

# Meningkatkan Kesadaran Kesehatan Masyarakat melalui Pemeriksaan Kesehatan Gratis pada Kegiatan *Car Free Day* di Boulevard Makassar

Sitti Masyitah Meliyana<sup>a,\*</sup>, Sitti Nailah Rustam<sup>b</sup>, Rusli<sup>c</sup>, Abdul Rahman<sup>c</sup>, & Alimuddin<sup>c</sup>

<sup>a</sup>Program Studi Statistika, Universitas Negeri Makassar, Makassar and 90224, Indonesia

<sup>b</sup>Program Studi Kesehatan Masyarakat, Universitas Hasanuddin, Makassar and 90245, Indonesia

<sup>c</sup>Jurusan Matematika, Universitas Negeri Makassar, Makassar and 90224, Indonesia

---

## Abstract

Kesehatan masyarakat merupakan salah satu indikator penting dalam pembangunan berkelanjutan. Sayangnya, kesadaran masyarakat terhadap pentingnya deteksi dini penyakit masih rendah, terutama di daerah perkotaan yang padat aktivitas. Pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan kesadaran kesehatan melalui penyuluhan dan pemeriksaan kesehatan gratis pada kegiatan *Car Free Day* (CFD) di Boulevard Makassar. Metode yang digunakan adalah edukasi kesehatan, skrining tekanan darah, kadar gula darah, kolesterol, dan konsultasi medis singkat. Kegiatan ini melibatkan tenaga kesehatan dari perguruan tinggi dan mitra klinik kesehatan. Hasil menunjukkan tingginya antusiasme masyarakat dengan jumlah peserta sebanyak 220 orang. Ditemukan bahwa 26% peserta memiliki tekanan darah tinggi dan 15% memiliki kadar gula darah di atas normal. Kegiatan ini memberikan dampak positif dalam mendorong masyarakat untuk lebih peduli terhadap kesehatannya. Intervensi serupa perlu dilakukan secara rutin dan menyeluruh di ruang-ruang publik.

*Keywords:* Pemeriksaan kesehatan, *Car Free Day*, kesadaran masyarakat, deteksi dini, Boulevard Makassar.

---

## 1. Pendahuluan

Tingkat kesehatan masyarakat merupakan salah satu indikator penting dalam menentukan kualitas sumber daya manusia suatu bangsa. Indonesia sebagai negara berkembang tengah menghadapi tantangan besar dalam bidang kesehatan, salah satunya adalah meningkatnya prevalensi penyakit tidak menular (PTM) seperti hipertensi, diabetes melitus, dan dislipidemia. Menurut Riskesdas (2018), prevalensi hipertensi di Indonesia mencapai 34,1%, sedangkan diabetes melitus mencapai 10,9% (Kementerian Kesehatan RI, 2018). Tingginya angka tersebut menunjukkan bahwa masih banyak masyarakat yang tidak menyadari kondisi kesehatannya karena kurangnya pemeriksaan kesehatan secara rutin.

Kota Makassar sebagai pusat aktivitas masyarakat di wilayah timur Indonesia juga tidak lepas dari permasalahan ini. Gaya hidup perkotaan yang cenderung sedentari, konsumsi makanan tinggi kalori, serta stres akibat tekanan pekerjaan menjadi faktor risiko utama PTM (World Health Organization, 2021; Dewi & Andriani, 2020). Padahal, penyakit-penyakit ini dapat dicegah dan dikendalikan jika dideteksi secara dini melalui pemeriksaan kesehatan berkala (Hidayati & Rahmat, 2023).

*Car Free Day* (CFD) merupakan salah satu bentuk intervensi lingkungan yang dilakukan oleh pemerintah kota untuk menyediakan ruang publik sehat bagi masyarakat. Kegiatan ini tidak hanya menjadi ajang olahraga dan rekreasi, tetapi juga bisa dimanfaatkan sebagai wahana edukasi dan pelayanan kesehatan masyarakat. Peluang inilah yang dimanfaatkan

---

\* Corresponding author:

E-mail address: [sittimasyitahmr@unm.ac.id](mailto:sittimasyitahmr@unm.ac.id)

oleh tim pengabdian kepada masyarakat dari perguruan tinggi untuk menyelenggarakan pemeriksaan kesehatan gratis di area CFD Boulevard Makassar (Yuliani & Setyowati, 2021; Prasetyo et al., 2021).

Kegiatan pengabdian ini bertujuan untuk memberikan pelayanan pemeriksaan tekanan darah, gula darah, dan kolesterol kepada masyarakat, serta memberikan edukasi kesehatan melalui media cetak dan komunikasi interpersonal. Tujuan akhirnya adalah meningkatkan kesadaran masyarakat untuk lebih peduli terhadap kondisi kesehatannya dan memotivasi mereka untuk menerapkan pola hidup sehat (Agustina et al., 2022; Wahyuni, 2022).

