

Pengabdian Kepada Masyarakat Melalui Deteksi Dini Hipertensi Dan Diabetes Melitus Melalui Program Posbindu (Pos Pembinaan Terpadu) Di Desa Labuan Kabupaten Donggala

Maharani Chikita, Dr Zamli, SKM., M. Kes

Program Studi Magister Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Mega Buana, Indonesia

Email: maharanichikita@gmail.com, zamlizam2019@gmail.com

Published: August , 2026

ABSTRACT

Degenerative diseases are a group of chronic, noncommunicable diseases characterized by the deterioration of organ function due to the aging process. Hypertension, diabetes mellitus, and gout are three noncommunicable diseases with steadily rising prevalence in Indonesia. The lack of public awareness regarding the importance of routine health checkups is one of the main factors contributing to the high incidence of noncommunicable diseases in the community. This community service activity aims to detect hypertension, diabetes mellitus, and gout at an early stage through the Posbindu program in Labuan Village, Donggala Regency. The health screenings conducted included blood pressure measurements, blood glucose tests, uric acid tests, and anthropometric measurements (weight and height). A total of 53 participants took part in the activity, consisting of adults (ages 24–50) and older adults (ages 50–80). The results showed the highest uric acid levels among elderly women (64%), the highest blood pressure among elderly men (60% with hypertension), and the highest blood sugar levels among adult women (60% with high blood sugar). Following the health screenings and educational sessions, community members gained a better understanding of the importance of comprehensive health checkups even when healthy, as well as the importance of early detection of risks associated with not getting regular health checkups

Keywords: Health check, blood pressure, blood sugar, uric acid

ABSTRAK

Penyakit degeneratif merupakan kelompok penyakit tidak menular yang berlangsung kronis yang kemunduran fungsi organ tubuh akibat proses penuaan. Hipertensi, diabetes melitus, dan asam urat merupakan tiga penyakit tidak menular dengan prevalensi yang terus meningkat di Indonesia. Kurangnya kesadaran masyarakat untuk melakukan pemeriksaan kesehatan secara rutin menjadi salah satu faktor utama tingginya angka kejadian penyakit tidak menular di masyarakat. Kegiatan pengabdian ini bertujuan untuk mendeteksi dini hipertensi, diabetes melitus, dan asam urat melalui program Posbindu di Desa Labuan, Kabupaten Donggala. Pemeriksaan kesehatan yang dilakukan meliputi pengukuran tekanan darah, pemeriksaan gula darah, pemeriksaan asam urat, serta pengukuran antropometri (berat badan dan tinggi badan). Jumlah peserta yang mengikuti kegiatan berjumlah sebanyak 53 orang yang terdiri dari kelompok dewasa (usia 24-50 tahun) dan lansia (usia 50-80 tahun). Hasil pemeriksaan menunjukkan kadar asam urat tertinggi pada lansia perempuan (64%), tekanan darah tertinggi pada lansia laki-laki (60% hipertensi), dan gula darah tertinggi pada wanita dewasa (60% dengan kadar gula darah tinggi). Setelah dilakukan pemeriksaan kesehatan dan edukasi, masyarakat menjadi lebih paham pentingnya pemeriksaan kesehatan secara menyeluruh dalam kondisi sehat serta mengenali deteksi dini dari risiko akibat tidak memeriksa kesehatan secara rutin

Kata Kunci : cek kesehatan, tensi, gula darah, asam urat

© The Author(s). 2021 Open Access This article is licensed under a Creative Commons Attribution 4.0 International License, which permits use, sharing, adaptation, distribution and reproduction in any medium or format, as long as you give appropriate credit to the original author(s) and the source, provide a link to the Creative Commons licence, and indicate if changes were made. The images or other third party material in this article are included in the article's Creative Commons licence, unless indicated otherwise in a credit line to the material. To view a copy of this licence, visit <http://creativecommons.org/licenses/by/4.0>

PENDAHULUAN

Penyakit degeneratif merupakan kelompok penyakit tidak menular yang berlangsung kronis karena kemunduran fungsi organ tubuh akibat proses penuaan. Penyakit ini ditandai dengan penurunan fungsi seluler, jaringan, atau organ akibat proses biologis yang terjadi seiring waktu. Penyakit degeneratif mencakup berbagai kondisi seperti diabetes melitus, hipertensi, penyakit jantung koroner, stroke, osteoarthritis, osteoporosis, dan demensia/Alzheimer.

