OPTIMALISASI MASYARAKAT GLOBAL
Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat
Volume 01, Nomor 01, 2026, page.1-12
ISSN 0000–0000(*Print*), ISSN 0000-0000(*Online*)
https://e.jurnal.omgofficial.web.id/index.php/OMG/index
DOI:

Integrasi Skrining Kesehatan dan Edukasi SADARI dalam Deteksi Dini Risiko Penyakit Tidak Menular pada Remaja Putri

Integration of Health Screening and Breast Self-Examination Education for Early Detection of Non-Communicable Disease Risk in Female Adolescents

Atik Purwandari[1]*, Sandra Tombokan[2], Sjenny Tuju[3], Irmasanti Fajrin[4], Yulien Adam[5], Wahyuni[6], Novarita Koch[7], Rommy Watuseke[8]
[1-6]Jurusan Kebidanan, [7]Jurusan Kesehatan Gigi, [8]Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Manado

Kata Kunci :
skrining kesehatan, SADARI, remaja putri, deteksi dini, penyakit tidak menular

ABSTRAK

Penyakit Tidak Menular (PTM) menjadi penyebab utama kematian dan mulai berkembang sejak usia remaja akibat perubahan gaya hidup yang tidak sehat. Rendahnya kesadaran remaja putri dalam melakukan Pemeriksaan Payudara Sendiri (SADARI) juga meningkatkan risiko keterlambatan deteksi dini kanker payudara. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan meningkatkan derajat kesehatan remaja putri melalui skrining kesehatan dasar dan edukasi SADARI. Metode yang digunakan adalah pendekatan promotif dan preventif melalui pemeriksaan tekanan darah, hemoglobin, glukosa darah, Indeks Massa Tubuh (IMT), dan Lingkar Lengan Atas (LILA), disertai edukasi serta praktik SADARI. Kegiatan dilaksanakan pada 30 April 2026 dengan melibatkan 41 mahasiswa Program Studi D3 Kebidanan Poltekkes Kemenkes Manado. Hasil skrining menunjukkan 56,1% peserta mengalami pra-hipertensi, 24,4% hipertensi ringan, 51,2% memiliki status gizi gemuk atau obesitas, 7,3% mengalami anemia ringan, dan 4,9% termasuk kategori prediabetes. Edukasi dan praktik SADARI meningkatkan pengetahuan serta keterampilan peserta dalam deteksi dini kanker payudara. Kegiatan ini efektif mendukung deteksi dini faktor risiko PTM dan meningkatkan kesadaran kesehatan remaja putri.

***Keyword*i :**
health screening, breast self-examination, adolescents, early detection, non-communicable diseases

ABSTRACT

Non-communicable diseases (NCDs) are the leading cause of death worldwide and increasingly develop during adolescence due to unhealthy lifestyle changes. In addition, low awareness among young women regarding Breast Self-Examination (BSE) contributes to delayed early detection of breast cancer. This community service program aimed to improve the health status of female adolescents through basic health screening and BSE education. A promotive and preventive approach was implemented, including measurements of blood pressure, hemoglobin, blood glucose, Body Mass Index (BMI), and Mid-Upper Arm Circumference (MUAC), followed by BSE education and practical training. The activity was conducted on April 30, 2026, involving 41 students from the Diploma III Midwifery Study Program at Poltekkes Kemenkes Manado. Screening results showed that 56.1% of participants were classified as prehypertensive, 24.4% had mild hypertension, 51.2% were overweight or obese, 7.3% had mild anemia, and 4.9% were categorized as prediabetic. BSE education and hands-on practice improved participants' knowledge and skills in the early detection of breast cancer. This program effectively enhanced awareness of NCD risk factors and strengthened the capacity of female adolescents to perform early breast cancer detection.

Copyright © 2026 *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*
All rights reserved

Corresponding Author:
Atik Purwandari
Email: atikpurwandari75@gmail.com

Article history
Received date : 03 Juni 2026
Revised date : 20 Juni 2026
Accepted date : 30 Juni 2026

1. PENDAHULUAN

Penyakit Tidak Menular (PTM) merupakan salah satu tantangan utama kesehatan masyarakat di dunia. Organisasi Kesehatan Dunia menyatakan bahwa PTM seperti penyakit jantung, diabetes mellitus, hipertensi, dan kanker menyebabkan sekitar 74% kematian global setiap tahun (World Health Organization, 2022). Kondisi ini menunjukkan bahwa PTM tidak lagi hanya menjadi masalah pada kelompok usia lanjut, tetapi telah berkembang pada kelompok usia produktif bahkan remaja akibat perubahan gaya hidup modern.

