

Kolaborasi Fakultas Farmasi UMPR dan UPTD Puskesmas Kereng Bangkirai dalam Mewujudkan Kampus Sehat Melalui Cek Kesehatan Gratis

Collaboration between the Faculty of Pharmacy and the Kereng Bangkirai Community Health Center to Realize a Healthy Campus through Free Health Checks

Rika Arfiana Safitri^{1*}, Syahrinda Dian Ardhany¹, Susi Novaryatiin¹, Halida Suryadini¹, Guntur Satrio Pratomo¹, Risqika Yulia Tantri Paramawidhita¹, Nurul Qamariah¹, Evi Mulyani¹, Husna Fauzia¹, Mohammad Rizki Fadhil Pratama¹, Rabiatal Adawiyah¹, Rezqi Handayani¹, Dewi Sari Mulia¹

¹Fakultas Farmasi, Universitas Muhammadiyah Palangka Raya, Palangka Raya

*Korespondensi: rikaarfiana@umpr.ac.id

Info Artikel

Diterima:
22 Juni 2026

Dipublikasikan:
20 Juli 2026

ABSTRAK

Kesehatan sivitas akademika merupakan faktor krusial dalam mendukung terciptanya lingkungan perguruan tinggi yang produktif dan berdaya saing. Penyakit tidak menular (PTM) sering kali terlambat dideteksi karena banyak kasus baru baru disadari pada tahap lanjut. Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan kesadaran dan kepedulian kesehatan sivitas akademika melalui pemeriksaan kesehatan gratis yang terintegrasi dengan edukasi kesehatan dasar, serta menjangkau faktor risiko PTM sejak dini. Metode pelaksanaan program dilakukan secara partisipatif melalui tahapan persiapan, sosialisasi, pendaftaran, pelaksanaan cek kesehatan gratis (registrasi, pengukuran identitas, pemeriksaan tekanan darah dan gula darah sewaktu), edukasi interpersonal melalui konseling meja, tindak lanjut rujukan, serta evaluasi kegiatan. Hasil pelaksanaan menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan peserta secara signifikan, di mana rata-rata skor melonjak dari 68,9 pada *pre-test* menjadi 90,8 pada *post-test* setelah diberikan edukasi singkat. Berdasarkan hasil skrining fisik terhadap peserta, ditemukan bahwa 65,0% peserta memiliki tekanan darah normal, sedangkan 21,7% mengalami pre-hipertensi, dan 13,3% menderita hipertensi klinis. Untuk parameter kadar gula darah sewaktu (GDS), sebanyak 90,0% peserta berkategori normal dan 10,0% teridentifikasi mengalami hiperglikemia.

Kata kunci: Kampus Sehat, Cek Kesehatan Gratis, Penyakit Tidak Menular, Fakultas Farmasi UMPR, Puskesmas Kereng Bangkirai.

ABSTRACT

The health of the academic community is crucial to supporting a productive and competitive university environment. Non-communicable diseases (NCDs) often go unnoticed until they reach an advanced stage. This community service activity aims to increase health awareness and concern among the academic community through free health checks integrated with basic health education, as well as to screen for NCD risk factors early. The program was implemented using a participatory approach across several stages, including preparation, socialization, registration, free health screenings (registration, anthropometric measurements, blood pressure measurements, and random blood sugar tests), interpersonal table counseling, follow-up referrals, and evaluation. The results showed a significant increase in participants' knowledge, with the average score rising from 68.9 on the *pre-test* to 90.8 on the *post-test* following the brief counseling session. Based on the physical screening, 65.0% of participants had normal blood pressure, while 21.7% experienced pre-hypertension, and 13.3% suffered from clinical hypertension. Regarding random blood sugar parameters, 90.0% of participants were within the normal range, and 10.0% had hyperglycemia.

Keywords: Healthy Campus, Free Health Check, Non-Communicable Diseases, Faculty of Pharmacy, Kereng Bangkirai Public Health Center.



This is an open access article under the [CC BY-NC](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/) 4.0 license.

