

GERAKAN PEMERIKSAAN KESEHATAN DAN KONSULTASI HUKUM (GEPREK SULKUM) DI CAR FREE DAY SUKOHARJO

Fatihah Wari Nurjanah¹, Kartika Cahyaningtyas², Triwahyuniastuti³,
Eko Ari Wibowo⁴, Dewi Setyoningsih⁵

^{1,2,3,4,5}ITB AAS Indonesia / Sukoharjo

E-mail: ¹fatihahwn@gmail.com

Abstrak

Akses terhadap layanan kesehatan dasar secara rutin dan konsultasi hukum formal sering kali sulit dijangkau oleh masyarakat karena kendala biaya, waktu, dan adanya stigma psikologis. Program Gerakan Pemeriksaan Kesehatan dan Konsultasi Hukum (GEPREK SULKUM) hadir sebagai bentuk intervensi proaktif (jemput bola) dengan memanfaatkan ruang publik Car Free Day (CFD) Kabupaten Sukoharjo. Kegiatan ini dilaksanakan pada hari Minggu, 10 Mei 2026, dengan tujuan meningkatkan kesadaran masyarakat terhadap deteksi dini Penyakit Tidak Menular (PTM) sekaligus memberikan solusi taktis terhadap permasalahan legalitas secara gratis. Metode pelaksanaan meliputi tahap persiapan (perizinan dan logistik), tahap pelaksanaan (alur pendaftaran, pemeriksaan/identifikasi, dan konsultasi), serta tahap evaluasi. Hasil kegiatan pada klaster kesehatan menunjukkan bahwa dari 20 peserta yang terdaftar, terdapat 4 orang (20%) teridentifikasi mengalami hipertensi ($\geq 140/90$ mmHg) dan 2 orang (10%) memiliki kadar gula darah sewaktu yang tinggi (≥ 200 mg/dL). Sementara pada klaster hukum, terdapat 1 peserta yang melakukan konsultasi mendalam terkait sengketa pembagian harta waris keluarga berupa tanah tak bersertifikat. Melalui program ini, peserta kesehatan mendapatkan edukasi gaya hidup dan rujukan ke fasilitas kesehatan, sedangkan klien hukum mendapatkan opini hukum berbasis Alternative Dispute Resolution (ADR) atau mediasi non-litigasi. Integrasi kedua layanan di ruang publik terbukti efektif meruntuhkan sekat birokrasi, meningkatkan awareness kesehatan fisik, dan memberikan kepastian hukum bagi masyarakat.

Kata Kunci: Car Free Day, Pemeriksaan Kesehatan, Konsultasi Hukum, Sengketa Waris, Sukoharjo.

Abstract

Access to routine basic health services and formal legal consultation is often difficult for the community to reach due to cost, time constraints, and psychological stigma. The Health Examination and Legal Consultation Movement (GEPREK SULKUM) program is a proactive intervention that utilizes the public space of Car Free Day (CFD) in Sukoharjo Regency. This activity was held on Sunday, May 10, 2026, aimed at increasing public awareness regarding the early detection of Non-Communicable Diseases (NCDs) while providing tactical solutions to legal problems free of charge. The implementation method consisted of the preparation phase (permits and logistics), the action phase (registration, examination/identification, and consultation flows), and the evaluation phase. The results in the health cluster showed that out of 20 registered participants, 4 people (20%) were identified as having hypertension ($\geq 140/90$ mmHg) and 2 people (10%) had high random blood sugar levels (≥ 200 mg/dL). Meanwhile, in the legal cluster, there was 1 participant who conducted an in-depth consultation regarding a family inheritance distribution dispute over uncertified land. Through this program, health participants received lifestyle education and referrals to health facilities, while the legal client received legal opinions based on Alternative Dispute Resolution (ADR) or non-litigation mediation. The integration of both services in public spaces has proven effective in breaking down bureaucratic barriers, increasing physical health awareness, and providing legal certainty for the community.

Keywords: Car Free Day, Health Examination, Legal Consultation, Inheritance Dispute, Sukoharjo.