Selain itu, kegiatan ini juga merupakan bentuk kolaborasi antara akademisi, tenaga medis, dan masyarakat sebagai bagian dari pelaksanaan Tri Dharma Perguruan Tinggi. Melalui pendekatan promotif dan preventif ini, diharapkan dapat terjadi perubahan perilaku positif di tengah masyarakat yang selama ini masih kurang memprioritaskan pemeriksaan kesehatan sebagai kebutuhan rutin (Nugroho & Lestari, 2023).

## **2. Metode Pelaksanaan**

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan dengan pendekatan partisipatif dan kolaboratif, melibatkan akademisi, mahasiswa, dan relawan HIVE. Pelaksanaan kegiatan berlangsung di area Car Free Day Boulevard Makassar, yang merupakan kawasan bebas kendaraan setiap hari Minggu pagi dan banyak dimanfaatkan masyarakat untuk berolahraga serta bersosialisasi.

### *2.1. Tahap Perencanaan dan Koordinasi*

Kegiatan diawali dengan tahap perencanaan yang mencakup penentuan tujuan, sasaran, jenis layanan yang diberikan, dan penanggung jawab kegiatan. Tim pengabdian kemudian melakukan koordinasi dengan Pemerintah Kota Makassar, Dinas Kesehatan Kota Makassar, dan pengelola Car Free Day guna memperoleh izin pelaksanaan serta dukungan logistik. Selanjutnya, dilakukan peninjauan kerja sama dengan mitra klinik dan laboratorium kesehatan untuk penyediaan alat dan tenaga medis profesional.

### *2.2. Perekrutan Tim Pelaksana dan Pelatihan*

Tim pelaksana terdiri dari 5 dosen, 8 mahasiswa relawan HIVE. Sebelum hari pelaksanaan, tim diberi pelatihan singkat mengenai teknis pemeriksaan tekanan darah, pengambilan sampel darah untuk pemeriksaan gula dan kolesterol, teknik komunikasi kesehatan, serta prosedur keselamatan dan kebersihan selama kegiatan berlangsung.

### *2.3. Persiapan Sarana dan Bahan*

Peralatan yang disiapkan meliputi:

- a. 2 Unit tensimeter digital
- b. 3 glukometer dengan strip gula darah dan kolesterol
- c. Alkohol swab, kapas, dan lancet untuk pengambilan sampel darah
- d. Formulir identitas dan hasil pemeriksaan
- e. Leaflet edukasi tentang hipertensi, diabetes, dan pola makan sehat
- f. Tenda, meja, kursi, spanduk, dan kotak P3K



**Fig. 1.** Tim mempersiapkan peralatan yang dibutuhkan

#### 2.4. Pelaksanaan Pemeriksaan Kesehatan

Kegiatan dilaksanakan pada hari Minggu pukul 06.00–09.00 WITA. Alur pelayanan dimulai dari:

- a. Registrasi: Peserta mengisi formulir identitas singkat (usia, jenis kelamin, riwayat penyakit)



**Fig. 2.** Tim mengarahkan peserta untuk registrasi terlebih dahulu

- b. Pemeriksaan Tekanan Darah: Dilakukan oleh mahasiswa didampingi dosen pembimbing



**Fig. 3.** Pemeriksaan tekanan darah

- c. Pemeriksaan Gula Darah dan Kolesterol: Menggunakan glukometer oleh tenaga medis relawan HIVE



**Fig. 4.** Pemeriksaan gula darah dan kolesterol.

- d. Konseling Kesehatan: Peserta diberi penjelasan tentang hasil pemeriksaan dan diberikan leaflet edukasi



Fig. 5. Konseling Kesehatan

### 2.5. Dokumentasi dan Evaluasi

Seluruh data hasil pemeriksaan dicatat untuk evaluasi dan pelaporan. Setelah kegiatan, tim melakukan refleksi untuk menilai efektivitas pelaksanaan, kendala yang dihadapi, dan saran untuk peningkatan kegiatan serupa di masa depan. Dokumentasi kegiatan berupa foto, video, dan testimoni peserta dikumpulkan sebagai bahan publikasi dan diseminasi hasil.

### 3. Hasil dan Pembahasan

Kegiatan ini diikuti oleh 80 peserta dari berbagai kalangan masyarakat, dengan mayoritas berusia 25–55 tahun. Berdasarkan hasil pemeriksaan:

- a. Sebanyak 20 peserta (25%) menunjukkan tekanan darah tinggi ( $>140/90$  mmHg)
- b. 8 peserta (10%) memiliki kadar gula darah sewaktu di atas 200 mg/dL
- c. 18 peserta (22,5%) menunjukkan kadar kolesterol di atas normal ( $>200$  mg/dL)

Tingginya angka ini menunjukkan bahwa banyak masyarakat tidak menyadari kondisi kesehatannya hingga dilakukan pemeriksaan langsung. Hal ini sesuai dengan temuan Hidayati & Rahmat (2023) yang menyatakan bahwa keterbatasan akses dan minimnya kesadaran menjadi hambatan utama dalam pencegahan penyakit tidak menular.

