

Kolaborasi PKM Wara Utara Kota dalam Pemeriksaan PTM Bagi Mahasiswa Universitas Mega Buana Palopo

Arman¹, Zamli², Seriyanti³, Riska Sabrina⁴

^{1,2,3,4} Universitas Mega Buana Palopo, Indonesia

Received : 22 Juli 2025, Revised : 25 Juli 2025, Published : 3 Agustus 2025

Corresponding Author

Nama Penulis : Arman

E-mail: armanstikesjp@yahoo.co.id

Abstrak

Penyakit Tidak Menular (PTM) seperti hipertensi, obesitas, dan gangguan metabolik semakin meningkat di kalangan usia produktif, termasuk mahasiswa. Rendahnya kesadaran terhadap gaya hidup sehat menjadi tantangan tersendiri dalam pencegahan PTM. Oleh karena itu, kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan sebagai bentuk kontribusi perguruan tinggi dalam mengedukasi dan memeriksa kesehatan mahasiswa Universitas Mega Buana Palopo. Kegiatan ini menggunakan pendekatan promotif dan preventif melalui penyuluhan kesehatan dan pemeriksaan langsung meliputi tekanan darah, indeks massa tubuh, serta kadar gula darah sewaktu. Sasaran kegiatan adalah mahasiswa lintas program studi dengan jumlah peserta sebanyak 80 orang. Hasil pemeriksaan menunjukkan bahwa sebagian mahasiswa mengalami tekanan darah prehipertensi dan indeks massa tubuh di atas normal. Kegiatan ini membuktikan pentingnya edukasi dan deteksi dini PTM di kalangan mahasiswa. Implikasi dari kegiatan ini adalah perlunya agenda berkelanjutan untuk meningkatkan kesadaran kesehatan dan membangun perilaku hidup sehat sejak dini.

Kata kunci - Penyakit Tidak Menular, Pemeriksaan Kesehatan, Mahasiswa, Edukasi Kesehatan, Universitas Mega Buana Palopo

Abstract

Non-communicable diseases (NCDs) such as hypertension, obesity, and metabolic disorders are increasing among productive-age groups, including university students. Low awareness of healthy lifestyles poses a challenge in preventing NCDs. Therefore, this community service activity was carried out as a form of university contribution in educating and assessing the health of students at Mega Buana University, Palopo. This activity uses a promotive and preventive approach through health education and direct examinations covering blood pressure, body mass index, and random blood sugar levels. The activity targeted 80 students from across study programs. Tests revealed that some students had prehypertension and a body mass index above normal. This activity demonstrated the importance of education and early detection of NCDs among students. The implication of this activity is the need for a sustainable agenda to increase health awareness and develop healthy lifestyles from an early age.

Keywords – Non Communicable Diseases, Health Check-ups, Students, Health Education, Mega Buana University, Palopo

How to Cite : Arman, A., Zamli, Z., Seriyanti, S., & Sabrina, R. (2025). Kolaborasi PKM Wara Utara Kota dalam Pemeriksaan PTM Bagi Mahasiswa Universitas Mega Buana Palopo. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Mentari*, 2(1), 6–10.
<https://doi.org/10.59837/jpmm.v2i1.130>

