



ABDI CENDEKIA:
JURNAL PENGABDIAN MASYARAKAT
Volume 5 Nomor 3 Tahun 2026 Halaman 4103-4110
<https://zia-research.com/index.php/abdicendekia>



**Cek Kesehatan Gratis: Wujud Kepedulian
Mahasiswa KKN SMH Bagi Masyarakat Desa Sukadaya**

Ilhamiyatul Hidayah¹, Jennie Hermanata², Muhammad Elang Jaya Saputra³,
Arneta Retia Putri⁴, Muhamad Rain Febrian⁵, Hapizul Ahdi⁶

^{1,2,3,4,5,6} Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten, Indonesia

Email: 231370039.ilhamiyatul@uinbanten.ac.id¹ (penulis korespondensi);
231380005.muhamad@uinbanten.ac.id²; 231430003.arnetaretiaputi@uinbanten.ac.id³;
231130005.jenniehermanata@uinbanten.ac.id⁴; 231330064@uinbanten.ac.id⁵;
231330064.rain@uinbanten.ac.id⁶

Abstrak

Cek Kesehatan Gratis (CKG) merupakan salah satu upaya yang dapat membantu masyarakat mengetahui kondisi kesehatan dan mendeteksi risiko penyakit sejak dini. Kegiatan ini penting terutama bagi masyarakat yang memiliki keterbatasan dalam mengakses pemeriksaan kesehatan karena faktor biaya. Kegiatan CKG dilaksanakan sebagai salah satu program kerja Kuliah Kerja Nyata (Kukerta) Kelompok 09 Program Studi Pengembangan Masyarakat Islam, Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten bekerja sama dengan Puskesmas Cikurur di Kantor Desa Sukadaya, Kecamatan Cikurur, Kabupaten Lebak, Banten. Kegiatan ini bertujuan untuk memberikan akses pemeriksaan kesehatan secara gratis sekaligus meningkatkan kesadaran masyarakat mengenai pentingnya pemeriksaan kesehatan secara rutin. Metode yang digunakan adalah Participatory Action Research (PAR), dengan melibatkan mahasiswa, tenaga kesehatan, kader PKK, dan masyarakat secara langsung dalam tahapan persiapan hingga pelaksanaan kegiatan. Kegiatan dilaksanakan pada 6 Agustus 2026 dan diikuti oleh 35 peserta yang sebagian besar merupakan masyarakat dewasa, orang tua, dan lanjut usia. Kegiatan ini menunjukkan bahwa pelaksanaan CKG dapat memberikan akses pemeriksaan kesehatan kepada masyarakat sekaligus meningkatkan kepedulian warga terhadap kesehatannya.

Kata kunci: Cek Kesehatan, Kukerta, Kesehatan Masyarakat, *Participatory Action Research*.

***Free Health Check-up: A Form of Care by KKN SMH
Students for the Community of Sukadaya Village***

Abstract

Free health check-ups are one of the efforts that can help the community understand their health condition and detect disease risk at an early stage. This activity is particularly important for communities with limited access to health examinations due to financial constraints. The health check-up activity was carried out as one of the work programs of Kukerta Group 09 of the Islamic Community Development Study Program, Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten in collaboration with Cikurur Community Health Center at the Sukadaya Village Office, Cikurur District, Lebak Regency, Banten. This activity aimed to provide free access to health examinations while increasing community awareness of the importance of regular health check-ups. The method used was Participatory Action

Research (PAR), involving students, healthcare professionals, PKK cadres, and community members directly throughout the preparation and implementation stages. The activity was conducted on 6 August 2026 and was attended by 35 participants, most of whom were adults, parents, and older adults. The activity demonstrated that the implementation of the CKG program provided the community with access to health examinations while also increasing residents' attention to their own health.

Keywords: Health check-up, Kukerta, Public health, Participatory Action Research.

