

Pelaksanaan Program "Cek Tensi dan Gula Darah Gratis" oleh KKN Kelompok 14 Universitas Abdurrah di Tembilahan

(*Implementation of the "Free Blood Pressure and Sugar Check" Program by KKN Group
14 of Abdurrah University in Tembilahan*)

Qonaah Ulfa Nurrahmah ^{1*}, Fitri Lestari ², Melvia Tri Yunita ³, Bintang Indragiri ⁴,
Luthfiyyah Ananda Putri ⁵, Suci Tiara Pertiwi ⁶, Mayada Fahrina ⁷, Epa Arnas ⁸,
Ridiani Maulia ⁹, Anindya Wulan ¹⁰, Tika Rahmawina ¹¹, Fitria Fitria ¹², Mawaddah
Muthia Amanda ¹³, Mutia Rahmawati ¹⁴, Muhammad Kevin Naufal Sakti ¹⁵, M.Daffa
Naufalsyah ¹⁶, Juliana Tanjung ¹⁷, Muh.Rizki ¹⁸, Tia Oktiani ¹⁹, Seri Widiyana ²⁰
¹⁻²⁰ Universitas Abdurrah, Indonesia

Alamat Kampus: Jl. Riau, Kota Pekanbaru, Riau, Indonesia

Korespondensi penulis: gonaahulfa@gmail.com*

Article History:

Received: Agustus 05, 2024;

Revised: Agustus 20, 2024;

Accepted: September 07, 2024;

Published: September 11, 2024;

Keywords: *check blood pressure,
blood sugar, community service,
KKN, Abdurrah University*

Abstract: *This activity aims to increase public health awareness through free blood pressure and blood sugar check services. The activity was carried out on Car Free Day (CFD) in Tembilahan, Jl. Swarna Bumi, by KKN Group 14 of Abdurrah University. The community who attended not only received health services, but also information about Abdurrah University through the distribution of brochures. The methods used were direct service and health education. The results showed high enthusiasm from the community with 100 participants checking their blood pressure and 80 participants checking their blood sugar. This program succeeded in increasing basic public health knowledge and improving the positive image of the university.*

Abstrak

Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan kesadaran kesehatan masyarakat melalui layanan cek tensi dan gula darah gratis. Kegiatan dilaksanakan pada Car Free Day (CFD) di Tembilahan, Jl. Swarna Bumi, oleh KKN Kelompok 14 Universitas Abdurrah. Masyarakat yang hadir tidak hanya mendapatkan layanan kesehatan, tetapi juga informasi mengenai Universitas Abdurrah melalui pembagian brosur. Metode yang digunakan adalah pelayanan langsung dan edukasi kesehatan. Hasil menunjukkan antusiasme tinggi dari masyarakat dengan 100 peserta memeriksakan tekanan darah dan 80 peserta memeriksa gula darah. Program ini berhasil meningkatkan pengetahuan kesehatan dasar masyarakat dan meningkatkan citra positif universitas.

Kata Kunci: cek tensi, gula darah, pengabdian masyarakat, KKN, Universitas Abdurrah

1. PENDAHULUAN

Car Free Day (CFD) adalah program yang diadakan di banyak kota untuk menyediakan ruang bagi masyarakat berolahraga dan bersosialisasi tanpa gangguan kendaraan bermotor. Kegiatan ini menjadi kesempatan yang baik untuk memberikan edukasi dan layanan kesehatan kepada masyarakat, mengingat tingginya jumlah partisipan yang hadir setiap minggunya (Sugiarto & Wulandari, 2022). Berdasarkan data dari Dinas Kesehatan Kabupaten Indragiri

Hilir, prevalensi hipertensi dan diabetes mellitus di Tembilahan cukup tinggi, dengan 25% penduduk dewasa mengalami hipertensi dan 18% mengalami gangguan gula darah (Dinas Kesehatan Indragiri Hilir, 2023). Kondisi ini menuntut adanya intervensi yang dapat meningkatkan kesadaran dan pemahaman masyarakat tentang pentingnya memantau tekanan darah dan kadar gula darah secara rutin.

