

## Pelaksanaan Kegiatan Cek Kesehatan Gratis pada Siswa SMK Humaniora

Luci Irwya Bariska<sup>1</sup>, Taufiq Karma<sup>2\*</sup>

<sup>1</sup> Departemen Kesehatan Masyarakat Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan Universitas Abulyatama.

<sup>2</sup> Departemen Keselamatan dan Kesehatan Kerja, Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan Universitas Abulyatama.

Email Korespondensi: [taufiqkarma\\_fkm@abulyatama.ac.id](mailto:taufiqkarma_fkm@abulyatama.ac.id)

**Abstrak.** Remaja usia sekolah merupakan kelompok yang rentan terhadap berbagai permasalahan kesehatan sehingga memerlukan upaya promotif dan preventif di lingkungan sekolah. Kegiatan ini bertujuan untuk memperoleh gambaran kondisi kesehatan siswa serta meningkatkan kesadaran siswa terhadap pentingnya pemeriksaan kesehatan melalui pelaksanaan Cek Kesehatan Gratis (CKG). Kegiatan dilaksanakan pada tanggal 05 November 2025 di SMK Humaniora dengan sasaran siswa SMA. Metode kegiatan meliputi tahap persiapan, pemeriksaan kesehatan dasar, edukasi kesehatan, dan evaluasi. Pemeriksaan yang dilakukan mencakup pengukuran tinggi badan, berat badan, tekanan darah, serta pengkajian keluhan kesehatan siswa. Hasil kegiatan menunjukkan bahwa CKG dapat memberikan gambaran awal kondisi kesehatan siswa dan meningkatkan kesadaran siswa terhadap pentingnya menjaga kesehatan dan melakukan pemeriksaan kesehatan secara berkala. Kegiatan ini mendapat respon positif dari siswa dan berpotensi untuk dikembangkan sebagai program kesehatan sekolah yang berkelanjutan.

**Kata kunci:** CKG; Remaja; Kesehatan.

### 1. LATAR BELAKANG

Remaja usia sekolah menengah atas berada pada fase transisi yang ditandai dengan perubahan fisik, psikologis, dan sosial yang signifikan. Kondisi kesehatan pada fase ini memiliki peran penting dalam mendukung proses pertumbuhan, perkembangan mental, serta keberhasilan remaja dalam mengikuti kegiatan pembelajaran dan kehidupan sosial. Kesehatan yang optimal berkontribusi terhadap peningkatan konsentrasi belajar, prestasi akademik, dan pencegahan masalah kesehatan jangka panjang, sehingga pemeliharaan kesehatan remaja di lingkungan sekolah menjadi bagian strategis dalam pembangunan sumber daya manusia yang berkualitas.

Namun demikian, siswa SMA masih rentan mengalami berbagai permasalahan kesehatan, baik fisik maupun nonfisik, seperti gangguan gizi, kelelahan, masalah kebersihan diri, serta tekanan psikososial akibat tuntutan akademik dan lingkungan sosial. Permasalahan tersebut sering kali tidak terdeteksi secara dini karena keterbatasan akses terhadap pemeriksaan kesehatan rutin di sekolah. Kondisi ini berpotensi menyebabkan keterlambatan penanganan masalah kesehatan dan berdampak pada penurunan kualitas hidup serta performa belajar siswa.

Cek Kesehatan Gratis (CKG) merupakan salah satu upaya promotif dan preventif yang dapat dilakukan di lingkungan sekolah untuk menjawab permasalahan tersebut. Melalui kegiatan ini, siswa memperoleh pemeriksaan kesehatan dasar sebagai sarana deteksi dini kondisi kesehatan, sekaligus mendapatkan edukasi kesehatan yang bertujuan meningkatkan kesadaran terhadap pentingnya perilaku hidup bersih dan sehat. Selain memberikan manfaat langsung bagi siswa, kegiatan CKG juga menghasilkan data awal mengenai kondisi kesehatan siswa yang dapat dimanfaatkan oleh sekolah dan tenaga kesehatan dalam pengembangan program kesehatan sekolah yang berkelanjutan.