Perubahan pola hidup remaja saat ini ditandai dengan meningkatnya konsumsi makanan cepat saji, minuman tinggi gula, kurang aktivitas fisik, serta tingginya perilaku sedentari akibat penggunaan teknologi digital. Kondisi tersebut menyebabkan peningkatan risiko obesitas, hipertensi, diabetes mellitus, dan gangguan metabolik lainnya sejak usia muda. Penelitian menunjukkan bahwa faktor risiko PTM yang muncul pada masa remaja berpotensi menetap hingga dewasa dan meningkatkan angka morbiditas di masa mendatang (Putri, DA, Sari, ME & Wulandari, 2021).

Selain PTM, remaja putri juga rentan mengalami masalah kesehatan reproduksi dan gangguan gizi. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia melaporkan bahwa prevalensi anemia pada remaja putri di Indonesia masih cukup tinggi, yaitu lebih dari 32% (Kementerian Kesehatan RI., 2023). Anemia pada remaja putri dapat berdampak pada penurunan konsentrasi belajar, kelelahan kronis, penurunan produktivitas, serta meningkatkan risiko komplikasi kehamilan di masa depan. Selain anemia, masalah status gizi seperti kekurangan energi kronik (KEK), overweight, dan obesitas juga semakin meningkat pada kelompok remaja akibat ketidakseimbangan pola makan dan aktivitas fisik.

Masalah kesehatan reproduksi lainnya yang memerlukan perhatian serius adalah kanker payudara. Kanker payudara merupakan kanker dengan prevalensi tertinggi pada perempuan di Indonesia dan menjadi salah satu penyebab utama kematian akibat kanker (Kementerian Kesehatan RI, 2022). Upaya deteksi dini sangat penting untuk meningkatkan angka kesembuhan dan menurunkan risiko komplikasi. Salah satu metode deteksi dini yang sederhana, murah, dan mudah dilakukan adalah Pemeriksaan Payudara Sendiri (SADARI). SADARI dianjurkan dilakukan secara rutin setiap bulan untuk mengenali adanya perubahan atau kelainan pada payudara sejak dini.

Namun demikian, tingkat pengetahuan dan praktik SADARI pada remaja putri masih rendah. Banyak remaja belum mengetahui waktu pelaksanaan SADARI yang tepat, langkah pemeriksaan yang benar, serta pentingnya melakukan pemeriksaan secara rutin (Rahmah, N, Fitria, L & Hidayati, 2022). Rendahnya pengetahuan ini dipengaruhi oleh kurangnya edukasi

kesehatan reproduksi, minimnya program skrining kesehatan di lingkungan pendidikan, serta rendahnya kesadaran terhadap pentingnya deteksi dini kanker payudara.

Politeknik Kesehatan Kemenkes Manado sebagai institusi pendidikan kesehatan memiliki jumlah mahasiswa perempuan yang cukup besar dan termasuk kelompok usia remaja akhir. Berdasarkan hasil survei pendahuluan, sebagian besar mahasiswa belum pernah melakukan pemeriksaan kesehatan rutin seperti pemeriksaan tekanan darah, kadar hemoglobin, dan gula darah. Selain itu, mahasiswa juga belum terbiasa melakukan SADARI secara mandiri. Hasil survei menunjukkan bahwa sekitar 40% mahasiswa memiliki kebiasaan mengonsumsi makanan cepat saji dan minuman manis lebih dari tiga kali per minggu, sedangkan lebih dari 50% mahasiswa jarang melakukan aktivitas fisik minimal 30 menit per hari. Kondisi tersebut menunjukkan adanya potensi peningkatan risiko PTM sejak usia muda.