1. Pendahuluan

Kesehatan sivitas akademika merupakan salah satu faktor penting dalam mendukung terciptanya lingkungan kampus yang produktif, aman, dan berdaya saing. Program Kampus Sehat menekankan tiga pilar utama, yaitu kebijakan pro-kesehatan, penyediaan layanan kesehatan komprehensif, serta perubahan perilaku hidup sehat bagi mahasiswa, dosen, dan tenaga kependidikan. Dalam kerangka tersebut, kegiatan skrining dan pelayanan kesehatan dasar menjadi langkah strategis untuk mendeteksi faktor risiko penyakit sejak dini sekaligus memperkuat budaya hidup sehat di lingkungan perguruan tinggi (Kemenkes, 2019).

Di sisi lain, penyakit tidak menular masih menjadi perhatian utama karena banyak kasus baru terdeteksi pada tahap lanjut, padahal sebagian besar faktor risikonya dapat dikenali lebih awal melalui pemeriksaan sederhana seperti tekanan darah, indeks massa tubuh, lingkar perut, dan gula darah. Berbagai sumber terkini juga menunjukkan bahwa pemeriksaan kesehatan gratis merupakan upaya promotif dan preventif yang efektif untuk meningkatkan kesadaran masyarakat, mendorong deteksi dini, dan mempercepat tindak lanjut bila ditemukan faktor risiko (Dinkes, 2024).

Berdasarkan kondisi tersebut, kolaborasi antara Fakultas Farmasi dan UPTD Puskesmas Kereng Bangkirai menjadi sangat relevan untuk mewujudkan kampus sehat melalui kegiatan cek kesehatan gratis. Sinergi ini mempertemukan kapasitas akademik dalam edukasi dan pengabdian dengan kapasitas layanan primer Puskesmas dalam skrining, konsultasi, dan rujukan, sehingga kegiatan tidak hanya bersifat seremonial tetapi juga berorientasi pada keberlanjutan layanan dan perubahan perilaku kesehatan (Dinkes, 2024).

Kolaborasi antara Fakultas Farmasi dan UPTD Puskesmas Kereng Bangkirai dalam program cek kesehatan gratis memberikan dampak signifikan terhadap peningkatan cakupan skrining penyakit tidak menular di lingkungan kampus. Penelitian kolaborasi perguruan tinggi dan Puskesmas di Cimahi menunjukkan bahwa edukasi kesehatan combined dengan skrining gratis efektif meningkatkan pemahaman masyarakat tentang

penyakit tidak menular dan deteksi dini kondisi yang sebelumnya tidak terdiagnosis, seperti hipertensi, diabetes melitus, dan kolesterol tinggi. Di Universitas Respati Yogyakarta, implementasi Health Promoting University (HPU) yang melibatkan kolaborasi dengan tenaga kesehatan puskesmas juga terbukti meningkatkan kebersihan lingkungan kampus, kepedulian warga kampus terhadap lingkungan, dan kesadaran kesehatan diri meskipun masih terdapat keterbatasan sumber daya staf dan pendanaan (Ahmad et al, 2025)

Kegiatan pengabdian ini bertujuan untuk meningkatkan kesadaran dan kepedulian kesehatan sivitas akademika melalui pemeriksaan kesehatan gratis yang terintegrasi dengan edukasi kesehatan dasar. Selain itu, kegiatan ini juga bertujuan untuk menjangkau faktor risiko penyakit tidak menular secara dini agar peserta yang memerlukan tindak lanjut dapat diarahkan ke layanan kesehatan yang sesuai. Target luaran kegiatan ini adalah terselenggaranya kegiatan cek kesehatan gratis yang diikuti oleh sivitas akademika secara aktif dan tertib, serta tersedianya data awal mengenai kondisi kesehatan peserta sebagai dasar pemetaan risiko kesehatan di lingkungan kampus. Data ini dapat menjadi acuan untuk kegiatan pengabdian lanjutan, promosi kesehatan, maupun penguatan kebijakan kampus sehat.

