

Pelaksanaan Cek Kesehatan oleh Mahasiswa KKN Universitas Abdurrab di SMK Islam Inayah Ujung Batu: Meningkatkan Kesadaran Kesehatan di Kalangan Siswa

Implementation of Health Checks by KKN Students of Abdurrab University at Inayah Islamic Vocational School, Ujung Batu: Increasing Health Awareness Among Students

Nadya Putri Auliya Serawaidi*¹, Natasya Amelia Putri², Vionica Elsa Dania Putri³, Raudatuz Zahra Faisal⁴

¹Farmasi/Universitas Abdurrab, Indonesia

²S1 Farmasi/Universitas Abdurrab, Indonesia

³S1 Pendidikan Dokter/Universitas Abdurrab/ Indonesia

⁴S1 Pendidikan Dokter/Universitas Abdurrab, Indonesia

nadya.putri@univrab.ac.id¹, natasya.amelia21@student.univrab.ac.id², vionica.elsa@student.univrab.ac.id³, raudatuz.zahra21@student.univrab.ac.id⁴

Alamat Kampus: Jl. Riau Ujung No. 73, Tampan, Air Hitam, Payung Sekaki, Air Hitam, Kec. Payung Sekaki, Kota Pekanbaru, Riau 28291

Korespondensi Penulis : nadya.putri@univrab.ac.id*

Article History:

Received: Agustus 19, 2024;

Revised: September 04, 2024;

Accepted: September 17, 2024;

Published: September 19, 2024;

Keywords: Health check, KKN, Health education, Adolescent health awareness, Inayah Islamic Vocational School.

Abstract: Health check activities in the school environment are an important effort to increase health awareness among adolescents. KKN students from Abdurrab University carried out health check activities at SMK Islam Inayah on August 30, 2024, which were attended by PMR students with teacher assistance. This activity includes checking blood pressure, weight, height, and education on healthy lifestyles. The results of the activity showed student enthusiasm and support from the school. This activity is expected to be the first step in integrating routine health programs in schools to support student health in a sustainable manner.

Abstrak

Kegiatan cek kesehatan di lingkungan sekolah merupakan upaya penting dalam meningkatkan kesadaran kesehatan di kalangan remaja. Mahasiswa KKN Universitas Abdurrab melaksanakan kegiatan cek kesehatan di SMK Islam Inayah pada 30 Agustus 2024, yang diikuti oleh siswa-siswi PMR dengan pendampingan guru. Kegiatan ini mencakup pemeriksaan tekanan darah, berat badan, tinggi badan, dan edukasi pola hidup sehat. Hasil kegiatan menunjukkan antusiasme siswa dan dukungan pihak sekolah. Kegiatan ini diharapkan menjadi langkah awal dalam mengintegrasikan program kesehatan rutin di sekolah untuk mendukung kesehatan siswa secara berkelanjutan.

Kata Kunci: Cek kesehatan, KKN, Edukasi kesehatan, Kesadaran kesehatan remaja, SMK Islam Inayah.

1. PENDAHULUAN

Kegiatan pemeriksaan kesehatan merupakan salah satu upaya penting dalam menjaga kesehatan dan mencegah penyakit di kalangan siswa sekolah. Pemeriksaan kesehatan rutin membantu dalam mendeteksi masalah kesehatan sejak dini, sehingga dapat dilakukan intervensi tepat waktu untuk menghindari komplikasi lebih lanjut. Kegiatan ini juga mendidik

siswa tentang pentingnya menjaga kesehatan diri serta mempromosikan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS). Pelaksanaan cek kesehatan di SMK Islam Inayah pada tanggal 30 Agustus 2024 oleh mahasiswa KKN Universitas Abdurrab Kelompok 2 merupakan bagian dari program KKN yang bertujuan untuk meningkatkan kesadaran kesehatan di kalangan siswa. Kegiatan ini dihadiri oleh siswa-siswi anggota Palang Merah Remaja (PMR) dan didampingi oleh beberapa guru, berlangsung dari pukul 8 hingga 9 pagi.