Copyright ©2025 Arman Arman, Zamli Zamli, Seriyanti Seriyanti, Riska Sabrina

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



PENDAHULUAN

Penyakit tidak menular (PTM), seperti hipertensi, diabetes melitus, dan obesitas, telah menjadi masalah kesehatan masyarakat global, termasuk di Indonesia. Penyakit ini tidak hanya menyerang lansia, tetapi juga kelompok usia produktif, terutama mahasiswa. Di usia muda, mahasiswa seringkali mengabaikan gaya hidup sehat karena kebiasaan belajar dan kurangnya kesadaran akan pentingnya deteksi dini. Menurut data WHO (2021), sekitar 71% kematian di seluruh dunia disebabkan oleh penyakit tidak menular (PTM). Di Indonesia, laporan Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018 menunjukkan peningkatan prevalensi hipertensi dari 25,8% pada tahun 2013 menjadi 34,1% pada tahun 2018, dan prevalensi diabetes dari 6,9% menjadi 8,5% selama periode yang sama. Penelitian sebelumnya telah mengkaji secara ekstensif faktor risiko PTM pada orang dewasa dan lansia. Sebagai contoh, sebuah studi oleh Sari dkk. (2020) menemukan bahwa mahasiswa memiliki kebiasaan makan yang buruk dan kurangnya aktivitas fisik, yang berkorelasi signifikan dengan risiko obesitas. Demikian pula, penelitian oleh Putri dan Wahyuni (2019) menunjukkan hubungan yang kuat antara stres akademik dan tekanan darah tinggi pada mahasiswa kedokteran.

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilatarbelakangi oleh kebutuhan untuk mengedukasi dan mencegah PTM di kalangan mahasiswa. Observasi awal menunjukkan adanya kebiasaan sedentary, pola makan tinggi kalori, dan kurangnya aktivitas fisik di kalangan mahasiswa. Hal ini mendorong perlunya intervensi langsung berupa edukasi dan pemeriksaan kesehatan. Sebagai institusi pendidikan tinggi yang berkomitmen pada kesehatan civitas akademiknya, Universitas Mega Buana telah menerapkan berbagai langkah preventif untuk menekan lonjakan kasus PTM, terutama di kalangan mahasiswa. Salah satunya adalah pelaksanaan skrining kesehatan rutin, yang bertujuan untuk deteksi dini risiko PTM seperti tekanan darah tinggi, gangguan metabolisme, dan obesitas. Kegiatan ini merupakan bagian dari inisiatif pengabdian masyarakat yang melibatkan tim dosen, mahasiswa, dan tenaga kesehatan dari fasilitas kesehatan setempat. Rahmawati, D., & Yuliana, R. (2019).

Tujuan dari kegiatan ini adalah untuk memberikan edukasi tentang PTM dan melakukan pemeriksaan kesehatan sebagai tindakan deteksi dini serta meningkatkan kesadaran mahasiswa Universitas Mega Buana tentang menjaga pola hidup sehat. Harapan kami kegiatan ini dapat menjadi dasar bagi intervensi kesehatan lanjutan di lingkungan kampus. Universitas Mega Buana, sebagai institusi pendidikan tinggi, memainkan peran penting dalam memberikan edukasi gaya hidup sehat bagi mahasiswa. Oleh karena itu, pengabdian masyarakat, dalam bentuk skrining PTM bagi mahasiswa, merupakan upaya promotif dan preventif yang konkret dan berkelanjutan.

Selain skrining, Universitas Mega Buana juga telah melaksanakan beberapa program edukasi kesehatan, termasuk seminar, kegiatan peningkatan kesadaran, dan kampanye media digital di kampus. Materi edukasi menekankan pentingnya gaya hidup sehat, seperti pola makan seimbang dan bergizi, aktivitas fisik teratur, dan manajemen stres. Secara khusus, Universitas Mega Buana Palopo berkolaborasi dengan Puskesmas Wara Utara di Kota Palopo untuk kegiatan pengabdian masyarakat yang berfokus pada pemeriksaan kesehatan dan deteksi dini penyakit tidak menular di kalangan mahasiswa. Kolaborasi ini menunjukkan sinergi antara institusi pendidikan dan fasilitas pelayanan kesehatan primer (FKTP) dalam peran strategis mereka dalam menciptakan civitas akademika yang sadar dan peduli kesehatan sejak dini. (Novianti et al., 2021). Dengan memeriksa tekanan darah, indeks massa tubuh, dan kadar glukosa darah acak, mahasiswa tidak hanya menerima informasi tentang kesehatan mereka, tetapi juga mendapatkan pelatihan langsung dari tenaga kesehatan profesional tentang cara menjaga dan meningkatkan gaya hidup mereka. Kolaborasi ini diharapkan dapat menjadi model praktik baik untuk mendekatkan layanan kesehatan kepada generasi muda di perguruan tinggi (Wijaya dan Utami, 2022).