2. Metode Kegiatan

Metode kegiatan pengabdian “Kolaborasi Fakultas Farmasi dan UPTD Puskesmas Kereng Bangkirai dalam Mewujudkan Kampus Sehat Melalui Cek Kesehatan Gratis” dilaksanakan secara partisipatif melalui kerja sama tim dosen, tenaga kesehatan Puskesmas, mahasiswa, dan pihak kampus. Kegiatan dirancang dalam beberapa tahap agar pelayanan berjalan tertib, informatif, dan bermanfaat bagi peserta.

Persiapan

Tahap persiapan dilakukan melalui koordinasi antara Fakultas Farmasi dan UPTD Puskesmas Kereng Bangkirai untuk menyepakati waktu, lokasi, sasaran peserta, alur layanan, serta jenis pemeriksaan yang akan diberikan. Pada tahap ini juga dilakukan pembagian tugas panitia, penyediaan alat kesehatan, formulir pendaftaran,

media edukasi, dan sarana dokumentasi. Selain itu, dilakukan sosialisasi kegiatan kepada sivitas akademika agar partisipasi peserta optimal.

Sosialisasi dan Pendaftaran Peserta

Sebelum pelaksanaan, peserta diberikan informasi mengenai tujuan kegiatan, manfaat cek kesehatan gratis, jenis pemeriksaan yang akan dilakukan, serta pentingnya menjaga privasi data kesehatan. Pendaftaran peserta dilakukan secara langsung atau melalui sistem yang disiapkan panitia, sehingga jumlah peserta dapat dipetakan dan alur pemeriksaan menjadi lebih teratur.

Pelaksanaan Cek Kesehatan Gratis

Pelaksanaan kegiatan dilakukan di lokasi yang telah disepakati dengan alur pelayanan yang sistematis, yaitu:

1. Registrasi peserta.
2. Pengukuran identitas dasar dan pengisian riwayat kesehatan singkat.
3. Pemeriksaan tanda vital dan status kesehatan dasar, seperti tekanan darah, berat badan, tinggi badan, indeks massa tubuh, lingkaran perut, serta pemeriksaan lain sesuai kemampuan dan ketersediaan alat.
4. Konsultasi hasil pemeriksaan oleh petugas kesehatan.
5. Edukasi singkat mengenai hasil pemeriksaan, faktor risiko penyakit tidak menular, pola hidup sehat, dan anjuran tindak lanjut bila ditemukan kelainan.

Edukasi Kesehatan

Setelah pemeriksaan, peserta menerima edukasi kesehatan mengenai pencegahan penyakit tidak menular, pentingnya aktivitas fisik, pola makan seimbang, istirahat cukup, pengelolaan stres, dan kepatuhan melakukan pemeriksaan kesehatan berkala. Edukasi diberikan secara lisan, leaflet, poster, atau media lainnya agar mudah dipahami oleh peserta.

Tindak Lanjut

Peserta yang hasil pemeriksaannya menunjukkan faktor risiko atau kelainan dianjurkan untuk melakukan pemeriksaan lanjutan ke fasilitas pelayanan kesehatan. Tim pelaksana juga dapat menyusun rekapitulasi hasil kegiatan

sebagai dasar evaluasi dan bahan rekomendasi untuk program Kampus Sehat berikutnya.

Evaluasi Kegiatan

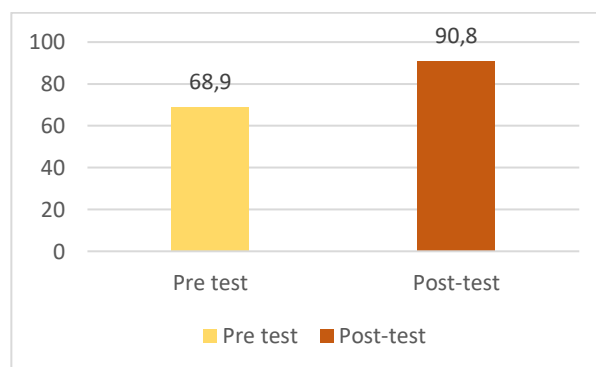
Evaluasi dilakukan untuk menilai keterlaksanaan kegiatan, jumlah peserta yang hadir, kelancaran alur pelayanan, tingkat pemahaman peserta, dan hambatan selama pelaksanaan. Hasil evaluasi digunakan untuk memperbaiki pelaksanaan kegiatan serupa pada periode berikutnya.

