

Penyuluhan dan Cek Kesehatan Tekanan Darah, Asam Urat, dan Kolesterol Gratis Sebagai di Desa Benuang Dusun 6

Anggy Utama Putri¹, Erik Rosadi²

^{1,2} Universitas Kader Bangsa, Indonesia

Corresponding Author

Nama Penulis: Erik Rosadi

E-mail: erikrsd16@gmail.com

Abstrak

Penyakit tidak menular (PTM) seperti hipertensi, asam urat, dan kolesterol tinggi menjadi masalah kesehatan global yang mempengaruhi kualitas hidup masyarakat, termasuk di Desa Benuang, Dusun 6, dimana tingkat pengetahuan masyarakat tentang PTM masih rendah dan akses ke fasilitas kesehatan terbatas, meningkatkan risiko PTM yang dapat menurunkan produktivitas dan kualitas hidup. Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan warga tentang pentingnya menjaga kesehatan dan mengenali tanda awal PTM melalui penyuluhan kesehatan dan pemeriksaan kesehatan gratis. Metode yang digunakan adalah kualitatif dengan pendekatan deskriptif, dan kegiatan dilaksanakan pada 16 Februari 2025 dengan durasi 65 menit di Halaman Masjid Desa Benuang Dusun 6. Penyuluhan dilakukan dengan ceramah, diskusi, dan demonstrasi, diikuti dengan pemeriksaan kesehatan yang meliputi tekanan darah, kadar asam urat, dan kolesterol. Hasil kegiatan menunjukkan antusiasme tinggi dari peserta yang berhasil meningkatkan pemahaman mereka tentang bahaya hipertensi, asam urat, dan kolesterol, serta mengidentifikasi beberapa kasus yang sebelumnya tidak terdeteksi. Peserta dengan hasil abnormal diberikan penjelasan dan rekomendasi medis untuk penanganan lebih lanjut. Kegiatan ini berhasil meningkatkan kesadaran masyarakat akan pentingnya menjaga kesehatan dan pemeriksaan rutin, serta dapat dijadikan model untuk kegiatan serupa di desa lain.

Kata kunci - penyuluhan kesehatan, hipertensi, asam urat, kolesterol, pemeriksaan kesehatan gratis

Abstract

Non-communicable diseases (NCDs) such as hypertension, gout and high cholesterol are global health problems that affect people's quality of life, including in Benuang Village, Hamlet 6, where the level of public knowledge about NCDs is still low and access to health facilities is limited, increasing the risk of NCDs which can reduce productivity and quality of life. This community service activity aims to increase residents' knowledge about the importance of maintaining health and recognizing the early signs of PTM through health education and free health checks. The method used was qualitative with a descriptive approach, and the activity was carried out on February 16 2025 with a duration of 65 minutes in the courtyard of the Benuang Dusun 6 Village Mosque. Counseling was carried out with lectures, discussions and demonstrations, followed by a health check which included blood pressure, uric acid levels and cholesterol. The results of the activity showed high enthusiasm from participants who succeeded in increasing their understanding of the dangers of hypertension, gout and cholesterol, as well as identifying several cases that were previously undetected. Participants with abnormal results are given an explanation and medical recommendations for further treatment. This activity succeeded in increasing public awareness of the importance of maintaining health and regular check-ups, and can be used as a model for similar activities in other villages.

Keywords - health education, hypertension, gout, cholesterol, free health examination

PENDAHULUAN

Kesehatan merupakan salah satu aspek penting dalam kehidupan manusia yang mempengaruhi kualitas hidup secara keseluruhan. Dalam kehidupan sehari-hari, banyak faktor yang dapat mempengaruhi kondisi kesehatan, salah satunya adalah gaya hidup yang kurang sehat (Masruroh & Rahma, 2023). Pola makan yang tidak seimbang, kurangnya aktivitas fisik, serta stres yang berlebihan dapat menyebabkan berbagai penyakit, terutama Penyakit Tidak Menular (PTM) seperti hipertensi, diabetes, penyakit jantung, dan gangguan metabolisme lainnya (Habsy *et al.*, 2024). Salah satu indikator kesehatan yang sering digunakan untuk memantau kondisi tubuh adalah tekanan darah, kadar asam urat, dan kolesterol.