Berdasarkan hasil Sensus Penduduk tahun 2020, persebaran penduduk lansia di Indonesia mencapai 9,92% atau sekitar 26,82 juta jiwa. Jumlah ini diprediksikan akan meningkat menjadi 33,7 juta jiwa pada tahun 2025 dan menjadi 48,2 juta jiwa pada tahun 2035. Semakin bertambahnya usia, semakin besar pula kemungkinan seseorang mengalami masalah kesehatan akibat proses degeneratif.

Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018 menunjukkan bahwa kasus penyakit tidak menular (PTM) menunjukkan angka peningkatan yang cukup mengkhawatirkan. Prevalensi hipertensi pada penduduk usia 18 tahun ke atas mencapai 34,1%, penyakit jantung pada penduduk usia 15 tahun ke atas sebesar 18,4%, stroke sebesar 10,9 per mil, dan diabetes melitus sebesar 1,5%. Berdasarkan data Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023, prevalensi hipertensi di Indonesia mencapai 34,11% pada masyarakat usia 18 tahun ke atas, dengan estimasi jumlah penduduk Indonesia yang mengidap hipertensi mencapai sekitar 65 juta orang. Prevalensi diabetes nasional menunjukkan tren peningkatan yang mengkhawatirkan, dari 5,1% pada tahun 2011 melonjak menjadi 11,3% pada tahun 2024, dan diproyeksikan menyentuh 12,6% pada tahun 2025.

Hipertensi atau tekanan darah tinggi didefinisikan sebagai suatu keadaan di mana terjadi peningkatan tekanan darah sistolik lebih dari atau sama dengan 140 mmHg dan tekanan darah diastolik lebih dari atau sama dengan 90 mmHg. Hipertensi sering disebut sebagai *silent killer* karena umumnya tidak menimbulkan gejala yang khas, namun dapat menyebabkan kerusakan berbagai organ vital seperti stroke, gagal jantung, dan gagal ginjal.

Diabetes Melitus (DM) didefinisikan sebagai suatu penyakit atau gangguan metabolisme kronis dengan multi etiologi yang ditandai dengan tingginya kadar gula darah disertai dengan gangguan metabolisme karbohidrat, lipid, dan protein sebagai akibat insufisiensi fungsi insulin.

Asam urat adalah zat sisa hasil metabolisme purin yang sebagian besar disaring oleh ginjal dan dikeluarkan melalui urine. Jika tubuh memproduksi asam urat dalam jumlah yang berlebihan atau ginjal tidak mampu mengeluarkannya dengan efektif, kadar asam urat dalam darah meningkat, suatu kondisi yang disebut hiperurisemia. Prevalensi hiperurisemia di Indonesia mencapai sekitar 24% pada pria dan hampir 12% pada wanita.

Di Provinsi Sulawesi Tengah, hipertensi merupakan penyakit dengan jumlah kasus tertinggi. Pada tahun 2023, prevalensi hipertensi di Sulawesi Tengah mencapai 69.259 jiwa. Berdasarkan hasil observasi awal dan wawancara dengan pihak puskesmas, ditemukan bahwa masih rendahnya kesadaran masyarakat untuk melakukan pemeriksaan kesehatan secara rutin, serta terbatasnya akses informasi mengenai pentingnya deteksi dini penyakit tidak menular.

Menanggapi permasalahan tersebut, diperlukan adanya intervensi dalam bentuk program pengabdian kepada masyarakat yang bersifat komprehensif dan berkelanjutan. Salah satu bentuk intervensi yang efektif adalah melalui optimalisasi Pos Pembinaan Terpadu (Posbindu) PTM. Posbindu bertujuan meningkatkan peran serta masyarakat dalam pencegahan dan penemuan dini faktor risiko PTM melalui kegiatan deteksi dini, pemantauan, dan tindak lanjut dini.

