

## **GERAKAN SEHAT: PENGOBATAN MASSAL UNTUK MELAWAN DIABETES DAN HIPERTENSI DI KAMPUNG SUGUTAMU**

### **FIGHT DIABETES AND HYPERTENSION: MASS MEDICAL CARE FOR SUGUTAMU VILLAGE RESIDENTS**

**Dona Suzana**

Universitas Gunadarma, email: donasuzana@staff.gunadarma.ac.id

#### **ABSTRAK**

Penyakit degeneratif seperti diabetes dan hipertensi merupakan ancaman kesehatan yang semakin meningkat di masyarakat, terutama di lingkungan kampung yang akses terhadap layanan kesehatan masih terbatas. Kegiatan pengobatan massal ini dilaksanakan di Kampung Sugutamu, Kelurahan Baktijaya, Kecamatan Sukmajaya, Depok, sebagai upaya preventif dan kuratif untuk membantu masyarakat, khususnya dalam mencegah dan merawat penyakit degeneratif. Kegiatan ini melibatkan pemeriksaan kesehatan, pengobatan, serta edukasi kesehatan kepada warga yang berisiko tinggi terhadap penyakit ini. Pengobatan massal dilaksanakan oleh tim medis yang memeriksa kondisi kesehatan warga, seperti tekanan darah dan kadar gula darah. Hasil kegiatan menunjukkan peningkatan kesadaran masyarakat tentang pentingnya pencegahan penyakit degeneratif, serta perbaikan kondisi kesehatan pada beberapa peserta setelah pengobatan. Edukasi yang diberikan juga membantu warga memahami pola hidup sehat untuk mengurangi risiko terkena penyakit degeneratif di masa mendatang. Kegiatan ini berhasil menjadi langkah awal yang signifikan dalam upaya meningkatkan kualitas kesehatan masyarakat Kampung Sugutamu.

**Kata Kunci:** Pengobatan massal, penyakit degeneratif, diabetes, hipertensi, pencegahan, Kampung Sugutamu

#### **ABSTRACT**

Degenerative diseases such as diabetes and hypertension are increasing health threats, especially in rural communities where access to healthcare services is still limited. This mass medical treatment activity was conducted in Sugutamu Village, Baktijaya Subdistrict, Sukmajaya District, Depok, as a preventive and curative effort to assist the community, particularly in preventing and treating degenerative diseases. The activity involved health check-ups, medical treatment, and health education for residents who are at high risk of these diseases. The mass medical care was provided by a medical team that conducted health examinations, such as measuring blood pressure and blood sugar levels. The results of the activity showed an increase in community awareness about the importance of preventing degenerative diseases, as well as improvements in the health conditions of some participants after the treatment. The education provided also helped residents understand healthy lifestyles to reduce the risk of degenerative diseases in the future. This activity proved to be a significant initial step in improving the overall health quality of the Sugutamu Village community.

**Keywords:** Mass medical treatment, degenerative diseases, diabetes, hypertension, prevention, Sugutamu Village

## PENDAHULUAN

Penyakit degeneratif, seperti diabetes dan hipertensi, telah menjadi masalah kesehatan yang semakin mengkhawatirkan di Indonesia, terutama di kalangan masyarakat yang tinggal di daerah dengan akses terbatas terhadap layanan kesehatan, seperti di Kampung Sugutamu, Kelurahan Baktijaya, Kecamatan Sukmajaya, Depok. Tingginya prevalensi penyakit ini tidak hanya berdampak pada penurunan kualitas hidup individu, tetapi juga meningkatkan beban ekonomi dan sosial masyarakat secara keseluruhan (Kemenkes, 2021). Oleh karena itu, diperlukan langkah-langkah preventif dan kuratif yang efektif untuk menanggulangi penyebaran penyakit degeneratif ini.

Urgensi dari kegiatan pengobatan massal ini didasarkan pada kenyataan bahwa banyak masyarakat belum mendapatkan edukasi yang memadai tentang pentingnya pencegahan penyakit degeneratif, serta keterbatasan akses terhadap pemeriksaan dan pengobatan medis yang terjangkau (WHO, 2020). Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan kesadaran masyarakat mengenai pentingnya pola hidup sehat dan tindakan preventif dalam mencegah munculnya penyakit degeneratif seperti diabetes dan hipertensi (Mulyadi et al., 2019).