3. Hasil Dan Pembahasan

Pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat dengan judul Kolaborasi Fakultas Farmasi dan UPTD Puskesmas Kereng Bangkirai dalam Mewujudkan Kampus Sehat Melalui Cek Kesehatan Gratis telah dilaksanakan dengan menyasar civitas akademika dan masyarakat sekitar kampus. Evaluasi keberhasilan program ini diukur melalui tiga indikator utama: peningkatan pengetahuan mitra, peningkatan keterampilan/kesadaran deteksi dini, serta ketercapaian target luaran produk dan kegiatan.

Peningkatan Pengetahuan dan Keterampilan Peserta

Sebelum dilakukan pemeriksaan kesehatan, seluruh peserta diberikan edukasi singkat (konseling meja) mengenai pentingnya menjaga parameter metabolik (tekanan darah, gula darah, dan asam urat) serta penerapan gaya hidup sehat. Peningkatan pengetahuan diukur menggunakan *pre-test* dan *post-test* singkat berisi 10 pertanyaan terkait pencegahan penyakit tidak menular (PTM).



Gambar 1. Grafik Rata-rata skor pengetahuan

Rata-rata skor pengetahuan peserta berada pada angka 68,9. Hal ini mengindikasikan bahwa pemahaman awal peserta mengenai pentingnya menjaga parameter metabolik (seperti tekanan darah, gula darah, dan asam urat) serta penerapan gaya hidup sehat masih tergolong cukup namun belum optimal. Setelah diberikan edukasi singkat melalui metode konseling meja, rata-rata skor melonjak menjadi 90,8. Peningkatan sebesar 21,9 poin ini membuktikan bahwa metode edukasi interpersonal secara langsung (konseling meja) sangat efektif dalam mentransfer informasi kesehatan dalam waktu singkat. 10 pertanyaan terkait pencegahan PTM yang diujikan mampu dijawab dengan jauh lebih baik oleh para peserta. Temuan ini sejalan dengan pelaksanaan Cek Kesehatan Gratis (CKG) oleh Kementerian Kesehatan yang menekankan bahwa skrining di layanan primer merupakan langkah strategis untuk mendeteksi faktor risiko sejak dini dan mendorong tindak lanjut yang lebih cepat bila ditemukan kelainan kesehatan. Dalam konteks kampus, pendekatan edukasi yang dikombinasikan dengan skrining sederhana menjadi relevan karena dapat mengubah pengetahuan menjadi kesadaran praktis untuk memantau tekanan darah, gula darah, dan asam urat secara lebih rutin (Kemenkes, 2025).

Selain meningkatkan pengetahuan, kegiatan ini juga berpotensi membentuk perilaku preventif yang lebih berkelanjutan di lingkungan sivitas akademika. Program kesehatan berbasis kolaborasi kampus dan Puskesmas terbukti memperkuat implementasi *Health Promoting University* melalui sinergi edukasi, skrining, dan pelayanan kesehatan dasar yang mudah diakses. Karena itu, kerja sama Fakultas Farmasi dan UPTD Puskesmas Kereng Bangkirai tidak hanya mendukung deteksi dini, tetapi juga dapat menjadi model pengabdian masyarakat yang memperkuat budaya hidup sehat, terutama bila dilakukan secara periodik dan diikuti dengan rujukan serta pemantauan lanjutan bagi peserta yang berisiko (Nawangsari, 2025).

Secara psikomotorik (keterampilan mandiri), terjadi peningkatan kesadaran dan kemampuan peserta dalam menginterpretasikan hasil sediaan data kesehatan mereka sendiri. Peserta yang awalnya tidak mengetahui klasifikasi

tekanan darah normal vs hipertensi, setelah kegiatan ini, mampu memahami tindakan preventif awal yang harus dilakukan jika parameter mereka menunjukkan kategori risiko.

