

Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM) Cek dan Konseling Kesehatan di Lingkungan Lapangan Tegalega Bandung

Andini Kusdiantini^{1✉}, Sri Setia Tjahjati², Agus Sudrajat³, Nurul Dwi Ariani⁴

¹Manajemen Pelayanan Rumah Sakit, Politeknik Piksi Ganesha, Bandung, Indonesia, 40274

^{3,4}Analisis Kesehatan, Politeknik Piksi Ganesha, Bandung, Indonesia, 40274

²Farmasi, Universitas Al-Ghifari, Bandung, Indonesia, 40293

E-mail : andini.oktsmile@gmail.com ✉

Info Artikel:

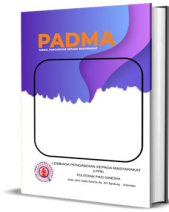
Diterima : 17 Mei 2023

Diperbaiki : 26 Mei 2023

Disetujui : 31 Mei 2023

Keywords: *Community Service Activities, Health Checks, Health Counseling*

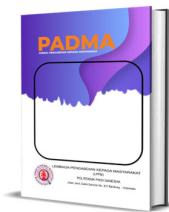
Abstract: *Community Service Activities (PKM) Health Checks and Counseling is an attempt to provide health services to the community with an emphasis on routine health checks and counseling related to health issues. The main goal of this activity is to raise public awareness of the importance of preventive health maintenance and to provide information and support needed to create a healthy lifestyle. Methods of PKM health check and health counseling include physical examination, measurement of health parameters such as blood pressure, blood glucose levels and body mass index, and individual or group counseling and counseling on healthy eating habits and the importance of physical activity, stress management and efforts to improve health prevention of certain diseases. The team involved in this activity consists of medical personnel who are qualified and experienced in providing health services to the community. Outcomes and discussion of the PKM health check and consultation include assessment of public health status, identification of disease risks, and recommendations for preventive actions that can be taken to improve quality of life. The discussion emphasizes the importance of a healthy lifestyle through balanced diet, regular exercise, stress management and regular health monitoring. It also discusses the benefits of counseling in providing psychological and educational support to individuals or groups in addressing various health challenges. It is hoped that through PKM health checks and counseling, the community can raise awareness of the importance of*



staying healthy and living a healthy lifestyle. Level of satisfaction Participants indicated that 60% were very satisfied, 30% satisfied and 10% fairly satisfied.

Kata Kunci : Pengabdian Kepada Masyarakat, Cek Kesehatan, Konseling Kesehatan

Abstrak : Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM) Cek dan Konseling Kesehatan merupakan upaya yang dilakukan untuk memberikan pelayanan kesehatan kepada masyarakat dengan fokus pada cek kesehatan rutin dan konseling yang berkaitan dengan aspek kesehatan. Melalui kegiatan ini, tujuan utama adalah meningkatkan kesadaran masyarakat akan pentingnya menjaga kesehatan secara preventif dan memberikan informasi serta dukungan yang dibutuhkan untuk mewujudkan gaya hidup sehat. Metode yang digunakan dalam PKM Cek dan Konseling Kesehatan meliputi pemeriksaan fisik, pengukuran parameter kesehatan seperti tekanan darah, kadar gula darah, dan indeks massa tubuh, serta penyuluhan dan konseling individu atau kelompok mengenai pola makan sehat, pentingnya aktivitas fisik, manajemen stres, dan upaya pencegahan penyakit tertentu. Tim yang terlibat dalam kegiatan ini terdiri dari tenaga medis yang berkualifikasi dan berpengalaman dalam memberikan layanan kesehatan kepada masyarakat. Hasil dan pembahasan dari PKM Cek dan Konseling Kesehatan akan mencakup evaluasi kondisi kesehatan masyarakat, identifikasi risiko penyakit, serta rekomendasi tindakan preventif yang dapat diambil untuk meningkatkan kualitas hidup. Dalam pembahasan, akan ditekankan pentingnya adopsi gaya hidup sehat melalui pola makan yang seimbang, olahraga teratur, manajemen stres, dan pemantauan kesehatan secara rutin. Selain itu, akan dijelaskan pula manfaat konseling dalam memberikan dukungan psikologis dan edukasi kepada individu atau kelompok dalam menghadapi berbagai tantangan kesehatan. Diharapkan melalui PKM Cek dan Konseling Kesehatan, masyarakat dapat meningkatkan kesadaran akan pentingnya menjaga kesehatan dan mengadopsi gaya hidup sehat. Tingkat Kepuasan Peserta menyatakan 60 % sangat puas, 30 % puas dan 10 % cukup puas.

