

PEMERIKSAAN KESEHATAN TERPADU SEBAGAI UPAYA DETEKSI DINI GANGGUAN KESEHATAN UMUM, MATA, DAN MUSKULOSKELETAL

Cempaka Kumala Sari¹, Zaenal Abidin², Machbub Junaedi³, Elista Lisnawati⁴

^{1,2,3} Universitas Widya Husada Semarang, Prodi Teknologi Elektro Medis, Prodi Fisioterapi, Prodi Optometri

Corresponding Author* : cempaka.ksari@uwhs.ac.id

ABSTRAK

Kesehatan merupakan salah satu faktor utama yang menentukan kualitas hidup masyarakat. Upaya peningkatan derajat kesehatan tidak hanya dilakukan melalui pelayanan kesehatan di fasilitas kesehatan, tetapi juga melalui kegiatan promotif dan preventif yang melibatkan partisipasi aktif masyarakat. Pemeriksaan kesehatan secara berkala dapat membantu masyarakat mengetahui kondisi kesehatan dan faktor risiko penyakit sehingga dapat dilakukan tindak lanjut secara tepat. Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan kesadaran dan kepedulian warga terhadap pentingnya pemeriksaan kesehatan secara rutin serta mendukung upaya deteksi dini penyakit. Kegiatan dilaksanakan di halaman kampus Universitas Widya Husada Semarang dengan sasaran warga Kelurahan Krapyak. Pemeriksaan dilakukan sebagai upaya skrining kondisi kesehatan masyarakat sesuai dengan pemeriksaan yang tersedia meliputi pemeriksaan deteksi dini terhadap berbagai masalah kesehatan melalui pemeriksaan kesehatan umum, pemeriksaan mata, dan pemeriksaan fisioterapi. Kegiatan mendapat respons positif dan partisipasi aktif dari warga Kelurahan Krapyak. Pemeriksaan kesehatan gratis ini menjadi salah satu bentuk pelayanan promotif dan preventif yang dapat meningkatkan kepedulian masyarakat terhadap kondisi kesehatannya serta memberikan kesempatan untuk mengenali faktor risiko penyakit lebih awal, penerapan pola hidup sehat, pemeliharaan kesehatan mata, serta pencegahan gangguan sistem gerak. Kegiatan ini memberikan manfaat bagi masyarakat melalui peningkatan akses terhadap pelayanan kesehatan sekaligus memperkuat kolaborasi antara perguruan tinggi, tenaga kesehatan, pemerintah Kelurahan Krapyak, dan masyarakat. Program pengabdian ini diharapkan dapat menjadi kegiatan berkelanjutan dalam mendukung peningkatan derajat kesehatan dan kualitas hidup masyarakat. Diharapkan dapat memotivasi masyarakat untuk selalu menerapkan perilaku hidup sehat dan melakukan pemeriksaan kesehatan secara rutin sebagai bagian dari upaya peningkatan kualitas hidup.

Kata kunci: pemeriksaan kesehatan, deteksi dini, pemeriksaan mata, fisioterapi, edukasi kesehatan.

ABSTRACT

Health is a key determinant of a community's quality of life. Efforts to improve health status involve not only clinical services at healthcare facilities but also health promotion and disease prevention activities that require active community participation. Regular health check-ups enable individuals to understand their health status and identify disease risk factors, facilitating appropriate follow-up actions. This initiative aimed to raise public awareness regarding the importance of routine health screenings and to support early disease detection. The event took place on the campus grounds of Universitas Widya Husada Semarang, targeting residents of the Krapyak

Urban Village. Screenings were conducted to assess community health, covering general health checks, eye examinations, and physiotherapy assessments. The event received a positive response and active participation from the local residents. This free health screening served as a form of preventive and promotive care, fostering greater health awareness and offering opportunities for early risk factor identification, the adoption of healthy lifestyles, eye health maintenance, and the prevention of musculoskeletal disorders. The initiative benefited the community by improving access to healthcare services while strengthening collaboration among the university, healthcare professionals, the Krapyak Urban Village administration, and local residents. This community service program is intended to become a sustainable initiative that supports the improvement of community health and quality of life, motivating residents to adopt healthy habits and undergo regular check-ups as part of their efforts to enhance their well-being.

Keywords: health screening, early detection, eye examination, physiotherapy, health education.

PENDAHULUAN

Kesehatan merupakan salah satu faktor utama yang menentukan kualitas hidup masyarakat (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2021). Upaya peningkatan derajat kesehatan tidak hanya dilakukan melalui pelayanan kesehatan di fasilitas kesehatan, tetapi juga melalui kegiatan promotif dan preventif yang melibatkan partisipasi aktif masyarakat (Notoatmodjo, 2018). Pemeriksaan kesehatan secara berkala menjadi salah satu langkah penting dalam mendeteksi dini berbagai masalah kesehatan sehingga dapat dilakukan penanganan yang tepat sebelum berkembang menjadi kondisi yang lebih serius (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia [Kemenkes RI], 2022). Namun demikian, masih banyak masyarakat yang belum melakukan pemeriksaan kesehatan secara rutin karena keterbatasan akses, waktu, biaya, maupun kurangnya kesadaran akan pentingnya deteksi dini (Notoatmodjo, 2018; Prasetyo & Utami, 2020). Selain masalah kesehatan umum, gangguan penglihatan dan gangguan sistem gerak juga merupakan permasalahan yang cukup sering dijumpai di masyarakat (Kemenkes RI, 2019).

