

Skrining Kesehatan Dasar pada Guru SD dan SMP SIT Bina Insan Parepare sebagai Upaya Deteksi Dini Faktor Risiko Penyakit Tidak Menular

Nurul Mutiah Aminuddin^{1*}, Nurul Mufidah Damry², Rayhani Ichsan³, Dewi Yusuf⁴, Muhammad Ichsan Ali⁵, Amir Hamzah Basir⁶

Fakultas Kedokteran, Universitas Negeri Makassar^{1,2,3,4,6}

Fakultas Teknik, Universitas Negeri Makassar⁵

E-mail: nurul.mutiah@unm.ac.id

Abstract. Non-communicable diseases (NCDs), such as hypertension, diabetes mellitus, obesity, and cardiovascular disease, are major causes of global morbidity and mortality. Risk factors for NCDs often develop gradually and remain undetected during productive age, including among educators who have high levels of activity and workload. Teachers are a strategic group that plays an important role in building a healthy lifestyle culture within the school environment, yet they often receive limited attention in preventive health screening programs. This community service activity aimed to conduct basic health screening among elementary and junior high school teachers at SIT Bina Insan Parepare as an effort to support early detection of NCD risk factors. The activity was carried out through the measurement of blood pressure, body mass index (BMI), waist circumference, random blood glucose levels, and health education on NCD prevention and healthy lifestyle practices. The activity also included brief consultations related to the participants' examination results and health risk factors. The results showed that some participants had NCD risk factors, including elevated blood pressure, overweight/obesity, increased waist circumference, and random blood glucose levels above the normal range. In addition, participants showed high enthusiasm toward the health screening and education provided. This activity was beneficial in increasing teachers' awareness of the importance of regular health checks and the adoption of healthy lifestyle behaviors as part of promotive and preventive efforts against non-communicable diseases.

Keywords: health screening; non-communicable diseases; teachers; early detection; promotive and preventive; healthy aging

I. PENDAHULUAN

Penyakit Tidak Menular (PTM) merupakan salah satu tantangan utama dalam sistem kesehatan global. Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) melaporkan bahwa PTM seperti hipertensi, diabetes melitus, penyakit jantung, dan stroke menjadi penyebab utama kematian di berbagai negara, termasuk Indonesia. Faktor risiko PTM meliputi pola makan tidak sehat, kurang aktivitas fisik, obesitas, stres, merokok, dan gangguan metabolik yang berkembang secara perlahan tanpa gejala awal yang jelas.

Di Indonesia, peningkatan prevalensi PTM terus terjadi seiring perubahan gaya hidup masyarakat. Hasil Riset Kesehatan Dasar menunjukkan peningkatan kasus hipertensi, obesitas, dan diabetes pada kelompok usia produktif. Kondisi ini

menunjukkan pentingnya pendekatan promotif dan preventif melalui deteksi dini faktor risiko kesehatan sebelum berkembang menjadi penyakit kronis.



Gambar 1. Registrasi dan Pengisian Data Dasar

Guru merupakan salah satu kelompok pekerja yang memiliki aktivitas tinggi dan tekanan kerja

yang cukup besar. Aktivitas mengajar, administrasi akademik, serta tanggung jawab pendidikan sering menyebabkan kurangnya perhatian terhadap kondisi kesehatan pribadi. Selain itu, pola aktivitas sedentary, kurang olahraga, serta pola makan yang tidak teratur dapat meningkatkan risiko terjadinya PTM pada tenaga pendidik.

Skrining kesehatan dasar menjadi langkah penting dalam upaya deteksi dini faktor risiko PTM. Pemeriksaan sederhana seperti tekanan darah, indeks massa tubuh, lingkar perut, dan kadar gula darah dapat membantu mengidentifikasi kondisi kesehatan yang berpotensi berkembang menjadi penyakit kronis apabila tidak ditangani sejak awal. Selain itu, edukasi kesehatan yang diberikan bersamaan dengan kegiatan skrining dapat meningkatkan kesadaran peserta mengenai pentingnya perilaku hidup sehat dan pemeriksaan kesehatan berkala.