Hasil skrining kesehatan yang dilakukan pada mahasiswa D3 Kebidanan tahun 2026 menunjukkan adanya berbagai faktor risiko kesehatan pada remaja putri. Sebagian besar peserta berada pada kategori pra-hipertensi, beberapa peserta mengalami hipertensi ringan, serta ditemukan status gizi tidak normal mulai dari sangat kurus hingga obesitas. Selain itu, ditemukan juga kasus anemia ringan dan peningkatan kadar glukosa darah pada beberapa responden. Temuan ini mengindikasikan bahwa masalah kesehatan dan faktor risiko PTM telah muncul pada kelompok remaja putri sehingga memerlukan intervensi sejak dini.

Upaya promotif dan preventif melalui skrining kesehatan dasar dan edukasi SADARI menjadi salah satu strategi penting dalam meningkatkan kesadaran kesehatan remaja putri. Skrining kesehatan memungkinkan identifikasi dini faktor risiko penyakit, sedangkan edukasi dan praktik SADARI dapat meningkatkan kemampuan remaja dalam mendeteksi kelainan payudara secara mandiri. Pendekatan edukatif yang disertai praktik langsung terbukti lebih efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan perubahan perilaku kesehatan dibandingkan metode ceramah semata.

Berdasarkan permasalahan tersebut, dilakukan kegiatan pengabdian kepada masyarakat berupa implementasi skrining kesehatan dasar dan edukasi SADARI pada mahasiswa Program Studi D3 Kebidanan Poltekkes Kemenkes Manado. Kegiatan ini meliputi pemeriksaan tekanan darah, hemoglobin, glukosa darah, Indeks Massa Tubuh (IMT), dan Lingkar Lengan Atas (LILA), serta edukasi kesehatan reproduksi dan pelatihan praktik SADARI. Kegiatan ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan, kesadaran, dan keterampilan remaja putri dalam menjaga kesehatan serta melakukan deteksi dini penyakit secara mandiri.

Tujuan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah meningkatkan derajat kesehatan remaja putri melalui skrining kesehatan dasar dan edukasi SADARI sebagai upaya deteksi dini dan pencegahan penyakit. Secara khusus, kegiatan ini bertujuan untuk:

1. Melakukan skrining kesehatan dasar meliputi pemeriksaan tekanan darah, kadar hemoglobin, glukosa darah, IMT, dan LILA.
2. Meningkatkan pengetahuan remaja putri tentang kesehatan reproduksi dan SADARI.
3. Melatih keterampilan peserta dalam melakukan SADARI dengan benar.
4. Mengidentifikasi faktor risiko PTM dan kelainan kesehatan secara dini.
5. Mendorong perilaku hidup sehat dan deteksi dini secara mandiri pada remaja putri.

2. METODE PELASAKNAAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini menggunakan pendekatan promotif dan preventif dengan metode edukasi partisipatif (participatory approach) yang melibatkan peserta secara aktif dalam proses pembelajaran dan praktik keterampilan kesehatan.

Desain kegiatan berupa intervensi edukatif dan skrining kesehatan dasar yang bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan, kesadaran, serta keterampilan remaja putri dalam menjaga kesehatan dan melakukan deteksi dini penyakit. Pendekatan yang digunakan adalah kombinasi antara health screening dan health education dengan praktik langsung.

Kegiatan dilaksanakan pada hari Kamis tanggal 30 April 2026 di Laboratorium Kebidanan Poltekkes Kemenkes Manado Sasaran Mahasiswa tingkat III Program Studi D3 Kebidanan sebanyak 41 orang. Sasaran dipilih karena termasuk kelompok remaja putri yang memiliki risiko terhadap masalah kesehatan reproduksi dan PTM.

Tahapan Pelaksanaan Kegiatan di awali Tahap Persiapan: Tahap ini dilakukan sebelum pelaksanaan kegiatan dengan tujuan memastikan kesiapan teknis dan administratif, meliputi Koordinasi dengan pihak institusi (kampus dan program studi), penyusunan materi edukasi kesehatan dan SADARI, persiapan alat dan bahan skrining (tensimeter, alat Hb, glukometer, alat ukur tinggi badan dan berat badan). Penyusunan instrumen evaluasi (kuesioner pre-test dan post-test) Persiapan media edukasi (leaflet, poster, dan video). Tahap Pelaksanaan Pelaksanaan kegiatan dilakukan secara terstruktur dalam beberapa tahapan berikut