Tekanan darah adalah kekuatan darah yang mengalir di dinding pembuluh darah, baik yang keluar dari jantung (pembuluh arteri) maupun yang kembali ke jantung (pembuluh balik). Tekanan darah dapat dianggap normal tergantung pada usia dan aktivitas sehari-hari seseorang. Seiring bertambahnya usia, tekanan darah cenderung meningkat. Selain itu, kondisi pikiran seperti stres, ketakutan, dan kecemasan juga dapat meningkatkan tekanan darah (Segita, 2022). Hipertensi atau tekanan darah tinggi adalah kondisi kronis yang ditandai dengan meningkatnya tekanan darah pada dinding pembuluh darah arteri. Keadaan ini menyebabkan jantung bekerja lebih keras untuk mengedarkan darah ke seluruh tubuh melalui pembuluh darah. Hal ini dapat mengganggu aliran darah, merusak pembuluh darah, bahkan menyebabkan penyakit degeneratif hingga kematian (Pratiwi *et al.*, 2021).

World Health Organization (WHO) (2023) menyatakan bahwa 1,28 miliar orang dewasa berusia 30 hingga 79 tahun di seluruh dunia menderita tekanan darah tinggi. Dua pertiga dari populasi tersebut tinggal di negara berpenghasilan rendah dan menengah. Menurut WHO (2023), hanya sekitar 1 dari 5 orang dewasa (21%) yang menderita hipertensi dapat mengendalikannya, dan 46% orang dewasa yang menderita hipertensi tidak menyadari kondisi tersebut. Hipertensi merupakan penyebab utama kematian dini di seluruh dunia. Hal ini mendasari WHO menetapkan salah satu target global penyakit tidak menular adalah menurunkan prevalensi hipertensi sebesar 33% antara tahun 2010 dan 2030 (Yasarah *et al.*, 2025). Menurut Riskesdas (2021), prevalensi hipertensi di Indonesia sebesar 34,1%, mengalami peningkatan dibandingkan dengan prevalensi hipertensi pada Riskesdas tahun 2023 yang sebesar 25,8%. Di Sumatera Selatan, jumlah kasus hipertensi pada tahun 2020 mencapai 64.5104 kasus, pada tahun 2021 meningkat menjadi 98.7295 kasus, dan pada tahun 2022 mencapai 14.97736 kasus (Fardian *et al.*, 2025). Tingginya angka hipertensi seringkali tidak disadari oleh individu yang mengalaminya, karena gejalanya cenderung tidak tampak pada tahap awal.

Selain hipertensi, kadar asam urat yang tinggi juga dapat menyebabkan berbagai masalah kesehatan, seperti nyeri sendi, radang sendi, hingga penyakit ginjal. Asam urat merupakan produk utama metabolisme purin yang dikatalisis oleh *xantin oksidase*. Kadar asam urat dalam plasma dapat meningkat akibat jalur eksogen, seperti asupan makanan tinggi purin dan fruktosa yang berlebihan, serta dipengaruhi oleh katabolisme dari jalur endogen, seperti yang terjadi di hati dan usus halus. Penyakit asam urat banyak dijumpai pada masyarakat yang memiliki kebiasaan mengonsumsi makanan tinggi purin, seperti daging merah, jeroan, dan alkohol (Rakhmawati *et al.*, 2025).

Menurut WHO, jumlah penderita asam urat meningkat setiap tahunnya di dunia. Angka kejadian asam urat sekitar 1-4% dari populasi umum, dengan prevalensi lebih tinggi pada pria di negara Barat, yaitu 3-6%. Di beberapa negara, prevalensi dapat meningkat menjadi 10% pada pria dan 6% pada wanita pada rentang usia ≥ 80 tahun. Insiden tahunan asam urat adalah 2,68 per 1000 orang (Siska *et al.*, 2025). Berdasarkan data WHO dalam *Non-Communicable Disease Country Profile* di Indonesia tahun 2025, prevalensi penyakit asam urat pada kelompok usia 55- 64 tahun mencapai sekitar 45%. Pada kelompok usia 65-74 tahun, prevalensinya meningkat menjadi sekitar 51,9%, sedangkan pada usia di atas 75 tahun, prevalensinya mencapai sekitar 54,8% (Handayani & Putra, 2025). Prevalensi *gout* yang didiagnosis dokter pada penduduk di Provinsi Sumatera Selatan tahun 2023 adalah sebagai berikut: usia 15-24 tahun sebanyak 0,80%, usia 25-34 tahun sebanyak 3,03%, usia 35-44 tahun sebanyak

