

CEK KESEHATAN GRATIS SEBAGAI BENTUK PENGABDIAN PADA MASYARAKAT DI NAGARI RAO-RAO

Free Health Check-Up As Community Service In Nagari Rao-Rao

Nelvia Iryani^{1*}, Muhammad Ilham Anugerah², Thufail Palinza³, Mutiara Dinanti⁴

¹ Fakultas Ekonomi dan Bisnis, Universitas Andalas Padang

² Fakultas Kedokteran, Universitas Andalas Padang

³ Fakultas Hukum, Universitas Andalas Padang

⁴ Fakultas Ilmu Sosial dan Politik, Universitas Andalas Padang

Koresponden author : nelviairyani@eb.unand.ac.id

ABSTRACT

Healthcare is an essential service for the quality of life of the populace, yet the availability of healthcare particularly in a more rural area such as Nagari Rao-Rao where the nearest provincial hospital is in the city of Batusangkar approximately 45 minutes away, although Nagari Rao-Rao is equipped with a public clinic, it is paramount to understand rising health issues in Nagari Rao-Rao, to anticipate the needs of the people of Rao-Rao, to further understands healthcare issues in Nagari Rao-Rao for the purpose of helping the local clinic in creating a robust strategy to combat an rising healthcare issues, 2025 Unand Rao-Rao Community Service Program (KKN Rao-Rao 2025) in partnership with Puskesmas Sungai Tarab offer a free public medical checkup for adults and geriatrics, this medical free checkup compromise of anamnesis, weight and height check, belly size measurement, Blood pressure test and finally sugar blood level test. The findings resulting from these medical check ups was astonishing. Out of 104 participants of these free health checkup it was uncovered that 49 participants suffered from hypertension and 8 participants suffer hyperglycaemia showing a significant trend of non-infectious diseases, while the rest showed normal healthy findings, these findings leads us to the conclusion that Nagari Rao-Rao has a significant trend of heart diseases, and we strongly recommend the law makers and administrator of the Nagari as well as the public health apparatus of Tanah Datar Regency, to create a more robust system of health service, while further spread an awareness of non-infectious Diseases.

Keywords: Healthcare, Free medical checkup, non infectious disease.

ABSTRAK

Kesehatan adalah layanan penting untuk kualitas hidup masyarakat, namun ketersediaan layanan kesehatan terutama di daerah pedesaan seperti Nagari Rao-Rao, di mana rumah sakit provinsi terdekat berada di kota Batusangkar sekitar 45 menit perjalanan, menjadi tantangan tersendiri. Meskipun Nagari Rao-Rao sudah dilengkapi dengan klinik umum, sangat penting untuk memahami masalah kesehatan yang sedang meningkat di Nagari Rao-Rao, agar dapat mengantisipasi kebutuhan masyarakat Rao-Rao dan memahami lebih dalam permasalahan kesehatan di wilayah ini. Hal ini bertujuan untuk membantu klinik setempat dalam menyusun strategi yang kuat untuk mengatasi masalah kesehatan yang semakin meningkat.

Program Pengabdian Masyarakat Universitas Andalas Rao-Rao 2025 (KKN Rao-Rao 2025), bekerja sama dengan Puskesmas Sungai Tarab, menawarkan pemeriksaan kesehatan gratis bagi dewasa dan lansia. Pemeriksaan ini mencakup anamnesis, pengukuran berat badan dan tinggi badan, pengukuran lingkar perut, tes tekanan darah, dan pemeriksaan kadar gula darah.

Hasil dari pemeriksaan menunjukkan dari 104 peserta yang mengikuti pemeriksaan gratis ini, ditemukan bahwa 49 peserta mengalami hipertensi dan 8 peserta menunjukkan gejala hiperglikemia, yang menunjukkan tren signifikan dari penyakit tidak menular. Sementara itu, sisanya menunjukkan hasil yang normal dan sehat. Temuan ini menyimpulkan bahwa Nagari Rao-Rao memiliki tren yang cukup tinggi terhadap penyakit jantung. Oleh karena itu, kami sangat merekomendasikan para pembuat kebijakan dan pengelola Nagari, serta aparat kesehatan masyarakat di Kabupaten Tanah Datar, untuk menciptakan sistem layanan kesehatan yang lebih kuat dan memperluas kesadaran tentang penyakit tidak menular.

