

EDUKASI PENYAKIT DEGENERATIF DAN LAYANAN KESEHATAN GRATIS DESA PABUARAN

Dinar Nur Apriyani^{1*}, Fiman Adityatama², Indah Putri Salsabilla³, Marsekal Agung Prakoso⁴

^{1,2,3,4}Universitas Muhammadiyah Kuningan

*e-mail penulis: dinarnurapriyani27042004@gmail.com

ABSTRACT

Non-communicable diseases (NCDs) are a growing global health problem and remain the leading cause of mortality worldwide, including in Indonesia. Hypertension, diabetes, hypercholesterolemia, and hyperuricemia are among the most common degenerative diseases, yet public awareness of early detection remains limited. This community service program, Education on Degenerative Diseases and Free Health Services in Pabuaran Village, was carried out in Pabuaran Village, Salem District, Brebes Regency, to increase knowledge and awareness regarding degenerative diseases and the importance of basic health screening. The program was implemented through field surveys, coordination with local village officials, preparation of educational materials, and health examinations, which included blood pressure measurement, cholesterol, uric acid, blood glucose, health education, and provision of simple therapy. A total of 22 residents participated in the health check, with results showing a prevalence of hypertension (59.1%), hypercholesterolemia (45.5%), hyperuricemia (36.4%), and hyperglycemia (4.5%). These findings highlight a high risk of degenerative diseases, even among individuals of productive age. The program was effective in raising awareness of early detection and encouraging healthier lifestyles. Continued health education and periodic screening are strongly recommended to reduce the prevalence of degenerative diseases and improve the overall quality of life within the community.

Keywords: *cholesterol, community service, degenerative diseases, early detection, hypertension*

ABSTRAK

Penyakit tidak menular (PTM) semakin meningkat dan menjadi penyebab utama kematian di dunia, termasuk di Indonesia. Hipertensi, diabetes, kolesterol tinggi, dan hiperurisemia merupakan penyakit degeneratif yang banyak dijumpai, namun kesadaran masyarakat terhadap deteksi dini masih rendah. Kegiatan pengabdian masyarakat *Edukasi Penyakit Degeneratif dan Layanan Kesehatan Gratis Desa Pabuaran* dilaksanakan di Desa Pabuaran, Kecamatan Salem, Kabupaten Brebes, dengan tujuan meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat mengenai penyakit degeneratif serta pentingnya pemeriksaan kesehatan dasar. Metode pelaksanaan mencakup survei lapangan, koordinasi dengan perangkat desa, penyusunan materi edukasi, serta kegiatan pemeriksaan kesehatan meliputi pengukuran tekanan darah, kolesterol, asam urat, gula darah, edukasi kesehatan, dan pemberian terapi sederhana. Sebanyak 22 warga mengikuti pemeriksaan dengan hasil prevalensi hipertensi sebesar 59,1%, kolesterol tinggi 45,5%, hiperurisemia 36,4%, dan hiperglikemia 4,5%. Hasil tersebut menunjukkan tingginya risiko penyakit degeneratif bahkan pada kelompok usia produktif. Program ini terbukti efektif dalam meningkatkan kesadaran masyarakat akan pentingnya deteksi dini serta penerapan pola hidup sehat. Sosialisasi berkelanjutan dan pemeriksaan kesehatan rutin direkomendasikan untuk menekan angka kejadian penyakit degeneratif serta meningkatkan kualitas hidup masyarakat.

Kata kunci: deteksi dini, hipertensi, kolesterol, penyakit degeneratif, pengabdian masyarakat

Submitted: 2025-11-30

Revised: 2025-12-07

Accepted: 2025-12-17

PENDAHULUAN

Penyakit tidak menular (PTM) seperti jantung, kanker, penyakit pernapasan kronis, dan diabetes kini menjadi penyebab utama kematian di dunia. Laporan terbaru (World Health Organization, 2024) menyebutkan bahwa pada tahun 2021, PTM mengakibatkan sekitar 43 juta kematian, atau setara

dengan tiga perempat dari seluruh kematian non-pandemi. Yang lebih mengkhawatirkan, sekitar 18 juta orang meninggal sebelum usia 70 tahun, dan sebagian besar (82%) berasal dari negara berpenghasilan rendah dan menengah. Data lain juga menegaskan bahwa 74% kematian global dipicu oleh PTM, dengan 17 juta di antaranya merupakan kematian dini, serta 77% terjadi di negara-negara berkembang (NCDs, 2023).