5,92%, usia 45-54 tahun sebanyak 9,35%, usia 55-64 tahun sebanyak 15,84%, usia 65-74 tahun sebanyak 17,63%, dan usia di atas 75 tahun sebanyak 21,39% (Ridwan, 2023).

Kolesterol tinggi juga menjadi masalah kesehatan yang cukup umum di masyarakat Indonesia. Kolesterol adalah lemak yang dibutuhkan oleh tubuh dalam jumlah normal dan berperan dalam proses pembentukan hormon, ginjal, testis, dan ovarium. Nilai normal kolesterol total adalah <200 mg/dL, kolesterol LDL <130 mg/dL, kolesterol HDL \geq 40 mg/dL, dan trigliserida <150 mg/dL. Kolesterol yang tinggi dapat menumpuk di dinding pembuluh darah, sehingga menghambat aliran darah dan meningkatkan risiko penyakit jantung serta stroke. Penyakit jantung koroner yang disebabkan oleh penumpukan kolesterol sering kali tidak menunjukkan gejala pada awalnya, namun dapat berujung pada komplikasi serius (Gultom *et al.*, 2025).

Berdasarkan data WHO pada tahun 2021, tercatat lebih dari 160 juta penduduk dunia mengalami hiperkolesterolemia dengan kadar kolesterol total >200 mg/dL, yang termasuk kategori cukup tinggi. Lebih dari 34 juta penduduk dewasa di Amerika memiliki kadar kolesterol total >240 mg/dL, yang termasuk kategori tinggi dan memerlukan terapi. Negara-negara berkembang, seperti Indonesia, diperkirakan akan mengalami peningkatan prevalensi hiperkolesterolemia sebesar 137%, sementara di negara maju hanya 48%. Di Indonesia, prevalensi penderita kolesterol tinggi mencapai 28%. Bahkan, 7,9% orang di dunia meninggal akibat penyakit ini (Dewi *et al.*, 2024). Berdasarkan data Dinkes Provinsi Sumatera Selatan, jumlah penderita kolesterol pada tahun 2018 sebanyak 35.902 orang, pada tahun 2019 meningkat menjadi 38.270 orang, dan pada tahun 2020 prevalensi kolesterol di Palembang mencapai 14,9% (Budianto & Akbar, 2022).

Di Desa Benuang, khususnya di Dusun 6, tingkat pengetahuan masyarakat mengenai penyakit tidak menular seperti hipertensi, asam urat, dan kolesterol masih tergolong rendah. Banyak warga yang belum mengetahui bahwa mereka berisiko mengalami masalah kesehatan tersebut, dan lebih banyak lagi yang tidak memeriksakan kesehatannya secara rutin. Keterbatasan akses terhadap fasilitas kesehatan menjadi salah satu faktor penyebab kurangnya pemeriksaan kesehatan di daerah ini. Masyarakat Dusun 6 sering kali tidak memiliki pengetahuan yang cukup untuk mendeteksi masalah kesehatan sejak dini, sehingga sering kali baru menyadari adanya gangguan kesehatan setelah kondisinya sudah lebih parah. Oleh karena itu, kegiatan pengabdian masyarakat yang melibatkan penyuluhan kesehatan serta pemeriksaan tekanan darah, asam urat, dan kolesterol secara gratis menjadi sangat penting.

