

Cek Kesehatan Gratis (CKG) dan Edukasi Waspada Hipertensi pada Masyarakat Kelurahan Dalung, Kota Serang

Free Health Check-Up (CKG) and Hypertension Awareness Education for the Community of Kelurahan Dalung, Serang City

Desty Endrawati Subroto ^{1*}, Niqoyatul Jannah Imazlian ², Suliyawati ³, Tubagus Elgi Gunawan ⁴, Emi Maryati ⁵

^{1,5} FKIP Universitas Bina Bangsa, Indonesia

² FIKES Universitas Bina Bangsa, Indonesia

³ Fakultas Ekonomi & Bisnis Universitas Bina Bangsa, Indonesia

⁴ FST Universitas Bina Bangsa, Indonesia

*Penulis Korespondensi: esty2.subroto@gmail.com

Riwayat Artikel:

Naskah Masuk: 24 Juli 2026;

Revisi: 26 Juli 2026;

Diterima: 26 Agustus 2026;

Terbit: 31 Agustus 2026

Keywords: Early Detection; Free Health Screening; Health Education; Hypertension; Non-Communicable Disease.

Abstract: Hypertension remains among Indonesia's most prevalent non-communicable conditions and stands as a leading contributor to cardiovascular illness, even though public understanding of early screening is still limited. This community outreach initiative was carried out to offer no-cost health examinations while strengthening residents' knowledge of how hypertension can be prevented and managed, targeting the general population of Kelurahan Dalung in Cipocok Jaya Subdistrict, Serang City. Implementation followed a participatory model beginning with participant registration, continuing through height and weight measurement, blood pressure checks, and blood glucose and cholesterol testing, with health education woven into every stage of the process, carried out jointly with Posyandu Cempaka cadres and personnel from UPTD Puskesmas Banten Girang. Findings indicate that residents responded with considerable enthusiasm toward the screening sessions and came away with a stronger grasp of hypertension risk factors and prevention strategies grounded in the CERDIK framework. The program is envisioned as a contribution to sub-district-level early detection of non-communicable disease and as a template for lasting cooperation among higher education institutions, community health centers, and neighborhood health cadres.

Abstrak

Di Indonesia, hipertensi tergolong penyakit tidak menular dengan angka kejadian yang cukup mengkhawatirkan dan menjadi salah satu pemicu utama gangguan kardiovaskular, sedangkan kepedulian warga untuk memeriksakan diri lebih awal masih belum merata. Menjawab hal tersebut, tim penyelenggara menghadirkan program pemeriksaan kesehatan tanpa dipungut biaya yang dipadukan dengan pembekalan pengetahuan seputar pencegahan dan pengendalian hipertensi, menasar warga umum di Kelurahan Dalung, Kecamatan Cipocok Jaya, Kota Serang. Rangkaian kegiatan berjalan dengan pola partisipatif: peserta lebih dulu mendaftarkan diri, kemudian menjalani pengecekan berat dan tinggi badan, pengukuran tensi, hingga pemeriksaan gula darah serta kolesterol, dengan sisipan edukasi kesehatan pada setiap tahapan — semuanya dilaksanakan atas kerja sama Dosen Pembimbing Lapangan, mahasiswa KKM Kelompok 02, kader Posyandu Cempaka, dan petugas UPTD Puskesmas Banten Girang. Warga terpantau antusias mengikuti seluruh proses pemeriksaan, dan pemahaman mereka atas faktor risiko serta cara pencegahan hipertensi tampak meningkat setelah menerima edukasi yang mengacu pada pendekatan CERDIK. Ke depan, kegiatan semacam ini diharapkan turut mendorong deteksi dini penyakit tidak menular di tingkat kelurahan sekaligus menjadi contoh kerja sama jangka panjang antara perguruan tinggi, fasilitas kesehatan primer, dan kader kesehatan warga.

Kata Kunci: Cek Kesehatan Gratis; Deteksi Dini; Edukasi Kesehatan; Hipertensi; Penyakit Tidak Menular.

1. PENDAHULUAN

Di antara ragam penyakit tidak menular yang membebani derajat kesehatan bangsa, hipertensi menonjol sebagai kondisi yang paling banyak dijumpai sekaligus paling berisiko, karena dapat berujung pada berbagai gangguan jantung dan pembuluh darah — mulai dari stroke, penyakit jantung koroner, penurunan fungsi jantung, hingga kerusakan ginjal (Kementerian Kesehatan RI, 2024). Merujuk hasil Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023, sebanyak 10,2% kematian di Indonesia dikaitkan dengan hipertensi, menjadikannya faktor risiko kematian keempat tertinggi sekaligus kontributor disabilitas paling besar akibat penyakit tidak menular pada penduduk berusia di atas 15 tahun (Kementerian Kesehatan RI, 2024).