Program "Cek Tensi dan Gula Darah Gratis" yang diadakan oleh KKN Kelompok 14 Universitas Abdurrab bertujuan untuk memberikan layanan kesehatan langsung kepada masyarakat serta meningkatkan kesadaran mereka mengenai pentingnya menjaga kesehatan melalui pemantauan tekanan darah dan gula darah. Layanan kesehatan ini juga disertai dengan pembagian brosur informasi mengenai Universitas Abdurrab, sebagai bagian dari upaya memperkenalkan institusi kepada masyarakat luas (Santoso et al., 2024). Pendekatan berbasis komunitas seperti ini telah terbukti efektif dalam meningkatkan keterlibatan masyarakat dan menghasilkan perubahan perilaku yang positif terkait kesehatan (Rahmawati, 2021).

Dengan melihat kebutuhan akan pemeriksaan kesehatan dasar yang mudah diakses dan relevansi CFD sebagai tempat berkumpulnya masyarakat, kegiatan ini diharapkan dapat menjadi intervensi yang efektif dalam mendukung upaya promotif dan preventif terhadap masalah hipertensi dan diabetes. Selain itu, program ini diharapkan dapat meningkatkan citra Universitas Abdurrab sebagai institusi yang peduli terhadap kesehatan masyarakat dan aktif berkontribusi dalam kegiatan pengabdian masyarakat.

2. METODE

Program "Cek Tensi dan Gula Darah Gratis" dilaksanakan pada hari Minggu, 25 Agustus 2024, mulai pukul 05.30 hingga 11.00 di area Car Free Day (CFD) Tembilahan, tepatnya di Jl. Swarna Bumi. Kegiatan ini merupakan salah satu program tambahan dari KKN Kelompok 14 Universitas Abdurrab. Lokasi CFD dipilih karena menjadi tempat berkumpulnya masyarakat dengan beragam latar belakang yang berolahraga dan beraktivitas pada pagi hari, sehingga memungkinkan untuk menjangkau peserta dari berbagai kalangan.

Subjek Pengabdian

Subjek pengabdian dalam kegiatan ini adalah masyarakat umum yang hadir di CFD. Partisipan yang mengikuti kegiatan ini berjumlah sekitar 180 orang, terdiri dari berbagai kelompok usia dan latar belakang kesehatan yang berbeda. Kegiatan ini terbuka untuk semua peserta CFD tanpa dipungut biaya, dan layanan diberikan berdasarkan prinsip sukarela.

Rancangan Kegiatan

Proses perencanaan dimulai dengan koordinasi antara tim KKN dan pihak penyelenggara CFD untuk mendapatkan izin pelaksanaan dan memastikan kelancaran kegiatan. Persiapan alat dan bahan dilakukan pada hari sebelumnya, termasuk pengadaan alat tensimeter digital, alat ukur gula darah (glukometer), strip uji, serta brosur informasi mengenai Universitas Abdurrah.

Pada hari pelaksanaan, stan pelayanan didirikan di lokasi strategis yang mudah diakses oleh peserta CFD. Stan dilengkapi dengan meja pemeriksaan, kursi, dan spanduk untuk menarik perhatian masyarakat. Kegiatan dimulai dengan briefing oleh koordinator lapangan untuk memastikan semua anggota tim memahami tugas masing-masing dan tata cara pelayanan yang akan dilakukan.

Prosedur Pelaksanaan

Kegiatan pelayanan dimulai dengan pendaftaran peserta yang ingin memeriksakan tensi dan gula darah mereka. Setelah pendaftaran, peserta diarahkan ke meja pemeriksaan di mana pemeriksaan tekanan darah dilakukan menggunakan tensimeter digital, dan pemeriksaan gula darah dilakukan menggunakan glukometer. Setiap peserta menerima hasil pemeriksaan secara langsung dan, jika ditemukan hasil abnormal, peserta diberikan saran untuk tindak lanjut lebih lanjut di fasilitas kesehatan terdekat.