Penyuluhan kesehatan merupakan salah satu upaya yang sangat penting dalam meningkatkan kesadaran masyarakat mengenai pentingnya menjaga kesehatan tubuh dan menghindari faktor risiko penyakit. Melalui penyuluhan, masyarakat dapat diberikan informasi yang jelas mengenai bahaya hipertensi, asam urat, dan kolesterol, serta cara pencegahan dan pengendaliannya. Penyuluhan ini dapat dilakukan dengan berbagai cara, mulai dari ceramah, diskusi kelompok, hingga pemeriksaan kesehatan secara langsung (Pramaswari & Fatah, 2023). Dengan adanya cek kesehatan gratis, masyarakat dapat mengetahui kondisi kesehatannya tanpa harus mengeluarkan biaya, yang sering kali menjadi kendala. Selain memberikan informasi mengenai pencegahan dan pengelolaan penyakit, kegiatan ini juga memberikan kesempatan bagi masyarakat untuk memeriksakan kesehatan mereka secara langsung dan mendapatkan saran serta rekomendasi dari tenaga medis. Pemeriksaan kesehatan yang dilakukan secara berkala dapat membantu mendeteksi penyakit sejak dini, sehingga pengobatan yang dilakukan lebih awal dapat memiliki tingkat keberhasilan yang lebih tinggi (Alfaaza *et al.*, 2024).

Berdasarkan hal tersebut, penulis tertarik untuk melakukan kegiatan pengabdian masyarakat dengan judul "*Penyuluhan dan Cek Kesehatan Tekanan Darah, Asam Urat, dan Kolesterol Gratis di Desa Benuang Dusun 6*". Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat Desa Benuang, khususnya Dusun 6, tentang pentingnya menjaga kesehatan dan mengenali tanda awal penyakit tidak menular. Diharapkan kegiatan ini dapat mengurangi risiko penyakit yang menurunkan produktivitas dan kualitas hidup, serta menciptakan kesadaran akan gaya hidup sehat dan pentingnya pemeriksaan rutin. Kegiatan ini juga diharapkan dapat menjadi model yang dapat diterapkan di desa

lain untuk menciptakan masyarakat yang lebih sehat dan produktif.

METODE

Kegiatan ini dilaksanakan pada tanggal 16 Februari 2025 dan diikuti oleh warga Desa Benuang Dusun 6 dengan durasi 65 menit di Halaman Masjid Desa Benunag Dusun 6. Kegiatan ini dilakukan dengan metode tiga tahap yaitu persiapan, pelaksanaan, dan penutupan. Pada tahap persiapan, kegiatan pengabdian dimulai dengan penentuan tempat, waktu, dan materi yang akan disampaikan yaitu hipertensi, asam urat, dan kolesterol. Alat ukur yang digunakan pada tahap ini adalah survei awal untuk mengetahui pengetahuan dasar masyarakat tentang penyakit tersebut, yang kemudian digunakan sebagai baseline untuk mengukur perubahan pengetahuan setelah kegiatan penyuluhan. Tahap pelaksanaan terdiri dari penyuluhan kesehatan dan pemeriksaan kesehatan gratis. Penyuluhan dilakukan dengan metode ceramah, diskusi, dan demonstrasi. Proses ceramah dimulai dengan pembukaan yang mencakup salam, perkenalan, dan penyampaian tujuan, dilanjutkan dengan penyajian materi mengenai bahaya hipertensi, asam urat, dan kolesterol, serta cara pencegahannya. Pada tahap penutupan, materi disimpulkan, saran diberikan, dan ucapan terima kasih disampaikan. Media yang digunakan dalam penyuluhan adalah leaflet, yang berisi informasi penting mengenai penyakit tidak menular dan cara penanganannya. Selain itu, alat kesehatan yang digunakan untuk pemeriksaan meliputi tensimeter untuk tekanan darah, alat pengukur kadar asam urat, dan alat pengukur kadar kolesterol.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan penyuluhan mengenai tekanan darah tinggi (hipertensi) di Desa Benuang Dusun 6 dimulai dengan pemaparan mengenai apa itu hipertensi, penyebab, dampaknya terhadap kesehatan, serta cara pencegahannya. Penyuluhan ini dihadiri oleh lebih dari 50 warga yang antusias mengikuti setiap sesi yang disampaikan. Dalam sesi pertama, peserta diberikan penjelasan mengenai pentingnya mengukur tekanan darah secara rutin, terutama bagi mereka yang berisiko seperti usia lanjut, kebiasaan merokok, atau pola makan yang tidak sehat. Para peserta terlihat sangat tertarik, terutama pada bagian materi yang membahas tentang cara-cara sederhana untuk mengendalikan tekanan darah, seperti mengurangi konsumsi garam, berolahraga teratur, dan mengelola stres. Selain itu, diberikan pula informasi terkait komplikasi yang dapat ditimbulkan oleh hipertensi, seperti stroke dan serangan jantung, yang membuat peserta semakin sadar akan pentingnya menjaga tekanan darah tetap normal. Pada akhir penyuluhan, peserta diberikan *leaflet* berisi ringkasan materi tentang hipertensi serta tips praktis untuk menurunkan tekanan darah. Beberapa peserta juga aktif bertanya tentang pengaruh makanan tertentu terhadap tekanan darah, seperti garam dan makanan tinggi kolesterol. Diskusi interaktif ini menunjukkan bahwa penyuluhan tidak hanya memberikan informasi teoritis, tetapi juga membuka pemahaman masyarakat akan pentingnya perubahan gaya hidup dalam mencegah hipertensi. Diharapkan, dengan adanya penyuluhan ini, warga Desa Benuang Dusun 6 dapat lebih memahami cara menjaga kesehatan jantung dan menghindari resiko hipertensi yang berbahaya.