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan di SMK Humaniora, yang memiliki jumlah siswa relatif besar dengan keterbatasan akses terhadap layanan pemeriksaan kesehatan rutin. Tujuan kegiatan ini adalah untuk menggambarkan pelaksanaan Cek Kesehatan Gratis, mengidentifikasi kondisi kesehatan siswa, serta menilai respon siswa terhadap kegiatan sebagai upaya promotif dan preventif di lingkungan sekolah. Novelty dari kegiatan ini terletak pada pelaksanaan CKG yang terintegrasi dengan edukasi kesehatan dan evaluasi respon siswa, sehingga tidak hanya berfokus pada pemeriksaan kesehatan, tetapi juga pada peningkatan kesadaran dan penguatan program kesehatan sekolah..

## **2. METODE PENGABDIAN**

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan di SMK Humaniora pada bulan November 2025 dengan sasaran siswa sekolah menengah atas. Metode pelaksanaan kegiatan menggunakan pendekatan promotif dan preventif melalui Cek Kesehatan Gratis (CKG) yang terintegrasi dengan edukasi kesehatan. Pelaksanaan kegiatan dilakukan melalui tiga tahapan utama. Tahap pertama adalah tahap persiapan, yang meliputi koordinasi dengan pihak sekolah, penentuan waktu dan lokasi kegiatan, pendataan jumlah peserta, serta penyiapan sarana dan prasarana pemeriksaan kesehatan. Pada tahap ini juga dilakukan perencanaan jenis pemeriksaan kesehatan yang disesuaikan dengan kebutuhan siswa.

Tahap kedua adalah tahap pelaksanaan kegiatan, yang dilakukan secara langsung di lingkungan sekolah. Kegiatan inti berupa Cek Kesehatan Gratis meliputi pemeriksaan kesehatan dasar, seperti pengukuran tinggi badan, berat badan, dan tekanan darah, serta pengkajian keluhan kesehatan yang dirasakan oleh siswa. Bersamaan dengan pemeriksaan, siswa diberikan edukasi kesehatan singkat mengenai pentingnya menjaga kesehatan,

menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat, serta melakukan pemeriksaan kesehatan secara berkala.

Tahap ketiga adalah tahap evaluasi, yang dilakukan dengan menelaah hasil pemeriksaan kesehatan siswa dan mengamati respon serta partisipasi siswa selama kegiatan berlangsung. Evaluasi ini bertujuan untuk memperoleh gambaran awal kondisi kesehatan siswa serta menilai penerimaan dan manfaat kegiatan Cek Kesehatan Gratis sebagai upaya promotif dan preventif di lingkungan sekolah. Data yang diperoleh dari kegiatan ini dianalisis secara deskriptif dan digunakan sebagai dasar dalam penyusunan rekomendasi bagi pihak sekolah dan tenaga kesehatan untuk pengembangan program kesehatan sekolah yang berkelanjutan

### **3. HASIL DAN PEMBAHASAN**

Pelaksanaan Cek Kesehatan Gratis (CKG) di SMK Humaniora berjalan dengan baik dan memperoleh respon positif dari siswa. Kegiatan ini menghasilkan data awal mengenai kondisi kesehatan siswa berdasarkan pemeriksaan kesehatan dasar, meliputi pengukuran tinggi badan, berat badan, tekanan darah, serta pengkajian keluhan kesehatan. Hasil pemeriksaan memberikan gambaran umum status pertumbuhan dan kondisi kesehatan siswa yang sebelumnya belum terdokumentasi secara sistematis di lingkungan sekolah.

Selain memberikan informasi mengenai kondisi kesehatan, kegiatan CKG juga menunjukkan adanya peningkatan kesadaran siswa terhadap pentingnya menjaga kesehatan dan melakukan pemeriksaan kesehatan secara berkala. Hal ini terlihat dari antusiasme siswa dalam mengikuti seluruh rangkaian kegiatan serta partisipasi aktif dalam sesi edukasi kesehatan. Integrasi antara pemeriksaan kesehatan dan edukasi terbukti efektif dalam mendorong pemahaman siswa mengenai perilaku hidup bersih dan sehat sebagai bagian dari upaya promotif dan preventif di lingkungan sekolah.



