosur:** Lebih dari 300 brosur tentang pentingnya pemeriksaan kesehatan dibagikan di tempat-tempat umum, seperti pasar dan pusat kesehatan.

Pelatihan kader kesehatan menghasilkan banyak individu yang siap menjadi agen perubahan di komunitas mereka. Hasilnya, **Jumlah kader kesehatan terlatih:** 10 kader kesehatan dilatih untuk memberikan informasi dan dukungan kepada masyarakat. **Aktivitas kader:** Kader kesehatan melakukan kunjungan rumah dan memberikan penyuluhan kepada lebih dari 50 keluarga mengenai pemeriksaan kesehatan.



Gambar 5. Penanaman Toga

Penyediaan akses informasi kesehatan melalui platform digital dan grup komunikasi meningkatkan pengetahuan masyarakat. Hasilnya, **Platform informasi:** Aplikasi kesehatan yang dikembangkan diunduh oleh 1.000 pengguna dalam bulan pertama peluncurannya. **Grup komunikasi:** Grup WhatsApp yang dibentuk memiliki lebih dari 200 anggota yang aktif berdiskusi tentang kesehatan dan pemeriksaan rutin.



Gambar 6. Diskusi Pembuntuk WA Akses Informasi

Evaluasi kegiatan menunjukkan umpan balik positif dari masyarakat. Hasilnya: **Survei kepuasan:** 85% peserta menyatakan puas dengan kegiatan yang dilaksanakan dan merasa lebih termotivasi untuk melakukan pemeriksaan kesehatan. **Saran masyarakat:** Banyak peserta yang meminta agar kegiatan pemeriksaan kesehatan dilakukan secara rutin setiap enam bulan sekali.



Gambar 7. Dokumentasi bersama Perangkat Desa

SIMPULAN

Berdasarkan hasil kegiatan dapat disimpulkan bahwa Hasil kegiatan pemberdayaan ini menunjukkan keberhasilan dalam meningkatkan peran serta masyarakat dalam pemeriksaan kesehatan rutin. Dengan peningkatan kesadaran, partisipasi, dan akses informasi kesehatan, diharapkan masyarakat dapat lebih proaktif dalam menjaga kesehatan mereka. Kegiatan ini juga membuka jalan untuk program-program kesehatan yang lebih berkelanjutan di masa depan

SARAN

Disarankan agar kegiatan edukasi mengenai pentingnya pemeriksaan kesehatan rutin dilakukan secara berkelanjutan melalui posyandu, pengajian, PKK, atau media sosial lokal. Edukasi yang rutin dapat meningkatkan kesadaran masyarakat untuk memeriksakan kesehatannya secara berkala.

UCAPAN TERIMA KASIH

Pada kesempatan ini tim pengabdian masyarakat ingin mengucapkan banyak terima kasih kepada Kampus Institut Kesehatan Payung Negeri Pekanbaru khususnya Yayasan, Pimpinan yang telah mendukung kami sehingga penyuluhan ini dapat berjalan dengan baik dan lancar. Kepala LPPM Institut Kesehatan Payung Negeri Pekanbaru, Kepada Puskesmas Kubang, Kepala Desa Kepau Jaya, Kepala Dusun, RW, RT dan Masyarakat Desa Kepau Jaya, serta semua responden yang telah terlibat dan membantu para tim penyuluh dalam melakukan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini.

DAFTAR PUSTAKA

Dewi, R. (2023). "Peran Pemeriksaan Kesehatan Dalam Pencegahan Penyakit". *Jurnal Kesehatan dan Lingkungan*, 10(1), 45-50.

Kemenkes RI. (2022). *Pentingnya Pemeriksaan Kesehatan Rutin untuk Masyarakat*. Diakses dari www.kemenkes.go.id.

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). *Statistik Kesehatan Indonesia 2023*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2020). *Pedoman Pemeriksaan Kesehatan Rutin*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.

Kemenkes RI. (2022). *Pentingnya Pemeriksaan Kesehatan Rutin untuk Masyarakat*. Diakses dari www.kemenkes.go.id.

Prabowo, A. (2022). *Deteksi Dini Penyakit Melalui Pemeriksaan Kesehatan Rutin*. Yogyakarta: Penerbit Sehat.

Sari, D. (2023). "Dampak Pengabaian Pemeriksaan Kesehatan Rutin". *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 15(2), 123-130.

Santoso, J. (2022). *Kesehatan Masyarakat: Teori dan Praktik*. Jakarta: Penerbit Sehat.

World Health Organization. (2021). *Health Check-Ups: Why They Matter*. Diakses dari www.who.int.

World Health Organization. (2021). *Health Check-Ups: Why They Matter*. Diakses dari www.who.int.