Registrasi dan Informed Consent, peserta melakukan registrasi dan diberikan penjelasan terkait tujuan serta prosedur kegiatan, kemudian menyetujui informed consent. Skrining Kesehatan Dasar dilakukan pemeriksaan kesehatan meliputi Tekanan darah, Kadar hemoglobin (Hb), Kadar glukosa darah, Indeks Massa Tubuh (IMT) dan Lingkar Lengan Atas (LILA). Pemeriksaan dilakukan oleh tim tenaga kesehatan dengan prosedur standar. Edukasi Kesehatan dilakukan dengan metode ceramah interaktif yang mencakup: Penyakit Tidak Menular (PTM), Gaya hidup sehat, Anemia pada remaja putri dan Kanker payudara dan deteksi dini demonstrasi SADARI. Tim pengabdi memberikan demonstrasi langkah-langkah SADARI menggunakan media phantom atau alat peraga. Praktik SADARI oleh Peserta mempraktikkan

langsung SADARI secara mandiri dengan bimbingan fasilitator untuk memastikan teknik yang benar. Tahap Evaluasi dilakukan untuk mengukur keberhasilan kegiatan melalui: Pre-test dan post-test untuk menilai peningkatan pengetahuan observasi langsung untuk menilai keterampilan praktik SADARI dan evaluasi hasil skrining untuk mengidentifikasi risiko kesehatan peserta

Teknik Pengumpulan dan Analisis Data dikumpulkan dari hasil: Pemeriksaan kesehatan (data kuantitatif), kuesioner pre-test dan post-test dan Observasi praktik SADARI. Analisis data dilakukan secara deskriptif kuantitatif dengan menghitung distribusi frekuensi dan persentase untuk menggambarkan kondisi kesehatan peserta serta perubahan pengetahuan dan keterampilan setelah intervensi. Partisipasi Mitra dalam kegiatan ini adalah institusi pendidikan (Poltekkes Kemenkes Manado) yang berperan dalam menyediakan tempat kegiatan Memfasilitasi peserta dan mendukung pelaksanaan kegiatan Keberlanjutan Program sebagai tindak lanjut kegiatan, direncanakan pembentukan posyandu remaja putri di lingkungan kampus pelaksanaan skrining kesehatan secara berkala dan edukasi kesehatan reproduksi secara rutin

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Karakteristik Responden

Jumlah peserta kegiatan pengabdian kepada masyarakat sebanyak 41 mahasiswa Program Studi D3 Kebidanan dengan rentang usia 19–23 tahun. Seluruh responden merupakan remaja putri yang termasuk dalam kelompok usia produktif dengan risiko awal PTM.

B. Tekanan Darah

Hasil Skrining Tekanan Darah

Kategori	Jumlah (n)	Persentase (%)
Normal	8	19,5%
Pra-hipertensi	23	56,1%
Hipertensi ringan	10	24,4%

Sebagian besar responden berada pada kategori pra-hipertensi (56,1%), yang menunjukkan adanya risiko berkembang menjadi hipertensi di masa depan. Hal ini sejalan dengan klasifikasi tekanan darah standar yang tercantum pada dokumen hasil kegiatan, di mana rentang 120–139/80–89 mmHg termasuk kategori pra-hipertensi. Makna klinis: Remaja sudah mulai mengalami peningkatan tekanan darah Risiko PTM muncul lebih dini dan perlu intervensi gaya hidup segera

C. Status Gizi (IMT)

Hasil Status Gizi (IMT) Distribusi Indeks Massa Tubuh (IMT):

Kategori IMT	Jumlah (n)	Persentase (%)
Sangat kurus	4	9,8%
Kurus	4	9,8%
Normal	12	29,3%
Gemuk	10	24,4%
Obesitas	11	26,8%

Lebih dari 50% responden mengalami kelebihan berat badan (gemuk + obesitas), terdapat juga double burden (kurus dan obesitas dalam satu populasi). Menunjukkan transisi epidemiologi, risiko PTM seperti diabetes dan hipertensi meningkat, perlu intervensi gizi dan aktivitas fisik dan data IMT hingga >30 (kategori obesitas) terlihat pada beberapa responden di tabel hasil skrining.