Gambar. Proses sosialisasi

Meskipun demikian, pelaksanaan kegiatan masih menghadapi beberapa kendala, terutama keterbatasan waktu dan jumlah tenaga pelaksana dibandingkan dengan jumlah peserta. Kendala tersebut berpotensi membatasi cakupan dan kedalaman pemeriksaan kesehatan serta penyampaian edukasi. Oleh karena itu, diperlukan perencanaan yang lebih matang, penambahan tenaga kesehatan, dan pengaturan waktu yang lebih fleksibel pada kegiatan selanjutnya agar manfaat yang diperoleh dapat lebih optimal.

Secara keseluruhan, hasil kegiatan menunjukkan bahwa Cek Kesehatan Gratis (CKG) berpotensi untuk dikembangkan sebagai program rutin di sekolah. Kegiatan ini tidak hanya berfungsi sebagai sarana deteksi dini kondisi kesehatan siswa, tetapi juga sebagai upaya peningkatan kesadaran kesehatan yang mendukung penguatan program Usaha Kesehatan Sekolah (UKS) dan peningkatan derajat kesehatan remaja usia sekolah secara berkelanjutan..

#### **4. KESIMPULAN**

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat melalui Cek Kesehatan Gratis (CKG) di SMK Humaniora menunjukkan bahwa pelaksanaan pemeriksaan kesehatan dasar yang terintegrasi dengan edukasi kesehatan dan evaluasi respon siswa merupakan pendekatan yang efektif dalam upaya promotif dan preventif kesehatan remaja di lingkungan sekolah. Kegiatan ini tidak hanya memberikan gambaran awal mengenai kondisi kesehatan siswa, tetapi juga meningkatkan kesadaran dan partisipasi siswa terhadap pentingnya menjaga kesehatan sejak usia remaja.

Novelty pengabdian ini terletak pada integrasi layanan pemeriksaan kesehatan dengan edukasi dan evaluasi partisipatif siswa, yang dapat memperkuat fungsi Usaha Kesehatan Sekolah (UKS). Secara praktis, model kegiatan ini berpotensi untuk direplikasi dan dikembangkan sebagai program kesehatan sekolah yang berkelanjutan guna mendukung peningkatan derajat kesehatan remaja usia sekolah.

### **UCAPAN TERIMA KASIH**

Penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada pihak SMK Humaniora dukungan dan kerja sama yang diberikan selama pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada seluruh siswa yang telah berpartisipasi aktif dalam kegiatan Cek Kesehatan Gratis (CKG). Selain itu, penulis mengapresiasi peran seluruh pihak yang terlibat, baik tenaga kesehatan maupun tim pelaksana, yang telah berkontribusi dalam kelancaran kegiatan dan penyusunan artikel ini.

### **DAFTAR REFERENSI**

- An-Najat. (2023). Pemeriksaan kesehatan dasar sebagai upaya deteksi dini masalah kesehatan pada remaja. *An-Najat: Jurnal Ilmu Farmasi dan Kesehatan*, 3(2), 45–52.
- Ismawatie, E., Dewi, Y. R., & Maulani, Y. (2025). Meningkatkan kesadaran dan kesehatan remaja melalui pemeriksaan hemoglobin. *Community Development Journal: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 6(1), 112–118.
- Notoatmodjo, S. (2018). *Promosi kesehatan dan perilaku kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Safriana, R. E., & Mulyani, E. (2023). Pemeriksaan kesehatan dan edukasi kesehatan reproduksi remaja sebagai upaya promotif dan preventif. *ADM: Jurnal Abdi Dosen dan Mahasiswa*, 1(2), 139–144.
- Sarwono, S. W. (2016). *Psikologi remaja*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Siregar, M. A., Kaban, A. R., Saftriani, M., & Lubis, I. H. (2022). Pemeriksaan kesehatan dasar pada remaja sebagai upaya deteksi dini masalah kesehatan. *SEGANTANG LADA: Jurnal Pengabdian Kesehatan*, 2(1), 33–41.