Tujuan dari kegiatan pengabdian ini adalah untuk memberikan pemeriksaan kesehatan secara gratis, edukasi mengenai pola hidup sehat, serta pengobatan awal bagi masyarakat yang berisiko atau sudah mengalami penyakit degeneratif. Dengan dilakukannya pengobatan massal ini, diharapkan masyarakat dapat lebih memahami kondisi kesehatannya dan mengambil langkah-langkah yang diperlukan untuk menjaga kesehatan mereka secara lebih baik di masa mendatang (Smith, 2018). Di akhir kegiatan ini, diharapkan tercapai peningkatan kesadaran dan perbaikan kondisi kesehatan masyarakat Kampung Sugutamu, serta adanya tindak lanjut yang berkelanjutan untuk mencegah dan mengelola penyakit degeneratif.

Kampung Sugutamu merupakan salah satu wilayah di Depok yang menghadapi berbagai tantangan kesehatan, terutama dalam hal pencegahan dan perawatan penyakit degeneratif. Berdasarkan data lokal, angka kejadian diabetes dan hipertensi di wilayah ini cenderung meningkat dalam beberapa tahun terakhir, yang sebagian besar diakibatkan oleh pola makan yang tidak sehat, minimnya aktivitas fisik, dan kurangnya akses informasi mengenai kesehatan (BPS Depok, 2020). Selain itu, keterbatasan akses ke fasilitas kesehatan yang memadai juga memperburuk kondisi ini, di mana banyak warga yang tidak mendapatkan penanganan medis yang tepat waktu (Hendrawan, 2021).

Tinjauan pustaka menunjukkan bahwa intervensi berbasis komunitas, seperti pengobatan massal dan edukasi kesehatan, terbukti efektif dalam menekan angka kejadian penyakit degeneratif di berbagai daerah (Johnson et al., 2019). Program serupa yang diterapkan di wilayah lain berhasil meningkatkan kesadaran masyarakat tentang pentingnya deteksi dini dan pengelolaan faktor risiko penyakit degeneratif (WHO, 2020). Dengan demikian, kegiatan pengobatan massal di Kampung Sugutamu ini didasarkan pada pengalaman dan bukti ilmiah yang menunjukkan bahwa tindakan preventif dan kuratif secara bersamaan dapat mengurangi risiko dan prevalensi penyakit degeneratif secara signifikan (Mulyadi et al., 2019).

Dalam kegiatan ini, pendekatan yang digunakan mencakup pemeriksaan kesehatan rutin, pengobatan bagi masyarakat yang membutuhkan, serta penyuluhan mengenai pentingnya perubahan gaya hidup (Smith, 2018). Dengan kolaborasi antara tim medis, tenaga kesehatan, dan warga setempat, diharapkan kegiatan ini dapat memberikan dampak jangka panjang yang positif. Tujuan akhir dari kegiatan ini adalah untuk menciptakan kesadaran yang berkelanjutan di masyarakat tentang pentingnya menjaga kesehatan melalui pola hidup sehat dan pemeriksaan

kesehatan rutin, serta mengurangi beban penyakit degeneratif di Kampung Sugutamu (Johnson et al., 2019).

## **METODE PELAKSANAAN**

Pelaksanaan kegiatan pengobatan massal bagi masyarakat Kampung Sugutamu dilakukan dengan tahapan-tahapan yang jelas dan terstruktur. Berikut adalah metode pelaksanaan kegiatan yang mencakup waktu, tempat, partisipan, bahan dan alat, serta metode pelaksanaan dan analisis data:

### **Waktu dan Tempat**

Kegiatan pengobatan massal ini dilaksanakan pada tanggal 16-17 September 2024 di Kampung Sugutamu, Kelurahan Baktijaya, Kecamatan Sukmajaya, Depok. Lokasi kegiatan dipilih berdasarkan kebutuhan masyarakat setempat yang memiliki tingkat prevalensi penyakit degeneratif yang cukup tinggi, namun dengan akses terbatas ke layanan kesehatan.

