

Pemeriksaan Kesehatan Gratis (Tekanan Darah, Gula Darah, Asam Urat, dan Kolesterol) di MAN 1 Kota Pariaman Tahun 2026

Sri Ameliati¹, Yesi Maifita², Linda Andriani³
^{1,2,3} STIKes Piala Sakti Pariaman, Indonesia

Received : 25 Februari 2026, Revised : 3 Maret 2026, Published : 9 Maret 2026

Corresponding Author

Nama Penulis: Sri Ameliati

E-mail: sriameliatijambak@gmail.com

Abstrak

Kegiatan pemeriksaan kesehatan gratis ini bertujuan untuk mengetahui gambaran status kesehatan siswa dan guru melalui deteksi dini faktor risiko penyakit tidak menular meliputi tekanan darah, gula darah, asam urat, dan kolesterol di MAN 1 Kota Pariaman tahun 2026. Metode yang digunakan adalah skrining kesehatan dengan pemeriksaan tekanan darah menggunakan tensimeter digital serta pemeriksaan gula darah, asam urat, dan kolesterol menggunakan alat point of care testing. Sasaran kegiatan adalah siswa dan guru yang mengikuti pemeriksaan secara sukarela sesuai jadwal yang telah ditetapkan. Data hasil pemeriksaan dicatat dan dianalisis secara deskriptif untuk melihat distribusi kategori normal dan tidak normal. Hasil menunjukkan sebagian besar siswa dan guru berada pada rentang normal, namun terdapat beberapa siswa dan guru dengan nilai borderline pada tekanan darah dan kolesterol. Kegiatan ini menyimpulkan bahwa pemeriksaan kesehatan gratis efektif sebagai upaya deteksi dini dan memberikan gambaran awal kondisi kesehatan sehingga dapat menjadi dasar tindak lanjut promotif dan preventif di lingkungan sekolah.

Kata kunci - pemeriksaan kesehatan, deteksi dini, tekanan darah, penyakit tidak menular

Abstract

This free health screening activity aimed to determine the health status profile of students and teachers through early detection of non-communicable disease risk factors, including blood pressure, blood glucose, uric acid, and cholesterol levels at MAN 1 Kota Pariaman in 2026. The method used was health screening by measuring blood pressure with a digital sphygmomanometer and testing blood glucose, uric acid, and cholesterol using point-of-care testing devices. The target participants were students and teachers who voluntarily attended the screening according to the predetermined schedule. The examination results were recorded and analyzed descriptively to determine the distribution of normal and abnormal categories. The results showed that most students and teachers were within the normal range; however, several participants had borderline values for blood pressure and cholesterol. This activity concludes that free health screening is effective as an early detection effort and provides an initial overview of health conditions, serving as a basis for further promotive and preventive follow-up actions within the school environment.

Keywords - health screening, early detection, blood pressure, non-communicable diseases

How To Cite : Ameliati, S., Maifita, Y., & Andriani, L. (2026). Pemeriksaan Kesehatan Gratis (Tekanan Darah, Gula Darah, Asam Urat, dan Kolesterol) di MAN 1 Kota Pariaman Tahun 2026. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Bhinneka*, 4(4), 4380 - 4385. <https://doi.org/10.58266/jpmb.v4i3.1215>

Copyright ©2026 Sri Ameliati, Yesi Maifita, Linda Andriani

This work is licensed under Creative Commons Attribution License 4.0 CC-BY International license



PENDAHULUAN

Penyakit tidak menular (PTM) seperti hipertensi, diabetes melitus, hiperurisemia, dan hiperkolesterolemia merupakan masalah kesehatan yang terus meningkat secara global maupun nasional. Laporan *Global Status Report on Noncommunicable Diseases* menunjukkan bahwa PTM menjadi penyebab utama kematian di dunia (World Health Organization [WHO], 2018). Di Indonesia, data Riskesdas menunjukkan adanya peningkatan prevalensi hipertensi dan gangguan metabolik pada kelompok usia remaja dan dewasa muda (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2018). Perubahan pola hidup seperti konsumsi makanan tinggi lemak dan gula, kurang aktivitas fisik, serta perilaku sedentari menjadi faktor risiko utama terjadinya PTM (WHO, 2022; Mills et al., 2020). Selain itu, kadar kolesterol tinggi dan faktor risiko kardiovaskular lainnya juga mulai ditemukan pada populasi remaja (Peltzer & Pengpid, 2018). Lingkungan sekolah sebagai tempat aktivitas utama remaja memiliki peran strategis dalam upaya promosi kesehatan dan deteksi dini melalui skrining kesehatan berkala (Centers for Disease Control and Prevention [CDC], 2022). Oleh karena itu, pelaksanaan pemeriksaan kesehatan di sekolah menjadi langkah preventif yang penting dalam mencegah peningkatan PTM sejak usia dini