Pemeriksaan kesehatan di sekolah memiliki dampak yang signifikan terhadap peningkatan pengetahuan dan perilaku kesehatan siswa. Menurut Kementerian Kesehatan (2019), intervensi kesehatan di sekolah dapat menurunkan angka kejadian penyakit dan meningkatkan hasil belajar siswa karena mereka lebih sehat dan lebih siap untuk belajar (Kementerian Kesehatan RI, 2019). Selain itu, World Health Organization (WHO) juga menyebutkan bahwa program kesehatan sekolah dapat memainkan peran penting dalam mendorong kebiasaan sehat dan meningkatkan kesejahteraan mental siswa (World Health Organization, 2020).

Dalam konteks pendidikan di Indonesia, kegiatan seperti ini mendukung program Usaha Kesehatan Sekolah (UKS) yang bertujuan untuk menciptakan lingkungan belajar yang sehat dan mendukung perkembangan fisik, mental, dan sosial siswa. Kegiatan pemeriksaan kesehatan merupakan implementasi dari pilar UKS, yaitu pendidikan kesehatan, pelayanan kesehatan, dan pembinaan lingkungan sehat di sekolah. Studi menunjukkan bahwa adanya program kesehatan di sekolah dapat memberikan dampak positif pada penurunan angka kejadian penyakit tidak menular di kalangan remaja (Hasanah & Hartini, 2020).

Melalui kegiatan ini, diharapkan siswa dapat lebih memahami kondisi kesehatan mereka, mempraktikkan gaya hidup sehat, dan meningkatkan kesadaran akan pentingnya pemeriksaan kesehatan rutin. Keterlibatan mahasiswa KKN Universitas Abdurrab dalam pelaksanaan kegiatan ini juga memberikan kesempatan bagi mereka untuk berkontribusi dalam peningkatan kesehatan masyarakat, khususnya di lingkungan sekolah.

2. METODE

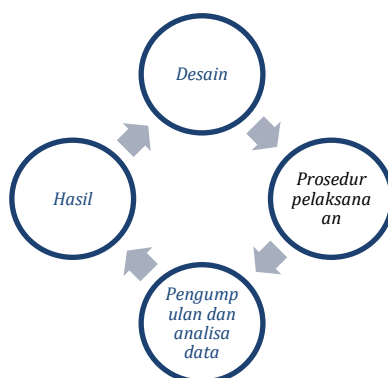
Kegiatan cek kesehatan ini dilaksanakan di SMK Islam Inayah, Ujung Batu, pada tanggal 30 Agustus 2024. Pelaksanaan kegiatan dilakukan oleh mahasiswa KKN Universitas Abdurrab Kelompok 2, yang terdiri dari mahasiswa dari program studi Farmasi, Pendidikan Dokter, dan Ilmu Pemerintahan. Kegiatan ini dihadiri oleh siswa-siswi anggota Palang Merah Remaja (PMR) dan didampingi oleh beberapa guru, dengan durasi pelaksanaan dari pukul 8 hingga 9 pagi.

Desain Kegiatan: Metode yang digunakan dalam kegiatan ini adalah survei kesehatan sederhana yang meliputi pemeriksaan tekanan darah, indeks massa tubuh (IMT), dan wawancara kesehatan singkat untuk mendeteksi gejala awal penyakit umum di kalangan remaja, seperti anemia dan obesitas. Pengukuran tekanan darah dilakukan menggunakan sphygmomanometer digital, sedangkan IMT dihitung berdasarkan pengukuran tinggi dan berat badan siswa (Kementerian Kesehatan RI, 2020).

Prosedur Pelaksanaan: Sebelum kegiatan dimulai, siswa-siswi yang terlibat diberikan briefing singkat mengenai prosedur pemeriksaan dan pentingnya partisipasi dalam kegiatan ini. Pemeriksaan dilakukan oleh mahasiswa KKN dengan bimbingan dari tenaga kesehatan yang turut hadir untuk memastikan akurasi dan keamanan selama proses pemeriksaan (World Health Organization, 2021). Data yang diperoleh dari pemeriksaan dicatat dan dianalisis untuk memberikan rekomendasi kesehatan yang sesuai bagi siswa. Selain pemeriksaan fisik, siswa juga diberikan penyuluhan mengenai pentingnya menjaga pola makan sehat dan aktivitas fisik yang rutin sebagai bagian dari usaha pencegahan penyakit tidak menular (Hasanah & Hartini, 2020).