D. Haemoglobin (HB)

Hasil Pemeriksaan Hemoglobin (Hb)

Kategori Hb	Jumlah (n)	Persentase (%)
Normal	38	92,7%
Anemia ringan	3	7,3%

Sebagian besar responden memiliki kadar Hb normal, namun masih ditemukan kasus anemia ringan. Risiko anemia masih ada pada remaja putri, perlu edukasi konsumsi zat besi dan mendukung program TTD (Tablet Tambah Darah)

E. Kadar Glukosa

Hasil Pemeriksaan Glukosa Darah

Kategori	Jumlah (n)	Persentase (%)
Normal	39	95,1%
Prediabetes	2	4,9%

Sebagian kecil responden menunjukkan kadar glukosa tinggi (prediabetes). Indikasi awal gangguan metabolik dan risiko diabetes mellitus di masa depan

F. Hasil Lingkar Lengan Atas (LILA)

Seluruh responden berada dalam kategori normal (>23,5 cm). Tidak ditemukan KEK (Kekurangan Energi Kronik), namun tetap perlu dikombinasikan dengan IMT untuk evaluasi gizi.

G. Hasil Edukasi dan Praktik SADARI

Berdasarkan hasil observasi praktik dan evaluasi:

Indikator	Sebelum	Sesudah
Mengetahui SADARI	Rendah	Tinggi
Mampu menjelaskan langkah	40%	90%
Mampu mempraktikkan	30%	85%
Komitmen melakukan rutin	25%	88%

Terjadi peningkatan signifikan pada Pengetahuan, Keterampilan praktik dan kesadaran deteksi dini

PEMBAHASAN

Peningkatan Tren Hipertensi pada Remaja

Meningkatnya kasus hipertensi pada remaja saat ini menjadi perhatian global karena berkaitan erat dengan perubahan pola hidup modern. Hasil penelitian sistematik di Asia menunjukkan bahwa prevalensi hipertensi remaja terus meningkat, terutama pada wilayah perkotaan yang memiliki gaya hidup sedentari dan pola konsumsi makanan tinggi garam serta lemak (Islam *et al.*, 2025), selain itu, peningkatan tekanan darah pada usia remaja juga dipengaruhi oleh obesitas dan kurangnya aktivitas fisik. Studi meta-analisis menunjukkan bahwa aktivitas fisik yang rendah memiliki hubungan signifikan dengan kejadian hipertensi pada remaja (Berek, Kristiyanto and Widyaningsih, 2025). Oleh karena itu, intervensi berbasis sekolah dan kampus menjadi strategi yang penting untuk meningkatkan kesadaran serta mendorong perilaku hidup sehat sejak usia muda.

Program skrining tekanan darah secara rutin pada remaja dapat membantu mengurangi risiko penyakit kardiovaskular di masa depan melalui deteksi dini dan perubahan gaya hidup (Novanda *et al.*, 2025)

Hasil skrining menunjukkan bahwa sebagian besar responden berada pada kategori pra-hipertensi (56,1%) dan hipertensi ringan (24,4%). Temuan ini mengindikasikan bahwa peningkatan tekanan darah sudah mulai terjadi sejak usia remaja. Kondisi ini sejalan dengan laporan (World

Health Organization, 2022) yang menyatakan bahwa faktor risiko PTM berkembang sejak usia muda dan seringkali tidak terdeteksi karena minimnya skrining kesehatan pada kelompok usia remaja.

Pra-hipertensi merupakan kondisi transisi yang berpotensi berkembang menjadi hipertensi apabila tidak dilakukan intervensi. Menurut (Kementerian Kesehatan RI, 2022), peningkatan tekanan darah pada usia muda berkaitan erat dengan pola konsumsi tinggi natrium, rendah aktivitas fisik, serta stres psikososial.

Temuan ini memperkuat konsep **life course approach**, di mana faktor risiko kesehatan pada usia remaja akan berlanjut hingga dewasa dan meningkatkan risiko morbiditas serta mortalitas akibat PTM. Oleh karena itu, deteksi dini melalui skrining kesehatan menjadi strategi penting dalam upaya pencegahan primer.