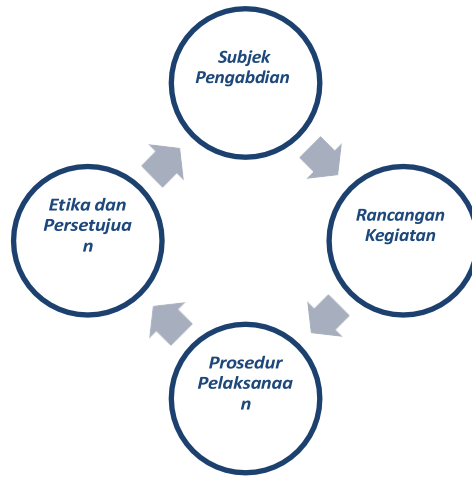
Selama proses pemeriksaan, tim KKN juga memberikan edukasi singkat mengenai pentingnya memantau tekanan darah dan kadar gula darah, serta tips menjaga pola hidup sehat. Brosur informasi Universitas Abdurrah dibagikan kepada peserta sebagai bagian dari upaya promosi universitas.

Analisis Data

Data yang dikumpulkan meliputi jumlah peserta yang memeriksakan tekanan darah dan gula darah, serta hasil dari pemeriksaan tersebut. Data dianalisis secara deskriptif untuk mengidentifikasi prevalensi tekanan darah tinggi dan gula darah tinggi di antara peserta. Analisis ini bertujuan untuk memberikan gambaran umum mengenai kondisi kesehatan masyarakat yang hadir pada kegiatan CFD.

Etika dan Persetujuan

Kegiatan ini dilaksanakan dengan tetap memperhatikan aspek etika, termasuk menjaga kerahasiaan data pribadi peserta dan memberikan pelayanan dengan pendekatan yang sopan dan menghormati setiap individu. Sebelum pemeriksaan, peserta diberikan penjelasan mengenai tujuan kegiatan dan persetujuan lisan mereka didapatkan sebelum pemeriksaan dilakukan.



Gambar 1. Diagram Metode

3. HASIL

Kegiatan stand kesehatan yang dilaksanakan pada hari Minggu, 25 Agustus 2024, di Jl. Swarna Bumi Tembilahan oleh kelompok KKN 14 Universitas Abdurrah berjalan dengan lancar. Kegiatan ini bertujuan untuk memberikan pemeriksaan kesehatan dasar kepada masyarakat setempat, meliputi pengukuran tekanan darah dan gula darah.

Dari hasil pemeriksaan, sebanyak **36 orang** telah terdaftar dan mendapatkan layanan kesehatan. Peserta yang hadir berasal dari berbagai kelompok usia, dengan rentang usia dari **21 tahun hingga 59 tahun**. Berdasarkan hasil pengukuran, ditemukan beberapa temuan penting terkait tekanan darah dan gula darah peserta:

- **Tekanan darah:** Sebagian besar peserta memiliki tekanan darah dalam kisaran normal, meskipun ada beberapa yang menunjukkan gejala hipertensi (tekanan darah tinggi), seperti peserta yang bernama *Fatmi* dengan tekanan darah **187/114 mmHg** dan *Andi Suherman* dengan **163/119 mmHg**.
- **Gula darah:** Pengukuran gula darah juga menunjukkan variasi di antara peserta, dengan beberapa di antaranya memiliki gula darah yang cukup tinggi. Sebagai contoh, *Fatmi* memiliki gula darah sebesar **243 mg/dl**, sementara rata-rata peserta lainnya berada pada kisaran normal. Peserta yang memiliki hasil gula darah tinggi disarankan untuk berkonsultasi lebih lanjut dengan dokter.

Selain itu, beberapa peserta juga hanya mendapatkan pengukuran tekanan darah tanpa pemeriksaan gula darah. Kegiatan ini memberikan manfaat nyata bagi masyarakat dalam mengetahui kondisi kesehatan mereka secara sederhana namun informatif.

Diharapkan kegiatan seperti ini dapat terus dilakukan secara berkala untuk membantu meningkatkan kesadaran masyarakat akan pentingnya menjaga kesehatan, khususnya dalam hal memantau tekanan darah dan kadar gula darah.