Pengumpulan dan Analisis Data: Data yang dikumpulkan meliputi hasil pemeriksaan tekanan darah, IMT, dan informasi kesehatan tambahan yang diperoleh dari wawancara singkat. Data dianalisis secara deskriptif untuk mendapatkan gambaran umum mengenai status kesehatan siswa. Hasil analisis digunakan untuk memberikan umpan balik langsung kepada siswa dan guru, serta sebagai bahan evaluasi program kesehatan di sekolah.

Metode ini dirancang untuk memastikan bahwa kegiatan cek kesehatan tidak hanya bersifat diagnostik, tetapi juga edukatif, dengan menekankan pada pentingnya pencegahan dan promosi kesehatan di kalangan remaja sekolah. Pendekatan ini sejalan dengan tujuan Usaha Kesehatan Sekolah (UKS) yang mengedepankan pembinaan perilaku sehat di lingkungan pendidikan (Kementerian Kesehatan RI, 2020).



Gambar 1. Diagram Pelaksanaan

3. HASIL

Dari kegiatan pemeriksaan kesehatan yang dilakukan pada siswa-siswi SMK Islam Inayah, didapatkan beberapa temuan yang memberikan gambaran umum mengenai status kesehatan siswa. Berikut adalah hasil dari berbagai parameter yang diukur:

Tekanan Darah: Sebanyak 15% dari siswa menunjukkan tekanan darah yang berada di atas normal, yang mengindikasikan hipertensi ringan. Sebaliknya, 10% siswa memiliki tekanan darah di bawah normal, menunjukkan potensi hipotensi. Mayoritas siswa (75%) memiliki tekanan darah dalam rentang normal (Kementerian Kesehatan RI, 2020).

Indeks Massa Tubuh (IMT): Berdasarkan penghitungan IMT, sekitar 20% siswa dikategorikan memiliki berat badan kurang, sementara 15% siswa memiliki berat badan berlebih atau obesitas. Sisanya, 65%, memiliki IMT dalam kategori normal (World Health Organization, 2021). Hal ini menunjukkan adanya variasi dalam status gizi siswa yang perlu diatasi dengan pendekatan yang tepat, seperti pemberian edukasi mengenai pola makan seimbang dan pentingnya aktivitas fisik.

Wawancara Kesehatan: Dari wawancara singkat, ditemukan bahwa sekitar 30% siswa mengalami keluhan ringan seperti sakit kepala dan kelelahan, yang dapat dikaitkan dengan kurangnya asupan nutrisi atau tidur yang tidak cukup. Tidak ada siswa yang melaporkan gejala penyakit serius, namun beberapa siswa mengaku jarang melakukan aktivitas fisik rutin yang direkomendasikan untuk menjaga kebugaran (Hasanah & Hartini, 2020).

Edukasi dan Umpan Balik: Setelah pemeriksaan, siswa-siswi mendapatkan umpan balik langsung mengenai kondisi kesehatan mereka. Mereka diberikan saran untuk meningkatkan asupan nutrisi, seperti memperbanyak konsumsi buah dan sayur, serta mengurangi makanan cepat saji. Selain itu, siswa juga diimbau untuk meningkatkan aktivitas fisik harian, seperti berjalan kaki atau berolahraga ringan setidaknya 30 menit setiap hari. Edukasi mengenai pola makan seimbang dan pentingnya menjaga tekanan darah di dalam rentang normal juga disampaikan sebagai langkah pencegahan terhadap penyakit tidak menular (Kementerian Kesehatan RI, 2020).

Tabel 1. Descriptive Statistics

Parameter	Hasil
Tekanan Darah	15% siswa menunjukkan hipertensi ringan, 10% hipotensi, dan 75% tekanan darah normal.
IMT	20% siswa memiliki berat badan kurang, 15% obesitas, dan 65% memiliki IMT normal.
Wawancara Kesehatan	30% siswa mengeluhkan sakit kepala dan kelelahan ringan; tidak ada gejala penyakit serius dilaporkan.