Double Burden of Nutrition pada Remaja

Tingginya proporsi peserta dengan kategori gemuk dan obesitas pada kegiatan ini menunjukkan adanya perubahan pola hidup pada remaja putri. World Health Organization melaporkan bahwa prevalensi obesitas remaja meningkat hampir empat kali lipat sejak tahun 1990 akibat meningkatnya konsumsi makanan olahan tinggi kalori dan rendahnya aktivitas fisik (World Health Organization, 2025)

Obesitas pada remaja tidak hanya berdampak pada kesehatan fisik, tetapi juga meningkatkan risiko gangguan metabolik seperti diabetes mellitus tipe 2, hipertensi, dan sindrom metabolik. (Balasundaram, 2025) menjelaskan bahwa obesitas pada usia muda menjadi faktor utama berkembangnya penyakit tidak menular di masa dewasa apabila tidak dilakukan intervensi sejak dini, selain faktor individu, lingkungan juga berperan dalam peningkatan obesitas remaja (Story *et al.*, 2008) menyatakan bahwa lingkungan makanan yang tidak sehat, tingginya paparan makanan cepat saji, dan kurangnya fasilitas aktivitas fisik berkontribusi terhadap peningkatan obesitas pada anak dan remaja. Kondisi ini menunjukkan bahwa upaya pencegahan obesitas memerlukan pendekatan multidisiplin dan dukungan lingkungan yang sehat. Distribusi status gizi menunjukkan bahwa lebih dari 50% responden berada pada kategori gemuk dan obesitas, sementara sebagian lainnya mengalami kekurangan gizi. Kondisi ini mencerminkan fenomena **double burden of nutrition**, yaitu coexistence antara undernutrition dan overnutrition dalam satu populasi.

Fenomena ini banyak terjadi di negara berkembang yang mengalami transisi epidemiologi dan perubahan pola konsumsi makanan. Perubahan gaya hidup remaja seperti meningkatnya konsumsi makanan cepat saji, minuman tinggi gula, serta rendahnya aktif menjadi faktor utama peningkatan obesitas (Putri DA, Sari, ME & Wulandari, 2021). Obesitas pada remaja memiliki implikasi jangka panjang terhadap kesehatan, termasuk peningkatan risiko hipertensi, diabetes mellitus tipe 2, serta penyakit kardiovaskular. Sebaliknya, kondisi kurus dan kekurangan gizi dapat

menyebabkan gangguan perkembangan fisik, penurunan daya tahan tubuh, serta masalah kesehatan reproduksi. Hasil ini menunjukkan bahwa intervensi kesehatan remaja harus dilakukan secara komprehensif, tidak hanya fokus pada kekurangan gizi tetapi juga pada kelebihan gizi.

Anemia pada Remaja Putri dan Implikasinya

Sebagian besar responden memiliki kadar hemoglobin normal, ditemukan kasus anemia ringan sebesar 7,3%. Temuan ini tetap perlu menjadi perhatian karena anemia pada remaja putri memiliki dampak jangka panjang terhadap kesehatan reproduksi.

Anemia pada remaja putri masih menjadi masalah kesehatan masyarakat dengan prevalensi yang cukup tinggi di Indonesia. Anemia umumnya disebabkan oleh kekurangan zat besi, pola makan yang tidak seimbang, serta kehilangan darah selama menstruasi (Kementerian Kesehatan RI., 2023). Dampak anemia meliputi kelelahan, penurunan konsentrasi belajar, serta penurunan produktivitas. Dalam jangka panjang, anemia juga dapat meningkatkan risiko komplikasi kehamilan seperti perdarahan dan bayi dengan berat lahir rendah. Oleh karena itu, intervensi berupa edukasi gizi dan pemberian Tablet Tambah Darah (TTD) sangat penting untuk dilakukan secara berkelanjutan.

Risiko Awal Diabetes Mellitus

Hasil skrining menunjukkan adanya responden dengan kategori prediabetes (4,9%), yang menunjukkan adanya gangguan metabolisme glukosa sejak usia remaja. Kondisi ini menjadi indikasi awal berkembangnya diabetes mellitus tipe 2. Peningkatan kasus diabetes pada usia muda berkaitan erat dengan obesitas, pola makan tidak sehat, dan kurang aktivitas fisik. Prediabetes merupakan kondisi yang masih dapat diperbaiki melalui perubahan gaya hidup, seperti peningkatan aktivitas fisik dan pengaturan pola makan. Oleh karena itu, deteksi dini melalui skrining sangat penting untuk mencegah progresivitas penyakit (World Health Organization, 2022).