METODE

Kegiatan ini dilaksanakan di wilayah kerja UPTD Puskesmas Labuan, Kabupaten Donggala, Sulawesi Tengah. Pelaksanaan kegiatan berlangsung selama 4 hari, yaitu dari tanggal 22 Juni sampai dengan 25 Juni 2026.

Sebelum melaksanakan kegiatan, dilakukan persiapan yang meliputi permohonan izin kegiatan kepada pihak puskesmas dan pemerintah desa, pertemuan koordinasi dengan Kepala Puskesmas Labuan dan kader kesehatan untuk menyusun jadwal kegiatan, persiapan alat dan bahan pemeriksaan (tensimeter, glukometer, alat cek asam urat, serta formulir pencatatan), serta sosialisasi kegiatan kepada masyarakat melalui kader dan perangkat desa.

Informasi mengenai kegiatan pengabdian masyarakat ini disampaikan oleh Kepala Desa dan perangkat desa serta kader kesehatan setempat. Metode pelaksanaan kegiatan ini adalah skrining kesehatan langsung dan edukasi kesehatan. Peserta datang secara mandiri ke lokasi Posbindu. Total peserta yang mengikuti kegiatan ini sebanyak 53 orang.

Langkah-langkah pelaksanaan kegiatan adalah sebagai berikut:

1. Pendaftaran peserta dan pencatatan data (nama, usia, jenis kelamin)
2. Pengukuran antropometri (berat badan dan tinggi badan)

3. Pemeriksaan tekanan darah menggunakan tensimeter
4. Pemeriksaan gula darah menggunakan glukometer
5. Pemeriksaan asam urat menggunakan alat cek asam urat
6. Edukasi dan konseling mengenai hasil pemeriksaan, pola hidup sehat, dan pencegahan PTM

Setelah kegiatan, dilakukan monitoring dan evaluasi untuk menilai capaian serta kendala yang dihadapi. Teknik pengumpulan data meliputi pencatatan data peserta, pencatatan hasil pemeriksaan, pencatatan tindak lanjut (rujukan atau edukasi), serta diskusi dan wawancara dengan peserta dan kader.

HASIL DAN DISKUSI

Kegiatan Posbindu deteksi dini hipertensi, diabetes melitus, dan asam urat dilaksanakan di wilayah kerja UPTD Puskesmas Labuan selama 4 hari. Pelaksanaan program berjalan sesuai rencana, dengan dukungan aktif dari tenaga kesehatan, kader, dan masyarakat. Dari hasil program Posbindu dengan jumlah peserta sebanyak 53 orang, berdasarkan kategori jenis kelamin dan usia yaitu lansia (usia 50–80 tahun) dan dewasa (usia 24–50 tahun), diperoleh hasil sebagai berikut:

1. Kategori Lansia Perempuan (usia 50–80 tahun)

Tekanan darah tinggi (hipertensi) sebesar 55% dengan rentang >140/90 mmHg. Gula darah normal dan tinggi masing-masing sebesar 45% dengan rentang >200 mg/dL. Asam urat tinggi sebesar 64% dengan rentang >6 mg/dL.

2. Kategori Lansia Laki-Laki (usia 50–80 tahun)

Tekanan darah tinggi (hipertensi) sebesar 60% dengan rentang >140/90 mmHg. Gula darah tinggi sebesar 50% dengan rentang >200 mg/dL. Asam urat normal sebesar 58% dengan rentang 3,5–7 mg/dL.

3. Kategori Dewasa Perempuan (usia 24–50 tahun)

Tekanan darah rendah sebesar 48% dengan rentang <120/80 mmHg. Gula darah tinggi sebesar 60% dengan rentang >200 mg/dL. Asam urat normal sebesar 76% dengan rentang 2,6–6 mg/dL.

4. Kategori Dewasa Laki-Laki (usia 24–50 tahun)

Tekanan darah normal sebesar 60% dengan rentang <120/80 mmHg. Gula darah normal sebesar 60% dengan rentang <200 mg/dL. Asam urat normal sebesar 80% dengan rentang 3,5–7 mg/dL.