Melalui kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat (PKM) ini, dilakukan skrining kesehatan dasar pada guru SD dan SMP SIT Bina Insan Parepare sebagai upaya deteksi dini faktor risiko PTM. Kegiatan ini diharapkan dapat meningkatkan kesadaran kesehatan para guru serta mendorong penerapan gaya hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari.

II. METODE KEGIATAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan di SD dan SMP SIT Bina Insan Parepare dengan sasaran peserta yaitu guru dan tenaga pendidik. Pelaksanaan kegiatan dilakukan melalui beberapa tahapan utama.

Tahap pertama adalah registrasi dan pengisian data dasar peserta meliputi usia, jenis kelamin, riwayat penyakit, serta kebiasaan hidup sehat.



Gambar 2. Pemeriksaan Tekanan Darah

Tahap kedua berupa pemeriksaan kesehatan dasar yang meliputi pengukuran tekanan darah, berat badan, tinggi badan, indeks massa tubuh (IMT), lingkar perut, dan pemeriksaan gula darah sewaktu dan kolesterol menggunakan alat pemeriksaan digital.



Gambar 2. Pemeriksaan Gula Darah Sewaktu dan Kolesterol

Tahap ketiga dilakukan edukasi kesehatan mengenai faktor risiko penyakit tidak menular, pentingnya pola makan sehat, aktivitas fisik, manajemen stres, serta pentingnya pemeriksaan kesehatan berkala. Edukasi disampaikan secara interaktif menggunakan media presentasi dan diskusi singkat.



Gambar 4. Edukasi

Tahap terakhir adalah konsultasi kesehatan sederhana berdasarkan hasil pemeriksaan peserta. Peserta yang memiliki hasil pemeriksaan di luar batas normal diberikan edukasi lanjutan dan anjuran untuk melakukan pemeriksaan medis lebih lanjut di fasilitas pelayanan kesehatan.

III. PELAKSANAAN DAN HASIL KEGIATAN

Kegiatan skrining kesehatan dasar berlangsung dengan baik dan mendapat respons positif dari seluruh peserta. Guru menunjukkan antusiasme tinggi selama pelaksanaan pemeriksaan maupun sesi edukasi kesehatan. Pemeriksaan kesehatan dasar berhasil memberikan gambaran awal mengenai kondisi kesehatan peserta dan faktor risiko PTM yang dimiliki.

Hasil pemeriksaan menunjukkan bahwa sebagian peserta memiliki tekanan darah di atas batas normal. Selain itu, ditemukan pula beberapa peserta dengan indeks massa tubuh kategori overweight dan obesitas, serta lingkaran perut yang menunjukkan risiko obesitas sentral. Pada pemeriksaan gula darah sewaktu, sebagian kecil peserta menunjukkan hasil di atas normal sehingga memerlukan pemantauan lebih lanjut.

Temuan ini menunjukkan bahwa faktor risiko PTM dapat ditemukan pada kelompok usia produktif dan tenaga pendidik, meskipun sebagian peserta belum pernah melakukan pemeriksaan kesehatan secara rutin sebelumnya. Kondisi tersebut sejalan dengan meningkatnya pola hidup sedentary, stres kerja, dan kebiasaan hidup kurang sehat pada kelompok pekerja.

Kegiatan edukasi kesehatan memberikan dampak positif terhadap peningkatan kesadaran peserta mengenai pentingnya menjaga pola hidup sehat. Peserta aktif berdiskusi mengenai pola makan, aktivitas fisik, kualitas tidur, serta strategi menjaga kesehatan di tengah aktivitas mengajar yang padat. Pendekatan edukatif yang dikombinasikan dengan pemeriksaan langsung terbukti membantu peserta memahami kondisi kesehatannya secara lebih nyata dan personal.