PENDAHULUAN

Kegiatan cek kesehatan gratis merupakan salah satu bentuk kepedulian terhadap kesehatan masyarakat yang penting dilakukan sebagai upaya mencegah dan mendeteksi penyakit sejak dini. Pada sebagian masyarakat, khususnya kelompok ekonomi menengah ke bawah, pemeriksaan kesehatan masih sering dianggap sebagai sesuatu yang dapat ditunda karena keterbatasan biaya. Kondisi tersebut membuat masyarakat lebih memprioritaskan kebutuhan sehari-hari, terutama kebutuhan pangan, dibandingkan melakukan pemeriksaan kesehatan secara rutin. Kesehatan merupakan salah satu aspek penting dalam kehidupan manusia yang memiliki pengaruh besar terhadap produktivitas dan kualitas hidup seseorang. Kondisi kesehatan yang baik memungkinkan masyarakat menjalankan berbagai aktivitas sehari-hari secara optimal serta berperan aktif dalam kehidupan sosial dan ekonomi. Di Indonesia, upaya peningkatan derajat kesehatan masyarakat masih menghadapi berbagai tantangan, seperti masih terbatasnya akses terhadap pelayanan kesehatan (Pramaswari & Fatah, 2023). Selain itu, rendahnya kesadaran masyarakat mengenai pentingnya menjaga dan memantau kondisi kesehatan secara berkala juga menjadi salah satu tantangan (Firmansyah et al., 2025). Oleh karena itu, adanya kegiatan cek kesehatan gratis diharapkan dapat memberikan kemudahan bagi masyarakat untuk memperoleh layanan pemeriksaan kesehatan sekaligus meningkatkan kesadaran akan pentingnya menjaga kesehatan. Melalui pemeriksaan sejak dini, masyarakat dapat mengetahui kondisi kesehatannya dan mengambil langkah yang tepat untuk mencegah terjadinya penyakit yang lebih serius, sebagaimana ungkapan yang sering terdengar bahwa di dalam tubuh yang sehat terdapat jiwa yang kuat.

Pernyataan di atas diperkuat oleh Kementerian Kesehatan Republik Indonesia bahwa Program Cek Kesehatan Gratis (CKG) bertujuan untuk mengetahui sejak dini berbagai faktor yang dapat memengaruhi kesehatan fisik, mental, dan sosial masyarakat, termasuk kondisi yang berpotensi berkembang menjadi penyakit. Melalui pemeriksaan tersebut, masyarakat diharapkan dapat lebih memperhatikan kondisi kesehatannya sehingga tetap produktif, memiliki kualitas hidup yang lebih baik, serta mencapai usia harapan hidup yang lebih tinggi (Kesehatan, 2026).

Kegiatan Cek Kesehatan Gratis (CKG) dilaksanakan di Kantor Desa Sukadaya, Kecamatan Cikulur, Kabupaten Lebak, Banten, pada Kamis, 6 Agustus 2026, mulai pukul 08.00 sampai dengan 12.00 WIB. Kegiatan ini merupakan salah satu program kerja Kuliah Kerja Nyata (Kukerta) Kelompok 09 Program Studi Pengembangan Masyarakat Islam, Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten yang dilaksanakan sebagai bentuk kepedulian terhadap kesehatan masyarakat desa. Dalam pelaksanaannya, kegiatan ini bekerja sama dengan Puskesmas Cikulur untuk memberikan pelayanan pemeriksaan kesehatan secara gratis kepada masyarakat.

Adapun sasaran utama kegiatan CKG ini adalah masyarakat usia dewasa, khususnya orang tua dan lanjut usia (lansia), dengan jumlah peserta yang hadir sebanyak 35 orang. Untuk mengikuti pemeriksaan, warga cukup membawa fotokopi KTP dan Kartu Keluarga (KK) sebagai persyaratan administrasi. Dengan adanya layanan ini, masyarakat dapat langsung datang ke Kantor Desa Sukadaya untuk melakukan pemeriksaan tanpa perlu mengkhawatirkan biaya. Kegiatan CKG ini diharapkan dapat menumbuhkan kesadaran masyarakat desa akan pentingnya melakukan pemeriksaan kesehatan secara rutin, meskipun kondisi tubuh terlihat sehat dan tidak menunjukkan keluhan apa pun. Selain itu, masyarakat diharapkan dapat lebih peduli terhadap kondisi kesehatannya dan tidak

menunggu hingga muncul gejala atau keluhan untuk melakukan pemeriksaan. Dengan demikian, pemeriksaan kesehatan dapat menjadi bagian dari kebiasaan masyarakat dalam menjaga kesehatan dan mencegah penyakit sejak dini.