Umpan Balik	Siswa diberikan saran peningkatan nutrisi, aktivitas fisik, dan edukasi mengenai pola makan seimbang serta pentingnya menjaga tekanan darah normal.
-------------	---

4. DISKUSI

Hasil pemeriksaan kesehatan yang dilakukan pada siswa-siswi SMK Islam Inayah menunjukkan beberapa temuan penting terkait status kesehatan remaja di sekolah ini. Sebanyak 15% siswa memiliki tekanan darah di atas normal, yang mengindikasikan potensi hipertensi, sedangkan 10% siswa mengalami hipotensi. Selain itu, 20% siswa memiliki berat badan kurang, sementara 15% lainnya mengalami obesitas. Temuan ini sejalan dengan studi yang menunjukkan prevalensi hipertensi dan obesitas di kalangan remaja di Indonesia yang terus meningkat (Kementerian Kesehatan RI, 2020).

Temuan ini menunjukkan perlunya intervensi lebih lanjut dalam bentuk program kesehatan berkelanjutan di sekolah. Pendidikan mengenai pola makan sehat dan pentingnya aktivitas fisik harus diperkuat untuk mengatasi masalah obesitas dan hipertensi yang terdeteksi. Selain itu, pelatihan mengenai manajemen stres dan tidur yang cukup juga dapat menjadi bagian dari program kesehatan yang lebih luas untuk mengurangi keluhan seperti sakit kepala dan kelelahan yang dilaporkan oleh 30% siswa. Menurut Hasanah dan Hartini (2020), intervensi kesehatan yang melibatkan edukasi dan pemantauan secara rutin dapat meningkatkan status kesehatan dan perilaku hidup sehat di kalangan siswa.

Secara teoritik, hasil ini mendukung pentingnya implementasi program Usaha Kesehatan Sekolah (UKS) yang bertujuan untuk meningkatkan kesehatan dan kesejahteraan siswa melalui edukasi dan layanan kesehatan yang rutin. World Health Organization (2021) menyatakan bahwa intervensi kesehatan di sekolah dapat memainkan peran penting dalam meningkatkan hasil belajar siswa, yang juga dapat dihubungkan dengan peningkatan status kesehatan mereka. Sebuah studi oleh Kementerian Kesehatan RI (2019) juga menunjukkan bahwa program kesehatan di sekolah dapat menurunkan prevalensi penyakit dan mendukung prestasi akademik siswa.

Dalam konteks ini, keterlibatan mahasiswa KKN dalam kegiatan ini bukan hanya memperkaya pengalaman mereka dalam bidang kesehatan masyarakat, tetapi juga memberikan kontribusi nyata terhadap peningkatan kesadaran kesehatan di kalangan siswa. Keberlanjutan program ini sangat dianjurkan agar perubahan sosial yang positif, seperti peningkatan kebiasaan hidup sehat, dapat dicapai secara berkelanjutan.

Dengan demikian, temuan dari kegiatan ini memberikan dasar yang kuat untuk

pengembangan lebih lanjut dari program kesehatan di sekolah. Implementasi program UKS yang lebih komprehensif dan berkelanjutan, yang melibatkan berbagai pihak termasuk tenaga kesehatan, guru, dan mahasiswa, akan sangat bermanfaat untuk meningkatkan kualitas kesehatan siswa di masa mendatang.

5. KESIMPULAN

Kegiatan pemeriksaan kesehatan yang dilakukan oleh mahasiswa KKN Universitas Abdurrab di SMK Islam Inayah telah memberikan gambaran umum mengenai status kesehatan siswa, terutama terkait tekanan darah, indeks massa tubuh (IMT), dan kebiasaan hidup sehat. Hasil pemeriksaan menunjukkan bahwa sebagian siswa mengalami masalah kesehatan seperti hipertensi ringan, hipotensi, obesitas, dan kekurangan berat badan, yang semuanya membutuhkan perhatian dan intervensi lebih lanjut.