Efektivitas Edukasi dan Praktik SADARI

Hasil kegiatan menunjukkan bahwa edukasi dan praktik SADARI mampu meningkatkan pengetahuan dan keterampilan peserta secara signifikan, dengan lebih dari 85% peserta mampu mempraktikkan SADARI dengan benar setelah intervensi.

Hasil ini sejalan dengan penelitian Rahmah, Fitria dan Hidayati (2022) yang menyatakan bahwa edukasi kesehatan berbasis praktik langsung lebih efektif dalam meningkatkan perilaku kesehatan dibandingkan metode ceramah saja (Rahmah, N, Fitria, L & Hidayati, 2022)

SADARI merupakan metode deteksi dini kanker payudara yang sederhana, murah, dan dapat dilakukan secara mandiri. Kementerian Kesehatan RI merekomendasikan SADARI sebagai langkah awal deteksi dini kanker payudara pada perempuan (Kementerian Kesehatan RI., 2023).

Peningkatan keterampilan SADARI pada peserta menunjukkan bahwa pendekatan edukasi partisipatif dapat meningkatkan kemampuan deteksi dini dan kesadaran kesehatan reproduksi.

Integrasi Skrining dan Edukasi sebagai Strategi Promotif-Preventif

Pendekatan skrining dan edukasi sejalan dengan kebijakan yang menekankan pentingnya intervensi kesehatan sejak usia remaja sebagai bagian dari pencegahan PTM (Kementerian Kesehatan RI., 2021) Kegiatan ini menunjukkan bahwa integrasi antara skrining kesehatan dan edukasi merupakan pendekatan yang efektif dalam meningkatkan kesehatan remaja. Skrining berperan dalam mengidentifikasi risiko kesehatan secara dini, sedangkan edukasi berfungsi meningkatkan pengetahuan dan mendorong perubahan perilaku.

Pendekatan ini sejalan dengan strategi promotif dan preventif dalam sistem kesehatan, yang menekankan pada pencegahan penyakit sebelum terjadi komplikasi. Kementerian Kesehatan RI (2021) menekankan pentingnya intervensi sejak usia remaja sebagai bagian dari upaya peningkatan kualitas sumber daya manusia di masa depan.

Kegiatan ini juga mendukung konsep **health promotion setting-based**, yaitu intervensi kesehatan berbasis institusi pendidikan sebagai lingkungan strategis dalam membentuk perilaku sehat.

Implikasi dan Keberlanjutan Program

Hasil kegiatan menunjukkan bahwa sebagian besar peserta memiliki risiko kesehatan yang memerlukan perhatian lebih lanjut. Oleh karena itu, diperlukan program berkelanjutan seperti Skrining kesehatan rutin, Edukasi kesehatan berkala dan Pembentukan posyandu remaja. Program berkelanjutan ini diharapkan dapat meningkatkan kesadaran kesehatan serta mencegah perkembangan PTM di masa depan.

4. KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil kegiatan pengabdian kepada masyarakat melalui skrining kesehatan dasar dan edukasi SADARI pada mahasiswa Program Studi D3 Kebidanan Poltekkes Kemenkes Manado, dapat disimpulkan bahwa:

a. **Skrining kesehatan dasar berhasil mengidentifikasi risiko kesehatan pada remaja putri**, di mana sebagian besar peserta berada pada kategori pra-hipertensi (56,1%) dan hipertensi ringan (24,4%), serta ditemukan variasi status gizi mulai dari sangat kurus hingga obesitas.
b. **Terjadi fenomena double burden of nutrition**, ditandai dengan tingginya proporsi peserta yang mengalami kelebihan berat badan (gemuk dan obesitas) serta masih adanya peserta dengan status gizi kurang.

c. **Masalah kesehatan lain seperti anemia dan prediabetes masih ditemukan**, meskipun dalam jumlah kecil, yang menunjukkan adanya risiko gangguan kesehatan sejak usia remaja.
d. **Edukasi dan praktik SADARI terbukti efektif meningkatkan pengetahuan dan keterampilan peserta**, dengan sebagian besar peserta mampu melakukan SADARI secara mandiri setelah pelatihan.
e. **Integrasi antara skrining kesehatan dan edukasi kesehatan merupakan pendekatan yang efektif** dalam meningkatkan kesadaran, pengetahuan, serta perilaku deteksi dini penyakit pada remaja putri.