Beberapa kegiatan pengabdian kepada masyarakat menunjukkan bahwa pemeriksaan kesehatan gratis di sekolah efektif dalam mengidentifikasi faktor risiko penyakit tidak menular (PTM) sejak dini serta meningkatkan kesadaran warga sekolah terhadap pentingnya menjaga pola hidup sehat. Program skrining kesehatan berbasis sekolah direkomendasikan sebagai bagian dari strategi promosi kesehatan dan pencegahan faktor risiko kardiometabolik pada anak dan remaja (World Health Organization [WHO], 2020; Centers for Disease Control and Prevention [CDC], 2022). Hasil penelitian sebelumnya juga menunjukkan bahwa skrining tekanan darah dan kadar kolesterol pada populasi usia sekolah mampu menemukan kasus dengan kategori borderline atau prahipertensi yang sebelumnya tidak terdeteksi (Mills et al., 2020; Peltzer & Pengpid, 2018). Selain itu, kegiatan skrining yang disertai pencatatan dan pelaporan hasil pemeriksaan memberikan data dasar (baseline data) yang dapat dimanfaatkan sebagai landasan dalam perencanaan intervensi promotif dan preventif secara berkelanjutan (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2022). Dengan demikian, skrining kesehatan di lingkungan sekolah tidak hanya berfungsi sebagai deteksi dini, tetapi juga sebagai strategi penguatan sistem surveilans kesehatan berbasis komunitas.

Berdasarkan latar belakang tersebut, kegiatan pengabdian ini dilaksanakan dalam bentuk pemeriksaan kesehatan gratis meliputi tekanan darah, gula darah, asam urat, dan kolesterol di MAN 1 Kota Pariaman tahun 2026. Tujuan pengabdian ini adalah untuk mengetahui gambaran status kesehatan warga sekolah melalui deteksi dini faktor risiko penyakit tidak menular serta memberikan dasar bagi upaya promotif dan preventif di lingkungan sekolah.

METODE

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dengan judul Pemeriksaan Kesehatan Gratis (Tekanan Darah, Gula Darah, Asam Urat, dan Kolesterol) di MAN 1 Kota Pariaman Tahun 2026 dilaksanakan menggunakan metode skrining kesehatan dengan pendekatan preventif. Metode ini bertujuan untuk mendeteksi secara dini faktor risiko penyakit tidak menular melalui pemeriksaan parameter kesehatan secara langsung dan pencatatan hasil secara sistematis. Data yang diperoleh dianalisis secara deskriptif untuk menggambarkan distribusi hasil dalam kategori normal dan tidak normal sebagai dasar rekomendasi tindak lanjut.

Tahapan Pelaksanaan :

1. Tahap Persiapan
 - a) Melakukan koordinasi dengan pihak sekolah terkait perizinan, jadwal, dan teknis pelaksanaan.
 - b) Menyusun rencana kegiatan dan pembagian tugas tim pelaksana.
 - c) Menyiapkan sarana dan prasarana meliputi tensimeter digital, alat point of care testing (POCT) untuk pemeriksaan gula darah, asam urat, dan kolesterol, serta perlengkapan pendukung seperti lancet steril, kapas alkohol, sarung tangan, dan lembar pencatatan.
 - d) Menyiapkan format dokumentasi dan administrasi kegiatan.
2. Tahap *Pelaksanaan*
 - a) Registrasi peserta dan pengisian identitas singkat.
 - b) Pemeriksaan tekanan darah sesuai prosedur operasional standar.