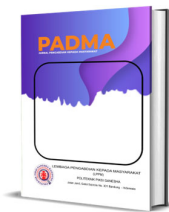


Pendahuluan

Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM) Cek dan Konseling Kesehatan merupakan sebuah inisiatif yang bertujuan untuk memberikan pelayanan kesehatan kepada masyarakat dengan fokus pada pemeriksaan kesehatan rutin dan konseling terkait aspek kesehatan. Dalam era modern ini, kesehatan menjadi isu yang semakin penting dan menjadi perhatian banyak pihak. Oleh karena itu, PKM Cek dan Konseling Kesehatan hadir sebagai upaya nyata untuk meningkatkan kesadaran masyarakat akan pentingnya menjaga kesehatan secara preventif dan memberikan akses pelayanan kesehatan yang berkualitas. Kegiatan ini melibatkan tim medis yang terdiri dari tenaga kesehatan yang ahli dan berpengalaman dalam memberikan layanan kesehatan kepada masyarakat. Tim ini bertugas untuk melakukan cek kesehatan rutin seperti pemeriksaan fisik dan pengukuran parameter kesehatan, seperti tekanan darah, kadar gula darah, dan indeks massa tubuh. Selain itu, tim juga memberikan konseling individu atau kelompok mengenai berbagai aspek kesehatan, seperti pola makan sehat, pentingnya aktivitas fisik, manajemen stres, dan upaya pencegahan penyakit tertentu.

Pendahuluan PKM Cek dan Konseling Kesehatan juga mencerminkan pentingnya kerja sama antara lembaga pendidikan, tenaga medis, dan masyarakat dalam memperbaiki dan menjaga kualitas hidup. Melalui kegiatan ini, diharapkan masyarakat dapat memperoleh informasi yang akurat dan relevan mengenai kesehatan serta pemahaman yang lebih baik tentang pentingnya adopsi gaya hidup sehat dalam menjaga keseimbangan fisik dan mental. Selain itu, meningkatkan kesadaran masyarakat akan pentingnya menjaga kesehatan secara preventif dan memberikan dukungan yang dibutuhkan untuk mewujudkan gaya hidup sehat. Dengan adanya PKM Cek dan Konseling Kesehatan, diharapkan dapat terwujud masyarakat yang lebih peduli terhadap kesehatan mereka sendiri dan mampu mengambil tindakan preventif untuk menghindari risiko penyakit. Selain itu, pendahuluan ini akan menyoroti peran penting konseling dalam memberikan dukungan psikologis dan edukasi kepada individu atau kelompok dalam menghadapi berbagai tantangan kesehatan. Dengan demikian, PKM Cek dan Konseling Kesehatan diharapkan dapat memberikan kontribusi yang signifikan dalam meningkatkan kesejahteraan masyarakat dan menciptakan generasi yang lebih sehat.

Program pengabdian masyarakat adalah salah satu tanggung jawab yang harus dilaksanakan oleh seorang dosen sebagai bagian dari tugas tridarma perguruan tinggi. Program ini melibatkan proses dan kegiatan profesional yang bertujuan untuk mendukung program pembangunan berbasis kesehatan sesuai dengan



paradigma kesehatan. Dalam program ini, dosen berpartisipasi dalam menggerakkan semua komponen mitra kerja secara proporsional, dengan tujuan untuk memberikan kontribusi nyata kepada masyarakat sebagai bentuk pengabdian dari para dosen. PKM pengecekan dan konseling Kesehatan ini dilaksanakan di Lapangan Tegalega dengan peserta 128 orang.