Pemeriksaan asam urat dilakukan pada 53 peserta. Kadar asam urat tertinggi terdapat pada lansia perempuan yaitu 64%. Saat peserta dimintai keterangan mengenai pola hidup, peserta menyatakan sering merasakan nyeri pada bagian kaki tetapi masih enggan untuk memeriksakan ke dokter. Rasa nyeri yang dialami bisa menjadi salah satu gejala terjadinya peningkatan kadar asam urat. Penyebab asam urat dapat dikarenakan pola hidup tidak sehat, kurang olahraga, dan sering mengonsumsi makanan tinggi purin seperti kacang-kacangan dan jeroan. Berdasarkan penelitian Sukmana et al. (2020), jeroan dan kacang-kacangan merupakan makanan dengan kadar purin tinggi yang dapat menyebabkan peningkatan kadar asam urat dalam darah.

Pemeriksaan tekanan darah dilakukan pada 53 peserta. Tekanan darah tertinggi terdapat pada lansia laki-laki yaitu 60% mengalami tekanan darah tinggi (hipertensi). Hal ini sejalan dengan penelitian Aryani & Muna (2023) yang menemukan bahwa masih banyak masyarakat yang tidak rutin memeriksakan tekanan darahnya meskipun telah terdiagnosis hipertensi. Hipertensi yang tidak terkontrol dapat menyebabkan komplikasi serius seperti stroke, gagal jantung, dan gagal ginjal. Tim pengabdian masyarakat menyarankan kepada peserta yang memiliki tekanan darah tidak normal untuk melakukan pemeriksaan rutin di fasilitas kesehatan guna memperoleh penanganan yang tepat.

Pemeriksaan gula darah tertinggi terdapat pada wanita dewasa dengan kadar gula darah tinggi sebanyak 60%. Temuan ini sesuai dengan Ifadah & Marliana (2019) yang menyatakan bahwa pola makan tidak sehat dan kurang olahraga merupakan faktor risiko utama diabetes melitus tipe 2 pada kelompok usia produktif. WHO (2023) juga menyebutkan bahwa diabetes melitus tipe 2 sangat terkait dengan faktor gaya hidup seperti pola makan tidak sehat, kurang aktivitas fisik, dan obesitas. Setelah dikonfirmasi kepada peserta, beberapa di antaranya menyatakan telah lama menderita diabetes karena sering mengonsumsi makanan dan minuman tinggi gula serta kurang berolahraga.

Berdasarkan hasil diskusi kelompok terfokus, wawancara singkat, serta pengamatan selama pelaksanaan kegiatan, ditemukan beberapa temuan kualitatif penting. Respon masyarakat saat mendaftar

banyak yang bertanya tentang manfaat pemeriksaan kesehatan secara teratur. Masyarakat belum sepenuhnya memahami pentingnya deteksi dini dan masih banyak yang beranggapan bahwa tidak merasakan sakit berarti tidak perlu memeriksakan diri. Namun setelah dilakukan pemeriksaan kesehatan dan edukasi, masyarakat menjadi lebih paham pentingnya pemeriksaan kesehatan secara menyeluruh dalam kondisi sehat. Peserta mulai mengenali deteksi dini dari risiko akibat tidak memeriksa kesehatan secara rutin. Peserta juga antusias mengikuti sesi konseling individu untuk mengetahui hasil pemeriksaannya dan mendapatkan rekomendasi tindak lanjut.

Hasil kegiatan ini juga menunjukkan bahwa edukasi kesehatan yang diberikan secara interaktif dan disertai dengan pemeriksaan langsung mampu meningkatkan kesadaran masyarakat tentang pentingnya deteksi dini PTM. Hal ini sejalan dengan Aryani & Muna (2023) yang menyatakan bahwa kombinasi antara skrining kesehatan dan edukasi terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan mendorong perubahan perilaku masyarakat. Keterlibatan aktif kader kesehatan dalam program ini juga memperkuat keberhasilan program, sebagaimana disebutkan dalam Ifadah & Marliana (2019) bahwa pendampingan oleh tenaga kesehatan dan kader sangat berperan dalam meningkatkan kepatuhan masyarakat untuk melakukan pemeriksaan rutin.