Kata Kunci: Kesehatan, Pemeriksaan Kesehatan Gratis, Penyakit Tidak Menular

PENDAHULUAN

Pengembangan Nagari yang efektif tidak hanya dapat dinilai berdasarkan infrastruktur atau kemajuan ekonomi semata, kualitas layanan kesehatan masyarakat juga menjadi indikator penting dari keberhasilan pembangunan. Kesehatan yang berkualitas secara signifikan mendukung aktivitas sosial, pendidikan, dan produktivitas masyarakat secara keseluruhan. Untuk memastikan kesehatan masyarakat yang kuat, sangat penting untuk menyediakan layanan kesehatan yang adil dan mudah diakses oleh seluruh komunitas. Namun, kenyataannya, banyak nagari menghadapi tantangan dalam mengakses layanan kesehatan yang memadai.

Nagari Rao-Rao, sebuah nagari yang terletak di Kecamatan Sungai Tarab, Kabupaten Tanah Datar, memiliki klinik kesehatan. Meskipun demikian, keberadaan klinik tersebut saja tidak cukup untuk menangani kasus-kasus darurat medis. Jarak yang cukup jauh ke rumah sakit provinsi menjadi hambatan yang signifikan. Kendala dan tantangan ini menuntut perlunya pemeriksaan kesehatan secara rutin dan berkala untuk secara proaktif mengatasi risiko kesehatan dan meningkatkan kesadaran masyarakat akan pentingnya menjaga kesehatan.

Pemeriksaan kesehatan merupakan langkah penting dalam mengurangi risiko penyakit degeneratif yang berasal dari penuaan atau gaya hidup tidak sehat (Fatihaturahmi et al., 2023). Hipertensi dan Hiperglikemia, yang dikenal sebagai pembunuh diam-diam dalam dunia kesehatan karena sifatnya yang tidak menular serta gejala yang sulit dideteksi, membutuhkan pemeriksaan rutin baik dari individu maupun layanan kesehatan masyarakat. Hal ini dilakukan agar penyakit tersebut dapat dideteksi sejak dini sebelum berkembang menjadi penyakit yang lebih fatal, seperti Penyakit Jantung pada hipertensi dan Diabetes pada hiperglikemia.

Sebagai bentuk kontribusi nyata, Program Pengabdian Masyarakat KKN Unand tahun 2025, bekerja sama dengan Puskesmas Sungai Tarab, menyelenggarakan pemeriksaan kesehatan gratis bagi dewasa dan lanjut usia. Inisiatif ini bertujuan meningkatkan kesadaran masyarakat akan pentingnya kesehatan, memudahkan deteksi dini risiko penyakit, dan membantu klinik dalam merumuskan strategi layanan kesehatan yang lebih efektif. Dengan demikian, kegiatan ini diharapkan dapat memberikan kontribusi berarti dalam mendukung pembangunan Nagari yang lebih sehat dan lebih kompetitif.

METODE

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan di Nagari Rao-Rao, Kecamatan Sungai Tarab, Kabupaten Tanah Datar, Sumatera Barat, sebagai bagian dari Program Pengabdian Masyarakat KKN Unand Tahun 2025. Program ini dilaksanakan bekerja sama dengan Puskesmas Sungai Tarab selama periode Juli–Agustus 2025.

Target utama kegiatan ini adalah warga dewasa dan lanjut usia di Nagari Rao-Rao. Sebanyak 104 peserta secara sukarela mengikuti pemeriksaan kesehatan gratis. Pelaksanaan skrining kesehatan menggunakan peralatan medis dasar seperti sphygmomanometer digital, glucometer beserta test strip, meteran, timbangan badan digital, dan stadiometer. Lembar pencatatan disiapkan untuk mendokumentasikan hasil setiap peserta.

Tahapan Pelaksanaan

1. Persiapan

Koordinasi dengan Puskesmas Sungai Tarab, aparat nagari, dan tokoh masyarakat. Sosialisasi dilakukan melalui pengumuman desa dan media sosial.

2. Registrasi

Peserta didaftarkan dan dianamnesis mengenai riwayat kesehatan dasar seperti usia, gaya hidup, dan adanya komorbiditas.

3. Pemeriksaan

Pengukuran berat badan dan tinggi badan

Pengukuran lingkar pinggang

Pengukuran tekanan darah

Tes glukosa darah secara acak

4. KonsultasiPenyuluhan

Peserta menerima langsung umpan balik tentang hasil pemeriksaan dan rekomendasi tindak lanjut di Puskesmas.

5. Analisis

Hasil pemeriksaan didokumentasikan dan dianalisis secara deskriptif untuk mengetahui prevalensi hipertensi, hiperglikemia, dan temuan lainnya

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan di Nagari Rao-Rao pada tahun 2025 sebagai bagian dari upaya meningkatkan kesadaran dan kepedulian masyarakat terhadap pentingnya kesehatan. Kegiatan ini diikuti dengan antusias oleh warga setempat dan dilaksanakan dengan melibatkan tim dosen serta mahasiswa dari berbagai bidang kesehatan.