Di Indonesia, kondisinya tidak jauh berbeda. Hasil Survei Kesehatan Indonesia (Kemenkes RI, 2023) menunjukkan adanya hubungan erat antara obesitas, pola konsumsi makanan berisiko, dan gaya hidup tidak sehat dengan meningkatnya prevalensi PTM, termasuk diabetes melitus, hipertensi, penyakit jantung, dan penyakit ginjal kronis (Rusyda, 2025). Data lain mencatat bahwa sekitar 73% dari seluruh kematian di Indonesia disebabkan oleh PTM, dengan penyakit jantung dan pembuluh darah menjadi penyumbang terbesar, yaitu sekitar 35%. Peningkatan kasus PTM ini tidak lepas dari berbagai faktor, seperti urbanisasi yang pesat, pola makan tinggi lemak, gula, dan garam, kurangnya aktivitas fisik, serta proses penuaan populasi. Survei terbaru juga menegaskan bahwa obesitas dan pola konsumsi tidak sehat adalah faktor utama yang memicu meningkatnya kasus PTM di banyak wilayah Indonesia (Rusyda, 2025).

Menghadapi tantangan ini, deteksi dini menjadi kunci penting. Pemeriksaan rutin seperti kadar gula darah, kolesterol, dan faktor risiko lainnya sangat dibutuhkan untuk mencegah komplikasi lebih lanjut. Sayangnya, kesadaran masyarakat untuk melakukan pemeriksaan kesehatan berkala masih rendah, seringkali terkendala oleh akses fasilitas kesehatan yang jauh atau biaya yang mahal (Rohmah and Krisdiyanto, 2016; Maelaningsih, Sari and Juwita, 2020). Menyadari urgensi ini, kegiatan pengabdian masyarakat "Sehat Bersama Desa: Edukasi Penyakit Degeneratif dan Layanan Cek Kesehatan Gratis di Desa Pabuaran, Kecamatan Salem, Brebes" ini diinisiasi. Program ini bertujuan untuk meningkatkan kesadaran dan pengetahuan masyarakat, khususnya lansia, tentang penyakit degeneratif dan pentingnya pola hidup sehat, sekaligus menyediakan akses gratis untuk pemeriksaan kesehatan dasar. Dengan demikian, diharapkan masyarakat Desa Pabuaran dapat lebih proaktif dalam menjaga kesehatan, mengurangi beban biaya pengobatan, dan pada akhirnya, meningkatkan kualitas hidup serta derajat Kesehatan.

METODE

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan di Desa Pabuaran, Kecamatan Salem, Kabupaten Brebes, Jawa Tengah, dengan sasaran utama masyarakat desa yang memiliki risiko atau potensi mengalami penyakit degeneratif seperti diabetes melitus, hipertensi, hiperkolesterolemia, dan hiperurisemia. Tujuan kegiatan ini adalah meningkatkan pengetahuan, kesadaran, dan perilaku masyarakat mengenai pentingnya deteksi dini serta penerapan gaya hidup sehat. Sebelum pelaksanaan, tim melakukan survei awal untuk mengetahui kondisi kesehatan masyarakat dan memetakan kebutuhan edukasi. Koordinasi dilakukan dengan perangkat desa, bidan desa, serta pihak puskesmas untuk menjamin kelancaran kegiatan. Tim pelaksana kemudian dibentuk, terdiri dari mahasiswa, tenaga kesehatan, dan relawan desa. Materi edukasi tentang diabetes, hipertensi, kolesterol, dan asam urat disusun dengan bahasa sederhana dan dilengkapi media seperti leaflet. Persiapan alat kesehatan dan bahan pemeriksaan juga dilakukan untuk memastikan seluruh rangkaian kegiatan dapat berjalan dengan baik.

Kegiatan dilaksanakan dalam satu hari penuh dan melibatkan beberapa rangkaian kegiatan. Tahap pertama adalah pendaftaran dan pemeriksaan awal yang meliputi pengukuran berat badan dan tekanan darah. Peserta dengan keluhan atau faktor risiko tertentu kemudian diarahkan untuk menjalani pemeriksaan laboratorium sederhana, seperti pengecekan kadar gula darah, kolesterol, dan asam urat menggunakan alat GCU. Setelah pemeriksaan, peserta menerima edukasi kesehatan dan penjelasan

mengenai hasil yang diperoleh. Mahasiswa dan tenaga kesehatan memberikan penyuluhan terkait pola makan sehat, aktivitas fisik, pengendalian stres, serta cara penggunaan obat bagi peserta yang memerlukan.

