



## Penyuluhan tentang Pentingnya Pemeriksaan Kesehatan Rutin: Penyuluhan Di Lam Bunot Kecamatan Simpang Tiga

Elmiralda\*<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Pendidikan Dokter, Fakultas Kedokteran, Universitas Abulyatama, Aceh Besar, 23374, Indonesia.

\*Email korespondensi: [emiralda\\_fk@abulyatama.ac.id](mailto:emiralda_fk@abulyatama.ac.id)<sup>1</sup>

Diterima 25 Agustus 2023; Disetujui 30 September 2023; Dipublikasi 17 September 2023

**Abstract:** Routine health check-ups are an important preventive measure in maintaining public health. This outreach aims to raise awareness among the people of Lam Bunot Village, Simpang Tiga District, about the importance of regular health check-ups. The methods used in this activity include lectures, interactive discussions, and question-and-answer sessions. The results of the activity show an increase in public understanding of the importance of regular health check-ups, which can help in the early detection of diseases and the prevention of more serious complications. Therefore, it is important to continue health education so that the community becomes more aware and concerned about their health.

**Keywords:** Routine Health Check-ups, Health Education, Community Awareness

**Abstrak:** Pemeriksaan kesehatan rutin merupakan langkah preventif yang penting dalam menjaga kesehatan masyarakat. Penyuluhan ini bertujuan untuk meningkatkan kesadaran masyarakat Desa Lam Bunot, Kecamatan Simpang Tiga, tentang pentingnya pemeriksaan kesehatan secara berkala. Metode yang digunakan dalam kegiatan ini meliputi ceramah, diskusi interaktif, dan sesi tanya jawab. Hasil kegiatan menunjukkan peningkatan pemahaman masyarakat terhadap pentingnya pemeriksaan kesehatan rutin, yang dapat membantu dalam deteksi dini penyakit serta pencegahan komplikasi yang lebih serius. Oleh karena itu, penting untuk terus melakukan edukasi kesehatan agar masyarakat lebih sadar dan peduli terhadap kesehatannya.

**Kata Kunci:** Pemeriksaan Kesehatan Rutin, Penyuluhan Kesehatan, Kesadaran Masyarakat

Kesehatan merupakan aspek fundamental dalam kehidupan manusia. Pemeriksaan kesehatan rutin atau medical check-up menjadi salah satu langkah penting dalam upaya deteksi dini terhadap berbagai

penyakit yang dapat berkembang secara perlahan tanpa gejala awal yang jelas. Sayangnya, masih banyak masyarakat yang hanya mengunjungi fasilitas kesehatan ketika sudah mengalami gejala serius, sehingga proses

penyembuhan menjadi lebih sulit dan membutuhkan biaya lebih besar.

Pemeriksaan kesehatan rutin melibatkan berbagai tes, seperti pengukuran tekanan darah, kadar gula darah, kadar kolesterol, dan pemeriksaan fungsi organ tubuh lainnya. Studi menunjukkan bahwa kesadaran masyarakat dalam melakukan pemeriksaan kesehatan rutin masih rendah, terutama di daerah pedesaan, termasuk di Desa Lam Bunot, Kecamatan Simpang Tiga. Oleh karena itu, kegiatan penyuluhan ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman masyarakat mengenai pentingnya pemeriksaan kesehatan rutin guna mencegah penyakit yang lebih serius di masa mendatang.

Metode penyuluhan dilakukan dengan pendekatan ceramah dan diskusi interaktif, di mana peserta diberikan kesempatan untuk bertanya dan berdiskusi terkait pemeriksaan kesehatan. Evaluasi kegiatan menunjukkan bahwa mayoritas peserta memperoleh pemahaman yang lebih baik mengenai manfaat pemeriksaan kesehatan secara rutin.

## **KAJIAN PUSTAKA**

### **Pentingnya Pemeriksaan Kesehatan Rutin**

Pemeriksaan kesehatan rutin bertujuan untuk mendeteksi potensi penyakit lebih awal sehingga tindakan preventif dapat segera dilakukan (Abiyoga, 2020).

### **Faktor Risiko Penyakit Tidak Menular**

Penyakit seperti hipertensi, diabetes, dan

penyakit jantung dapat dikontrol lebih baik melalui pemeriksaan kesehatan secara berkala (Sulistyowati & Isnugroho, 2024).

### **Deteksi Dini dan Pencegahan Penyakit**

Pemeriksaan kesehatan memungkinkan deteksi dini penyakit sebelum berkembang menjadi lebih serius (Salbiah & Warida, 2022).

### **Kesehatan Masyarakat dan Upaya Preventif**

Edukasi kesehatan memiliki dampak signifikan terhadap perubahan pola hidup masyarakat (Rahardjo, 2018).