METODE

Kegiatan Cek Kesehatan Gratis (CKG) dilaksanakan bersamaan dengan kegiatan Posyandu yang rutin diselenggarakan setiap bulan di Desa Sukadaya. Kegiatan ini dilaksanakan pada Kamis, 6 Agustus 2026, dengan melibatkan mahasiswa Kukerta Kelompok 09, bidan, serta ibu-ibu Pemberdayaan dan Kesejahteraan Keluarga (PKK). Pelaksanaan kegiatan menggunakan pendekatan Participatory Action Research (PAR), yaitu pendekatan yang menempatkan mahasiswa tidak hanya sebagai pelaksana kegiatan, tetapi juga terlibat secara langsung bersama masyarakat dalam setiap tahapan kegiatan (Khasanah et al., 2024).

Keterlibatan masyarakat terlihat dari partisipasi kader PKK dan warga dalam membantu proses persiapan, pendaftaran, hingga pelaksanaan pemeriksaan kesehatan. Mahasiswa bersama bidan dan kader juga berinteraksi langsung dengan masyarakat untuk memberikan informasi mengenai pentingnya menjaga kesehatan dan melakukan pemeriksaan secara rutin. Melalui pendekatan PAR, kegiatan ini tidak hanya berfokus pada pemeriksaan kesehatan, tetapi juga mendorong masyarakat untuk ikut berperan dan menyadari pentingnya menjaga kesehatan secara mandiri. Dengan adanya kerja sama antara mahasiswa, tenaga kesehatan, kader, dan masyarakat, kegiatan CKG dapat berjalan dengan lebih tertib serta memberikan manfaat yang lebih nyata bagi warga Desa Sukadaya.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Perguruan tinggi memiliki peran penting dalam memberikan kontribusi positif kepada masyarakat, termasuk dalam bidang kesehatan. Salah satu bentuk nyata dari kontribusi tersebut diwujudkan melalui pelaksanaan program Cek Kesehatan Gratis (CKG) bagi masyarakat. Kegiatan ini dilaksanakan pada 6 Agustus 2026 sebagai kesempatan bagi mahasiswa Kukerta Kelompok 09 untuk bekerja sama dengan Puskesmas Cikulur dalam memberikan pelayanan kesehatan kepada warga Desa Sukadaya. Kegiatan berlangsung mulai pukul 08.00 sampai dengan 12.00 WIB dan diikuti oleh 35 peserta yang berasal dari masyarakat sekitar.

Dari 35 peserta pemeriksaan kesehatan gratis, sebanyak 33 orang (94,29%) melakukan pemeriksaan tinggi badan dan berat badan, 32 orang (91,43%) melakukan pengukuran lingkaran pinggang, 30 orang (85,71%) melakukan pemeriksaan tekanan darah, 33 orang (94,29%) melakukan pemeriksaan Gula Darah Sewaktu (GDS), dan 15 orang (42,86%) melakukan pemeriksaan asam urat.

Antusiasme dan partisipasi warga dalam mengikuti kegiatan menunjukkan bahwa masyarakat cukup terbuka dan memiliki perhatian terhadap kondisi kesehatannya. Melalui pemeriksaan yang dilakukan, warga dapat mengetahui kondisi kesehatannya serta memperoleh informasi mengenai pentingnya menjaga kesehatan dan melakukan pemeriksaan secara rutin. Keikutsertaan masyarakat dalam kegiatan ini juga menjadi salah satu indikator bahwa program CKG dapat membantu meningkatkan kesadaran warga mengenai pentingnya menjaga kesehatan dan melakukan deteksi dini sebagai langkah untuk mencegah penyakit yang lebih serius.