Yang membuat persoalan ini kian pelik, gejala hipertensi jarang dirasakan sejak awal sehingga sebagian besar penderitanya baru mengetahui kondisinya setelah komplikasi terjadi, sementara kebiasaan memeriksakan diri secara berkala masih jauh dari budaya sehari-hari masyarakat (Direktorat P2PTM Kemenkes RI, 2018). Risiko seseorang terkena hipertensi dibentuk oleh dua kelompok faktor: yang pertama bersifat bawaan dan tidak dapat diubah, seperti usia, jenis kelamin, serta riwayat keturunan; yang kedua berkaitan dengan gaya hidup dan masih bisa dikendalikan, misalnya kebiasaan merokok, pola makan tinggi garam, jarang berolahraga, kelebihan berat badan, minimnya konsumsi serat, dan beban stres yang menumpuk (Direktorat P2PTM Kemenkes RI, 2018).

Salah satu langkah yang dinilai efektif untuk menurunkan jumlah kasus hipertensi yang belum terdiagnosis adalah skrining kesehatan yang dilakukan langsung di tengah masyarakat sebagai bentuk deteksi dini (Perhimpunan Hipertensi Indonesia, 2023). Sinergi antara pihak kampus, petugas kesehatan, dan kader posyandu diyakini dapat memperluas cakupan skrining sekaligus mendorong peningkatan literasi kesehatan warga secara berkesinambungan.

Lokasi yang dipilih untuk program deteksi dini ini adalah Kelurahan Dalung, salah satu kelurahan di Kecamatan Cipocok Jaya, Kota Serang. Sebelum program dijalankan, tim mahasiswa Kuliah Kerja Mahasiswa (KKM) Kelompok 02 dari Universitas Bina Bangsa terlebih dahulu turun langsung bersama kader Posyandu Cempaka untuk mengamati kondisi di lapangan. Dari pengamatan tersebut terungkap bahwa kebiasaan memeriksakan tekanan darah secara berkala belum lazim dilakukan oleh sebagian besar warga, dan pemahaman mereka tentang risiko maupun akibat hipertensi yang dibiarkan tanpa penanganan pun masih dangkal.

Menanggapi kondisi tersebut, Dosen Pembimbing Lapangan bersama mahasiswa KKM Kelompok 02 Universitas Bina Bangsa menggandeng kader Posyandu Cempaka dan petugas UPTD Puskesmas Banten Girang untuk menjalankan program pengabdian masyarakat berupa

Cek Kesehatan Gratis (CKG) yang dipadukan dengan edukasi seputar kewaspadaan terhadap hipertensi bagi warga umum Kelurahan Dalung. Sasaran dari kegiatan ini adalah memperluas cakupan deteksi dini terhadap faktor risiko hipertensi, membuka akses pemeriksaan kesehatan dasar tanpa dipungut biaya, serta menambah pemahaman warga akan pencegahan dan pengendalian hipertensi lewat metode edukasi yang bersifat partisipatif.

2. METODE

Pelaksanaan program pengabdian ini mengadopsi metode partisipatif, di mana warga tidak hanya menjadi objek melainkan turut aktif berperan dalam seluruh proses pemeriksaan dan edukasi yang berlangsung. Kegiatan ini terbuka bagi seluruh lapisan masyarakat Kelurahan Dalung, Kecamatan Cipocok Jaya, Kota Serang, tanpa pembatasan rentang usia tertentu. Pelaksanaannya berlangsung pada Jumat, 31 Juli 2026, bertempat di Kelurahan Dalung, dengan pelaksana kegiatan terdiri atas Dosen Pembimbing Lapangan bersama mahasiswa KKM Kelompok 02 Universitas Bina Bangsa yang berkolaborasi dengan kader Posyandu Cempaka dan petugas UPTD Puskesmas Banten Girang.

Pendaftaran Peserta

Rangkaian kegiatan dibuka dengan proses pendaftaran, yaitu pencatatan identitas dan data pribadi setiap warga yang hadir, yang nantinya menjadi acuan dalam mendokumentasikan hasil pemeriksaan pada tahapan berikutnya.