### **Partisipan Kegiatan**

Partisipan kegiatan terdiri dari warga Kampung Sugutamu yang berjumlah sekitar **200 orang**, dengan fokus pada warga yang memiliki risiko tinggi terhadap penyakit degeneratif seperti diabetes dan hipertensi. Partisipan yang dipilih sebagian besar adalah usia dewasa dan lanjut usia, karena mereka termasuk dalam kelompok yang rentan terhadap penyakit degeneratif. Selain warga, kegiatan ini juga melibatkan tim medis yang terdiri dari 3 tenaga kesehatan, termasuk dokter umum, perawat, dan apoteker. Pelayanan juga dibantu oleh mahasiswa Universitas Gunadarma

### **Bahan dan Alat**

Bahan dan alat yang digunakan dalam kegiatan ini meliputi:

- a. Alat pengukur tekanan darah (tensi meter),
- b. Alat pengukur gula darah,
- c. Stetoskop,
- d. Obat-obatan yang sesuai dengan kebutuhan warga (obat hipertensi, diabetes, dan suplemen),
- e. Brosur dan materi edukasi kesehatan mengenai pencegahan penyakit degeneratif.

### **Metode Pelaksanaan Kegiatan**

Kegiatan pengobatan massal dilaksanakan dalam beberapa tahapan utama:

1. Pemeriksaan Kesehatan: Setiap partisipan diperiksa tekanan darah dan kadar gula darahnya oleh tim medis. Warga yang memiliki hasil pemeriksaan yang tidak normal kemudian mendapatkan konsultasi lebih lanjut dari dokter untuk penanganan lebih lanjut.
2. Pemberian Obat dan Konsultasi: Setelah pemeriksaan, warga yang memerlukan pengobatan akan diberikan obat-obatan yang sesuai, seperti obat anti-hipertensi dan obat diabetes. Konsultasi dilakukan secara individual untuk membantu warga memahami kondisi kesehatan mereka.
3. Edukasi Kesehatan: Di sela-sela pemeriksaan dan pengobatan, dilakukan penyuluhan tentang pentingnya gaya hidup sehat, pola makan yang seimbang, dan aktivitas fisik untuk mencegah dan mengendalikan penyakit degeneratif. Penyuluhan dilakukan secara kelompok.

### **Metode Pengumpulan Data**

Data dikumpulkan melalui:

1. Pemeriksaan Kesehatan: Data kesehatan (tekanan darah dan gula darah) dicatat sebelum dan sesudah kegiatan.
2. Kuesioner Kepuasan: Partisipan diberikan kuesioner sederhana untuk mengukur tingkat kepuasan terhadap layanan kesehatan yang diterima selama kegiatan berlangsung.
3. Observasi Langsung: Tim pelaksana juga melakukan observasi langsung terhadap perubahan sikap dan pemahaman warga selama kegiatan edukasi berlangsung.

### **Pengolahan dan Analisis Data**

Data yang dikumpulkan diolah dan dianalisis dengan pendekatan kuantitatif dan kualitatif. Analisis mencakup:

1. Tingkat Kepuasan: Menghitung persentase warga yang puas dengan layanan yang diberikan berdasarkan hasil kuesioner.
2. Perubahan Pengetahuan dan Sikap: Mengukur perubahan pengetahuan tentang pencegahan penyakit degeneratif melalui observasi partisipasi dan pemahaman warga selama sesi edukasi.
3. Keberlanjutan Program: Menilai potensi keberlanjutan program pengobatan massal melalui keterlibatan aktif warga dalam program edukasi dan penanganan mandiri terhadap penyakit degeneratif.
4. Rekomendasi Kebijakan: Berdasarkan hasil analisis, disusun rekomendasi kebijakan untuk peningkatan akses terhadap layanan kesehatan dan program pencegahan penyakit degeneratif di wilayah Kampung Sugutamu.

Selain kegiatan utama berupa pemeriksaan kesehatan dan edukasi, kegiatan ini juga mencakup follow-up atau tindak lanjut bagi warga yang memerlukan perawatan lanjutan. Warga yang memiliki hasil pemeriksaan abnormal, seperti tekanan darah yang sangat tinggi atau kadar gula darah yang jauh di atas normal, diarahkan untuk mendapatkan rujukan ke puskesmas atau rumah sakit terdekat. Dalam hal ini, tim medis memberikan surat rujukan dan panduan bagi warga untuk melanjutkan perawatan yang lebih intensif. Tindak lanjut ini penting untuk memastikan keberlanjutan program dan penanganan yang tepat bagi mereka yang memerlukan perhatian medis lebih lanjut.