Dalam pelaksanaan Cek Kesehatan Gratis (CKG), masyarakat mendapatkan kesempatan untuk melakukan beberapa jenis pemeriksaan kesehatan secara langsung, meliputi pengukuran berat badan, tinggi badan, lingkaran pinggang, tekanan darah, gula darah, dan asam urat. Seluruh peserta dapat mengikuti rangkaian pemeriksaan yang telah disediakan tanpa harus memilih salah satu jenis pemeriksaan saja. Setiap pemeriksaan dilakukan untuk mengetahui kondisi kesehatan warga secara lebih awal dan memberikan gambaran mengenai hal-hal yang perlu diperhatikan dalam menjaga kesehatan. Adapun

rangkaian pemeriksaan dalam kegiatan CKG yang dilaksanakan di Desa Sukadaya adalah sebagai berikut.

Tinggi badan



Gambar 1. Pemeriksaan tinggi badan peserta Cek Kesehatan Gratis

Pada tahap awal pemeriksaan kesehatan, masyarakat terlebih dahulu melakukan pengukuran tinggi badan sebagaimana ditunjukkan pada Gambar 1. Pengukuran ini dilakukan untuk mengetahui kondisi fisik dasar peserta sebagai bagian dari rangkaian pemeriksaan kesehatan. Berdasarkan hasil pengukuran, tinggi badan masyarakat Desa Sukadaya yang mengikuti kegiatan CKG berada pada rentang 130-160 cm. Data tersebut menjadi salah satu informasi awal yang dicatat dalam proses pemeriksaan kesehatan setiap peserta.

Berat badan



Gambar 2. Pemeriksaan berat badan peserta Cek Kesehatan Gratis

Setelah melakukan pengukuran tinggi badan, masyarakat kemudian diarahkan untuk mengukur berat badan menggunakan timbangan yang telah disediakan. Pengukuran ini dilakukan untuk mengetahui dan memantau kondisi berat badan serta melihat status gizi setiap peserta. Dari hasil pengukuran tersebut dapat diketahui apakah berat badan seseorang termasuk dalam kategori kurang, normal, atau berlebih hingga obesitas (Nadya Putri Auliya Serawaidi et al., 2024). Pemeriksaan sederhana ini diharapkan dapat membantu masyarakat lebih memahami kondisi tubuhnya dan memperhatikan pola hidup yang lebih sehat.

Lingkar pinggang



Gambar 3. Pemeriksaan lingkar pinggang peserta Cek Kesehatan Gratis

Pada tahap berikutnya dilakukan pengukuran lingkar pinggang. Pengukuran ini dilakukan agar tim kesehatan dapat mengetahui jumlah lemak visceral (lemak perut) yang menumpuk di sekitar organ dalam. Ukuran maksimal lingkar pinggang untuk pria adalah 90 cm, sedangkan untuk perempuan adalah 80 cm. Apabila hasil pengukuran melebihi angka tersebut, peserta dikategorikan mengalami obesitas sentral (penumpukan lemak perut). Kondisi ini meningkatkan risiko diabetes tipe 2, serangan jantung, dan hipertensi.

Tekanan darah



Gambar 4. Pemeriksaan tekanan darah peserta Cek Kesehatan Gratis

Setelah dilakukan pengukuran lingkaran pinggang, berat badan, dan tinggi badan, masyarakat kemudian diarahkan untuk melakukan pemeriksaan tekanan darah yang dibantu oleh tim dari Puskesmas Kecamatan Cikukur. Pemeriksaan ini dilakukan untuk mengetahui kondisi tekanan darah setiap peserta serta melihat kemungkinan adanya gangguan kesehatan yang perlu diperhatikan. Melalui pemeriksaan tekanan darah, masyarakat dapat mengetahui apakah tekanan darahnya berada dalam batas normal, terlalu tinggi (hipertensi), atau terlalu rendah (hipotensi). Hasil pemeriksaan tersebut juga dapat menjadi langkah awal bagi masyarakat untuk lebih memperhatikan kondisi kesehatan dan melakukan pemeriksaan lanjutan apabila ditemukan hasil yang tidak normal.