Pengukuran Antropometri (Tinggi Badan dan Berat Badan)

Usai mendaftar, setiap peserta kemudian diukur tinggi badan (TB) dan berat badannya (BB) oleh mahasiswa KKM bersama kader Posyandu Cempaka guna mendapatkan gambaran mengenai status gizi masing-masing peserta.

Pengukuran Tekanan Darah

Petugas UPTD Puskesmas Banten Girang bersama kader kemudian melakukan pengecekan tensi sebagai langkah skrining awal guna melihat kemungkinan adanya hipertensi pada masing-masing peserta.

Pemeriksaan Gula Darah dan Kolesterol

Tahap berikutnya, peserta menjalani pengecekan kadar gula darah dan kolesterol yang ditangani oleh petugas Puskesmas Banten Girang, sebagai bagian dari upaya mendeteksi lebih awal faktor risiko penyakit tidak menular lainnya.\

Edukasi Waspada Hipertensi

Edukasi mengenai kewaspadaan terhadap hipertensi disisipkan selama masa antrean maupun ketika pemeriksaan sedang berjalan, dengan cakupan materi meliputi pengertian dasar,

faktor risiko, tanda-tanda, komplikasi yang mungkin timbul, serta langkah-langkah pencegahannya, disampaikan melalui sesi tanya jawab yang interaktif. Penyusunan materi edukasi berpedoman pada acuan dari Direktorat P2PTM Kementerian Kesehatan RI (2018) dan Perhimpunan Hipertensi Indonesia (2023), dengan fokus pada penerapan perilaku CERDIK (Cek kesehatan berkala, Enyahkan asap rokok, Rajin aktivitas fisik, Diet seimbang, Istirahat cukup, Kelola stres) sebagai landasan strategi pencegahan hipertensi yang mengedepankan perubahan gaya hidup.

3. HASIL

Secara keseluruhan, program Cek Kesehatan Gratis (CKG) beserta edukasi kewaspadaan hipertensi di Kelurahan Dalung berjalan lancar dan mendapat tanggapan hangat dari warga setempat. Rangkaian pemeriksaan TB/BB, tensi, gula darah, dan kolesterol yang dijalankan bersama oleh kader Posyandu Cempaka, petugas Puskesmas Banten Girang, mahasiswa KKM Kelompok 02, dan DPL membuat faktor risiko hipertensi maupun indikasi penyakit tidak menular lain pada peserta yang hadir dapat terpantau lebih awal. Tidak berhenti di situ, edukasi yang disisipkan di sela-sela pemeriksaan juga ikut mendorong warga untuk lebih memahami arti penting memantau tekanan darah secara rutin dan menjalani pola hidup sehat sebagai langkah pencegahan hipertensi.

Tabel 1. Perbandingan Kondisi Warga Sebelum dan Setelah Kegiatan Berlangsung.

No	Aspek Kegiatan	Sebelum Kegiatan	Sesudah Kegiatan
1	Deteksi Dini Hipertensi	Pemeriksaan tekanan darah secara rutin belum tersedia bagi warga umum di lingkungan kelurahan.	Warga kini dapat mengakses pemeriksaan tekanan darah secara gratis dan langsung mengetahui kondisi tekanan darah mereka.
2	Pengetahuan tentang Hipertensi	Wawasan warga terkait faktor risiko dan cara mencegah hipertensi masih tergolong minim.	Warga mendapatkan pembekalan pengetahuan tentang faktor risiko, bahaya, dan pencegahan hipertensi lewat pendekatan CERDIK.
3	Akses Pemeriksaan Kesehatan Dasar	Untuk memeriksakan TB/BB, tensi, gula darah, dan kolesterol, warga sebelumnya harus mendatangi fasilitas kesehatan terlebih dahulu.	Kini warga bisa mendapatkan pemeriksaan kesehatan dasar secara cuma-cuma tanpa harus meninggalkan lingkungan tempat tinggalnya.
4	Kolaborasi Lintas Sektor	Sebelumnya, skrining kesehatan dijalankan sendiri-sendiri oleh tiap pihak terkait.	Terbangun kerja sama yang solid antara kader Posyandu Cempaka, pihak Puskesmas Banten Girang, dan mahasiswa KKM dalam menjalankan pelayanan kesehatan bagi warga.

Fakta ini menegaskan bahwa nilai kegiatan tidak berhenti pada penyediaan pemeriksaan gratis semata; ada perubahan cara pandang yang turut terbentuk di benak warga, yakni kesadaran bahwa mendeteksi hipertensi sejak awal dan mengendalikannya merupakan

bagian tak terpisahkan dari ikhtiar mencegah penyakit tidak menular secara lebih luas.