1. PENDAHULUAN

Pembangunan masyarakat yang sejahtera tidak hanya bertumpu pada pembangunan ekonomi, melainkan juga pada terpenuhinya dua aspek fundamental kehidupan, yaitu kesehatan fisik dan kepastian hukum. Masyarakat yang sehat secara preventif dan cerdas secara hukum merupakan modal utama dalam menciptakan ketahanan sosial di tingkat daerah. Namun, pada realitasnya, akses terhadap layanan kesehatan dasar yang rutin serta konsultasi hukum formal seringkali masih dianggap sebagai hal yang sulit dijangkau oleh sebagian lapisan masyarakat. Faktor biaya, keterbatasan waktu, serta stigma bahwa jalur hukum itu rumit menjadi hambatan utama masyarakat dalam memeriksakan kondisi fisik maupun berkonsultasi mengenai permasalahan legalitas yang mereka hadapi. (Yorisca, 2020)

Dari aspek kesehatan, penyakit tidak menular (PTM) seperti hipertensi dan diabetes melitus telah menjadi ancaman serius bagi produktivitas masyarakat. Tekanan darah tinggi dan kadar gula darah yang tidak terkontrol sering kali tidak memunculkan gejala klinis yang khas pada tahap awal (*silent killer*). (Cahyati et al., 2021) Kurangnya kesadaran masyarakat untuk melakukan deteksi dini (*screening*) secara berkala memperburuk risiko komplikasi yang lebih fatal. Di sisi lain, dari aspek hukum, banyak masyarakat awam di tingkat daerah yang menghadapi berbagai problematika hukum. Permasalahannya mulai dari sengketa tanah, hukum keluarga (waris dan perceraian), utang-piutang, hingga masalah ketenagakerjaan namun memilih untuk abai atau terjebak dalam solusi yang merugikan karena tidak tahu ke mana harus mencari bantuan hukum yang tepercaya dan bebas biaya. (Supriyanta, 2020)

Kabupaten Sukoharjo memiliki ruang publik yang sangat aktif setiap akhir pekan, salah satunya adalah kawasan *Car Free Day* (CFD). Momentum CFD Sukoharjo tidak hanya berfungsi sebagai sarana olahraga dan rekreasi, tetapi juga menjadi pusat konsentrasi massa yang sangat strategis. Potensi kerumunan masyarakat yang heterogen ini membuka peluang besar untuk melakukan intervensi pengabdian masyarakat yang bersifat jemput bola (proaktif), mendekatkan pelayanan langsung ke tengah ruang publik tanpa birokrasi yang kaku.

Melihat urgensi tersebut, tim pengabdian masyarakat menginisiasi sebuah program integratif yang dinamakan GERAKAN PEMERIKSAAN KESEHATAN DAN KONSULTASI HUKUM (GEPREK SULKUM) di *Car Free Day* Sukoharjo. Program ini memadukan dua disiplin ilmu pelayanan sekaligus: pemeriksaan kesehatan gratis (meliputi cek tekanan darah dan kadar gula darah) serta pos konsultasi hukum gratis yang terbuka untuk segala jenis permasalahan hukum. Melalui pendekatan yang humanis dan santai di area CFD, diharapkan kegiatan ini mampu meningkatkan kesadaran (*awareness*) masyarakat Sukoharjo akan pentingnya deteksi dini kesehatan fisik, sekaligus memberikan literasi serta solusi taktis atas beban hukum yang sedang mereka hadapi.

2. METODE PELAKSANAAN

Kegiatan pengabdian masyarakat berupa Gerakan Pemeriksaan Kesehatan dan Konsultasi Hukum (GEPREK SULKUM) dilaksanakan dalam satu rangkaian waktu pada:

Hari / Tanggal: Minggu, 10 Mei 2026

Waktu: 06.00 WIB s.d. Selesai (Mengikuti durasi CFD)

Tempat: Kawasan Car Free Day (CFD) Kabupaten Sukoharjo

Sasaran: Pengunjung CFD Sukoharjo dan masyarakat umum



Gambar 1. Skrining Awal



Gambar 2. Pemeriksaan



Gambar 3. Edukasi Masyarakat

Metode pelaksanaan kegiatan ini dibagi menjadi tiga tahapan utama, yaitu tahap persiapan, tahap pelaksanaan kegiatan di lapangan, dan tahap evaluasi.