Gula darah



Gambar 5. Pemeriksaan gula darah peserta Cek Kesehatan Gratis

Pemeriksaan gula darah dilakukan untuk mengetahui kadar glukosa dalam tubuh. Pemeriksaan ini menjadi salah satu bagian penting dalam kegiatan Cek Kesehatan Gratis karena dapat membantu mengetahui kondisi gula darah seseorang dan mendeteksi adanya risiko diabetes sejak dini. Dengan mengetahui hasil pemeriksaan lebih awal, masyarakat dapat lebih memperhatikan pola makan dan pola hidup serta melakukan pemeriksaan lanjutan apabila diperlukan. Berdasarkan hasil pemeriksaan yang dilakukan, kadar gula darah sewaktu masyarakat Desa Sukadaya yang mengikuti kegiatan berada pada rentang 86 mg/dL hingga 204 mg/dL.

Asam urat



Gambar 6. Pemeriksaan asam urat peserta Cek Kesehatan Gratis

Pemeriksaan kadar asam urat dilakukan untuk mengetahui jumlah asam urat yang terdapat dalam tubuh. Pemeriksaan ini menjadi salah satu bagian penting dalam kegiatan Cek Kesehatan Gratis karena dapat membantu mengetahui kondisi kadar asam urat serta melihat adanya risiko gangguan pada persendian sejak dini. Dengan mengetahui hasil pemeriksaan, masyarakat dapat lebih memperhatikan pola makan dan kebiasaan sehari-hari serta melakukan pemeriksaan lebih lanjut apabila ditemukan hasil yang berada di atas batas normal.

Berdasarkan hasil pemeriksaan yang dilakukan terhadap masyarakat Desa Sukadaya, kadar asam urat yang diperoleh berada pada rentang 3,2 mg/dL hingga 10 mg/dL. Hasil tersebut menunjukkan adanya variasi kadar asam urat pada peserta, mulai dari kadar yang masih berada dalam batas normal hingga kadar yang tergolong tinggi. Kondisi tersebut menjadi salah satu hal yang perlu diperhatikan agar masyarakat dapat lebih menjaga pola hidup dan pola makan serta mencegah munculnya gangguan kesehatan yang berkaitan dengan kadar asam urat.

SIMPULAN

Berdasarkan pelaksanaan kegiatan Cek Kesehatan Gratis (CKG) di Desa Sukadaya, Kecamatan Cikulur, Kabupaten Lebak, dapat disimpulkan bahwa kegiatan ini merupakan salah satu bentuk kepedulian dan kontribusi mahasiswa Kukerta Kelompok 09 Program Studi Pengembangan Masyarakat Islam, Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten terhadap peningkatan kesadaran masyarakat mengenai pentingnya menjaga kesehatan. Kegiatan ini dilaksanakan pada Kamis, 6 Agustus 2026, di Kantor Desa Sukadaya mulai pukul 08.00 sampai dengan 12.00 WIB, bekerja sama dengan Puskesmas Cikulur. Kegiatan tersebut diikuti oleh 35 orang masyarakat, terutama masyarakat usia dewasa, orang tua, dan lanjut usia. Pelaksanaan kegiatan memberikan kesempatan kepada masyarakat untuk memperoleh pemeriksaan kesehatan secara gratis sehingga warga dapat mengetahui kondisi kesehatannya tanpa harus mengkhawatirkan biaya pemeriksaan.