Metode

Secara singkat, tahapan kegiatan pengabdian masyarakat diperlihatkan pada Gambar 1. Metode Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM) Cek dan Konseling Kesehatan didasarkan pada pendekatan holistik yang melibatkan pemeriksaan kesehatan rutin dan pemberian konseling terkait aspek kesehatan. Berikut adalah beberapa metode yang biasanya digunakan dalam PKM Cek dan Konseling Kesehatan:

1. Pemeriksaan Fisik: Tim medis yang terlibat dalam kegiatan ini melakukan pemeriksaan fisik secara menyeluruh terhadap peserta. Hal ini meliputi pengukuran berat badan, tinggi badan, tekanan darah, detak jantung, dan pemeriksaan organ-organ tubuh yang relevan. Pemeriksaan ini bertujuan untuk mendapatkan gambaran umum tentang kondisi kesehatan individu.
2. Pengukuran Parameter Kesehatan: Selain pemeriksaan fisik, parameter kesehatan tertentu juga diukur untuk mengevaluasi kondisi tubuh. Misalnya, pengukuran kadar gula darah untuk mendeteksi risiko diabetes, pengukuran kolesterol untuk menilai kesehatan kardiovaskular, dan pengukuran indeks massa tubuh (IMT) untuk mengevaluasi status nutrisi.
3. Penyuluhan dan Konseling: Selama kegiatan PKM, tim medis memberikan penyuluhan dan konseling kepada peserta mengenai berbagai aspek kesehatan. Ini meliputi edukasi tentang pola makan sehat, pentingnya aktivitas fisik, manajemen stres, kebiasaan hidup sehat, dan pencegahan penyakit. Konseling juga dapat dilakukan secara individu atau dalam kelompok untuk memberikan dukungan dan informasi yang lebih spesifik.
4. Pembagian Informasi dan Materi Edukasi: Selain penyuluhan langsung, tim medis juga memberikan informasi tertulis atau materi edukasi kepada peserta. Materi ini dapat berupa brosur, leaflet, atau pamflet yang berisi informasi penting tentang kesehatan, gaya hidup sehat, dan langkah-langkah pencegahan penyakit. Tujuannya adalah agar peserta dapat membawa pulang informasi yang bermanfaat dan dapat dijadikan referensi di masa mendatang.
5. Pengembangan Rencana Tindak Lanjut: Setelah pemeriksaan dan konseling, tim medis akan membantu peserta dalam merencanakan tindakan lanjut yang

sesuai dengan kondisi kesehatan individu. Ini meliputi rekomendasi diet, program olahraga, pemeriksaan kesehatan berkala, atau rujukan ke fasilitas medis jika ditemukan masalah kesehatan yang membutuhkan perawatan lebih lanjut.



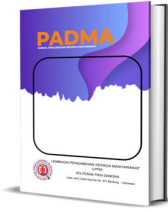
Gambar 1. Metode Pelaksanaan PKM

Dengan kombinasi metode-metode ini, PKM Cek dan Konseling Kesehatan bertujuan untuk memberikan layanan kesehatan yang holistik kepada masyarakat, baik dalam hal pemeriksaan fisik, evaluasi parameter kesehatan, edukasi, maupun rencana tindak lanjut yang sesuai.

Hasil dan Pembahasan

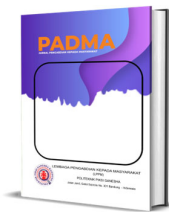
Hasil dan pembahasan Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM) Cek dan Konseling Kesehatan didasarkan pada evaluasi dan analisis data yang diperoleh selama kegiatan tersebut. Berikut adalah beberapa hasil dan pembahasan yang dapat diungkapkan dalam PKM Cek dan Konseling Kesehatan:

1. Hasil Pemeriksaan Kesehatan: Data yang diperoleh dari pemeriksaan fisik dan pengukuran parameter kesehatan dapat memberikan informasi mengenai kondisi kesehatan masyarakat yang diikutsertakan dalam kegiatan ini. Hasil ini