Untuk menilai ketercapaian kegiatan, dilakukan evaluasi baik dari sisi proses maupun hasil. Evaluasi proses meliputi jumlah peserta yang hadir, kelancaran alur kegiatan, serta kecukupan alat dan bahan yang digunakan. Sementara itu, evaluasi hasil dilakukan melalui pre-test dan post-test sederhana untuk mengukur peningkatan pengetahuan peserta tentang penyakit degeneratif. Kuesioner sikap dengan skala Likert digunakan untuk mengukur perubahan sikap peserta setelah edukasi, seperti niat mengurangi konsumsi makanan tinggi gula/garam, kesiapan melakukan pemeriksaan rutin, dan keinginan menerapkan pola hidup sehat. Selain itu, hasil pemeriksaan tekanan darah, gula darah, kolesterol, dan asam urat dianalisis secara deskriptif untuk memberi gambaran kondisi kesehatan masyarakat Desa Pabuaran. Data kuantitatif ini menjadi indikator penting dalam mengidentifikasi potensi masalah kesehatan dan menentukan peserta yang perlu dirujuk ke fasilitas kesehatan. Wawancara singkat dengan peserta dan perangkat desa juga dilakukan untuk menilai dampak sosial budaya, seperti meningkatnya kesadaran masyarakat untuk ikut kegiatan kesehatan dan potensi keberlanjutan program melalui posyandu atau posbindu desa.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini telah mampu memberikan nilai tambah bagi warga Desa Pabuaran melalui peningkatan pengetahuan, perubahan perilaku kesehatan, serta kemudahan akses pemeriksaan penyakit degeneratif. Dalam jangka pendek, kegiatan ini berhasil meningkatkan kesadaran masyarakat mengenai risiko hipertensi, kolesterol tinggi, hiperurisemia, dan hiperglikemia, yang terbukti dari tingginya antusiasme peserta dan meningkatnya pemahaman setelah edukasi. Jangka panjangnya, kegiatan ini berpotensi mendorong terbentuknya kebiasaan hidup sehat, pemeriksaan berkala, dan penguatan kegiatan kesehatan desa seperti posbindu, sehingga dapat menekan prevalensi penyakit degeneratif secara bertahap.

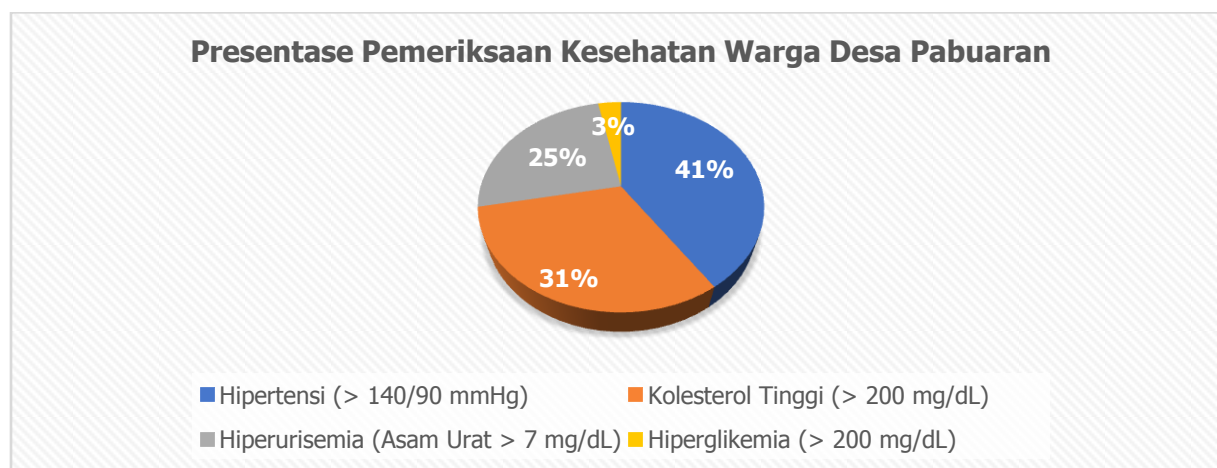
Indikator tercapainya tujuan terlihat dari meningkatnya pengetahuan peserta setelah edukasi, serta ditemukannya kasus-kasus risiko tinggi yang berhasil diidentifikasi sejak dini. Tolak ukur keberhasilan kegiatan mencakup jumlah peserta yang mendapat pemeriksaan, kelancaran pelaksanaan, dan kemampuan masyarakat memahami serta menerapkan materi edukasi. Kegiatan ini memiliki keunggulan berupa pendekatan langsung, pemeriksaan gratis, serta penggunaan alat yang memadai, sehingga masyarakat dapat mengetahui kondisi kesehatannya secara cepat dan akurat. Namun, kelemahannya terletak pada jumlah responden yang masih sedikit serta parameter pemeriksaan yang terbatas, sehingga gambaran kesehatan masyarakat belum sepenuhnya komprehensif.