METODE

Program Pengabdian Masyarakat (PkM) berlangsung di Universitas Mega Buana selama tiga hari pada bulan Juni 2025. Dosen dan tenaga kesehatan dari Puskesmas Wara Utara terlibat secara

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

langsung. Sasaran kegiatan terdiri dari mahasiswa dari berbagai program studi. Kegiatan PkM diikuti oleh 80 peserta. Pelaksanaan diawali dengan acara pembukaan dan dilanjutkan dengan kegiatan edukasi tentang pola hidup sehat, risiko penyakit tidak menular, dan pentingnya deteksi dini. Hasil pemeriksaan dicatat dan dianalisis secara deskriptif untuk mendapatkan gambaran umum tentang status kesehatan mahasiswa. Kerahasiaan data peserta dijamin sesuai dengan etika pelaksanaan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil kegiatan pengabdian masyarakat yang dilaksanakan di Universitas Mega Buana, menunjukkan bahwa beberapa mahasiswa mengalami gejala awal atau faktor risiko terkait penyakit tidak menular (PTM), seperti tekanan darah tinggi, gula darah tinggi, dan obesitas. Temuan ini mendukung hipotesis bahwa kelompok usia produktif tidak lagi berisiko terkena PTM. Masa kuliah merupakan masa transisi gaya hidup, ketika mahasiswa mulai mengendalikan sepenuhnya pola makan, aktivitas fisik, dan manajemen stres mereka, yang semuanya merupakan determinan PTM. Secara teoritis, pendekatan promotif dan preventif dalam kesehatan masyarakat sangat relevan di dunia akademis. Menurut model keyakinan kesehatan, individu akan lebih termotivasi untuk mengambil tindakan pencegahan jika mereka menyadari risiko pribadi mereka tertular suatu penyakit. Dalam konteks ini, kegiatan skrining yang disertai dengan edukasi langsung telah terbukti efektif dalam meningkatkan kesadaran mahasiswa tentang status kesehatan mereka sendiri. Temuan ini konsisten dengan penelitian Putri dan Wahyuni (2019), yang menunjukkan bahwa mahasiswa cenderung mengabaikan gejala awal penyakit sebelum intervensi skrining diterapkan.

Nilai tambah dari kegiatan ini terletak pada integrasi konkret antara pengabdian masyarakat dan pendidikan kesehatan, yang didasarkan pada data objektif dari pemeriksaan langsung. Hal ini membedakannya dari perkuliahan atau program penjangkauan berorientasi layanan. Lebih lanjut, integrasi pelatihan pasca-pemeriksaan yang dipersonalisasi menghadirkan dimensi empati dan konseling yang memperkuat dampak kegiatan ini. Salah satu implikasi utama dari kegiatan ini adalah urgensi penerapan program kesehatan berkelanjutan di kampus. Skrining PTM tidak boleh dilakukan sekali saja, melainkan harus menjadi rutinitas universitas yang terstruktur dan terintegrasi dengan sistem kesehatan kampus. Program ini juga dapat menjadi bentuk pemberdayaan masyarakat dengan melibatkan mahasiswa sebagai relawan kesehatan di kampus. Yuliana, S., & Nugroho, H. S. (2023).

Namun, kegiatan ini memiliki beberapa keterbatasan. Pertama, ukuran sampel yang terbatas dan penggunaan metode pengambilan sampel sukarela dapat menimbulkan bias partisipasi, karena partisipan mungkin lebih menyadari atau tertarik pada isu-isu kesehatan. Kedua, analisis laboratorium tambahan, seperti profil lipid atau HbA1c, tidak dilakukan, meskipun analisis tersebut dapat memberikan gambaran yang lebih lengkap tentang status metabolik partisipan. Kegiatan ini menegaskan bahwa skrining kesehatan berbasis layanan masyarakat di universitas merupakan metode potensial untuk menjembatani kesenjangan antara teori pencegahan PTM dan praktik nyata di kalangan individu usia kerja. Kegiatan ini dapat berfungsi sebagai model kolaboratif untuk saling mendukung pendidikan, penelitian, dan pengabdian masyarakat.