Capaian Produk Kesehatan dan Hasil Skrining

Sebagai bentuk luaran fisik dan data, kegiatan ini berhasil memetakan profil kesehatan civitas akademika serta menghasilkan "Kartu Kontrol Kesehatan Kampus Sehat" yang dapat digunakan peserta untuk memantau status kesehatan mereka secara berkala di Puskesmas. Hasil skrining kesehatan gratis disajikan pada Tabel 1.

Tabel 1. Hasil Skrining Parameter Kesehatan Kampus Sehat

Parameter	Kategori Klinis	Jumlah Peserta	Persentase (%)
Tekanan Darah	Normal (<120/80 mmHg)	78	65,0%
	Pre-Hipertensi (120-139/80-89)	26	21,7%
	Hipertensi ($\geq$ 140/90 mmHg)	16	13,3%
Gula Darah Sewaktu (GDS) dst	Normal (<200 mg/dL)	108	90,0%
	Hiperglikemia ($\geq$ 200 mg/dL)	12	10,0%

Berdasarkan Tabel 1, ditemukan bahwa komorbiditas tersembunyi yang paling banyak diderita oleh civitas akademika dan mahasiswa adalah prehipertensi hingga hipertensi (35%). Peserta dengan hasil di luar rentang normal langsung dirujuk secara internal ke tim medis UPTD Puskesmas Kereng Bangkirai yang bertugas di lokasi untuk mendapatkan tata laksana lebih lanjut.

Mayoritas peserta memiliki tekanan darah normal, yaitu sebanyak 78 orang (65,0%). Namun, temuan yang memerlukan perhatian khusus adalah kelompok prehipertensi sebesar 26 orang (21,7%) dan kelompok hipertensi klinis sebanyak 16 orang (13,3%). Sebanyak 35% peserta berada di atas ambang batas tekanan darah optimal. Kelompok prehipertensi merupakan sasaran intervensi paling krusial karena perubahan gaya hidup (diet rendah garam dan peningkatan aktivitas fisik) pada fase ini

dapat mencegah perkembangan ke arah hipertensi kronis. Tingginya angka prehipertensi dan hipertensi di lingkungan kampus jamak ditemukan pada usia produktif akibat tingkat stres kerja/akademik, kurangnya aktivitas fisik (*sedentary lifestyle*), dan pola makan tidak teratur (Khasanah & Prihastuti, 2024).

Hasil pemeriksaan menunjukkan bahwa 108 peserta (90,0%) memiliki kadar gula darah normal (<200 mg/dL), sedangkan 12 peserta (10,0%) teridentifikasi mengalami hiperglikemia (≥ 200 mg/dL). Proporsi hiperglikemia 10% di lingkungan akademis ini tidak dapat disepelekan. Tanpa adanya manajemen dini, kondisi hiperglikemia sewaktu berisiko tinggi bermanifestasi menjadi diabetes melitus (DM) tipe 2. Edukasi rutin serta pemantauan berkala menjadi instrumen penting mengingat diabetes sering kali bersifat asimtomatik pada tahap awal (Pobas et al, 2025).

Menurut *American Heart Association* (2025), komorbiditas prehipertensi dan hipertensi dalam lingkungan akademik harus dianggap sebagai tanda penting untuk intervensi awal karena kondisi ini sangat dipengaruhi oleh perubahan gaya hidup, tekanan emosional, dan minimnya aktivitas fisik. Pedoman terkini menekankan bahwa perubahan gaya hidup merupakan fondasi utama dalam pencegahan dan penanganan hipertensi, termasuk pengurangan asupan garam, peningkatan aktivitas fisik, dan manajemen berat badan. Dalam konteks mahasiswa dan komunitas akademik, pendekatan pencegahan dan promosi kesehatan menjadi sangat penting karena kelompok ini biasanya berada pada usia produktif, namun memiliki kecenderungan terhadap gaya hidup tidak aktif. Oleh karena itu, penting untuk mengintegrasikan skrining tekanan darah secara rutin dengan pendidikan kesehatan agar dapat dilakukan deteksi lebih awal sebelum berkembang menjadi hipertensi yang permanen.