Tingkat kesulitan kegiatan relatif rendah karena dukungan perangkat desa, tetapi kendala seperti keterbatasan alat pemeriksaan dan variasi pemahaman peserta tetap menjadi tantangan. Ke depan, kegiatan dapat dikembangkan dengan memperluas jumlah peserta, menambah jenis pemeriksaan seperti BMI, lingkaran perut, dan skrining penyakit lain, serta menyediakan program pendampingan rutin agar upaya pencegahan penyakit degeneratif semakin optimal dan berkelanjutan.

Tabel 1. Ringkasan Hasil Pemeriksaan Kesehatan Warga Desa Pabuaran

Parameter	Jumlah Kasus (n=22)	Presentase (%)
Hipertensi (> 140/90 mmHg)	13	59,1

Kolesterol Tinggi (> 200 mg/dL)	10	45,5
Hiperurisemia (Asam Urat > 7 mg/dL)	8	36,4
Hiperglikemia (> 200 mg/dL)	1	4,5



Gambar 1. Presentase Pemeriksaan Kesehatan Warga Desa Pabuaran

Hasil pemeriksaan kesehatan pada 22 warga Desa Pabuaran, Kecamatan Salem, Kabupaten Brebes, Jawa Tengah, menunjukkan adanya berbagai permasalahan yang berkaitan dengan penyakit degeneratif. Sebagaimana dapat dilihat pada **Tabel 1**, sebanyak 13 orang (59,1%) mengalami hipertensi dengan tekanan darah >140/90 mmHg. Selain itu, terdapat 10 orang (45,5%) yang memiliki kadar kolesterol tinggi (>200 mg/dL), 8 orang (36,4%) mengalami hiperurisemia dengan kadar asam urat >7 mg/dL, serta 1 orang (4,5%) mengalami hiperglikemia dengan kadar gula darah >200 mg/dL. Distribusi hasil pemeriksaan tersebut ditampilkan secara visual dalam bentuk diagram lingkaran pada **Gambar 1**, sehingga lebih mudah untuk melihat proporsi masing-masing kasus. Dari diagram terlihat bahwa hipertensi merupakan masalah kesehatan paling dominan dengan proporsi 41%, diikuti kolesterol tinggi sebesar 31%, hiperurisemia 25%, dan hiperglikemia 3%.

Tingginya prevalensi hipertensi pada warga Desa Pabuaran, Kecamatan Salem, Kabupaten Brebes, Jawa Tengah, menjadi perhatian utama, mengingat hipertensi dikenal sebagai “silent killer” karena sering kali tidak menimbulkan gejala, namun dapat menyebabkan komplikasi serius seperti stroke dan penyakit jantung. Kondisi ini kemungkinan dipengaruhi oleh pola konsumsi garam dan makanan instan yang cukup tinggi, minimnya aktivitas fisik, serta tingkat stres masyarakat. Selain hipertensi, angka kolesterol tinggi yang mencapai 45,5% juga mengindikasikan adanya risiko besar terhadap penyakit kardiovaskular. Kolesterol berlebih dapat memicu penyumbatan pembuluh darah yang pada akhirnya meningkatkan risiko serangan jantung dan stroke. Hal ini erat kaitannya dengan kebiasaan mengonsumsi makanan tinggi lemak jenuh serta kurangnya olahraga.