- dapat mencakup data tentang tingkat tekanan darah, kadar gula darah, kolesterol, dan indeks massa tubuh peserta. Dari hasil ini, dapat diidentifikasi masalah kesehatan yang perlu mendapatkan perhatian lebih lanjut.
2. Analisis Data dan Temuan: Data yang terkumpul dianalisis untuk mengidentifikasi pola atau tren yang muncul terkait dengan kondisi kesehatan masyarakat. Dalam hal ini, dapat diidentifikasi faktor risiko tertentu, seperti pola makan tidak sehat, kurangnya aktivitas fisik, atau tingkat stres yang tinggi. Temuan ini dapat membantu tim medis dalam merencanakan program intervensi yang tepat dan relevan.
 3. Evaluasi Efektivitas Penyuluhan dan Konseling: Evaluasi dilakukan untuk menilai sejauh mana penyuluhan dan konseling yang diberikan kepada peserta PKM Cek dan Konseling Kesehatan berhasil mencapai tujuan yang ditetapkan. Evaluasi dapat dilakukan melalui kuesioner, wawancara, atau observasi terhadap peserta. Data evaluasi ini dapat memberikan wawasan tentang pemahaman peserta mengenai informasi kesehatan yang diberikan, perubahan perilaku yang terjadi setelah kegiatan, dan kepuasan peserta terhadap layanan yang diberikan.
 4. Pembahasan Temuan dan Rekomendasi: Temuan dan analisis data menjadi landasan untuk melakukan pembahasan yang lebih mendalam mengenai kondisi kesehatan masyarakat dan faktor-faktor yang berkontribusi terhadapnya. Dalam tahap ini, rekomendasi dapat diberikan untuk perbaikan kebijakan kesehatan, pengembangan program intervensi lebih lanjut, atau peningkatan aksesibilitas layanan kesehatan di masyarakat.
 5. Diseminasi Hasil: Hasil dan pembahasan dari PKM Cek dan Konseling Kesehatan perlu diseminasi kepada pihak-pihak terkait, seperti pemerintah, lembaga kesehatan, atau masyarakat umum. Hal ini dapat dilakukan melalui penyusunan laporan, penyajian dalam seminar atau konferensi, atau publikasi dalam jurnal ilmiah. Dengan demikian, hasil dan pembahasan PKM Cek dan Konseling Kesehatan dapat berkontribusi dalam peningkatan pengetahuan dan pemahaman mengenai kesehatan masyarakat serta memberikan dasar untuk perubahan positif dalam praktik kesehatan masyarakat.

Melalui hasil dan pembahasan yang komprehensif, PKM Cek dan Konseling Kesehatan dapat memberikan masukan berharga untuk perbaikan dan pengembangan program kesehatan di masyarakat. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan di Lapangan Tega Lega di Jalan BKR No.185, Pelindung Hewan, Astanaanyar, Bandung, Jawa Barat, Indonesia, 40243. Waktu pelaksanaan pengabdian masyarakat dilakukan 19 Maret 2023.



Sebagai tenaga pelaksana adalah 6 orang dosen dan 12 orang mahasiswa, dimana para petugas baik dosen dan mahasiswa sudah membagi diri sesuai dengan tugas masing-masing. Bagian registrasi pasien dan pemeriksaan fisik (pemeriksaan tekanan darah dan berat badan) dilakukan oleh 2 orang dosen dan 3 orang mahasiswa, untuk pemeriksaan cek gula darah, kolesterol dan asam urat dilakukan oleh masing-masing 4 orang dosen dan 9 mahasiswa. Jumlah masyarakat yang datang cukup banyak yang mana pada umumnya adalah masyarakat yang berolahraga dengan jumlah 128 orang. Adapun kegiatan pengabdian masyarakat yang akan dilaporkan dalam tahap persiapan dan pelaksanaan. Persiapan meliputi persiapan kemasyarakatan dan persiapan teknis sedangkan tahap pelaksanaan terdiri dari pengkajian, pemeriksaan dan konseling/ Pendidikan Kesehatan. Tahap pelaksanaan terdiri atas :