Gangguan penglihatan dapat memengaruhi produktivitas, aktivitas sehari-hari, dan kualitas hidup apabila tidak terdeteksi sejak dini (World Health Organization [WHO], 2025). Demikian pula, keluhan muskuloskeletal seperti nyeri leher, nyeri punggung, nyeri lutut, maupun keterbatasan gerak sering dialami oleh berbagai kelompok usia, terutama lansia dan masyarakat usia produktif (Yanti & Budiman, 2023). Faktor ergonomi dan penurunan fungsi fisik sering kali memicu interaksi

negatif antara gangguan sensorik dan motorik ini. Oleh karena itu, pemeriksaan kesehatan umum, pemeriksaan mata, dan layanan fisioterapi merupakan bentuk pelayanan kesehatan yang saling melengkapi dalam mendukung upaya peningkatan kesehatan masyarakat secara menyeluruh (Kementerian Kesehatan RI, 2024).

Kegiatan ini bertujuan untuk memberikan pelayanan pemeriksaan kesehatan, melakukan deteksi dini terhadap berbagai gangguan kesehatan, memberikan edukasi mengenai perilaku hidup sehat, serta meningkatkan kesadaran masyarakat akan pentingnya menjaga kesehatan secara berkelanjutan. Melalui kegiatan ini diharapkan masyarakat dapat mengetahui kondisi kesehatannya sejak dini, memperoleh rekomendasi tindak lanjut apabila ditemukan kelainan, serta termotivasi untuk menerapkan pola hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari. Selain memberikan manfaat bagi masyarakat, kegiatan ini juga menjadi implementasi nyata pelaksanaan Tri Dharma Perguruan Tinggi, khususnya dalam bidang Pengabdian kepada Masyarakat (PkM), melalui sinergi antara institusi pendidikan, tenaga kesehatan, pemerintah kelurahan, dan masyarakat dalam upaya meningkatkan derajat kesehatan masyarakat.

METODE PENGABDIAN

Pelaksanaan PkM meliputi pemeriksaan kesehatan secara umum, pemeriksaan mata dan layanan fisioterapi bagi warga Kelurahan Krapyak Kota Semarang dilaksanakan dengan pembagian 80 lembar kupon kepada warga dilanjutkan dengan proses registrasi peserta dan pencatatan identitas. Peserta mengikuti alur pelayanan kesehatan antara lain :

1. Pemeriksaan kesehatan umum, meliputi anamnesa singkat, pengukuran tekanan darah, pemeriksaan gula darah, pemeriksaan asam urat, pemeriksaan kolesterol Fungsinya adalah untuk mengetahui kadar gula dalam darah yang dapat memacu timbulnya penyakit diabetes apabila terlalu tinggi, pemeriksaan kolesterol itu sendiri untuk mengantisipasi jika hasil terlalu tinggi dapat memicu hipertensi maupun jantung koroner, sementara cek rutin tekanan darah sangat dibutuhkan untuk mengontrol kondisi tekanan darah agar tetap ideal.
2. Pemeriksaan mata, meliputi skrining ketajaman penglihatan, identifikasi keluhan mata, pemberian edukasi serta rekomendasi tindak lanjut apabila ditemukan gangguan penglihatan.

3. Pemeriksaan fisioterapi, meliputi asesmen keluhan, pemeriksaa postur, lingkup gerak sendi, keluhan otot dan kemampuan fungsional, latihan sederhana serta rekomendasi penanganan atau rujukan bilamana diperlukan.
4. Setelah pemeriksaan, peserta memperoleh edukasi mengenai pola hidup sehat, pencegahan penyakit degeneratif sejak awal.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Dari 80 peserta pemeriksaan kesehatan, 26 peserta pemeriksaan mata, 30 peserta pemeriksaan fisioterapi. Secara umum hasil pemeriksaan menunjukkan bahwa sebagian peserta berada dalam kondisi kesehatan yang baik. Namun masih ditemukan beberapa warga dengan hasil pemeriksaan tekanan darah dan kolesterol diatas batas normal, keluhan nyeri pada leher, bahu, pinggang dan lutut yang berkaitan dengan gangguan muskuloskeletal, serta penurunan ketajaman penglihatan yang memerlukan pemeriksaan lanjutan. Selama kegiatan berlangsung, masyarakat menunjukkan antusiasme yang tinggi. Hal ini terlihat dari tingginya partisipasi warga dalam mengikuti seluruh rangkaian pemeriksaan dan konsultasi kesehatan. Selain memanfaatkan pelayanan yang tersedia, warga juga aktif mengajukan pertanyaan mengenai pencegahan penyakit, pengelolaan nyeri, kesehatan mata, aktivitas fisik, serta pola hidup sehat.