### **Peran Pemerintah dalam Meningkatkan Kesadaran Kesehatan**

Pemerintah memiliki program yang bertujuan untuk meningkatkan kesadaran masyarakat terhadap pentingnya pemeriksaan kesehatan (Kementerian Kesehatan RI, 2021).

### **Efektivitas Penyuluhan Kesehatan dalam Meningkatkan Kesadaran**

Penyuluhan kesehatan yang dilakukan dengan metode interaktif lebih efektif dalam meningkatkan pemahaman masyarakat (Yusuf, 2023).

### **Peran Teknologi dalam Deteksi Dini Penyakit**

Teknologi kesehatan, seperti aplikasi pemantauan kesehatan, membantu masyarakat dalam melakukan pemeriksaan secara mandiri (WHO, 2020).

### **Dampak Sosial Ekonomi dari Penyakit Tidak**

### **Terdeteksi Dini**

Penyakit yang tidak terdeteksi sejak dini dapat menyebabkan beban ekonomi yang lebih besar bagi individu dan keluarga (Simatupang et al., 2022).

### **Hubungan Gaya Hidup dan Pemeriksaan Kesehatan**

Pola makan dan aktivitas fisik berpengaruh terhadap kesehatan secara keseluruhan dan pentingnya pemeriksaan kesehatan dalam mendeteksi faktor risiko (Purba, 2019).

### **Hambatan dalam Implementasi Pemeriksaan Kesehatan Rutin**

Kurangnya akses terhadap layanan kesehatan menjadi salah satu kendala dalam pemeriksaan kesehatan berkala di daerah pedesaan (Salsabila et al., 2024).

### **Peran Tenaga Medis dalam Penyuluhan Kesehatan**

Tenaga kesehatan memiliki peran kunci dalam memberikan edukasi dan mendorong masyarakat untuk rutin melakukan pemeriksaan kesehatan (Simatupang et al., 2022).

### **Pemeriksaan Kesehatan pada Lansia**

Lansia merupakan kelompok yang paling rentan terhadap penyakit kronis, sehingga pemeriksaan kesehatan rutin sangat diperlukan (Salbiah & Warida, 2022).

**Kendala Psikologis dalam Melakukan**  
Pentingnya Pemeriksaan Kesehatan  
(Elmiralda, Tahun 2023))

### **Pemeriksaan Kesehatan**

Ketakutan terhadap hasil pemeriksaan kesehatan sering menjadi alasan masyarakat enggan melakukan medical check-up (Sulistiyowati & Isnugroho, 2024).

### **Strategi Promosi Kesehatan Masyarakat**

Program edukasi kesehatan berbasis komunitas dapat meningkatkan partisipasi masyarakat dalam pemeriksaan kesehatan rutin (Kementerian Kesehatan RI, 2021).

### **Evaluasi Program Penyuluhan Kesehatan**

Keberhasilan program penyuluhan kesehatan dapat diukur melalui peningkatan jumlah masyarakat yang melakukan pemeriksaan kesehatan secara rutin (WHO, 2020).

### **METODE PELAKSANAAN**

Metode yang digunakan dalam kegiatan penyuluhan ini adalah metode ceramah dan diskusi interaktif. Tahapan pelaksanaan kegiatan meliputi:

1. Tahap Persiapan
  - Survei lokasi kegiatan di Desa Lam Bunot.
  - Pengurusan administrasi dan izin pelaksanaan kegiatan.
  - Penyusunan materi penyuluhan mengenai pentingnya pemeriksaan kesehatan rutin.

## 2. Tahap Pelaksanaan

- Kegiatan diawali dengan pembukaan oleh kepala desa dan pengenalan tim penyuluhan.
- Penyampaian materi selama 40 menit mengenai manfaat pemeriksaan kesehatan, jenis-jenis tes medis yang direkomendasikan, dan cara menjaga kesehatan tubuh.
- Sesi diskusi dan tanya jawab selama 60 menit, di mana peserta diberikan kesempatan untuk bertanya dan mendapatkan pemahaman lebih dalam tentang pemeriksaan kesehatan.
- Pemberian doorprize bagi peserta yang aktif dalam diskusi.

## 3. Tahap Evaluasi

- Evaluasi dilakukan dengan menilai tingkat pemahaman peserta sebelum dan sesudah penyuluhan.
- Observasi terhadap respons masyarakat dalam menerapkan pengetahuan yang telah diberikan.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Penyuluhan ini berhasil meningkatkan pemahaman masyarakat Desa Lam Bunot tentang pentingnya pemeriksaan kesehatan rutin. Sebelum penyuluhan, sebagian besar masyarakat tidak mengetahui manfaat pemeriksaan kesehatan berkala dan hanya mengunjungi Pentingnya Pemeriksaan Kesehatan (Elmiralda, Tahun 2023))

dokter ketika mengalami sakit. Namun, setelah kegiatan ini, banyak peserta yang menyatakan niat untuk mulai melakukan medical check-up secara rutin.