Gambar 1.

Penyuluhan dan Cek Kesehatan Gratis di Desa Benuang Dusun 6

Penyuluhan mengenai kolesterol diadakan setelah materi mengenai hipertensi. Materi ini difokuskan pada penjelasan mengenai jenis-jenis kolesterol, yaitu kolesterol baik (HDL) dan kolesterol jahat (LDL), serta dampak kolesterol tinggi terhadap kesehatan, seperti peningkatan risiko penyakit jantung dan stroke. Para peserta sangat tertarik dengan penjelasan tentang makanan yang dapat menurunkan kolesterol jahat, seperti makanan yang kaya akan serat, ikan berlemak, dan kacang-kacangan. Penyuluhan ini juga mencakup informasi tentang pentingnya pemeriksaan kadar kolesterol secara rutin, karena banyak orang yang tidak sadar akan kadar kolesterol tinggi yang mereka miliki. Dengan memberikan penjelasan yang jelas tentang cara mencegah dan mengelola kolesterol, diharapkan warga dapat lebih sadar dalam memilih makanan dan menjalani pola hidup sehat. Selain itu, pada sesi tanya jawab, beberapa peserta mengungkapkan kebingungannya terkait dengan makanan yang mengandung kolesterol tinggi, seperti daging merah dan makanan cepat saji. Para penyuluh memberikan informasi praktis mengenai cara-cara untuk mengurangi konsumsi makanan tersebut dan menggantinya dengan pilihan yang lebih sehat. Kegiatan ini diakhiri dengan pembagian leaflet yang berisi tips untuk mengatur pola makan sehat serta anjuran untuk memeriksakan kadar kolesterol secara berkala. Penyuluhan ini berhasil meningkatkan pengetahuan peserta mengenai bahaya kolesterol tinggi dan memberikan mereka wawasan untuk menjaga keseimbangan kolesterol dalam tubuh.

Penyuluhan mengenai asam urat dilakukan setelah materi tentang kolesterol, dengan fokus pada pengertian, penyebab, serta cara mencegah penyakit asam urat. Para peserta diajarkan bahwa asam urat adalah hasil dari metabolisme purin dalam tubuh, yang dapat meningkat jika seseorang mengonsumsi makanan tinggi purin seperti daging merah, jeroan, dan makanan laut. Penyuluhan ini sangat penting karena banyak warga yang tidak menyadari bahwa kebiasaan makan mereka berisiko meningkatkan kadar asam urat dalam tubuh, yang dapat menyebabkan nyeri sendi akut atau bahkan gangguan ginjal. Dengan penjelasan tentang pola makan yang dapat mengurangi kadar asam urat, seperti mengurangi konsumsi daging merah dan alkohol, peserta menjadi lebih sadar akan pentingnya menjaga pola makan sehat untuk mencegah terjadinya asam urat. Pada akhir sesi penyuluhan, peserta diberikan kesempatan untuk bertanya tentang penyakit asam urat dan cara pencegahannya. Beberapa peserta berbagi pengalaman tentang gejala-gejala yang mereka alami, seperti nyeri sendi, dan mencari saran terkait pengelolannya. Penyuluhan ini berhasil meningkatkan pemahaman peserta tentang penyebab dan dampak buruk dari penyakit asam urat, serta memberikan mereka pengetahuan mengenai cara-cara untuk menghindarinya melalui pola makan yang lebih sehat.