Kegiatan pengabdian ini menunjukkan bahwa pelayanan kesehatan berbasis masyarakat masih sangat dibutuhkan sebagai salah satu upaya meningkatkan akses masyarakat terhadap pelayanan kesehatan promotif dan preventif. Pemeriksaan kesehatan yang dilakukan secara langsung di lingkungan tempat tinggal masyarakat memberikan kemudahan bagi warga untuk mengetahui kondisi kesehatannya tanpa harus datang ke fasilitas kesehatan. Pemeriksaan kesehatan umum berperan dalam mendeteksi faktor risiko penyakit, seperti hipertensi dan gangguan kesehatan lainnya, sehingga masyarakat dapat memperoleh edukasi dan rekomendasi untuk melakukan pemeriksaan lanjutan apabila diperlukan. Deteksi dini merupakan langkah penting dalam mencegah berkembangnya penyakit menjadi lebih berat dan mengurangi risiko komplikasi. Dijelaskan akan pentingnya menjaga pola makan dan pola hidup sehat karena melalui perubahan gaya hidup seperti pola makan sehat dan olahraga dapat memberikan dampak yang sangat baik untuk keberlangsungan hidup, selain itu mengelola pola pikir atau yang dapat memicu stres juga harus dihindari karena

strespun dapat mempengaruhi naik turunnya tekanan darah dan kadar gula darah yang bisa memicu berbagai penyakit kronis.

Pemeriksaan mata memberikan manfaat dalam mengidentifikasi gangguan ketajaman penglihatan yang dapat memengaruhi aktivitas sehari-hari dan produktivitas masyarakat. Melalui skrining sederhana, warga yang mengalami penurunan fungsi penglihatan dapat segera memperoleh rekomendasi untuk pemeriksaan lebih lanjut sehingga gangguan penglihatan dapat ditangani secara tepat. Sementara itu, layanan fisioterapi memberikan manfaat bagi masyarakat yang mengalami keluhan pada sistem gerak dan muskuloskeletal. Edukasi mengenai postur tubuh yang benar, ergonomi saat bekerja, serta latihan peregangan dan penguatan otot membantu peserta memahami cara mengurangi risiko nyeri dan mempertahankan kemampuan fungsional dalam aktivitas sehari-hari. Peserta yang memerlukan tindak lanjut diberikan edukasi serta dianjurkan untuk memeriksakan diri ke fasilitas pelayanan kesehatan sesuai dengan kondisi masing-masing. Pendekatan ini tidak hanya memberikan manfaat kesehatan, tetapi juga memperkuat interaksi antara tenaga kesehatan, perguruan tinggi, pemerintah kelurahan, dan masyarakat dalam mendukung upaya peningkatan derajat kesehatan secara berkelanjutan.

SIMPULAN

Melalui kegiatan ini, masyarakat memperoleh pemeriksaan kesehatan umum, pemeriksaan mata, dan pemeriksaan fisioterapi yang dapat membantu mengidentifikasi kondisi kesehatan serta mendeteksi secara dini berbagai faktor risiko dan gangguan kesehatan. Selain itu, edukasi kesehatan yang diberikan mampu meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat mengenai pentingnya menerapkan pola hidup sehat, menjaga kesehatan mata, serta memelihara kesehatan sistem gerak melalui aktivitas fisik.

Secara keseluruhan, kegiatan pengabdian ini memberikan manfaat bagi masyarakat sekaligus memperkuat sinergi antara perguruan tinggi, tenaga kesehatan, pemerintah Kelurahan Krapyak, dan masyarakat dalam mendukung upaya peningkatan derajat kesehatan melalui pendekatan promotif, preventif, dan edukatif.

DAFTAR PUSTAKA

- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2019). Laporan Nasional Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2022). Panduan Teknis Pemeriksaan Kesehatan Berkala (Screening) di Fasilitas Kesehatan Tingkat Pertama. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2024). Topik penyakit: Gangguan Penglihatan. Ayo Sehat Kemenkes. <https://ayosehat.kemkes.go.id/>
- Notoatmodjo, S. (2018). Metodologi Penelitian Kesehatan Dan Perilaku Kesehatan. Rineka Cipta.
- Prasetyo, A., & Utami, S. (2020). Analisis Faktor Penghambat Masyarakat dalam Pemanfaatan Layanan Deteksi Dini Penyakit Tidak Menular. Jurnal Kebijakan Kesehatan Indonesia, 9(3), 145–152.
- Sari, C. K., Nisrina, S. F., & Santoso, S. (2024). Pendampingan Pengurus Rumah Detensi Imigrasi Tentang Pemeriksaan Kesehatan. Hikmah Journal of Community Service, 2(3).
- World Health Organization. (2025). Blindness and vision impairment: Fact sheets. World Health Organization.
- Yanti, R., & Budiman, A. (2023). Hubungan Antara Gangguan Penglihatan dan Keluhan Muskuloskeletal Serta Kontrol Postur Pada Kelompok Usia Lanjut. Jurnal Kedokteran dan Kesehatan, 19(2), 112–121.