- c) Pemeriksaan gula darah, asam urat, dan kolesterol menggunakan alat POCT dengan memperhatikan prinsip keselamatan dan teknik aseptik.
 - d) Penyampaian hasil pemeriksaan secara langsung kepada peserta disertai penjelasan singkat mengenai interpretasi hasil.
3. Tahap *Evaluasi dan Pelaporan*
- a) Rekapitulasi serta analisis data hasil pemeriksaan secara deskriptif.
 - b) Identifikasi peserta dengan hasil di luar batas normal untuk diberikan saran tindak lanjut.
 - c) Penyusunan laporan kegiatan sebagai bentuk pertanggungjawaban akademik dan dokumentasi institusi.

Melalui tahapan tersebut, kegiatan pengabdian dilaksanakan secara terstruktur dan sistematis guna mendukung deteksi dini serta meningkatkan kesadaran akan pentingnya pemantauan kesehatan secara berkala di lingkungan sekolah.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat Pemeriksaan Kesehatan Gratis (Tekanan Darah, Gula Darah, Asam Urat, dan Kolesterol) di MAN 1 Kota Pariaman Tahun 2026 dilaksanakan pada hari Jumat, 23 Februari 2026, bertempat di MAN 1 Kota Pariaman. Kegiatan ini diikuti oleh siswa serta guru sebagai bentuk upaya deteksi dini faktor risiko penyakit tidak menular (PTM) dan peningkatan kesadaran akan pentingnya menjaga kesehatan di lingkungan sekolah.

Pelaksanaan kegiatan diawali dengan registrasi peserta, kemudian dilanjutkan dengan pembukaan oleh perwakilan pihak sekolah dan ketua tim pengabmas. Dalam kesempatan tersebut disampaikan tujuan kegiatan, yaitu untuk melakukan skrining kesehatan sederhana serta memberikan edukasi mengenai pola hidup sehat, pentingnya aktivitas fisik, pengaturan pola makan seimbang, dan pemeriksaan kesehatan secara berkala.

Rangkaian pemeriksaan meliputi pengukuran tekanan darah menggunakan tensimeter digital, pemeriksaan kadar gula darah, asam urat, dan kolesterol dengan metode rapid test melalui sampel darah kapiler. Pemeriksaan dilakukan secara sistematis dengan alur: pendaftaran, anamnesis singkat terkait riwayat kesehatan, pemeriksaan, pencatatan hasil, serta konsultasi singkat. Setiap peserta menerima informasi langsung mengenai hasil pemeriksaannya dan mendapatkan saran kesehatan sesuai kondisi masing-masing.

Tabel 1.

Hasil Pelaksanaan Kegiatan Pengabmas Pemeriksaan Kesehatan Gratis di MAN 1 Kota Pariaman Tahun 2026

No	Jenis Pemeriksaan	Normal n (%)	Borderline n (%)	Tinggi n (%)	Total (n)
1	Tekanan Darah	57 (81,4%)	8 (11,4%)	5 (7,2%)	70
2	Gula Darah	63 (90,0%)	-	7 (10,0%)	70
3	Asam Urat	61 (87,1%)	-	9 (12,9%)	70
4	Kolesterol	59 (84,3%)	6 (8,6%)	5 (7,1%)	70

Berdasarkan hasil pemeriksaan terhadap 70 peserta, sebagian besar responden berada dalam kategori normal pada seluruh parameter kesehatan yang diperiksa. Pada pemeriksaan tekanan darah, sebanyak 57 orang (81,4%) berada dalam kategori normal, sedangkan 8 orang (11,4%) termasuk kategori borderline dan 5 orang (7,2%) kategori tinggi. Temuan ini menunjukkan bahwa meskipun mayoritas peserta memiliki tekanan darah yang baik, terdapat 18,6% yang memiliki kecenderungan peningkatan tekanan darah. Kondisi ini perlu menjadi perhatian karena tekanan darah borderline berpotensi berkembang menjadi hipertensi apabila faktor risiko seperti konsumsi garam berlebih, kurang aktivitas fisik, dan stres tidak dikendalikan.