Salah satu kegiatan utama adalah pemeriksaan kesehatan gratis, yang meliputi pengukuran tekanan darah, pemeriksaan kadar gula darah, serta konsultasi kesehatan umum. Kegiatan ini bertujuan untuk melakukan deteksi dini penyakit tidak menular seperti hipertensi dan diabetes melitus yang kian meningkat prevalensinya di masyarakat pedesaan.

Jumlah peserta yang mengikuti pemeriksaan kesehatan mencapai 104 orang, terdiri dari laki-laki dan perempuan dengan rentang usia dewasa hingga lanjut usia. Berdasarkan hasil skrining kesehatan, diperoleh data sebagai berikut:

- 49 peserta (47%) terdeteksi mengalami hipertensi, ditandai dengan tekanan darah di atas batas normal. Sebagian besar kasus ditemukan pada kelompok usia di atas 40 tahun.
- 8 peserta (8%) menunjukkan hiperglikemia, yaitu kadar gula darah melebihi ambang normal, yang menjadi indikator awal risiko diabetes melitus.
- Sementara itu, 47 peserta (45%) memiliki indikator kesehatan normal, dengan tekanan darah dan kadar gula darah dalam kisaran yang sehat.

Hasil pemeriksaan tersebut menunjukkan bahwa hampir separuh peserta mengalami gangguan tekanan darah tinggi. Temuan ini menjadi dasar penting bagi tim pengabdian untuk memberikan penyuluhan tentang gaya hidup sehat, seperti pola makan seimbang rendah garam dan gula, pentingnya aktivitas fisik teratur, serta pengendalian stres.

Selain pemeriksaan dan penyuluhan, kegiatan ini juga disertai dengan pembagian leaflet edukatif mengenai pencegahan hipertensi dan diabetes, serta konsultasi personal bagi peserta yang membutuhkan rujukan lanjutan ke fasilitas kesehatan terdekat.

Secara keseluruhan, kegiatan pengabdian di Rao-Rao 2025 berjalan dengan lancar dan mendapat respon positif dari masyarakat. Antusiasme warga menunjukkan tingginya kesadaran terhadap pentingnya kesehatan dan perlunya kegiatan serupa dilakukan secara berkelanjutan untuk memantau dan meningkatkan kualitas kesehatan masyarakat di wilayah tersebut.

Tabel 1. Kategori partisipasi pemeriksaan kesehatan gratis

kategori	Jumlah peserta	persentase (%)
hipertensi	49	47
hiperglikemia	8	8
Temuan normal	47	45
Total	104	100

Pembahasan

Selain pemeriksaan kesehatan, kegiatan pengabdian di Rao-Rao ini juga menitikberatkan pada edukasi promotif dan preventif melalui penyuluhan kesehatan interaktif. Materi penyuluhan mencakup pengenalan faktor risiko hipertensi dan diabetes, pentingnya pola makan seimbang dan rendah garam, serta manfaat aktivitas fisik teratur. Penyampaian dilakukan secara sederhana dan kontekstual agar mudah dipahami oleh masyarakat, menggunakan contoh-contoh kebiasaan lokal seperti konsumsi makanan tinggi garam (ikan asin, sambal, dan makanan olahan) serta rendahnya kebiasaan olahraga di kalangan lansia. Peserta juga diajak untuk mempraktikkan cara membaca label gizi pada produk makanan kemasan agar lebih kritis dalam memilih konsumsi sehari-hari.

Dampak positif kegiatan ini tidak hanya terlihat dari antusiasme peserta selama pemeriksaan, tetapi juga dari peningkatan pengetahuan dan perubahan sikap terhadap kesehatan. Berdasarkan hasil wawancara singkat setelah kegiatan, sebagian besar peserta menyatakan bahwa mereka baru mengetahui kondisi tekanan darah atau kadar gula darah mereka melalui kegiatan ini. Beberapa warga bahkan menyampaikan niat untuk memeriksakan diri secara rutin ke Puskesmas dan mulai mengurangi konsumsi garam serta minuman manis. Hal ini menunjukkan bahwa kegiatan pengabdian masyarakat memiliki peran strategis dalam meningkatkan literasi kesehatan di tingkat komunitas, terutama di wilayah yang belum terjangkau secara optimal oleh layanan kesehatan preventif.