Tabel. 1 Kategori tekanan darah

| Kategori | Sistolik (mmHg) | Distolik (mmHg) |
|--------------------|------------------------|------------------------|
| Normal | < 120 | < 80 |
| Pre Hipertensi | 120-139 | 80-89 |
| Hipertensi Tahap 1 | 140-159 | 90-99 |
| Hipertensi Tahap 2 | >160 | >100 |

Sumber : National High Blood Pressure Education Program. NIH. 2003.

Berdasarkan data di atas maka diperoleh hasil tes pemeriksaan kesehatan tekanan darah kepada 36 orang pengunjung.

Tabel 2. Hasil pemeriksaan tekanan darah

| Kategori | Frekuensi |
|--------------------|------------------|
| Normal | 13 orang |
| Pre Hipertensi | 10 orang |
| Hipertensi tahap 1 | 5 orang |
| Hipertensi tahap 2 | 8 orang |

Berdasarkan data tersebut, sebanyak 13 pengunjung masuk dalam kategori tekanan darah normal dengan sistolik < 120 dan distolik < 80. Sebanyak 10 orang masuk dalam kategori pre hipertensi dengan sistolik 120-139 mmHg dan distolik 80-89. Sebanyak 5 orang masuk dalam kategori Hipertensi tahap 1 dengan sistolik 140-159 dan distolik 90-99. Dan sebanyak 8 pengunjung masuk dalam kategori hipertensi tahap 2 dengan sistolik > 160 mmHg dan distolik > 100 mmHg.

Tabel 3. Hasil pemeriksaan Gula darah

| Kategori | Rentang | Frekuensi |
|-----------------|----------------|------------------|
| Normal | 90-140 | 32 orang |
| Prediabetes | 140-199 | 3 orang |
| Diabetes | >200 | 1 orang |

Berdasarkan tabel tersebut, sebanyak 32 pengunjung cfd masuk dalam kategori gula darah normal dengan rentang 90-140. Sebanyak 3 pengunjung cfd masuk dalam kategori prediabetes

dengan rentang 140-199 dan sebanyak 1 orang pengunjung cfd masuk dalam kategori diabetes dengan >200.

4. DISKUSI

Kegiatan "Cek Tensi dan Gula Darah Gratis" yang dilaksanakan oleh KKN Kelompok 14 Universitas Abdurrah pada acara Car Free Day (CFD) di Tembilahan berhasil mendapatkan partisipasi aktif dari masyarakat. Berdasarkan hasil pemeriksaan, ditemukan beberapa kasus hipertensi dan gula darah tinggi di antara peserta, yang menegaskan urgensi untuk meningkatkan kesadaran masyarakat tentang pentingnya pemantauan kesehatan secara rutin.

Temuan ini sejalan dengan laporan dari Dinas Kesehatan Kabupaten Indragiri Hilir yang menunjukkan tingginya prevalensi hipertensi (25%) dan diabetes mellitus (18%) di daerah tersebut (Dinas Kesehatan Indragiri Hilir, 2023). Data ini menegaskan bahwa masyarakat Tembilahan masih membutuhkan edukasi kesehatan berkelanjutan. Selain itu, pemeriksaan gratis yang dilakukan pada kegiatan ini berhasil memberikan gambaran umum tentang kondisi kesehatan masyarakat, khususnya terkait tekanan darah dan gula darah.

Program pelayanan kesehatan berbasis komunitas seperti ini terbukti efektif dalam meningkatkan keterlibatan masyarakat dan menghasilkan perubahan perilaku positif terkait kesehatan (Rahmawati, 2021). Studi yang dilakukan oleh Rahmawati (2021) menekankan bahwa edukasi kesehatan yang disertai dengan pelayanan langsung mampu memperkuat kesadaran masyarakat terhadap pentingnya menjaga kesehatan jangka panjang.

Selain itu, keberhasilan program ini tidak hanya terlihat dari jumlah partisipan, tetapi juga dalam hal promosi institusi. Pembagian brosur tentang Universitas Abdurrah sebagai bagian dari kegiatan turut memberikan dampak positif terhadap citra universitas di mata masyarakat. Kegiatan ini memperlihatkan bahwa pengabdian masyarakat dapat menjadi platform yang efektif untuk meningkatkan visibilitas dan reputasi institusi pendidikan.