Selain memberikan manfaat individual bagi peserta, kegiatan ini juga memiliki potensi dampak yang lebih luas dalam membangun budaya hidup sehat di lingkungan sekolah. Guru yang memiliki pemahaman kesehatan yang baik diharapkan dapat menjadi role model bagi siswa dalam menerapkan perilaku hidup sehat dan pencegahan penyakit tidak menular sejak dini.

IV. KESIMPULAN

Kegiatan skrining kesehatan dasar pada guru SD dan SMP SIT Bina Insan Parepare berhasil dilaksanakan sebagai upaya deteksi dini faktor risiko penyakit tidak menular. Pemeriksaan kesehatan menunjukkan adanya beberapa faktor risiko PTM pada peserta, seperti tekanan darah tinggi, overweight/obesitas, obesitas sentral, dan peningkatan kadar gula darah. Selain itu, kegiatan edukasi kesehatan berhasil meningkatkan kesadaran peserta mengenai pentingnya pemeriksaan kesehatan rutin dan penerapan perilaku hidup sehat.

Kegiatan pengabdian masyarakat ini menunjukkan bahwa skrining kesehatan sederhana yang dikombinasikan dengan edukasi promotif-preventif dapat menjadi langkah efektif dalam meningkatkan kesadaran kesehatan pada kelompok tenaga pendidik sebagai bagian dari upaya pencegahan penyakit tidak menular dan mendukung healthy aging.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih disampaikan kepada pihak SD dan SMP SIT Bina Insan Parepare atas dukungan dan kerja sama selama pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini. Terima kasih juga kepada seluruh guru yang telah berpartisipasi aktif dalam kegiatan skrining dan edukasi kesehatan. Penghargaan turut diberikan kepada tim pelaksana dari Fakultas Kedokteran Universitas Negeri Makassar yang telah membantu kelancaran kegiatan dari awal hingga selesai.

DAFTAR PUSTAKA

- Afshin A, Sur PJ, Fay KA, Cornaby L, Ferrara G, Salama JS, et al. Health effects of dietary risks in 195 countries, 1990–2017: a systematic analysis for the Global Burden of Disease Study 2017. *Lancet*. 2019;393(10184):1958–1972.OI: [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(19\)30041-8](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(19)30041-8)
- Booth FW, Roberts CK, Laye MJ. Lack of exercise is a major cause of chronic diseases. *Compr Physiol*. 2021;11(2):1143–1211. DOI: <https://doi.org/10.1002/cphy.c110025>
- Hall JE, Hall ME. Guyton and Hall Textbook of Medical Physiology. 15th ed. Philadelphia: Elsevier; 2021.
- Sun H, Saeedi P, Karuranga S, Pinkepank M, Ogurtsova K, Duncan BB, et al. IDF Diabetes Atlas: Global, regional and country-level diabetes prevalence estimates for 2021 and projections for 2045. *Diabetes Res Clin Pract*. 2022;183:109119. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.diabres.2021.109119>
- World Health Organization. Hypertension [Internet]. Geneva: WHO; 2023 [cited 2026 May 17]. Available from: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/hypertension>
- World Health Organization. Noncommunicable diseases [Internet]. Geneva: WHO; 2024 [cited 2026 May 17]. Available from: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/noncommunicable-diseases>
- Katz DL, Ali A. Preventive medicine, integrative medicine & the health of the public. *Integr Med (Encinitas)*. 2022;21(2):12–18.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Laporan Nasional Risesdas 2018. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan; 2019. Available from: <https://repository.badankebijakan.kemkes.go.id/id/eprint/3514/>
- Myhrstad, M. C. W., & Wolk, A. (2023). Antioxidants and phytochemicals – a scoping review for Nordic Nutrition Recommendations 2023. In *Food and Nutrition Research* (Vol. 67). Swedish Nutrition Foundation. <https://doi.org/10.29219/fnr.v67.10324>