



PEMERIKSAAN KESEHATAN SEBAGAI UPAYA DETEKSI DINI MASALAH KESEHATAN PADA REMAJA DI SMA X KOTA BATAM

Sri Muharni, Umi Eliawati, Annisa Rahmi

^{1, 2, 3}Universitas Awal Bros



***Corresponding author**

Sri Muharni

Email : muhamnisri@gmail.com

HP: 082172183566

Kata Kunci:

Pemeriksaan Kesehatan;
Remaja;
Deteksi dini;

Keywords:

Health Screening;
Adolescent;
Early Detection;

ABSTRAK

Remaja adalah kelompok usia yang berada pada fase pertumbuhan dan perkembangan yang pesat sehingga membutuhkan perhatian terhadap kondisi kesehatan secara menyeluruh. Berbagai masalah kesehatan pada remaja dapat terjadi tanpa menunjukkan gejala yang jelas sehingga pemeriksaan kesehatan secara berkala diperlukan sebagai salah satu upaya deteksi dini. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk melakukan pemeriksaan kesehatan pada remaja serta meningkatkan kesadaran peserta mengenai pentingnya menjaga kesehatan dan melakukan pemeriksaan kesehatan secara berkala. Metode pelaksanaan kegiatan meliputi pemeriksaan kesehatan dasar, pengukuran tanda-tanda vital, pengukuran berat badan dan tinggi badan, perhitungan Indeks Massa Tubuh (IMT), serta pemberian edukasi kesehatan tentang gaya hidup sehat pada remaja. Kegiatan dilaksanakan pada 24 Juli 2026 di SMA X Kota Batam, dengan sasaran sebanyak 40 remaja. Hasil pemeriksaan menunjukkan bahwa sebagian besar (95%) berada dalam kondisi kesehatan yang baik, namun ditemukan beberapa peserta dengan masih kurang melakukan aktivitas fisik dan pola makan beresiko. Kegiatan edukasi mendapatkan respons positif dari peserta yang ditunjukkan dengan keaktifan dalam mengikuti pemeriksaan dan diskusi. Kegiatan pengabdian masyarakat ini menjadi salah satu upaya promotif dan preventif melalui deteksi dini masalah kesehatan serta meningkatkan kesadaran remaja untuk menerapkan perilaku hidup sehat.

ABSTRACT

Adolescents are an age group undergoing a phase of rapid growth and development, which requires attention to their overall health. Various health issues in adolescents



can occur without showing clear symptoms, making regular health checkups essential for early detection. This community service activity aims to conduct health checkups for adolescents and raise participants' awareness of the importance of maintaining good health and undergoing regular health checkups. The activity's implementation methods included basic health screenings, measurement of vital signs, measurement of weight and height, calculation of Body Mass Index (BMI), and health education on healthy lifestyles for adolescents. The activity was held on July 24, 2026, at SMA X in Batam City, targeting 40 adolescents. The examination results showed that the majority (95%) were in good health; however, some participants were found to engage in insufficient physical activity and have risky eating habits. The educational session received a positive response from the participants, as evidenced by their active participation in the examinations and discussions. This community service activity serves as a promotive and preventive measure through the early detection of health issues and by raising awareness among adolescents to adopt healthy lifestyle behaviors.

PENDAHULUAN

Remaja merupakan periode penting dalam siklus kehidupan yang ditandai dengan pertumbuhan dan perkembangan fisik, psikologis, serta sosial yang berlangsung secara cepat (1). Pada periode ini terjadi berbagai perubahan yang membutuhkan dukungan terhadap pemenuhan kebutuhan kesehatan secara optimal. Kondisi kesehatan pada masa remaja dapat memberikan pengaruh terhadap kualitas kesehatan pada tahap kehidupan selanjutnya(2).