Pelaksanaan Cek Kesehatan Gratis menggunakan pendekatan *Participatory Action Research* (PAR), yaitu pendekatan yang melibatkan masyarakat secara langsung dalam proses kegiatan. Dalam pelaksanaannya, mahasiswa tidak hanya bertugas sebagai pelaksana, tetapi juga berinteraksi dan bekerja sama dengan bidan, kader PKK, serta masyarakat sejak tahap persiapan, pendaftaran, hingga proses pemeriksaan kesehatan.

Hasil pelaksanaan kegiatan menunjukkan bahwa masyarakat memiliki antusiasme yang cukup baik dalam mengikuti pemeriksaan kesehatan. Dari 35 peserta yang hadir, sebanyak 33 orang (94,29%) melakukan pemeriksaan tinggi badan dan berat badan, 32 orang (91,43%) melakukan pengukuran lingkar pinggang, 30 orang (85,71%) melakukan pemeriksaan tekanan darah, 33 orang (94,29%) melakukan pemeriksaan Gula Darah Sewaktu (GDS), dan 15 orang (42,86%) melakukan pemeriksaan asam urat. Data tersebut menunjukkan bahwa sebagian besar peserta mengikuti rangkaian pemeriksaan kesehatan yang telah disediakan.

Berdasarkan hasil pemeriksaan, terdapat variasi kondisi kesehatan pada masyarakat yang mengikuti kegiatan. Hasil pengukuran tinggi badan peserta berada pada rentang 130-160 cm, sedangkan hasil pemeriksaan gula darah sewaktu berada pada rentang 86-204 mg/dL. Sementara itu, hasil pemeriksaan kadar asam urat berada pada rentang 3,2-10 mg/dL. Variasi hasil tersebut menunjukkan bahwa kondisi kesehatan setiap peserta berbeda-beda sehingga pemeriksaan kesehatan secara rutin menjadi penting untuk mengetahui kondisi tubuh masing-masing individu. Hasil pemeriksaan ini juga dapat menjadi informasi awal bagi masyarakat untuk lebih memperhatikan pola makan dan pola hidup, serta melakukan pemeriksaan lanjutan apabila diperlukan.

DAFTAR PUSTAKA

- Firmansyah, I., Awal, M. J., Nur, F., Damayanti, R., Pasongli, D., Wandiyensa, A., Ferniansih, F., Sari, N. J., & Kaliu, S. (2025). *Kesehatan Anak Usia Sekolah melalui Program Pemeriksaan Gratis: Pengalaman Kegiatan KKN USN Kolaka di Kelurahan Polinggona*. Vol. 5 No. 4. <https://doi.org/10.34697/jai.v5i4.2215>.
- Kesehatan, M. (2026). *Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia*. <https://kesprimkom.kemkes.go.id/assets/uploads/contents/others/2026kepmenkes084.pdf>.
- Khasanah, U., Trisnawati, S. N. I., Isma, A., Alanur, S. N., Maida, N., Nainiti, N. P. P. E., Amin, L. H., Aryawati, N. P. A., Murwati, M., Bangu, B., & Maulida, C. (2024). *Metodologi Pengabdian Kepada Masyarakat: Teori dan Implementasi* (S. N. I. Trisnawati, Ed.).
- Nadya Putri Auliya Serawaidi, Natasya Amelia Putri, Vionica Elsa Dania Putri, & Raudatuz Zahra Faisal. (2024). Pelaksanaan Cek Kesehatan oleh Mahasiswa KKN Universitas Abdurrah di SMK Islam Inayah Ujung Batu: Meningkatkan Kesadaran Kesehatan di Kalangan Siswa. *Jurnal Masyarakat Mengabdi Nusantara*, 3(3), 45–51. <https://doi.org/10.58374/jmmn.v3i3.265>.
- Pramaswari, A. M., & Fatah, M. Z. (2023). Program Kegiatan Pemeriksaan Kesehatan Gratis pada Masyarakat Lansia sebagai Upaya Deteksi Dini Penyakit Tidak Menular. *JMM (Jurnal Masyarakat Mandiri)*, 7(4), 3447. <https://doi.org/10.31764/jmm.v7i4.15945>.