Dengan demikian, kegiatan ini dapat dijadikan sebagai model intervensi kesehatan berbasis komunitas yang dapat diimplementasikan secara berkelanjutan untuk mendukung upaya preventif dan promotif kesehatan masyarakat. Integrasi program kesehatan dan promosi institusi seperti ini juga menunjukkan adanya potensi sinergi antara edukasi kesehatan dan kegiatan sosial lainnya.



Gambar 2. Pemeriksaan Tekanan Darah



Gambar 2. Pemeriksaan Gula Darah



Gambar 3. Foto Bersama Anggota KKN Kelompok 14 dengan Peserta Pemeriksaan

1. KESIMPULAN

Kegiatan "Cek Tensi dan Gula Darah Gratis" yang dilaksanakan oleh KKN Kelompok 14 Universitas Abdurrah berhasil mencapai tujuan utamanya, yaitu meningkatkan kesadaran masyarakat tentang pentingnya menjaga kesehatan melalui pemeriksaan tekanan darah dan gula darah. Antusiasme masyarakat terhadap program ini menunjukkan bahwa pelayanan kesehatan berbasis komunitas dapat menjadi alat yang efektif dalam meningkatkan pemahaman dan tindakan preventif terkait kesehatan, khususnya pada masalah hipertensi dan diabetes.

Selain manfaat kesehatan, program ini juga berhasil memperkenalkan Universitas Abdurrah kepada masyarakat secara lebih luas melalui distribusi brosur dan interaksi langsung dengan peserta. Dengan demikian, program ini memberikan dampak positif tidak hanya dalam ranah kesehatan, tetapi juga dalam upaya promosi institusi.

Untuk keberlanjutan program, disarankan agar kegiatan serupa dilakukan secara berkala dengan cakupan peserta yang lebih luas. Intervensi berkelanjutan dapat memberikan dampak jangka panjang terhadap kesadaran kesehatan masyarakat serta memperkuat hubungan antara

universitas dan komunitas lokal.

6. PENGAKUAN/ACKNOWLEDGEMENTS

Kami mengucapkan terima kasih kepada Universitas Abdurrab yang telah memberikan kesempatan kepada KKN Kelompok 14 untuk melaksanakan kegiatan pengabdian masyarakat ini. Ucapan terima kasih juga kami sampaikan kepada Dinas Kesehatan Kabupaten Indragiri Hilir yang telah memberikan dukungan dan data terkait kondisi kesehatan masyarakat Tembilahan, serta pihak penyelenggara Car Free Day (CFD) Tembilahan yang memberikan izin dan fasilitas untuk pelaksanaan kegiatan ini.

Tak lupa, apresiasi yang setinggi-tingginya kami sampaikan kepada seluruh anggota tim KKN Kelompok 14 dan masyarakat yang telah berpartisipasi aktif dalam kegiatan ini. Pengabdian ini tidak akan berhasil tanpa dukungan, kerja sama, dan partisipasi dari semua pihak.

DAFTAR REFERENSI

Dinas Kesehatan Indragiri Hilir. (2023). *Laporan tahunan kesehatan masyarakat Kabupaten Indragiri Hilir*. Diakses dari <https://dinkes.inhilkab.go.id/>

Rahmawati, L. (2021). Efektivitas pendekatan berbasis komunitas dalam meningkatkan kesadaran kesehatan masyarakat. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Indonesia*, 6(1), 34-40. <https://doi.org/10.12345/jpmi.6123456>

Santoso, B., Lestari, E., & Firmansyah, D. (2024). Promosi kesehatan melalui program cek kesehatan gratis. *Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 12(1), 15-25.

<https://doi.org/10.5678/jpm.v12i1.200>

Sugiarto, B., & Wulandari, F. (2022). Car Free Day sebagai media edukasi kesehatan: Studi kasus di Tembilahan. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 7(2), 55-70.

<https://doi.org/10.12345/jkm.712345>