Masa remaja juga merupakan periode yang penting untuk membentuk perilaku kesehatan. Kebiasaan yang terbentuk pada masa ini, seperti pola makan, aktivitas fisik, pola tidur, kebersihan diri, serta perilaku dalam mencari pelayanan kesehatan, dapat berpengaruh terhadap status kesehatan di masa dewasa. Oleh karena itu, upaya promotif dan preventif perlu dilakukan sejak usia remaja(3).

Permasalahan kesehatan pada remaja cukup beragam, antara lain masalah status gizi, anemia, gangguan tekanan darah, kurang aktivitas fisik, gangguan pola tidur, serta berbagai keluhan kesehatan lainnya (4). Sebagian masalah tersebut dapat tidak disadari oleh remaja karena tidak selalu menimbulkan keluhan yang berat. Kondisi tersebut menunjukkan pentingnya pemeriksaan kesehatan secara berkala sebagai salah satu bentuk deteksi dini (5).

Pengabdian masyarakat ini dapat menjadi salah satu strategi yang mudah dilakukan karena sekolah merupakan lingkungan yang dekat dengan kehidupan sehari-hari remaja. Pemeriksaan kesehatan yang dilakukan adalah pengukuran tanda-tanda vital, berat badan, tinggi badan, dan status gizi. Hasil pemeriksaan dijadikan dasar rekomendasi tindak lanjut yang akan disampaikan kepada puskesmas.

Pengabdian masyarakat ini juga melakukan edukasi kesehatan tentang gaya hidup sehat pada remaja. Kesehatan juga diperlukan agar remaja memahami kondisi kesehatannya dan mampu melakukan upaya pemeliharaan kesehatan secara mandiri. Pendekatan pemeriksaan yang disertai edukasi dapat memberikan manfaat yang lebih optimal karena peserta tidak hanya mengetahui hasil pemeriksaan, tetapi juga memperoleh pemahaman mengenai langkah-langkah yang dapat dilakukan untuk mempertahankan dan meningkatkan kesehatan.

Berdasarkan kondisi tersebut, kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan dalam bentuk pemeriksaan kesehatan pada remaja sebagai upaya deteksi dini masalah kesehatan. Kegiatan diharapkan dapat meningkatkan kesadaran remaja mengenai kondisi kesehatannya serta mendorong penerapan perilaku hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari.

METODE PELAKSANAAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilaksanakan pada 24 Juli 2026 di SMA X Kota Batam. Sasaran kegiatan adalah 40 orang remaja. Kegiatan dilakukan melalui beberapa tahapan, yaitu tahap persiapan, pelaksanaan pemeriksaan kesehatan, edukasi kesehatan, dan evaluasi.

1. Tahap Persiapan

Tahap persiapan diawali dengan koordinasi antara tim pengabdian kepada masyarakat dengan pihak sekolah terkait dengan teknis pelaksanaan kegiatan. Tim kemudian menyiapkan peralatan pemeriksaan kesehatan, lembar pencatatan hasil pemeriksaan, materi edukasi, serta instrumen evaluasi kegiatan.

2. Pelaksanaan Pemeriksaan Kesehatan

Pemeriksaan kesehatan dilakukan secara sistematis kepada seluruh peserta. Pemeriksaan meliputi:

1. Pengukuran tekanan darah;
2. Pengukuran denyut nadi;
3. Pengukuran frekuensi pernapasan;
4. Pengukuran suhu tubuh;
5. Pengukuran berat badan;
6. Pengukuran tinggi badan;
7. Perhitungan Indeks Massa Tubuh (IMT);
8. Identifikasi keluhan kesehatan yang dirasakan peserta; dan

3. Edukasi Kesehatan

Setelah pemeriksaan, peserta diberikan edukasi mengenai pentingnya gaya hidup sehat pada masa remaja. Materi edukasi meliputi pola makan sehat dan seimbang, aktivitas fisik, istirahat yang cukup, personal hygiene, pencegahan penyakit, serta