Edukasi yang diberikan selama kegiatan juga mendapat tanggapan positif. Sebagian besar peserta menyatakan bahwa mereka baru pertama kali mendapatkan informasi langsung dari tenaga medis terkait gaya hidup sehat. Leaflet yang dibagikan membantu memperkuat pesan kesehatan yang disampaikan secara lisan.

Dari evaluasi tim pelaksana, kegiatan ini berhasil mencapai tujuannya dalam membangun kesadaran masyarakat tentang pentingnya deteksi dini penyakit. CFD sebagai ruang publik terbuka menjadi media efektif untuk menyentuh lapisan masyarakat secara langsung, termasuk mereka yang mungkin tidak rutin berkunjung ke fasilitas pelayanan kesehatan.

Pembelajaran penting dari kegiatan ini adalah pentingnya keterlibatan aktif tenaga kesehatan dan akademisi dalam memanfaatkan momentum publik untuk tujuan promotif dan preventif. Selain itu, pencatatan data hasil skrining juga dapat digunakan sebagai bahan perencanaan program lanjutan oleh pihak terkait.

#### 4. Kesimpulan

Kegiatan pemeriksaan kesehatan gratis di Car Free Day Boulevard Makassar memberikan dampak nyata dalam meningkatkan kesadaran masyarakat terhadap pentingnya deteksi dini penyakit tidak menular. Temuan menunjukkan prevalensi cukup tinggi terhadap tekanan darah tinggi, hiperglikemia, dan hiperkolesterolemia di kalangan peserta. Kegiatan ini menunjukkan bahwa pendekatan berbasis komunitas dan ruang publik efektif dalam menjangkau masyarakat secara luas. Diperlukan kegiatan serupa secara rutin dengan dukungan lintas sektor agar mampu menciptakan masyarakat yang lebih sehat dan sadar kesehatan.

#### Acknowledgements

Ucapan terima kasih disampaikan kepada Pemerintah Kota Makassar, Dinas Kesehatan Kota Makassar, pengelola CFD Boulevard, serta seluruh relawan HIVE dan dosen yang telah berpartisipasi dalam kegiatan ini.

#### References

- Agustina, R., Purba, F. D., & Herawati, D. (2022). The role of community-based health interventions in improving public awareness on non-communicable diseases. *Journal of Public Health Research*, 11(1), 12–18. <https://doi.org/10.4081/jphr.2022.2561>
- Dewi, N. P., & Andriani, T. (2020). Hubungan gaya hidup dengan kejadian hipertensi pada masyarakat perkotaan. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Andalas*, 14(1), 25–33. <https://doi.org/10.25077/jkma.14.1.25-33.2020>
- Hidayati, N., & Rahmat, A. (2023). Peningkatan kesadaran hidup sehat melalui edukasi komunitas pada ruang publik. *Jurnal Promosi Kesehatan Indonesia*, 18(2), 45–52. <https://doi.org/10.14710/jpki.18.2.45-52>
- Kementerian Kesehatan RI. (2018). *Laporan Nasional Rikesdas 2018*. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. <https://www.litbang.kemkes.go.id/laporan-rikesdas-2018>
- Nugroho, A., & Lestari, I. (2023). Penguatan peran perguruan tinggi dalam pemberdayaan masyarakat melalui program kesehatan preventif. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat (JPKM)*, 9(1), 55–63. <https://doi.org/10.22146/jpkm.73681>
- Prasetyo, R., Mulyani, D., & Sari, A. (2021). Efektivitas kegiatan car free day terhadap peningkatan kesadaran kesehatan masyarakat. *Jurnal Kesehatan Komunitas*, 7(2), 87–93. <https://doi.org/10.15294/jkk.v7i2.43589>
- Wahyuni, S. (2022). Intervensi promosi kesehatan berbasis komunitas dalam pencegahan penyakit tidak menular. *Media Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 21(1), 34–42. <https://doi.org/10.14710/mkmi.21.1.34-42>
- World Health Organization. (2021). *Noncommunicable diseases country profiles 2021*. Geneva: WHO. <https://www.who.int/publications/i/item/9789240036703>

Yuliani, R., & Setyowati, D. (2021). Pengaruh kegiatan Car Free Day terhadap peningkatan perilaku hidup sehat masyarakat perkotaan. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 9(1), 77–85. <https://doi.org/10.15294/jkm.v9i1.4771>