Gambar 1.

Kegiatan Pemeriksaan PTM Mahasiswa Universitas Mega Buana

KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini berhasil mengidentifikasi potensi risiko penyakit tidak menular (PTM) di antara beberapa mahasiswa Universitas Mega Buana Palopo. Proporsi mahasiswa dengan hipertensi ringan, kelebihan berat badan, dan hiperglikemia menunjukkan pentingnya deteksi dini dan edukasi kesehatan sejak usia dini. Oleh karena itu, pemeriksaan kesehatan rutin diperlukan di kampus. Mahasiswa juga didorong untuk menerapkan gaya hidup yang lebih aktif, termasuk aktivitas fisik teratur dan memantau pola makan mereka. Kampus juga dapat mengembangkan program "Kampus Sehat" sebagai kelanjutan dari kegiatan ini.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Rektor dan seluruh jajaran manajemen Universitas Mega Buana, Palopo, atas dukungannya dalam pelaksanaan kegiatan ini. Beliau juga menyampaikan

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

rasa terima kasih kepada tim medis Puskesmas Wara Utara, Kota Palopo, atas kerja sama dan pendanaan melalui Bantuan Operasional Kesehatan (BOK). Beliau berharap kerja sama ini dapat terus berlanjut untuk meningkatkan derajat kesehatan warga universitas.

DAFTAR PUSTAKA

- Kementerian Kesehatan RI. (2023). Profil Kesehatan Indonesia 2022. Jakarta: Kemenkes RI.
- WHO. (2021). Noncommunicable diseases. [Online] Available at: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/noncommunicable-diseases>
- Sari, A. W. at, all. (2020) "Kebiasaan Konsumsi Mie Instan Dan Status Gizi Remaja Putri," (Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Semarang).
- Sulianti, R., & Nugraha, A. (2021). Hubungan Pola Makan dan Aktivitas Fisik terhadap Risiko Penyakit Tidak Menular pada Mahasiswa. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 13(1), 45–52.
- Putri, A. P., & Sari, M. D. (2020). Kolaborasi Puskesmas dan Kampus dalam Upaya Deteksi Dini PTM. *Jurnal Pengabdian Kesehatan*, 2(1), 15–22.
- Novianti, R., Hartati, S., & Prasetyo, A. (2021). Edukasi Gaya Hidup Sehat dalam Pencegahan Penyakit Tidak Menular pada Mahasiswa. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 16(2), 87–94.
- Purnamasari, D., & Utami, N. (2020). Pemeriksaan Gula Darah Sewaktu dalam Deteksi Dini Diabetes Melitus. *Jurnal Ilmu Keperawatan dan Kesehatan*, 11(2), 70–76.
- Riskesdas. (2018). Laporan Nasional Riskesdas 2018. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, Kementerian Kesehatan RI.
- Rahmawati, D., & Yuliana, R. (2019). Implementasi Deteksi Dini PTM melalui Program Posbindu di Lingkungan Kampus. *Jurnal Kesehatan Komunitas*, 7(2), 93–101.
- Wijaya, D. P., & Utami, A. R. (2022). Peningkatan Kesadaran Kesehatan Mahasiswa Melalui Pemeriksaan PTM Terintegrasi. *Jurnal Promosi Kesehatan Indonesia*, 14(1), 55–62.
- Yuliana, S., & Nugroho, H. S. (2023). Skrining Penyakit Tidak Menular pada Mahasiswa di Lingkungan Perguruan Tinggi: Studi Deskriptif. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 15(1), 45–52.