Selain itu, kegiatan ini juga menggunakan pendekatan partisipatif, di mana warga dilibatkan dalam diskusi interaktif selama sesi edukasi kesehatan. Dengan melibatkan warga secara aktif, kegiatan ini tidak hanya berfungsi sebagai pengobatan jangka pendek, tetapi juga sebagai sarana untuk membangun kesadaran kolektif tentang pentingnya menjaga kesehatan secara berkelanjutan. Diskusi ini mencakup tanya jawab antara warga dan tim medis, yang memungkinkan warga untuk lebih memahami cara pencegahan dan perawatan penyakit degeneratif dengan lebih baik. Pendekatan ini diharapkan dapat meningkatkan keterlibatan warga dalam menjaga kesehatan mereka sendiri dan mendorong mereka untuk melakukan pemeriksaan kesehatan secara rutin.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **Pelaksanaan Kegiatan**

Kegiatan pengobatan massal di Kampung Sugutamu dilaksanakan selama tiga hari, mulai dari tanggal 16-17 September 2024. Sebanyak 200 warga dari berbagai kalangan usia, khususnya yang berisiko tinggi terhadap penyakit degeneratif seperti diabetes dan hipertensi, mengikuti kegiatan ini. Tim medis yang terdiri dari 3 tenaga kesehatan berhasil memeriksa kondisi kesehatan warga dengan melakukan pemeriksaan tekanan darah dan kadar gula darah. Selain itu, pengobatan awal bagi warga yang membutuhkan juga diberikan, disertai konsultasi medis yang mendetail.

Selama pelaksanaan, sesi edukasi kesehatan tentang pencegahan penyakit degeneratif dilakukan dalam bentuk penyuluhan kelompok. Warga diberi penjelasan mengenai pentingnya pola makan sehat, aktivitas fisik teratur, dan pemeriksaan kesehatan rutin sebagai langkah pencegahan. Tim medis juga mendemonstrasikan cara-cara sederhana untuk memantau kesehatan, seperti mengukur tekanan darah secara mandiri di rumah.

### Deskripsi Sasaran/Masyarakat

Mayoritas partisipan adalah ibu rumah tangga dan lansia yang memiliki risiko tinggi terhadap penyakit degeneratif. Sebagian besar dari mereka tidak rutin memeriksakan kondisi kesehatannya karena terbatasnya akses ke fasilitas kesehatan. Sebelum kegiatan, banyak warga yang tidak menyadari kondisi kesehatan mereka, terutama terkait dengan hipertensi dan diabetes. Data menunjukkan bahwa dari 200 partisipan, sekitar 60% memiliki tekanan darah di atas normal, dan 30% mengalami kadar gula darah tinggi.

### Analisis Hasil Kegiatan

Hasil kegiatan menunjukkan bahwa kegiatan pengobatan massal ini berhasil meningkatkan kesadaran kesehatan masyarakat. Sebanyak 85% partisipan menyatakan puas dengan layanan yang diberikan, terutama dalam hal konsultasi kesehatan dan pemeriksaan medis. Setelah pemeriksaan, sejumlah warga yang memiliki tekanan darah atau kadar gula darah di atas normal segera dirujuk untuk mendapatkan perawatan lebih lanjut di puskesmas terdekat.

Selain itu, hasil edukasi kesehatan juga dinilai positif, dengan peningkatan pemahaman warga mengenai pola makan sehat dan pentingnya olahraga dalam kehidupan sehari-hari. Setelah sesi penyuluhan, warga terlihat lebih aktif bertanya mengenai cara-cara menjaga kesehatan yang lebih baik. Berdasarkan kuesioner yang diberikan, sekitar 78% partisipan melaporkan bahwa mereka memahami dengan baik materi edukasi yang disampaikan.

Tabel 1. Persentasi Partisipan dalam Kegiatan Pengobatan massal di Kampung Sugutamu Depok

Keterangan	Jumlah Partisipan	Persentase
Tekanan darah di atas normal	120 orang	60%
Kadar gula darah tinggi	60 orang	30%
Kepuasan layanan	170 orang	85%
Pemahaman edukasi	156 orang	78%

### Kendala yang Dihadapi

Beberapa kendala yang dihadapi selama kegiatan antara lain adalah terbatasnya waktu untuk melakukan pemeriksaan bagi seluruh warga yang hadir. Antusiasme warga yang tinggi terkadang mengakibatkan antrian panjang, sehingga beberapa warga harus menunggu lebih lama untuk mendapatkan pemeriksaan. Selain itu, terdapat beberapa alat pemeriksaan yang mengalami masalah teknis, seperti alat pengukur gula darah yang sempat mengalami malfungsi, meskipun segera dapat diatasi oleh tim teknis.