4. DISKUSI

Pengumpulan data pada kegiatan ini menempuh tiga cara, yakni: (1) observasi partisipatif, yang bertujuan mencermati sejauh mana antusiasme dan keterlibatan warga selama tahap pemeriksaan dan edukasi berlangsung; (2) tanya jawab secara interaktif, yang dijalankan langsung bersama peserta untuk mengukur pemahaman awal mereka tentang hipertensi sekaligus menyampaikan edukasi secara lebih personal; dan (3) dokumentasi, mencakup pencatatan hasil pemeriksaan serta pengambilan foto selama kegiatan berlangsung. Analisis data dilakukan secara deskriptif kualitatif guna menggambarkan jalannya kegiatan serta pergeseran pemahaman warga sebelum dan sesudah menerima edukasi.

Terlaksananya kegiatan ini dengan baik tidak lepas dari kerja sama erat antara kader Posyandu Cempaka, petugas Puskesmas Banten Girang, dan mahasiswa KKM Kelompok 02, ditambah antusiasme tinggi warga Kelurahan Dalung dalam mengikuti seluruh rangkaian pemeriksaan. Kondisi ini selaras dengan arahan Kementerian Kesehatan RI (2024) yang menyoroti pentingnya kolaborasi lintas sektor serta pemberdayaan kader dalam menekan angka penyakit tidak menular. Cara penyampaian edukasi yang dipadukan langsung dengan proses skrining—bukan disajikan terpisah lewat ceramah formal—dinilai membuahkan hasil yang lebih baik sebab warga menerima informasi tepat pada momen ketika hasil pemeriksaan mereka baru saja keluar, sehingga terasa lebih relevan (Perhimpunan Hipertensi Indonesia, 2023). Untuk keberlanjutannya, disarankan agar kegiatan skrining dan edukasi hipertensi semacam ini terus dijalankan secara berkala oleh kader posyandu bersama pihak puskesmas, demi menjaga kesinambungan pemantauan kesehatan warga.

5. KESIMPULAN

Program Cek Kesehatan Gratis (CKG) yang disertai edukasi kewaspadaan hipertensi, yang digelar pada 31 Juli 2026 di Kelurahan Dalung, terbukti mampu menghadirkan layanan pemeriksaan kesehatan dasar sekaligus edukasi bagi warga umum berkat sinergi antara mahasiswa KKM Kelompok 02 Universitas Bina Bangsa, kader Posyandu Cempaka, dan petugas UPTD Puskesmas Banten Girang. Kontribusi kegiatan ini terlihat dari meningkatnya cakupan deteksi dini faktor risiko hipertensi serta pemahaman warga tentang pencegahan dan pengendalian penyakit tersebut, sehingga layak dijadikan acuan model kolaborasi jangka panjang antara perguruan tinggi, fasilitas layanan kesehatan primer, dan kader kesehatan di tengah masyarakat.

PENGAKUAN

Tim penulis menghaturkan apresiasi setinggi-tingginya kepada pihak UPTD Puskesmas Banten Girang, para kader Posyandu Cempaka, Lurah Dalung beserta perangkat kelurahan, Dosen Pembimbing Lapangan, dan rekan-rekan mahasiswa KKM Kelompok 02 Universitas Bina Bangsa. Berkat kontribusi dan dukungan dari semua pihak tersebutlah rangkaian kegiatan Cek Kesehatan Gratis (CKG) serta edukasi kewaspadaan hipertensi di Kelurahan Dalung, Kecamatan Cipocok Jaya, Kota Serang, dapat berjalan sebagaimana mestinya.