Gambar 2.
Cek Kesehatan Gratis

Cek kesehatan gratis untuk mengukur tekanan darah dilaksanakan setelah sesi penyuluhan. Setiap warga yang hadir diarahkan untuk mendaftar di meja registrasi dan kemudian dipersilakan untuk melakukan pemeriksaan tekanan darah. Pemeriksaan dilakukan oleh tim medis yang terdiri dari dokter dan perawat yang berkompeten. Setiap peserta diperiksa secara bergiliran, dan hasil tekanan darah mereka dicatat dengan cermat. Jika ditemukan hasil yang menunjukkan adanya tekanan darah tinggi (di atas 140/90 mmHg), peserta diberikan penjelasan langsung mengenai kondisi mereka dan langkah-langkah yang perlu diambil untuk mengelola hipertensi. Pemeriksaan ini berlangsung dengan tertib, dan setiap peserta yang memiliki tekanan darah tinggi diberikan rekomendasi untuk berkonsultasi lebih lanjut dengan tenaga medis dan menjaga pola hidup sehat. Secara keseluruhan, kegiatan cek kesehatan ini berhasil mengidentifikasi beberapa kasus hipertensi yang tidak terdeteksi sebelumnya oleh peserta. Peserta yang hasilnya normal diberikan informasi mengenai pentingnya menjaga gaya hidup sehat dan tetap rutin memeriksakan tekanan darah mereka. Cek kesehatan gratis ini memberikan kesempatan bagi warga untuk mengetahui kondisi kesehatan mereka tanpa biaya, yang tentu saja sangat membantu mengurangi hambatan ekonomi dalam mengakses layanan kesehatan. Secara keseluruhan, kegiatan cek kesehatan ini berjalan lancar dan memberikan manfaat besar bagi warga yang ikut serta.

Setelah cek tekanan darah, warga juga diperiksa kadar kolesterolnya. Pemeriksaan kolesterol dilakukan dengan menggunakan alat pengukur yang telah disiapkan oleh tim medis. Setiap peserta diberi kesempatan untuk memeriksa kadar kolesterol mereka, yang terdiri dari kolesterol total, kolesterol LDL, dan kolesterol HDL. Hasil pemeriksaan dicatat dengan rinci, dan bagi mereka yang memiliki kadar kolesterol tinggi, dokter memberikan penjelasan mengenai langkah-langkah yang perlu diambil untuk menurunkan kadar kolesterol, termasuk perubahan pola makan dan gaya hidup. Sebagai tindak lanjut, beberapa peserta yang hasilnya menunjukkan kadar kolesterol tinggi disarankan untuk berkonsultasi lebih lanjut dengan dokter dan menjalani diet rendah kolesterol. Proses cek kesehatan ini sangat bermanfaat bagi warga karena mereka dapat mengetahui kondisi kolesterol mereka secara langsung, dan bagi sebagian peserta yang belum pernah memeriksakan kolesterolnya, ini merupakan pengalaman pertama yang sangat berguna. Kegiatan ini juga memberikan informasi penting mengenai pengelolaan kolesterol, serta mendorong warga untuk lebih memperhatikan pola makan mereka. Dengan adanya pemeriksaan kesehatan gratis ini, diharapkan warga dapat lebih menjaga kesehatannya dan mencegah penyakit yang terkait dengan kolesterol tinggi, seperti penyakit jantung.