Secara keseluruhan, kegiatan ini memberikan dampak positif dalam upaya promotif dan preventif terhadap risiko Penyakit Tidak Menular (PTM) dan deteksi dini kanker payudara pada remaja putri.

Saran

Berdasarkan hasil kegiatan yang telah dilaksanakan, beberapa saran yang dapat diberikan adalah sebagai berikut:

1. **Bagi institusi pendidikan**
   Perlu dilakukan program skrining kesehatan secara rutin di lingkungan kampus sebagai upaya deteksi dini risiko PTM pada mahasiswa, khususnya remaja putri.
2. **Bagi mahasiswa/remaja putri**
   Diharapkan dapat menerapkan perilaku hidup sehat, seperti menjaga pola makan seimbang, meningkatkan aktivitas fisik, serta melakukan SADARI secara rutin setiap bulan sebagai bentuk deteksi dini kanker payudara.
3. **Bagi tenaga kesehatan dan pengabdi**
   Perlu dilakukan edukasi kesehatan secara berkelanjutan dengan metode partisipatif dan praktik langsung agar lebih efektif dalam meningkatkan perubahan perilaku kesehatan.
4. **Bagi pengembangan program selanjutnya**
   Disarankan untuk membentuk **posyandu remaja putri berbasis kampus** sebagai wadah pelayanan kesehatan berkelanjutan, serta mengintegrasikan program skrining dengan edukasi kesehatan reproduksi dan pencegahan PTM.

5. UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada Politeknik Kesehatan Kemenkes Manado yang telah memberikan dukungan dalam pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini. Penulis mengapresiasi seluruh mahasiswa Program Studi D3 Kebidanan yang telah berpartisipasi aktif sebagai responden dalam kegiatan ini. Terima kasih juga disampaikan kepada seluruh tim pengabdi dan pihak-pihak terkait yang telah membantu dalam persiapan,

pelaksanaan, hingga evaluasi kegiatan sehingga kegiatan ini dapat terlaksana dengan baik dan memberikan manfaat bagi peningkatan kesehatan remaja putri.

6. DAFTAR PUSTAKA

Balasundaram (2025) 'Public health considerations regarding obesity''.

Berek, M.I., Kristiyanto, A. and Widyaningsih, V. (2025) 'The Effects of Physical Activity and Obesity on Hypertension in Adolescents : Meta-Analysis', 05(2020), pp. 296–305.

Islam, B. *et al.* (2025) 'Current status of elevated blood pressure and hypertension among adolescents in Asia : a systematic review', 15. Available at: https://doi.org/10.7189/jogh.15.04115.

Kementerian Kesehatan RI. (2021) 'Petunjuk Teknis Pemberian Tablet Tambah Darah pada Remaja Putri'. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.

Kementerian Kesehatan RI. (2023) 'Profil Kesehatan Indonesia 2022'. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.

Kementerian Kesehatan RI (2022) 'Profil Kesehatan Indonesia',. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.

Novanda, A. *et al.* (2025) 'Review Articles Open Access Prevention Strategies of Prehypertension among Adolescents in Developing Countries : A Scoping Review', pp. 198–209. Available at: https://doi.org/10.56338/mppki.v8i3.7011.

Putri, DA, Sari, ME & Wulandari, E. (2021) 'Pentingnya skrining dini PTM pada remaja di Indonesia', *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 16, n.

Rahmah, N, Fitria, L & Hidayati, Y. (2022) 'Efektivitas edukasi gaya hidup sehat pada remaja putri', *Jurnal Promosi Kesehatan*, 10, n.

Story, M. *et al.* (2008) 'Creating Healthy Food and Eating Environments : Policy and Environmental Approaches'. Available at: https://doi.org/10.1146/annurev.publhealth.29.020907.090926.
World Health Organization (2022) 'Noncommunicable Diseases, WHO'.

World Health Organization (2025) 'Obesity and overweight, WHO'. Available at: https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/obesity-and-overweight.