a. Tahap Persiapan (*Pre-Activity*)

Pada tahap ini, tim pengabdian melakukan koordinasi internal dan eksternal. Koordinasi eksternal dilakukan dengan pengelola CFD Kabupaten Sukoharjo untuk

<https://jurnal.stie-aas.ac.id/index.php/JAIM>

perizinan tempat dan penentuan titik lokasi strategis. Persiapan logistik meliputi penyediaan alat kesehatan (tensimeter digital, alat cek gula darah portable, strip test, kapas alkohol, dan lanset), brosur edukasi, serta penataan area posko agar alur pelayanan kesehatan dan hukum terpisah dengan jelas namun tetap terintegrasi.

b. Tahap Pelaksanaan (*Action Activity*)

Pelaksanaan pelayanan di lapangan dibagi menjadi dua klaster utama dengan alur kerja proaktif sebagai berikut:

1) Pelayanan Kesehatan

Pelayanan kesehatan diselenggarakan dengan alur terstruktur guna menghindari penumpukan antrean:

- a) Pendaftaran: Pengunjung CFD yang ingin memeriksakan diri diwajibkan melakukan pendaftaran terlebih dahulu di meja registrasi. Petugas mencatat data identitas dasar (nama, usia, dan riwayat penyakit jika ada).
- b) Pemeriksaan: Setelah mengantre sesuai nomor urut, peserta menjalani pemeriksaan fisik intensif berupa pengukuran tekanan darah (tensi) dan pengambilan sampel darah perifer untuk pengecekan kadar gula darah sewaktu.
- c) Konsultasi Hasil: Setelah hasil pemeriksaan keluar, peserta diarahkan ke meja konsultasi medis untuk mendapatkan penjelasan mendetail mengenai arti angka tekanan darah dan kadar gula mereka, disertai pemberian edukasi gaya hidup sehat secara personal.

2) Pelayanan Hukum

Pelayanan konsultasi hukum menggunakan metode pendekatan yang humanis dan konfidensial di area terbuka:

- a) Pendaftaran: Pengunjung yang memiliki permasalahan legal melakukan registrasi di meja khusus hukum untuk mencatat jenis masalah secara umum (misalnya: perdata, pidana, waris, pertanahan, atau ketenagakerjaan).
- b) Konsultasi: Peserta kemudian diarahkan menuju ruang/meja konsultasi tertutup untuk melakukan tatap muka langsung dengan tim ahli hukum. Di tahap ini, masyarakat bebas memaparkan kronologi masalah legal yang dihadapi dan tim pengabdian memberikan opini hukum (legal opinion) serta solusi taktis penyelesaian masalah secara cuma-cuma.

3) Tahap Evaluasi (*Post-Activity*)

Setelah kegiatan selesai, tim melakukan rekapitulasi data hasil pemeriksaan kesehatan untuk melihat kecenderungan kondisi fisik masyarakat (kategori normal, pre-hipertensi/diabetes, atau tinggi). Begitu pula dengan data konsultasi hukum yang dikelompokkan berdasarkan jenis kasus terbanyak. Evaluasi akhir dilakukan untuk menilai efektivitas pelaksanaan program serta tingkat kepuasan masyarakat terhadap kemudahan akses layanan kesehatan dan hukum di ruang publik.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan program Gerakan Pemeriksaan Kesehatan dan Konsultasi Hukum (GEPREK SULKUM) yang diselenggarakan pada hari Minggu, 10 Mei 2026 di kawasan Car Free Day (CFD) Kabupaten Sukoharjo telah berhasil dilaksanakan. Kehadiran posko terpadu di pusat keramaian akhir pekan ini mampu menarik perhatian pengunjung CFD. Meskipun dilaksanakan secara ringkas di ruang publik terbuka, integrasi antara dua rumpun pelayanan yang bertolak belakang ini kesehatan dan hukum justru memicu rasa ingin tahu masyarakat serta meruntuhkan dinding pembatas (*barrier*) psikologis yang

selama ini membuat masyarakat enggan mengakses layanan formal di kantor pemerintahan, rumah sakit, atau kantor advokat.