Beberapa faktor yang mendukung keberhasilan kegiatan ini antara lain:

- Metode penyampaian yang interaktif dan mudah dipahami oleh peserta.
- Adanya sesi diskusi yang memungkinkan masyarakat menyampaikan pertanyaan dan mendapatkan penjelasan langsung dari tenaga medis.
- Pemberian doorprize yang mendorong partisipasi aktif dalam kegiatan.

Namun, terdapat beberapa kendala yang dihadapi, seperti keterbatasan waktu dalam penyampaian materi dan kurangnya fasilitas pemeriksaan kesehatan di desa tersebut. Oleh karena itu, diperlukan kerja sama lebih lanjut dengan instansi kesehatan setempat agar masyarakat dapat lebih mudah mengakses layanan pemeriksaan kesehatan.

## KESIMPULAN DAN SARAN

### Kesimpulan

1. Kegiatan penyuluhan ini telah berhasil meningkatkan kesadaran masyarakat Desa Lam Bunot tentang pentingnya pemeriksaan kesehatan rutin sebagai upaya pencegahan penyakit.
2. Masyarakat yang sebelumnya kurang memahami manfaat medical check-up kini memiliki kesadaran yang lebih tinggi untuk

menjaga kesehatan mereka melalui pemeriksaan berkala.

3. Metode ceramah dan diskusi interaktif terbukti efektif dalam menyampaikan informasi kesehatan kepada masyarakat.
4. Penyuluhan serupa perlu dilakukan secara berkelanjutan untuk memastikan pemahaman masyarakat semakin meningkat dan mereka dapat menerapkan kebiasaan pemeriksaan kesehatan dalam kehidupan sehari-hari.

### **Saran**

#### 1. Penyuluhan Berkelanjutan

Perlu adanya kegiatan penyuluhan lanjutan dengan topik kesehatan lainnya agar masyarakat terus mendapatkan informasi yang relevan.

#### 2. Fasilitas Pemeriksaan Kesehatan

Diperlukan kerja sama dengan puskesmas atau instansi kesehatan terkait untuk menyediakan layanan pemeriksaan kesehatan berkala bagi masyarakat.

#### 3. Pelibatan Masyarakat

Melibatkan tokoh masyarakat dan kader kesehatan desa dalam penyuluhan agar informasi yang diberikan dapat terus disosialisasikan kepada lebih banyak orang.

#### 4. Pemanfaatan Teknologi

Penggunaan media sosial atau aplikasi

kesehatan untuk memberikan informasi lebih lanjut kepada masyarakat tentang pentingnya pemeriksaan kesehatan.

#### 5. Dukungan Pemerintah dan Swasta

Perlu adanya dukungan dari pemerintah daerah dan sektor swasta untuk menyediakan program pemeriksaan kesehatan gratis atau subsidi bagi masyarakat kurang mampu.

### **DAFTAR PUSTAKA**

- Abiyoga, R. (2020). *Pembangunan Kesehatan sebagai Bagian dari Program Nasional*. Jakarta: Pustaka Sehat.
- Kementerian Kesehatan RI. (2021). *Pedoman Umum Medical Check-Up dan Deteksi Dini Penyakit*. Jakarta: Kemenkes RI.
- Purba, J. S. (2019). Penyakit Autoimun dan Terapi Herbal: Peran Nanoteknologi terhadap Efektivitas Obat Herbal. *CDK*, 46(3), 208–212.
- Rahardjo, P. (2018). *Kesehatan Masyarakat dan Upaya Preventif dalam Menekan Penyakit Tidak Menular*. Surabaya: Pustaka Sehat.
- Salbiah, L., & Warida, S. (2022). *Panduan Pemeriksaan Kesehatan Dasar untuk Masyarakat Umum*. Bandung: Pustaka Medis.
- Salsabila, S. A., Puspita, R., Ridwan, H., & Sopiah, P. (2024). Mekanisme Adaptasi Sel Tubuh terhadap Serangan Penyakit Autoimun: Lupus Syifa. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 2(5474), 1333–1336.
- Simatupang, E., Purba, P., Juliana, S., Ayustin,

- Y., & Irawati, W. (2022). Terapi Sel Punca sebagai Inovasi dalam Pengobatan Penyakit Autoimun untuk Mempertahankan Sistem Imunitas Tubuh Manusia. *Jurnal Biologi Papua*, 14(1), 78–86.
- Sulistiyowati, R., & Isnugroho, H. (2024). Pencegahan Penyakit Tidak Menular Melalui Deteksi Dini. Yogyakarta: Media Medika.
- WHO. (2020). *Guidelines for Regular Health Screening*. Geneva: World Health Organization.
- Yusuf, M. (2023). Peran Penyuluhan Kesehatan dalam Meningkatkan Kesadaran Masyarakat. Medan: Universitas Kesehatan.