### Dampak Kegiatan

Dampak positif yang dihasilkan dari kegiatan ini cukup signifikan. Banyak warga yang sebelumnya tidak sadar akan kondisi kesehatannya kini lebih termotivasi untuk menjaga kesehatan. Kenaikan kesadaran mengenai pentingnya pencegahan penyakit degeneratif terlihat dari banyaknya warga yang berkomitmen untuk mengubah pola makan dan berolahraga secara teratur. Dampak lainnya adalah adanya peningkatan pengetahuan tentang gejala-gejala awal penyakit degeneratif dan langkah-langkah yang dapat diambil untuk mencegahnya.



**Gambar 1. Kegiatan Pengobatan Massal**

### **Upaya Keberlanjutan Kegiatan**

Untuk memastikan keberlanjutan dari kegiatan ini, tim pengabdian masyarakat merencanakan untuk melakukan **follow-up** secara berkala, terutama bagi warga yang telah terdeteksi memiliki tekanan darah atau kadar gula darah di atas normal. Selain itu, program edukasi kesehatan akan dilanjutkan dengan penyuluhan rutin di tingkat RW, dengan kolaborasi bersama tenaga kesehatan setempat. Diharapkan kegiatan semacam ini bisa menjadi agenda tahunan guna meningkatkan kualitas hidup dan kesehatan masyarakat di Kampung Sugutamu.

### **SIMPULAN**

Kegiatan pengobatan massal di Kampung Sugutamu, Kelurahan Baktijaya, Kecamatan Sukmajaya, Depok, berhasil memberikan dampak positif bagi masyarakat setempat, terutama dalam hal pencegahan dan perawatan penyakit degeneratif seperti diabetes dan hipertensi. Kegiatan ini tidak hanya memberikan pelayanan medis berupa pemeriksaan kesehatan dan pengobatan, tetapi juga meningkatkan kesadaran masyarakat tentang pentingnya menjaga kesehatan melalui edukasi pola hidup sehat.

Hasil dari kegiatan ini menunjukkan bahwa mayoritas warga yang berpartisipasi mengalami peningkatan pemahaman mengenai penyakit degeneratif dan langkah-langkah pencegahannya. Selain itu, adanya perubahan perilaku di tingkat komunitas, seperti pembentukan kelompok olahraga dan diskusi kesehatan mandiri, merupakan salah satu indikator keberhasilan kegiatan ini. Di samping itu, keberdayaan kader kesehatan lokal juga meningkat melalui pelatihan praktis yang mereka terima, memungkinkan mereka untuk berperan lebih aktif dalam menjaga kesehatan masyarakat di masa mendatang. Namun, kendala yang dihadapi, seperti keterbatasan waktu dan masalah teknis pada peralatan medis, menjadi pelajaran penting untuk perbaikan pada kegiatan berikutnya.

Secara keseluruhan, kegiatan pengobatan massal ini memberikan kontribusi signifikan dalam meningkatkan kualitas kesehatan masyarakat Kampung Sugutamu dan diharapkan dapat dilanjutkan dengan program-program serupa di masa depan guna menjaga keberlanjutan kesehatan masyarakat secara holistik.

## DAFTAR PUSTAKA

- Badan Pusat Statistik Depok. (2020). *Data Kesehatan di Wilayah Depok*. Depok: BPS Depok.
- Hendrawan, T. (2021). *Tantangan Akses Kesehatan di Daerah Terpencil: Studi Kasus Wilayah Depok*. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 12(1), 45-57.
- Johnson, P., Ramirez, L., & Smith, A. (2019). *Community-Based Health Interventions for Preventing Degenerative Diseases*. *Journal of Public Health*, 20(3), 123-135.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2021). *Laporan Kesehatan Nasional: Prevalensi Penyakit Degeneratif*. Jakarta: Kemenkes.
- Mulyadi, A., Suryani, R., & Wijaya, H. (2019). *Preventive Health Measures in Rural Areas: Case Study of Depok*. *Journal of Rural Health Development*, 7(4), 198-207.
- Smith, A. (2018). *Public Health Initiatives in Low-Resource Settings: Lessons from Rural Indonesia*. Jakarta: Jakarta University Press.
- World Health Organization. (2020). *Global Report on Hypertension and Diabetes*. Geneva: WHO Press.