Temuan kadar glukosa darah yang menunjukkan sebagian peserta mengalami hiperglikemia juga perlu mendapat perhatian karena kondisi ini dapat berkembang tanpa gejala pada fase awal. Pedoman Perkeni (2024) menekankan bahwa skrining diabetes dan prediabetes perlu dilakukan pada individu dewasa

dengan faktor risiko seperti kurangnya aktivitas fisik, obesitas, hipertensi, serta usia di atas 35 tahun. Selain itu, pemeriksaan gula darah secara berkala bermanfaat untuk mengidentifikasi disglukemia lebih awal sehingga intervensi dapat diberikan sebelum munculnya komplikasi metabolik yang lebih berat. Dengan demikian, hasil pemeriksaan pada populasi ini tidak hanya mencerminkan status kesehatan saat ini, tetapi juga menjadi dasar penting untuk pencegahan diabetes melitus tipe 2 di kemudian hari.



Gambar 2. Dokumentasi pelaksanaan Kolaborasi Fakultas Farmasi UMPR dan UPTD Puskesmas Kereng Bangkirei

4. Simpulan

Kolaborasi antara Fakultas Farmasi Universitas Muhammadiyah Palangka Raya dan UPTD Puskesmas Kereng Bangkirei efektif meningkatkan pengetahuan sivitas akademika mengenai parameter metabolik dan gaya hidup sehat, dibuktikan dengan kenaikan nilai rata-rata dari 68,9 menjadi 90,8 melalui metode edukasi konseling meja. Selain itu, kegiatan cek kesehatan gratis ini juga berhasil menjaring dan memetakan faktor risiko penyakit tidak menular (PTM) tersembunyi di lingkungan kampus, dengan temuan utama berupa kelompok pre-hipertensi dan hipertensi yang mencapai 35% serta kelompok hiperglikemia sebesar 10% dari total peserta.

Ucapan Terima Kasih

Terimakasih kepada Fakultas Farmasi UMPR yang sudah memfasilitasi kegiatan Pengabdian Masyarakat dan juga Terimakasih kepada UPTD Puskesmas Kereng Bangkirai atas kerjasamanya.

Referensi

- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2019. *Program Kampus Sehat, Strategi Meningkatkan Kesehatan Masyarakat*.
- Dinas Kesehatan Pematangsiantar. 2024. *Deteksi Dini Penyakit Tidak Menular dan Tuberkulosis*.
- Dinas Kesehatan Banjarmasin. 2024. *Deteksi Dini Faktor Risiko Penyakit Tidak Menular bagi ASN*.
- Khasanah, I. N., & Prihastuti, M. (2024). Skrining Resiko Penyakit Tidak Menular sebagai Upaya Promotif Preventif. *Jurnal Peduli Masyarakat*, 6(4), 1609-1614.
- Obas, S., Sary, D. A., Hapsari, F. D., & Wuladari, W. K. (2025). Edukasi Tentang Pentingnya Skrining dan Kontrol Rutin Terhadap Pencegahan Penyakit Tidak Menular pada Usia Produktif. *Besiru: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 2(2), 293-300.
- Ahmad, N., Akbar, T., & Ruhyandi, R. (2025). Kolaborasi Perguruan Tinggi Dan Puskesmas: Edukasi Dan Deteksi Dini Untuk Kesehatan Masyarakat Cimahi. *Journal Pengabdian Masyarakat Kesehatan*, 6(1).
- Kementerian Kesehatan RI. 2025. *Melihat Hari Pertama Pelaksanaan Cek Kesehatan Gratis di Puskesmas Tebet*
- Nawangsari, R., & Pratama, A. 2025. *Implementasi Health Promoting University (HPU) di Universitas Respati Yogyakarta sebagai Upaya Mewujudkan Kampus Sehat*.
- American Heart Association/American College of Cardiology. 2025 *AHA/ACC guideline for high blood pressure in adults*.
- Perkumpulan Endokrinologi Indonesia. Pedoman Pengelolaan dan Pencegahan Diabetes Melitus Tipe 2 Dewasa di Indonesia 2024