a. Hasil Pelaksanaan Kegiatan

1) Deskripsi Capaian Pelayanan Kesehatan

Penyakit Tidak Menular (PTM) adalah jenis penyakit yang tidak dapat ditularkan dari satu individu ke individu lainnya, yang umumnya memiliki durasi panjang dan perkembangan yang lambat (kronis). (Yarmaliza & Zakiyuddin, 2019) Terjadinya transisi epidemiologi dalam beberapa dekade terakhir telah menempatkan PTM sebagai penyebab utama morbiditas dan mortalitas global. Faktor risiko utama dari PTM erat kaitannya dengan gaya hidup yang tidak sehat, seperti diet tidak seimbang (tinggi gula, garam, dan lemak), kurangnya aktivitas fisik, konsumsi tembakau, serta stres psikologis. Pencegahan dan pengendalian PTM menuntut pendekatan komprehensif, di mana deteksi dini di tingkat masyarakat memegang peranan krusial. (WHO, n.d.)

Hipertensi atau tekanan darah tinggi adalah kondisi medis di mana tekanan darah pada arteri meningkat secara persisten. Seseorang dikatakan menderita hipertensi apabila hasil pengukuran tekanan darah sistolik menunjukkan angka ≥ 140 mmHg dan/atau tekanan darah diastolik ≥ 90 mmHg pada pengukuran yang dilakukan berulang. (Yulianti et al., 2025) Kondisi ini sering dijuluki sebagai silent killer (pembunuh diam-diam) karena sering kali tidak menunjukkan gejala klinis yang khas hingga terjadi komplikasi pada organ vital seperti jantung, otak, maupun ginjal. Skrining tekanan darah secara berkala di komunitas adalah langkah paling efektif untuk menemukan kasus hipertensi yang belum terdiagnosis. (Mony et al., 2025)

Diabetes Melitus (DM) adalah gangguan metabolik kronis yang ditandai dengan peningkatan kadar glukosa darah (hiperglikemia) akibat kelainan sekresi insulin, kerja insulin, atau keduanya. Salah satu metode skrining awal yang praktis dan efisien untuk dilakukan di masyarakat adalah pemeriksaan Gula Darah Sewaktu (GDS). Pemeriksaan GDS dapat dilakukan kapan saja tanpa mengharuskan pasien untuk berpuasa terlebih dahulu. Berdasarkan pedoman klinis, kadar GDS ≥ 200 mg/dL disertai keluhan klasik (seperti poliuria, polidipsia, dan polifagia) mengindikasikan kuat adanya Diabetes Melitus. Pemantauan GDS di masyarakat sangat penting untuk mengidentifikasi kelompok pradiabetes maupun diabetes agar dapat segera diberikan intervensi gaya hidup atau rujukan medis. (PERKENI, 2021)

Pelayanan kesehatan dalam gerakan GEPREK SULKUM difokuskan pada pemetaan dini terhadap Penyakit Tidak Menular (PTM) melalui skrining tekanan darah dan kadar Gula Darah Sewaktu (GDS). Berdasarkan hasil registrasi dan pencatatan sirkulasi pasien, tercatat sebanyak 20 orang peserta dari pengunjung CFD Sukoharjo yang mendaftarkan diri dan mengikuti seluruh tahapan pemeriksaan dari awal hingga sesi konsultasi hasil selesai. Dari total 20 peserta yang diperiksa, dinamika indikator klinis kesehatan masyarakat yang terjaring dapat diklasifikasikan.

Temuan Lapangan: Seluruh peserta yang teridentifikasi mengalami hipertensi (4 orang) dan gula darah tinggi (2 orang) menyatakan bahwa mereka tidak menyadari kondisi tersebut sebelum melakukan pemeriksaan di posko GEPREK SULKUM. Mayoritas menganggap rasa lelah atau pusing ringan yang sering dialami hanyalah akibat kelelahan beraktivitas sehari-hari.