1. Pengkajian

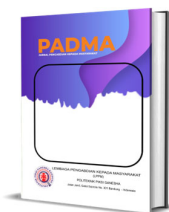
Pada tahap ini dilakukan anamnesa yaitu Anamnesa adalah proses pengumpulan informasi tentang riwayat kesehatan pasien melalui wawancara antara tenaga medis (seperti dokter atau perawat) dan pasien. Tujuan dari anamnesa adalah untuk memperoleh informasi yang lengkap dan akurat mengenai keluhan, gejala, riwayat penyakit sebelumnya, riwayat keluarga, riwayat obat-obatan, dan faktor-faktor lain yang relevan untuk memahami kondisi kesehatan pasien. Selama anamnesa, tenaga medis akan mengajukan berbagai pertanyaan kepada pasien, baik secara terstruktur maupun tidak terstruktur, untuk mendapatkan informasi yang diperlukan. Pertanyaan tersebut dapat mencakup keluhan utama yang dialami pasien, gejala yang dirasakan, lamanya keluhan, faktor pemicu atau memperburuk keluhan, serta riwayat kesehatan masa lalu dan keluarga.

2. Pemeriksaan Fisik dan Cek Darah

Pada tahap ini dilakukan pemeriksaan tekanan darah, penimbangan berat badan, dan cek gula darah, kolesterol dan asam urat. Pelaksanaan Tindakan dilakukan oleh dosen dengan dibantu oleh mahasiswa sesuai tugas masing-masing yang telah dibagi sebelumnya. Semua hasil pemeriksaan dicatat oleh petugas yang melakukan pemeriksaan pada lembar hasil pemeriksaan yang telah disiapkan sebelumnya dan diserahkan pada Tim yang bertugas untuk melakukan konseling / Pendidikan kesehatan. Adapun batas normal menurut WHO diantaranya:

Tabel 1. Nilai Batas Normal

No	Jenis Pemeriksaan	Nilai Normal	Satuan
1.	Tekanan Darah	Sistolik: 90-120, Diastolik : 60-80	mmHg

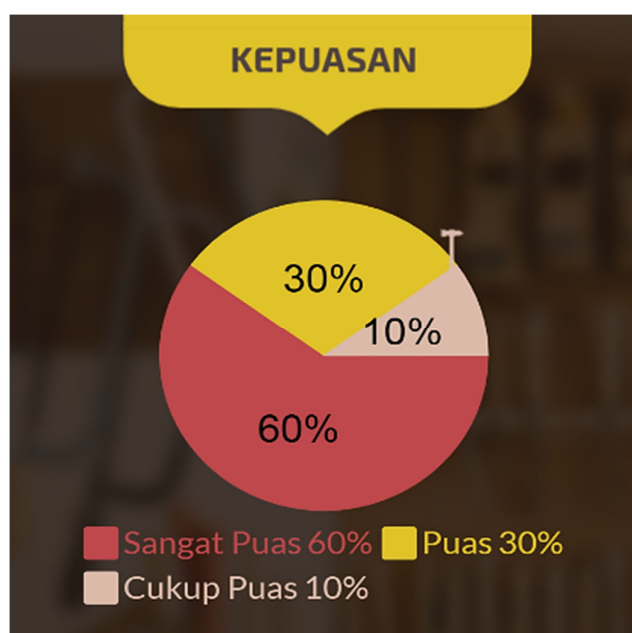


No	Jenis Pemeriksaan	Nilai Normal	Satuan
2.	Kolesterol	< 200	mg/dL
3.	GDS	< 110	mg/dL
4.	Asam Urat	L : < 7,5 ; P : < 6,5	mg/dL

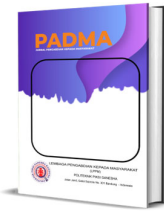
3. Konseling Kesehatan

Konseling kesehatan adalah proses interaktif antara seorang profesional kesehatan, seperti dokter, perawat, atau konselor kesehatan, dengan individu atau kelompok untuk memberikan informasi, dukungan, dan bimbingan terkait masalah kesehatan. Tujuan dari konseling kesehatan adalah untuk membantu individu atau kelompok memahami kondisi kesehatan mereka, mengambil keputusan yang tepat, dan mengadopsi perilaku sehat. Pada tahap ini warga yang melakukan pemeriksaan diberikan konseling atau Pendidikan kesehatan mengenai hasil pemeriksaan dan apa saja yang harus dilakukan kedepan untuk memperbaiki dan menjaga kesehatan tubuhnya yaitu diantaranya mengenai diet makanan, pola makan, pola istirahat dan perilaku hidup sehat lainnya.