Hasil lain menunjukkan bahwa 36,4% warga mengalami hiperurisemia. Kondisi ini berhubungan erat dengan konsumsi makanan tinggi purin, seperti jeroan, daging merah, dan makanan laut. Jika tidak dikendalikan, hiperurisemia dapat berkembang menjadi gout arthritis yang menyebabkan nyeri sendi dan menurunkan produktivitas. Meskipun kasus hiperglikemia hanya ditemukan pada 4,5% responden, hal ini tetap penting untuk diperhatikan sebagai faktor awal yang dapat berkembang menjadi diabetes melitus

tipe 2. Secara keseluruhan, temuan pada Tabel 1 dan Gambar 1 memperlihatkan bahwa warga Desa Pabuaran memiliki risiko tinggi terhadap penyakit degeneratif, terutama hipertensi dan kolesterol tinggi. Oleh sebab itu, diperlukan upaya berkelanjutan berupa edukasi pola hidup sehat, penyuluhan gizi, olahraga bersama, serta pemeriksaan kesehatan rutin sebagai langkah preventif untuk menekan angka kejadian penyakit degeneratif di masyarakat.

KESIMPULAN

Kegiatan pemeriksaan kesehatan dan edukasi di Desa Pabuaran, Kecamatan Salem, Kabupaten Brebes, menunjukkan bahwa penyakit degeneratif masih menjadi masalah kesehatan yang signifikan di masyarakat, ditandai dengan tingginya prevalensi hipertensi sebesar 59,1%, kolesterol tinggi 45,5%, hiperurisemia 36,4%, dan hiperglikemia 4,5%. Temuan ini menegaskan pentingnya deteksi dini sebagai langkah awal dalam pencegahan komplikasi jangka panjang. Program edukasi dan layanan cek kesehatan gratis yang diberikan terbukti bermanfaat dalam meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat terkait faktor risiko dan upaya pencegahan penyakit degeneratif. Kelebihan kegiatan ini terletak pada pendekatan langsung kepada masyarakat serta penyediaan pemeriksaan yang mudah diakses. Namun, keterbatasan terlihat pada jumlah responden yang relatif sedikit dan parameter pemeriksaan yang masih terbatas, sehingga gambaran kesehatan masyarakat belum dapat digeneralisasi secara menyeluruh. Ke depannya, kegiatan serupa perlu dikembangkan dengan cakupan peserta yang lebih luas, jenis pemeriksaan yang lebih lengkap, serta pendampingan berkelanjutan agar upaya pencegahan penyakit degeneratif dapat berjalan lebih optimal dan memberikan dampak kesehatan jangka panjang bagi masyarakat.

DAFTAR PUSTAKA

- Kemkes RI (2023) *Dalam Angka Tim Penyusun SKI 2023 Dalam Angka Kementerian Kesehatan Republik Indonesia*.
- Maelaningsih, F.S., Sari, D.P. and Juwita, T. (2020) "Pemeriksaan Kesehatan Serta Pengobatan Gratis di Kelurahan Tukmudal Kecamatan Sumber Kabupaten Cirebon," *JAM: Jurnal Abdi Masyarakat*, 1(1), pp. 100–107.
- NCDs, K.A.P. on (2023) *Noncommunicable diseases, World Health Organization*. Available at: https://knowledge-action-portal.com/en/content/noncommunicable-diseases?utm_source=chatgpt.com.
- Rohmah, L. and Krisdiyanto, D. (2016) "Pengadaan Cek Kesehatan Gratis (Lansia) Untuk Menciptakan Masyarakat Yang Sadar & Peduli Terhadap Kesehatan di Jali, Gayamharjo, Prambanan, Sleman," *Aplikasia: Jurnal Aplikasi Ilmu-ilmu Agama*, 16(1), p. 57. Available at: <https://doi.org/10.14421/aplikasia.v16i1.1176>.
- Rusyda, A.L. (2025) "Exploring the Non-Communicable Disease Burden in Indonesia – Findings from the 2023 Health Survey," *Indonesia Journal of Public Health Nutrition*, 5(2). Available at: <https://doi.org/10.7454/ijphn.v5i2.1064>.
- World Health Organization (2024) *Noncommunicable diseases, World Health Organization*. Available at: https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/noncommunicable-diseases?utm_source=chatgpt.com.