2) Deskripsi Capaian Pelayanan Konsultasi Hukum

Pada kluster pelayanan hukum, karakteristik ruang terbuka CFD yang cenderung bising dan ramai memberikan tantangan tersendiri terhadap privasi klien. Kendati demikian, posko GEPREK SULKUM berhasil menjaring 1 orang peserta yang secara khusus memanfaatkan momentum ini untuk melakukan konsultasi hukum secara mendalam. Peserta tersebut mengadukan permasalahan domestik yang masuk ke dalam ruang lingkup Hukum Keluarga dan Hukum Waris. Secara spesifik, problematika yang dikonsultasikan berkaitan dengan sengketa pembagian harta peninggalan orang tua (warisan) berupa sebidang tanah yang belum bersertifikat, di mana terjadi ketidaksepakatan antar-ahli waris mengenai porsi pembagian dan rencana penjualan objek waris tersebut. Tim hukum GEPREK SULKUM memberikan konseling, memetakan kedudukan hukum (legal standing) klien, serta merumuskan alternatif penyelesaian sengketa berbasis kekeluargaan.

b. Pembahasan

- 1) Analisis Klinis Skrining Kesehatan: Fenomena Silent Killer di Ruang Publik Penyakit Tidak Menular (PTM) seperti hipertensi dan diabetes melitus sering kali dijuluki sebagai the silent killer. Istilah ini terbukti nyata dalam pelaksanaan GEPREK SULKUM di CFD Sukoharjo. Fakta bahwa 20% dari total peserta (4 orang) mengalami hipertensi dan 10% peserta (2 orang) memiliki kadar gula darah tinggi tanpa menyadarinya menunjukkan masih rendahnya budaya pemeriksaan kesehatan secara berkala (periodic health screening) di kalangan masyarakat urban maupun semi-urban. Secara klinis, tekanan darah yang berada di atas ambang batas 140/90 mmHg apabila dibiarkan tanpa intervensi farmakologis maupun modifikasi gaya hidup akan meningkatkan risiko kerusakan vaskular organ vital, seperti stroke dan infark miokardium. Begitu pula dengan temuan 2 orang peserta dengan GDS $\geq$ 200 mg/dL yang mengindikasikan kondisi hiperglikemia (diabetes melitus). Kehadiran posko di CFD Sukoharjo berfungsi memotong rantai keterlambatan diagnosis (delay of diagnosis). Pada tahap konsultasi hasil, tim pengabdian tidak hanya menyerahkan secarik kertas berisi angka, tetapi memberikan edukasi interpersonal. Bagi 4 peserta hipertensi, tim menekankan pentingnya diet rendah natrium (mengurangi garam) dan manajemen stres kerja. Bagi 2 peserta dengan gula darah tinggi, diberikan penekanan terhadap bahaya konsumsi minuman manis kemasan yang marak dijual di sepanjang area CFD. Seluruh peserta yang masuk dalam kategori tidak normal ini diberikan kartu kontrol khusus dan disarankan segera mengunjungi Fasilitas Kesehatan Tingkat Pertama (FKTP) seperti Puskesmas Sukoharjo untuk mendapatkan pemeriksaan konfirmasi (seperti cek gula darah puasa) dan terapi medis jangka panjang.
- 2) Analisis Yuridis Layanan Hukum: Efektivitas Penyelesaian Sengketa Waris Non-Litigasi Permasalahan hukum yang dibawa oleh satu-satunya peserta layanan hukum di posko GEPREK SULKUM mencerminkan akar masalah yang sangat klasik di tengah masyarakat Indonesia, yaitu hukum waris. Konflik pembagian warisan, terutama yang objeknya berupa tanah yang belum bersertifikat (masih berupa girik atau letter C), selalu melibatkan sensitivitas emosional keluarga yang tinggi sekaligus kerumitan hukum yang berlapis. Dalam sesi konsultasi yang berlangsung, tim hukum mengidentifikasi adanya penyumbatan komunikasi antar-ahli waris. Apabila kasus ini langsung dibawa ke ranah litigasi (pengadilan, baik Pengadilan Agama untuk yang beragama Islam maupun Pengadilan Negeri untuk non-Islam), prosesnya akan memakan waktu yang lama (time-consuming), biaya yang mahal, serta berpotensi memutus tali silaturahmi keluarga secara permanen.