Pemeriksaan gula darah menunjukkan 63 orang (90,0%) dalam kategori normal dan 7 orang (10,0%) dalam kategori tinggi. Hasil ini mengindikasikan adanya sebagian kecil peserta yang berisiko mengalami gangguan metabolik, kemungkinan dipengaruhi oleh pola konsumsi makanan tinggi gula dan rendah serat.

Pada pemeriksaan asam urat, 61 orang (87,1%) berada dalam kategori normal dan 9 orang (12,9%) dalam kategori tinggi. Persentase ini menunjukkan adanya risiko hiperurisemia yang dapat berkaitan dengan pola makan tinggi purin dan kurangnya aktivitas fisik.

Sementara itu, kadar kolesterol normal ditemukan pada 59 orang (84,3%), dengan 6 orang (8,6%) kategori borderline dan 5 orang (7,1%) kategori tinggi. Temuan ini memperlihatkan bahwa 15,7% peserta memiliki kecenderungan dislipidemia yang berpotensi meningkatkan risiko penyakit kardiovaskular di masa mendatang.

Secara keseluruhan, hasil pemeriksaan ini menunjukkan bahwa walaupun mayoritas peserta berada dalam kondisi normal, masih terdapat proporsi yang cukup signifikan dengan hasil borderline dan tinggi. Oleh karena itu, skrining kesehatan di lingkungan sekolah sangat penting sebagai upaya deteksi dini serta dasar untuk intervensi promotif dan preventif guna mencegah berkembangnya penyakit tidak menular di kemudian hari.

Foto Dokumentasi kegiatan



Gambar 1. Dokumentasi Kegiatan

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Kegiatan pengabdian masyarakat berupa pemeriksaan kesehatan gratis di MAN 1 Kota Pariaman Tahun 2026 telah mencapai tujuan yang ditetapkan, yaitu mengetahui gambaran status kesehatan warga sekolah melalui deteksi dini faktor risiko penyakit tidak menular. Berdasarkan hasil pemeriksaan terhadap 70 peserta, sebagian besar berada dalam kategori normal untuk tekanan darah (81,4%), gula darah (90,0%), asam urat (87,1%), dan kolesterol (84,3%). Namun, masih ditemukan peserta dengan kategori borderline dan tinggi terutama pada tekanan darah dan kolesterol. Temuan ini menunjukkan bahwa meskipun mayoritas dalam kondisi baik, terdapat sebagian warga sekolah yang memiliki faktor risiko yang memerlukan perhatian dan tindak lanjut. Dengan demikian, kegiatan skrining ini efektif sebagai upaya deteksi dini serta memberikan gambaran awal kondisi kesehatan sebagai dasar perencanaan program promotif dan preventif di lingkungan sekolah.

B. Saran

1. Pihak sekolah diharapkan dapat menjadikan pemeriksaan kesehatan sebagai kegiatan rutin tahunan untuk pemantauan kesehatan warga sekolah.
2. Perlu dilakukan edukasi lanjutan mengenai pola makan sehat, aktivitas fisik, dan manajemen stres guna menekan faktor risiko penyakit tidak menular.

3. Peserta dengan hasil borderline atau tinggi disarankan untuk melakukan pemeriksaan lanjutan di fasilitas pelayanan kesehatan.
4. Kegiatan pengabdian selanjutnya dapat menambahkan komponen edukasi dan evaluasi perubahan perilaku kesehatan untuk meningkatkan dampak jangka panjang program.

UCAPAN TERIMA KASIH

1. Penulis menyampaikan ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada Yayasan Piala Sakti Pariaman yang telah memberikan dukungan pendanaan sehingga kegiatan pengabdian kepada masyarakat dan penulisan artikel ini dapat terlaksana dengan baik.
2. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada Ketua STIKes Piala Sakti Pariaman atas dukungan kebijakan, arahan, serta fasilitasi selama proses pelaksanaan kegiatan.
3. Penulis turut mengucapkan apresiasi kepada Kepala Sekolah, dewan guru, dan seluruh civitas sekolah MAN 1 Kota Pariaman atas kerja sama, izin, dan partisipasi aktif dalam kegiatan pemeriksaan kesehatan ini.
4. Terima kasih juga disampaikan kepada seluruh tim pelaksana serta pihak-pihak terkait lainnya yang telah berkontribusi dalam menyukseskan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini. Semoga kerja sama yang telah terjalin dapat terus berlanjut pada kegiatan berikutnya.