Setelah pemeriksaan kolesterol, warga juga mendapatkan kesempatan untuk memeriksa kadar asam urat mereka. Pemeriksaan asam urat dilakukan dengan menggunakan alat pengukur khusus yang mampu menunjukkan kadar asam urat dalam darah. Setiap peserta yang mengikuti cek kesehatan ini merasa lebih tenang mengetahui kondisi tubuh mereka. Bagi peserta yang memiliki kadar asam urat tinggi, mereka langsung diberi penjelasan mengenai apa yang menyebabkan tingginya kadar asam urat dalam tubuh, serta cara-cara untuk menurunkannya, seperti menghindari makanan tinggi purin dan meningkatkan asupan cairan. Beberapa peserta yang mengalami gejala nyeri sendi juga mendapat rekomendasi untuk konsultasi lebih lanjut dengan dokter. Hasil dari cek kesehatan ini sangat membantu peserta dalam memahami kondisi kesehatan mereka, terutama bagi mereka yang sebelumnya tidak menyadari adanya peningkatan kadar asam urat dalam tubuh. Pemeriksaan gratis ini memberikan dampak positif karena masyarakat Desa Benuang Dusun 6 dapat memeriksa kesehatannya tanpa biaya, serta mendapatkan saran medis yang berguna untuk mencegah komplikasi dari kadar asam urat yang tinggi. Dengan adanya cek kesehatan gratis ini, diharapkan masyarakat lebih sadar akan pentingnya menjaga kesehatan tubuh dan memeriksakan diri secara rutin.

Dengan adanya penyuluhan dan pemeriksaan gratis menambah pengetahuan mengenai penyakit dan mengetahui kondisi kesehatan masyarakat di benuang dusun 6, sejalan dengan penelitian (Rosadi & Putri, 2024) pemberian edukasi pengetahuan tentang kesehatan yang menunjukkan bahwa

kegiatan tersebut dapat meningkatkan pengetahuan dengan pengetahuan yang baik dapat menurunkan angka kejadian penyakit.

KESIMPULAN

Kegiatan penyuluhan dan cek kesehatan gratis di Desa Benuang Dusun 6 berhasil meningkatkan pengetahuan masyarakat mengenai penyakit tidak menular seperti hipertensi, kolesterol tinggi, dan asam urat. Melalui penyuluhan, warga memahami pentingnya pola makan sehat, pengelolaan stres, serta pentingnya pemeriksaan kesehatan secara rutin untuk mencegah dan mengelola penyakit tersebut. Pemeriksaan kesehatan yang dilakukan secara gratis memberikan kesempatan bagi warga untuk mengetahui kondisi kesehatannya tanpa biaya, serta menerima saran medis yang berguna. Diharapkan kegiatan ini dapat mendorong perubahan gaya hidup yang lebih sehat dan meningkatkan kesadaran masyarakat akan pentingnya menjaga kesehatan tubuh.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada Kepala Desa Benuang beserta perangkat pemerintahan Desa Benuang atas izin dan dukungannya dalam pelaksanaan kegiatan ini. Terima kasih juga disampaikan kepada dosen pembimbing yang telah memberikan arahan, bimbingan, dan motivasi yang sangat berarti bagi penulis. Tak lupa, penulis juga mengucapkan terima kasih kepada teman-teman seperjuangan atas solidaritas, kerja sama, dan semangat yang luar biasa, yang membuat kegiatan ini dapat terlaksana dengan sukses.