Oleh karena itu, tim hukum GEPREK SULKUM merumuskan legal opinion (opini hukum) yang menitikberatkan pada jalur Alternative Dispute Resolution

(ADR) atau Mediasi Non-Litigasi. Klien diedukasi mengenai tata cara musyawarah mufakat, pentingnya melakukan inventarisasi aset waris secara transparan, serta mekanisme penyusunan Kesepakatan Bersama Pembagian Waris (KBPW) yang sah di mata hukum sebelum nantinya diajukan ke Kantor Pertanahan (BPN) untuk proses balik nama. Pola konsultasi di ruang CFD yang kasual dan tidak kaku terbukti berhasil membuat klien merasa aman, tidak terintimidasi oleh istilah-istilah hukum yang rumit, dan pulang dengan membawa peta jalan (roadmap) penyelesaian masalah yang jelas. (Yusup, 2026)

Kesimpulan Pembahasan Interdisipliner

Secara keseluruhan, kuantitas peserta yang memanfaatkan layanan hukum (1 orang) memang tidak sebanyak peserta kesehatan (20 orang). Hal ini wajar terjadi karena permasalahan hukum bersifat sangat privat, konfidensial, dan membutuhkan kedekatan emosional tinggi bagi seseorang untuk berani menceritakannya di ruang terbuka. Di sisi lain, layanan kesehatan bersifat lebih universal dan tidak memiliki beban sosial (social stigma) saat diakses di tempat umum. Namun, dari kacamata pengabdian masyarakat, efektivitas program tidak hanya diukur dari kuantitas angka, melainkan dari kedalaman dampak (depth of impact). Keberhasilan mendeteksi 6 orang dengan risiko penyakit kronis serta menyelamatkan 1 keluarga dari potensi konflik agraria struktural melalui edukasi waris membuktikan bahwa konsep GEPREK SULKUM merupakan model pengabdian yang sangat dibutuhkan untuk meningkatkan kualitas hidup masyarakat Sukoharjo secara lahir (kesehatan) dan batin (kepastian hukum).

DAFTAR PUSTAKA

- Cahyati, Y., Somantri, I., Cahyati, A., Rosdiana, I., Sugiarti, I., Iman, A. T., & Puruhita, T. K. A. (2021). *Penatalaksanaan terpadu penyakit tidak menular (pedoman bagi kader dan masyarakat)*. Deepublish.
- Mony, H., Mukadar, R. J., Salakory, H. S. M., & Matulessy, F. S. (2025). Efektivitas edukasi kesehatan dan skrining untuk deteksi dini hipertensi di Desa Wali Buru Selatan. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Nusantara*, 6(4), 5782–5792.
- PERKENI. (2021). *PEDOMAN PENGELOLAAN DAN PENCEGAHAN DIABETES MELITUS TIPE 2 DEWASA DI INDONESIA-2021 PERKENI* i Penerbit PB. PERKENI.
- Supriyanta, S. H. (2020). *Bantuan Hukum & Alternatif Penyelesaian Sengketa*. Unisri Press.
- WHO. (n.d.). *Noncommunicable Diseases: Key Facts*. Retrieved August 27, 2026, from <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/noncommunicable-diseases>
- Yarmaliza, Y., & Zakiyuddin, Z. (2019). Pencegahan dini terhadap penyakit tidak menular (PTM) melalui GERMAS. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Multidisiplin*, 2(3), 93–100.
- Yorisca, Y. (2020). Pembangunan Hukum Yang Berkelanjutan: Langkah Penjaminan Hukum Dalam Mencapai Pembangunan Nasional Yang Berkelanjutan. *Jurnal Legislasi Indonesia*, 17(1), 98–111.
- Yulianti, R., Suryani, D., & Maigoda, T. C. (2025). *BUKU PINTAR KADER POSYANDU UNTUK EDUKASI PENYAKIT TIDAK MENULAR*. Gemini Publishing.
- Yusup, S. H. I. (2026). *Kompilasi Hukum Islam Pilar Hukum Perdata Islam di Indonesia (Perkawinan, Kewarisan, dan Perwakafan)*. PT Penerbit Qriset Indonesia.