Sebagai tindak lanjut, tim pengabdian merekomendasikan agar kegiatan seperti ini dilaksanakan secara berkelanjutan dan terintegrasi dengan program Puskesmas. Diperlukan kolaborasi antara tenaga kesehatan, aparat nagari, serta lembaga pendidikan untuk menyusun program pemantauan kesehatan berkala dan pelatihan kader kesehatan lokal. Selain itu, pengadaan peralatan medis sederhana seperti tensimeter digital, timbangan, dan glucometer perlu diperkuat agar pemeriksaan dapat dilakukan secara mandiri di tingkat posyandu atau

kelompok masyarakat. Ke depan, kegiatan pengabdian ini diharapkan menjadi model pemberdayaan masyarakat pedesaan dalam pencegahan penyakit tidak menular berbasis komunitas, sekaligus mendukung pencapaian tujuan pembangunan berkelanjutan (SDGs), khususnya pada aspek kesehatan dan kesejahteraan.



Gambar 1. Pengabdian Kepada Masyarakat (KKN Rao-Rao 2025) melakukan cek Kesehatan kepada Masyarakat di Lokasi KKN



Gambar 2. Photo Bersama tim PKM, Dosen, Mahasiswa dan Aparat Pemerintahan

KESIMPULAN DAN SARAN

Program pengabdian masyarakat ini menunjukkan bahwa hampir separuh peserta di Nagari Rao-Rao mengalami hipertensi, sementara proporsi yang lebih kecil menunjukkan tanda-tanda hiper glikemia. Hasil ini mengonfirmasi tren meningkatnya Penyakit Tidak Menular (PTM) di masyarakat.

Disarankan agar pemerintah Nagari, bekerja sama dengan Puskesmas Sungai Tarab I, membangun program skrining kesehatan yang berkelanjutan, memperkuat promosi kesehatan berbasis masyarakat, serta mengintegrasikan mekanisme tindak lanjut melalui Posbindu PTM dan kader kesehatan desa. Dengan langkah ini, upaya pencegahan dapat ditingkatkan dan status kesehatan masyarakat dapat meningkat secara signifikan.

KONTRIBUSI PARA PENULIS

Nelvia Iryani: Konseptualisasi, Penyuntingan, submit artikel, dan sebagai penulis yang bertanggung jawab dalam proses penerbitan artikel.

Muhammad Ilham Anugerah : Metodologi, Kurasi data, analisis formal, investigasi .

Thufail Palinza :Pengawasan, Validasi, Visualisasi,

Mutiara Dinanti: Penulisan draf awal, Penulisan -tinjauan.

PERNYATAAN KONFLIK KEPENTINGAN

Semua penulis menyatakan tidak memiliki konflik kepentingan dan persaingan dalam penulisan artikel ini

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada Puskesmas Sungai Tarab I, masyarakat Nagari Rao-Rao, dosen pembimbing lapangan, dan seluruh anggota tim KKN Nagari Rao-Rao atas dukungan, kerjasama, serta partisipasi aktif dalam pelaksanaan program pengabdian masyarakat ini

DAFTAR PUSTAKA(13 pt)

1. Fatihaturahmi, F., Sari, R. P., & Yuliana, A. (2023). Community-based intervention for non-communicable disease prevention in rural Indonesia. *Journal of Public Health Research, 12*(2), 145–152.
2. International Diabetes Federation (IDF). (2021). *IDF Diabetes Atlas* (10th ed.). Brussels: IDF.
3. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2019). *Laporan Riskesdas 2018*. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan.
4. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). *Profil Kesehatan Indonesia 2022*. Jakarta: Kemenkes RI.
5. World Health Organization (WHO). (2022). *Global report on hypertension: the race against a silent killer*. Geneva: WHO.
6. World Health Organization (WHO). (2023). *Noncommunicable diseases country profiles: Indonesia*. Geneva: WHO.
7. Susilo, D., & Pratiwi, N. (2020). Hypertension and lifestyle factors among Indonesian adults. *BMC Public Health, 20*(1), 1201–1208.
8. Wulandari, R., & Widodo, T. (2021). Screening for diabetes mellitus in rural areas of Indonesia. *Diabetes & Metabolic Syndrome, 15*(6), 102270.

9. Putri, S. A., & Rahman, H. (2022). Community health programs and prevention of NCDs in West Sumatra. *Indonesian Journal of Community Medicine*, 7(1), 33–40.
10. Zainal, A., & Nugroho, A. (2020). Prevalence of hypertension in rural West Sumatra: a cross-sectional study. *Medical Journal of Indonesia*, 29(3), 256–263.