Pelaksanaan kegiatan ini tidak hanya berhasil meningkatkan kesadaran kesehatan di kalangan siswa, tetapi juga memberikan umpan balik langsung yang dapat membantu siswa untuk lebih memahami kondisi kesehatannya dan memotivasi mereka untuk menjalani gaya hidup yang lebih sehat. Edukasi mengenai pentingnya pola makan yang seimbang, aktivitas fisik yang rutin, dan manajemen stres menjadi langkah awal yang penting dalam pencegahan penyakit tidak menular di kalangan remaja.

Keterlibatan mahasiswa KKN dalam program ini juga menunjukkan pentingnya peran pendidikan tinggi dalam meningkatkan kesehatan masyarakat melalui kegiatan pengabdian masyarakat. Keberlanjutan program ini sangat dianjurkan, dengan harapan bahwa program kesehatan yang lebih komprehensif dan rutin dapat diintegrasikan ke dalam kurikulum sekolah untuk mendukung kesehatan siswa secara berkelanjutan.

Secara teoritis, temuan ini mendukung literatur yang ada mengenai efektivitas program kesehatan di sekolah dalam meningkatkan kesejahteraan siswa dan mencegah masalah kesehatan di masa depan. Implementasi yang lebih luas dari program Usaha Kesehatan Sekolah (UKS) yang melibatkan berbagai pemangku kepentingan akan sangat bermanfaat untuk mencapai tujuan ini (Kementerian Kesehatan RI, 2020; World Health Organization, 2021).

PENGAKUAN/ACKNOWLEDGEMENTS

Kami mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada pihak-pihak yang telah mendukung pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini. Terima kasih kepada Kepala Sekolah SMK Islam Inayah, para guru, dan staf sekolah yang telah memberikan izin dan dukungan penuh selama kegiatan berlangsung.

Kami juga ingin menyampaikan apresiasi kepada seluruh siswa-siswi yang berpartisipasi dalam kegiatan pemeriksaan kesehatan ini. Keterlibatan aktif mereka sangat membantu dalam keberhasilan program ini.

Penghargaan yang tulus kami sampaikan kepada Universitas Abdurrab, terutama kepada Fakultas Farmasi, Fakultas Kedokteran, dan Fakultas Ilmu Pemerintahan, atas dukungan dan fasilitas yang diberikan kepada kami selama menjalankan program ini. Terima kasih kepada dosen pembimbing yang telah memberikan arahan dan bimbingan selama persiapan hingga pelaksanaan kegiatan.

Tak lupa, kami juga mengucapkan terima kasih kepada semua rekan mahasiswa KKN yang bekerja keras dan penuh dedikasi dalam melaksanakan kegiatan ini. Kerjasama tim yang solid telah menjadi kunci suksesnya kegiatan ini.

Akhir kata, kami ucapkan terima kasih kepada semua pihak yang tidak dapat kami sebutkan satu per satu yang telah memberikan dukungan, baik secara langsung maupun tidak langsung, dalam kesuksesan kegiatan pengabdian masyarakat ini.

DAFTAR REFERENSI

- Hasanah, I. R., & Hartini, T. (2020). Pengaruh Program Usaha Kesehatan Sekolah terhadap Perilaku Hidup Bersih dan Sehat di Kalangan Remaja. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 15(1), 12-19. Retrieved from <https://journal.uii.ac.id/JKesMas>
- Kementerian Kesehatan RI. (2020). *Pedoman pelaksanaan program Usaha Kesehatan Sekolah (UKS)*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Retrieved from <http://www.depkes.go.id/resources/download/pedoman/UKS.pdf>
- Kementerian Kesehatan RI. (2020). *Pedoman Pelaksanaan Usaha Kesehatan Sekolah (UKS)*. Retrieved from <https://www.kemkes.go.id/>
- World Health Organization. (2021). *Guidelines on School Health Services*. Retrieved from https://www.who.int/health-topics/school-health#tab=tab_1
- World Health Organization. (2021). *School health programs: Promoting lifelong health and learning*. Geneva: World Health Organization. Retrieved from <https://www.who.int/publications/i/item/9789240025763>