DAFTAR REFERENSI

- Astutiati, A., Arlitasari, I. S., Azzahra, H. P., Damayanti, R. A., Izzuddin, M. A., & Ananda, T. A. (2022). Penyuluhan hipertensi sebagai upaya peningkatan pengetahuan dan pencegahan hipertensi di Posyandu Purbasari 5 Desa Purbayan Kabupaten Sukoharjo. *Proceeding National Health Conference Science*, 100–107.
- Az Zahra, T. I., Hambin, E. S., Noviraningtyas, T. V., Wicaksono, T. Y., Wahyuliana, L., Wardhani, A. S., Latifa, K. J. Q., Amrullah, R., Wati, P. F. Z. P. A., & Mandagi, A. M. (2022). Effective health screening strategies for overcoming non-communicable diseases in Sambimulyo Village, Banyuwangi Regency. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat (Indonesian Journal of Community Engagement)*, 8(4), 232. <https://doi.org/10.22146/jpkm.78068>
- Direktorat Pencegahan dan Pengendalian Penyakit Tidak Menular Kementerian Kesehatan RI. (2018). Faktor risiko hipertensi. <https://p2ptm.kemkes.go.id/infographic/faktor-risiko-hipertensi>
- Hidayat, C. T. (2021). Pengaruh pendidikan kesehatan hipertensi dan senam hipertensi terhadap tekanan darah pada lansia di Desa Jenggawah dan Ajung Kabupaten Jember. *Jurnal Penelitian IPTEKS*, 6(1), 16–21. <https://doi.org/10.32528/ipteks.v6i1.5111>
- Irwadi, & Fatrida, D. (2023). Penyuluhan pada pasien hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Pelating tahun 2022. *Nangroe: Jurnal Pengabdian Cendikia*, 2(4).
- Ischak, W. I., Mobiliu, S., Domili, I., & Luawo, H. (2022). Edukasi kesehatan sebagai upaya pencegahan penyakit hipertensi. *JMM (Jurnal Masyarakat Mandiri)*, 6(5). <https://doi.org/10.31764/jmm.v6i5.10798>
- Kementerian Kesehatan RI. (2024). Bahaya hipertensi, upaya pencegahan dan pengendalian hipertensi. <https://kemkes.go.id/id/bahaya-hipertensi-upaya-pencegahan-dan-pengendalian-hipertensi>
- Kusumawaty, J., dkk. (2023). Edukasi dan pelatihan kader tentang penggunaan alat pengukuran tekanan darah untuk pencegahan hipertensi. *BERNAS: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(3), 2097–2101. <https://doi.org/10.31949/jb.v4i3.5988>
- Liana, Y. (2023). Edukasi kesehatan tentang complementary and alternative medicine (CAM) pada agregat komunitas dengan penyakit kronis. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Bangsa*, 1(9). <https://doi.org/10.59837/jpmba.v1i9.487>
- Maksuk, Y. (2021). Edukasi dan senam lansia sebagai upaya pencegahan dan pengendalian lansia dengan hipertensi. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(3), 733–740.

- Marsanti, A. S., Astuti, B. H., Rahmaanjali, A. L., Andini, D. I. P., Utomo, Maharani, L., Wardani, N. E. P., Febrianti, R. I., & Fitriani, S. (2023). Penyuluhan hipertensi dengan CERDIK di Posyandu Lansia Dusun Wonosari Desa Poncol. *APMa Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 3(1).
- Munawarah, H. S., Tuzzuhro, N. S., & Agustin, D. S. (2025). Analisis peran petugas kesehatan dalam peningkatan deteksi dini PTM di Puskesmas Karya Jaya. *Prepotif: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 9(2). <https://doi.org/10.31004/prepotif.v9i2.44623>
- Nurvita, S. (2021). Literature review gambaran hipertensi di Indonesia. *Jurnal Rekam Medis dan Manajemen Informasi Kesehatan*, 1(2).
- Perhimpunan Hipertensi Indonesia. (2023). Panduan promotif dan preventif hipertensi 2023. https://admin.inash.or.id/cdn/File/Konsensus%20InaSH%202023_A5.pdf
- Prastika, Y. D., & Siyam, N. (2021). Faktor risiko kualitas hidup lansia penderita hipertensi. *Indonesian Journal of Public Health and Nutrition*, 1(3), 407–419.
- Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan RI. (2014). Infodatin hipertensi. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Sukamti, N., Putri, J. H., & Helen, M. (2023). Hubungan pengetahuan dengan kejadian hipertensi pada usia dewasa awal di Puskesmas Kecamatan Kebon Jeruk Jakarta. *Jurnal Keperawatan dan Kebidanan Nasional*, 1(1), 38–43.
- Sulistyowati, E. T., & Isnugroho, H. (2024). Peningkatan kesehatan dengan pemeriksaan kesehatan gratis. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Karya Husada*, 5(2), 105–109.
- Syamsi Norma Lalla, N. (2024). Community empowerment in improving health status. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Edukasi Indonesia*, 1(1), 9–14. <https://doi.org/10.61099/jpmei.v1i1.32>
- Yeni, F. Y., Kusumastuti, I., & Purnamasari, R. (2025). Evaluasi program penyakit tidak menular (PTM) di Kota Cilegon. *Prepotif: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 9(2).