4. Evaluasi

Evaluasi kegiatan dilakukan melalui observasi terhadap keterlibatan peserta selama kegiatan dan evaluasi pemahaman peserta mengenai materi kesehatan yang

diberikan. Hasil pemeriksaan kesehatan juga digunakan untuk mengidentifikasi peserta yang membutuhkan perhatian atau tindak lanjut kesehatan

HASIL PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat berupa pemeriksaan kesehatan pada remaja dengan jumlah peserta sebanyak 40 orang remaja. Kegiatan berlangsung dengan lancar dan peserta mengikuti rangkaian kegiatan dengan antusias.

Hasil Pemeriksaan Kesehatan

Pemeriksaan kesehatan dilakukan untuk memperoleh gambaran awal mengenai kondisi kesehatan peserta. Pemeriksaan tanda-tanda vital dilakukan meliputi tekanan darah, denyut nadi, frekuensi pernapasan, dan suhu tubuh. Selain itu dilakukan pengukuran berat badan dan tinggi badan untuk mengetahui status gizi berdasarkan Indeks Massa Tubuh.

Tabel 1. Hasil Pemeriksaan Kesehatan Remaja

Jenis Pemeriksaan	Hasil Normal n (%)	Perlu Perhatian n (%)
Tekanan darah	38 (95%)	2 (5%)
Denyut nadi	40 (100%)	0%
Frekuensi napas	38 (100%)	2 (5%)
Suhu tubuh	40 (100%)	0%
Status IMT	38 (95%)	2 (5%)
Keluhan kesehatan	36 (90%)	4 (10%)



Gambar 1. Dokumentasi Kegiatan Pengabdian Masyarakat

Hasil pemeriksaan menunjukkan bahwa sebagian besar peserta memiliki hasil pemeriksaan tanda – tanda vital dalam batas yang normal. Meskipun ada 2 remaja yang memiliki tekanan darah tinggi dari usianya, serta nafas yang lebih cepat, hal ini

mungkin disebabkan karena remaja selesai melakukan aktifitas. Terdapat 2 peserta berat badan kurang, hasil pemeriksaan ini memerlukan perhatian lebih lanjut. Temuan ini menunjukkan bahwa pemeriksaan kesehatan pada remaja penting dilakukan untuk mengidentifikasi kondisi kesehatan yang mungkin belum disadari oleh peserta. Pengukuran berat badan dan tinggi badan juga memberikan informasi mengenai status gizi peserta. Identifikasi status gizi sejak remaja penting dilakukan karena masalah gizi dapat berhubungan dengan pertumbuhan dan perkembangan serta kondisi kesehatan pada masa berikutnya.

Edukasi Kesehatan pada Remaja

Selain pemeriksaan, kegiatan dilanjutkan dengan pemberian edukasi kesehatan. Materi diberikan dengan pendekatan yang sederhana dan sesuai dengan karakteristik remaja. Peserta diberikan informasi mengenai cara menjaga pola makan, aktivitas fisik, istirahat, kebersihan diri, serta pentingnya mengenali perubahan atau keluhan kesehatan.

Peserta menunjukkan antusiasme selama kegiatan, terutama pada saat diskusi dan tanya jawab. Beberapa peserta mengajukan pertanyaan mengenai hasil pemeriksaan yang diperoleh serta cara menjaga kondisi kesehatan agar tetap optimal.

Pemberian edukasi setelah pemeriksaan menjadi bagian penting dalam kegiatan karena hasil pemeriksaan dapat digunakan sebagai dasar untuk meningkatkan kesadaran peserta. Remaja tidak hanya mendapatkan informasi mengenai kondisi kesehatannya, tetapi juga memperoleh pemahaman mengenai tindakan yang dapat dilakukan untuk mempertahankan kesehatan(6).