DAFTAR PUSTAKA

- Alfaaza, M. F., Lindra, K. F. P., & Muchtar, N. R. (2024). Meningkatkan Kesadaran Kesehatan Warga Sekitar Lingkungan Kampus : Program Kerja KKN Sosialisasi Cek Kesehatan Gratis. *Kolaborasi: Jurnal Hasil Kegiatan Kolaborasi Pengabdian Masyarakat*, 2(4), 39–53.
- Budianto, Y., & Akbar, M. A. (2022). Kenaikan Kadar Kolesterol Ditinjau Dari Konsumsi Gorengan. *Jurnal Kesehatan Abdurahman Palembang*, 11(2), 8–13. <https://doi.org/10.55045/jkab.v11i2.141>
- Dewi, B. P., Mayumi, V., & Marlisa. (2024). Pengaruh Pemberian Teh Hijau Terhadap Kadar Kolesterol Pada Wanita Menopause. *Jurnal Kesehatan Dan Pembangunan*, 14(2), 1–11. <https://doi.org/10.52047/jkp.v14i2.342>
- Fardian, A. Z., Candra, A., Nuryani, D., Nisa, Y. S., & Septi, T. H. (2025). Perancangan Kartu CETAR (Cek Tekanan Darah Rutin). *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(2), 37–39
- Gultom, A. G., Kamisna, S., Purba, R., Yuni, R., Ginting, M., Manihuruk, F. N., & Napitupulu, L. (2025). Pemeriksaan kadar kolesterol pada masyarakat desa ujung labuhan namorambe. *Communnity Development Journal*, 6(1), 1508–1512.
- Habsy, M. M., Info, A., & Habsy, M. M. (2024). Pola Hidup Sehat Untuk Mencegah Penyakit Tidak Menular Pada Remaja. *VAKSIN: Jurnal Ilmu Kesehatan Dan Kedokteran*, 01(01), 13–18.
- Handayani, S., & Putra, C. A. (2025). Efektivitas Pendidikan Kesehatan Tentang Asam Urat (Gout Arthritis) Terhadap Tingkat Pengetahuan Pada Lansia Di Desa Lemahbang Kecamatan Kismantoro. *Jurnal Keperawatan GSH*, 14(1), 26–32.
- Masrurroh, F., & Rahma, H. A. (2023). Kualitas Religius dan Kesehatan Psikologis pada Lansia yang Mengikuti Kajian Rohani. *Assertive: Islamic Counseling Journal*, 2(2), 1–18. <https://doi.org/10.24090/j.assertive.v2i2.9977>
- Pramaswari, A. M., & Fatah, M. Z. (2023). Program Kegiatan Pemeriksaan Kesehatan Gratis Pada Masyarakat Lansia Sebagai Upaya Deteksi Dini Penyakit Tidak Menular. *JMM (Jurnal Masyarakat Mandiri)*, 7(4), 3447. <https://doi.org/10.31764/jmm.v7i4.15945>

- Pratiwi, K. A., Ayubbana, S., & Fitri, N. L. (2021). Penerapan Relaksasi Benson terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi di Kota Metro. *Jurnal Cendikia Muda*, 1(1), 90–97. <http://jurnal.akperdharmawacana.ac.id/index.php/IWC/article/viewFile/186/97>
- Rakhmawati, A., Khasanah, N. A. H., Yuniati, N. I., & Wulansari, K. P. (2025). Profil Asam Urat Pada Ibu Rumah Tangga Di Purwokerto Selatan. *Jurnal Bina Cipta Husada Vol.*, 21(1), 11–21.
- Ridwan, I. P. (2023). Menjaring Keluarga Yang Penderita Gout Arthritisserta Pemberian Kompres Hangat di Kel Sukabangun Kec. Sukaramipalembang 2022. *Jurnal Pengabdian Mandiri*, 2(1), 15–20.
- Rosadi, E., & Putri, A. U. (2024). Hubungan Pengetahuan Terhadap Perawatan Luka Modern Dressing dengan Tingkat Kesembuhan Luka Diabetikum. *Jurnal Kesehatan Terapan*, 11(2), 177–183. <https://doi.org/10.54816/jk.v11i2.811>.
- Segita, R. (2022). Pengaruh Pemberian Senam Tera Terhadap Penurunan Tekanan Darah Tinggi Lansia Hipertensi. *Jurnal Public Health*, 9(1), 16–24. <https://ojs.fdk.ac.id/index.php/JPH/article/view/1945>.
- Siska, F., Royani, E., & Italia. (2025). Penerapan Kompres Hangat Daun Kelor Dalam Mengurangi Nyeri Sendi Pada Lansia Dengan Asam Urat (Gout Arthritis). *Jurnal Kesehatan Dan Pembangunan*, 15(1), 84–90.
- Yasarah, H., Nuriyah, S., Nabila, A. A., Ruswanti, D., Sari, I. R., & Mustajab, A. A. (2025). Hubungan Kegemukan dengan Kejadian Penyakit Tekanan Darah Tinggi. *Jurnal Kesehatan Saelmakers PERDANA*, 8(1), 13–18. <https://doi.org/10.32524/jksp.v8i1.1381>.