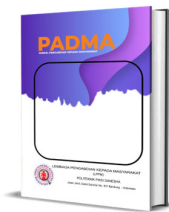
Untuk tingkat kepuasan dapat dilihat pada gambar 2 yang mana Tingkat Kepuasan Peserta menyatakan 60 % sangat puas, 30 % puas dan 10 % cukup puas.



Gambar 2. Presentase Tingkat kepuasan



Gambar 3. Dokumentasi Kegiatan



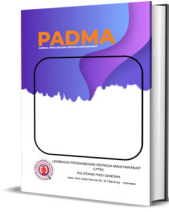
Kesimpulan

Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM) Cek dan Konseling Kesehatan memiliki peran yang penting dalam meningkatkan kesadaran dan pemahaman masyarakat mengenai kesehatan. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan di Lapangan Tega Lega di Jalan BKR No.185, Pelindung Hewan, Astanaanyar, Bandung, Jawa Barat, Indonesia, 40243. Waktu pelaksanaan pengabdian masyarakat dilakukan 19 Maret 2023. Melalui PKM ini, telah dilakukan pemeriksaan fisik dan cek darah yang membantu dalam mengetahui kondisi kesehatan individu secara lebih mendalam. Selain itu, konseling kesehatan juga memberikan dukungan dan informasi yang relevan untuk membantu individu atau kelompok dalam mengelola kesehatan mereka dengan lebih baik. Melalui PKM Cek dan Konseling Kesehatan, telah terbukti bahwa adanya intervensi langsung kepada masyarakat dapat meningkatkan kesadaran akan pentingnya menjaga kesehatan dan melakukan pemeriksaan rutin. Kegiatan ini juga mendorong adopsi perilaku sehat dan membantu individu dalam mengambil keputusan yang tepat terkait perawatan kesehatan mereka.

Hasil dan pembahasan kegiatan PKM ini menunjukkan bahwa banyak masyarakat yang mendapatkan manfaat dari pemeriksaan fisik dan cek darah, serta mendapatkan pengetahuan dan pemahaman yang lebih baik tentang kondisi kesehatan mereka. Selain itu, konseling kesehatan juga memberikan dukungan emosional dan informasi yang membantu individu dalam menghadapi masalah kesehatan dengan lebih baik. Dengan demikian, PKM Cek dan Konseling Kesehatan merupakan kegiatan yang efektif dalam meningkatkan kesehatan masyarakat secara keseluruhan. Melalui pendekatan holistik yang melibatkan pemeriksaan fisik, cek darah, dan konseling kesehatan, kegiatan ini mampu memberikan dampak positif dalam meningkatkan kualitas hidup dan kesadaran akan pentingnya kesehatan. Tingkat Kepuasan Peserta menyatakan 60 % sangat puas, 30 % puas dan 10 % cukup puas.

Referensi

- Bickley, Lynn. S. (2008). Buku Saku Pemeriksaan Fisik dan Pemeriksaan Kesehatan Bates. Jakarta. EGC.
- Candarawati dan Susiawana. (2010). Pemeriksaan Fisik Sistem Kardiovaskuler. Jakarta. EGC
- Heri D.J Maulana. (2007) .Promosi Kesehatan. Jakarta: Buku Kedokteran EGC. 12-13
- Seliwati, S., Halim, P. A., Suwartika, R., Abdussalam, F., Mecca, C., & Aditiarno, R. (2023). Pendampingan Penggunaan Aplikasi Sipedas Berani (Sistem Informasi



JURNAL PADMA
Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat
Politeknik Piksi Ganesha
Vol. 03 No. 01 (2023)

<https://journal.piksi.ac.id/index.php/Padma>

p-ISSN : 2797-6394 e-ISSN : 2797-3905



-
- Pelaporan Dasa Wisma) Kecamatan Batununggal Kota Bandung. *GERVASI: Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat*, 7(1), 99-109.
- Sutanto. (2010). *Cekal (Cegah dan Tangkal) Penyakit Modern Hipertensi, Stroke, Jantung, Kolesterol, dan Diabetes*. Yogyakarta: C.V Andi Offset
- Prayitno dan Erman Amti. (2004). *Dasar-dasar bimbingan dan konseling*. Jakarta: PT. Rineka Cipta