DAFTAR PUSTAKA

- Andayani, U., & Suwandi, T. (2020). Prevalence of dyslipidemia and associated risk factors in Indonesian adolescents. *Journal of Public Health in Developing Countries*, 8(3), 155–162.
- Bayu Azhar, dkk (2025), Edukasi dan Skrining (EKSIS) Penyakit Tidak Menular: Pemeriksaan Hipertensi, Gula Darah, Kolesterol, Asam Urat di Kecamatan Marpoyan Damai Pekanbaru. Diakses dari: <file:///C:/Users/LENOVO/Downloads/jpm-review-assignment-161-Article+Text-1303.pdf>
- Berkowitz, S. A., & Basu, S. (2020). *Community health and wellness: Primary health care in practice* (6th ed.). Elsevier.
- Centers for Disease Control and Prevention. (2022). *Youth and healthy screening*. CDC.
- Dewanti, L., & Suryani, R. (2022). Hubungan pola makan dan profil lipid pada remaja sekolah menengah atas. *Jurnal Gizi dan Kesehatan Masyarakat*, 10(1), 34–42.
- Graubard, B. I., & Whittemore, A. S. (2019). *Epidemiology and prevention of chronic disease* (4th ed.). Jones & Bartlett Learning.
- Hockenberry, M. J., & Wilson, D. (2021). *Wong's nursing care of infants and children* (11th ed.). Elsevier.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2018). Pedoman pencegahan dan pengendalian penyakit tidak menular. Kementerian Kesehatan RI.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2022). Pedoman pelaksanaan skrining kesehatan usia sekolah dan remaja. Direktorat Kesehatan Usia Sekolah dan Remaja, Kementerian Kesehatan RI
- Kurniawan, A., & Putri, D. A. (2021). Prevalensi hipertensi pada remaja di wilayah pesisir Indonesia. *Jurnal Kesehatan Indonesia*, 12(2), 89–96.
- Kussoy, V. F. M., Kundre, R., & Wowiling, F. (2019). Kebiasaan makan makanan tinggi purin dengan kadar asam urat di puskesmas. *E-Journal Keperawatan*, 7(2), 1±
- Mitayani Purwoko, dkk (2025) Skrining Kadar Gula, Asam Urat, Dan Kolesterol Darah Masyarakat Di Kambang Iwak Palembang. Diakses dar: <https://media.neliti.com/media/publications/618626-skrining-kadar-gula-asam-urat-dan-kolest-98852727.pdf>
- Nurhayati, I., Ramli, A. B., & Wibowo, A. (2023). Uji validitas pemeriksaan gula darah menggunakan alat POCT di sekolah menengah. *Jurnal Teknologi Kesehatan*, 15(3), 112–119.
- Peltzer, K., & Pengpid, S. (2018). High cholesterol and associated factors among adolescents. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 15(6), 1–10.
- Permana, I., & Susanti, D. (2021). School-based health screening and student health behavior. *Jurnal Promosi Kesehatan Indonesia*, 16(1), 45–52.
- Ratnasari, D., & Zulkarnain, A. (2022). *Nutrisi dan kesehatan remaja: Panduan klinis* (ed. 1). EGC Publisher.
- World Health Organization. (2021). *Hypertension fact sheet*. World Health Organization.

- Yoeantafara, A., & Martini, S. (2017). Pengaruh pola makan terhadap kadar kolesterol. *Jurnal MKMI*, 13(4), 304±309.
- Yusuf, S., Joseph, P., Rangarajan, S., Islam, S., Mentz, A., & Teo, K. (2020). Modifiable risk factors, cardiovascular disease, and mortality. *The Lancet*, 395(10226), 795–808.
- Zhou, B., Perel, P., Mensah, G. A., & Ezzati, M. (2021). Global epidemiology of blood pressure: An update. *The Lancet*, 398(10304), 957–980.