Secara umum, hasil kegiatan ini memperkuat teori bahwa deteksi dini melalui Posbindu PTM yang dikemas dengan pendekatan partisipatif, didukung oleh tenaga kesehatan dan kader, serta dilengkapi dengan edukasi yang komprehensif merupakan strategi efektif dalam pengendalian penyakit tidak menular di masyarakat. Penguatan sinergi antara puskesmas, pemerintah desa, dan kader kesehatan terbukti dapat menciptakan program yang lebih berkelanjutan dan berdampak nyata di lapangan.

KESIMPULAN

Kegiatan Posbindu deteksi dini hipertensi, diabetes melitus, dan asam urat di wilayah kerja UPTD Puskesmas Labuan berhasil dilaksanakan dan memberikan edukasi kepada masyarakat tentang pentingnya melakukan pemeriksaan kesehatan secara rutin. Hasil pemeriksaan menunjukkan bahwa masih terdapat proporsi yang cukup tinggi masyarakat dengan tekanan darah tinggi (hipertensi), gula darah tinggi, dan kadar asam urat tinggi, terutama pada kelompok lansia. Kegiatan ini berhasil meningkatkan kesadaran masyarakat akan pentingnya deteksi dini penyakit tidak menular dan mendorong mereka untuk melakukan pemeriksaan rutin di fasilitas kesehatan terdekat. Sinergi antara tenaga kesehatan, kader, dan pemerintah desa terbukti efektif dalam menyukseskan program.

Kami mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang telah berkontribusi dalam program pengabdian kepada masyarakat melalui kegiatan ini. Khususnya kepada Kepala UPTD Puskesmas Labuan yang telah banyak membantu dalam perizinan dan pengumpulan data, Dinas Kesehatan Kabupaten Donggala yang telah membantu dalam perizinan, serta kader kesehatan dan masyarakat Desa Labuan yang telah berpartisipasi aktif dalam kegiatan Posbindu. Kegiatan ini tidak akan berhasil tanpa dukungan dan kerjasama yang solid dari berbagai elemen masyarakat, termasuk tokoh masyarakat, tenaga kesehatan, dan peserta penyuluhan.

DAFTAR PUSTAKA

Aryani, R., & Muna, S. (2023). Pemeriksaan kesehatan tekanan darah, gula darah, kolesterol dan asam urat gratis di kota Banda Aceh. *Community Development Journal: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, *4*(5), 9623-9628. <https://doi.org/10.31004/cdj.v4i5.16310>

Ifadah, E., & Marliana, T. (2019). Pemeriksaan kesehatan tekanan darah dan glukosa darah (DM) gratis di wilayah Kampung Sawah Lebak Wangi Jakarta Selatan. *Jurnal Pelayanan dan Pengabdian Masyarakat*, *3*(1).

Kementerian Kesehatan RI. (2019). Hipertensi/Tekanan darah tinggi. Direktorat P2PTM. Jakarta: Kemenkes RI. <http://p2ptm.kemkes.go.id>

Kementerian Kesehatan RI. (2023). Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023. Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan (BKPK). Jakarta: Kemenkes RI.

Khodijah, A., Febrianti, R., & Suryani, D. (2023). Pemeriksaan kesehatan (hipertensi, kolesterol tinggi, asam urat, gula darah) di lingkungan Pendidikan Al-Aitan Kabupaten Bandung. PaKMas: Jurnal Pengabdian Masyarakat, *3*(1), 59-66.

Riskesdas. (2018). Laporan Nasional Riset Kesehatan Dasar 2018. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, Kementerian Kesehatan RI. Jakarta.

Sukmana, J. D., Hardani, & Irawansyah. (2020). Pemeriksaan kesehatan gratis sebagai upaya peningkatan kesadaran masyarakat terhadap deteksi dini penyakit tidak menular. Indonesian Journal of Community Services, *2*(1).

World Health Organization. (2023). Noncommunicable diseases. Fact sheet. Geneva: WHO. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/noncommunicable-disease>