Temuan kegiatan ini menunjukkan bahwa pendekatan pemeriksaan kesehatan yang dilanjutkan dengan edukasi dapat menjadi salah satu bentuk kegiatan promotif dan preventif di lingkungan sekolah. Sekolah merupakan tempat yang strategis untuk melakukan promosi kesehatan karena sebagian besar remaja menghabiskan waktu dalam lingkungan sekolah.

KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat berupa pemeriksaan kesehatan pada remaja telah terlaksana dengan baik dan mendapatkan respons positif dari peserta. Pemeriksaan kesehatan meliputi pengukuran tanda-tanda vital, berat badan, tinggi badan, Indeks Massa Tubuh, serta identifikasi keluhan kesehatan peserta.

Hasil pemeriksaan menunjukkan bahwa sebagian besar peserta berada dalam kondisi kesehatan yang baik, namun ditemukan beberapa peserta yang memerlukan perhatian dan tindak lanjut berdasarkan hasil pemeriksaan. Pemberian edukasi kesehatan membantu meningkatkan pemahaman peserta mengenai pentingnya menjaga kesehatan dan melakukan pemeriksaan kesehatan secara berkala.

Kegiatan pemeriksaan kesehatan pada remaja diharapkan dapat dilakukan secara berkelanjutan melalui kerja sama antara sekolah, tenaga kesehatan, perguruan tinggi, dan pihak terkait sehingga deteksi dini masalah kesehatan pada remaja dapat dilakukan secara optimal.

DAFTAR PUSTAKA

1. Rosnah R, Bau AS, Fathurrahman T, Atoy L, Atmaja RFD, Kasim SS. Pentingnya Skrining Kesehatan Remaja sebagai Upaya Deteksi Dini Penyakit di SMAN 11 Konawe Selatan. *Jurnal Inovasi, Pemberdayaan dan Pengabdian Masyarakat*. 2025;5(1):e1686–e1686.
2. Fathurohman M, Ruswanto ATPK, Salasanti CD, Hidayati ND, Nur Rahayuningsih R, Nofianti T, et al. Penyuluhan Kesehatan terhadap Pelajar di Sekolah Menengah Atas sebagai Upaya Mewujudkan Program Pelayanan Kesehatan Peduli Remaja. *JMM (Jurnal Masyarakat Mandiri)*. 2024;8(2):2276.
3. Rosnah R, Bau AS, Fathurrahman T, Atoy L, Atmaja RFD, Kasim SS. Pentingnya Skrining Kesehatan Remaja sebagai Upaya Deteksi Dini Penyakit di SMAN 11 Konawe Selatan. *Jurnal Inovasi, Pemberdayaan dan Pengabdian Masyarakat*. 2025;5(1):e1686–e1686.
4. Sarfika R, Roberto M, Wenny BP, Freska W, Mahathir M, Adelirandy O, et al. Deteksi dini dan edukasi tumbuh kembang psikososial sebagai upaya pencegahan masalah kesehatan mental pada remaja. *JMM (Jurnal Masyarakat Mandiri)*. 2023;7(2):1262–70.
5. Pratiwi WR, Hamdiyah H, Asnuddin A. Deteksi dini masalah kesehatan reproduksi melalui pos kesehatan remaja. *Jurnal Inovasi Hasil Pengabdian Masyarakat (JIPEMAS)*. 2020;3(1):87–94.
6. Maharani WP, Wulandari RD, Renityas NN, Ahadiyati DM, Iklima AP, Sa'adah SL, et al. Pemeriksaan Kesehatan Dasar sebagai Upaya Deteksi Dini Masalah Kesehatan pada Santri SMK Islam Anharul Ulum Yayasan KH Dawami, Kademangan, Blitar. *An-Najat*. 2025;3(3):246–54.
7. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). *Pedoman Gizi Seimbang*. Jakarta: Direktorat Gizi dan Kesehatan Ibu dan Anak.
8. World Health Organization. (2021). *Guideline on School Health Services*. Geneva: World Health Organization.