

Pemanfaatan Media Sosial dalam Upaya Meningkatkan Pemeriksaan Kesehatan Gratis (PKG) bagi Masyarakat Kabupaten Kudus

Ervi Rachma Dewi^{1*}, Maria Ulfa¹, David Laksamana Caesar¹, Eko Prasetyo¹, Abdul Wachid¹, Muhammad Husni Mubaroq¹

¹Program Studi Kesehatan Masyarakat, Institut Teknologi Kesehatan Cendekia Utama, Kudus, Indonesia

Email: rachmadewiakbar@gmail.com

Abstrak

Pemeriksaan Kesehatan Gratis (PKG) tertuang pada Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor HK 01.07/Menkes/33/2025 tentang Petunjuk Teknis Pemeriksaan Kesehatan Gratis Hari Ulang Tahun. Program ini dilaksanakan serentak di seluruh puskesmas di Indonesia mulai bulan Februari 2025. Sasaran kegiatan PKG adalah bayi baru lahir (2 hari), balita, dan anak usia pra sekolah (1-6 tahun), usia sekolah dan remaja (7-17 tahun), dewasa (18-59 tahun), dan usia lanjut (>60 tahun). Program ini diinisiasi untuk meningkatkan kualitas hidup masyarakat dan kemampuan untuk mendeteksi masalah sejak dini. Tujuan kegiatan pengabdian masyarakat ini untuk memperluas informasi tentang PKG sehingga dapat meningkatkan cakupan PKG di Kabupaten Kudus. Metode yang digunakan adalah koordinasi dengan puskesmas, pemetaan media sosial dan target sasaran, serta penyusunan media dan penyebaran informasi PKG, dengan target seluruh warga Kabupaten Kudus. Hasil dari kegiatan pengabdian masyarakat adalah telah disusun media poster digital dan video edukasi PKG, selanjutnya media tersebut dipublikasikan melalui media sosial WhatsApp, Instagram, Facebook, dan Youtube.

Kata Kunci: Pemeriksaan Kesehatan Gratis, Media sosial, Kabupaten Kudus

The Social Media Utilization to Improve Amount of Free Health Screening for People in Kudus Regency

Abstract

Free Health Screening are stipulated in the Decree of the Minister of Health of the Republic of Indonesia Number HK 01.07/Menkes/33/2025 concerning Technical Guidelines for Free Birthday Health Check-ups. This program was implemented simultaneously in all community health centers in Indonesia starting in February 2025. The targets of Free Health Screening activities are newborns (2 days old), toddlers, and pre-school children (1-6 years old), school-age and adolescents (7-17 years old), adults (18-59 years old), and the elderly (>60 years old). This program was initiated to improve the community's quality of life and the ability to detect problems early. The purpose of this community service activity is to expand information about Free Health Screening so that it can increase Free Health Screening coverage in Kudus Regency. The methods used are coordination with community health centers, mapping social media and target audiences, as well as compiling media and disseminating Free Health Screening

information, targeting all residents of Kudus Regency. The results of the community service activities are the creation of digital poster media and Free Health Screening educational videos, which are then published through social media WhatsApp, Instagram, Facebook, and YouTube.

Keywords: *Free Health Screening, Social media, Kudus regency*

PENDAHULUAN

Kesehatan merupakan asset berharga yang harus dijaga dan diperhatikan. Di era globalisasi, manusia dihadapkan pada berbagai masalah kesehatan yang bersumber dari perilaku, lingkungan, hereditas, maupun fasilitas atau pelayanan kesehatan yang kurang memadai. Menyongsong Indonesia Emas 2045, perlu adanya reformasi sektor kesehatan, yang awalnya fokus pada penyembuhan, bergeser pada strategi pencegahan penyakit (Andayani, n.d.). Salah satu upaya yang dilakukan pemerintah dalam meningkatkan kualitas hidup masyarakat dan kemampuan untuk mendeteksi masalah sejak dini adalah dengan program Pemeriksaan Kesehatan Gratis (PKG) (Mayasari et al., 2025).

Regulasi terkait Pemeriksaan Kesehatan Gratis (PKG) tertuang pada Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor HK 01.07/Menkes/33/2025 tentang Petunjuk Teknis Pemeriksaan Kesehatan Gratis Hari Ulang Tahun. Program ini dilaksanakan mengikuti siklus hidup bayi baru lahir (2 hari), balita, dan anak usia pra sekolah (1-6 tahun), usia sekolah dan remaja (7-17 tahun), dewasa (18-59 tahun), dan usia lanjut (>60 tahun). Masyarakat dapat memanfaatkan layanan PKG pada tiga momentum yang terdiri dari PKG hari ulang tahun, PKG sekolah, dan PKG khusus. PKG ulang tahun diperuntukkan pada bayi usia 0-6 bulan dan 18 tahun ke atas kegiatan PKG ulang tahun dilakukan saat hari ulang tahun dan dilakukan di puskesmas atau klinik (Kementerian Kesehatan RI, 2025). Pada PKG sekolah dilakukan di sekolah-sekolah dengan menasar pada siswa usia 7-17 tahun dan dilakukan mulai ajaran baru bulan Juli 2025. Sedangkan PKG khusus dengan sasaran ibu hamil dan balita dapat dilakukan di puskesmas atau posyandu dengan waktu yang telah terjadwal masing-masing posyandu (BKPK, 2025).

Pemeriksaan Kesehatan Gratis serentak dilakukan di Puskesmas – Puskesmas Indonesia mulai Bulan Februari 2025, tercatat ada 10.152 (98%) puskesmas yang melakukan pemeriksaan kesehatan gratis yang tersebar di 38 provinsi di Indonesia dengan total peserta PKG mencapai 11,2 juta orang dari jumlah total penduduk Indonesia 284 juta jiwa. Peserta PKG terbanyak pada usia dewasa, laki-laki 4,3 juta (38%), sedangkan perempuan lebih banyak jumlahnya yakni 6,9 juta (62%). Berdasarkan data dari Badan Kebijakan

Pembangunan Kesehatan bulan Juli tahun 2025 cakupan PKG di Provinsi Jawa Tengah yakni sebesar 4.354.174 jiwa, disusul Jawa Timur 2.457.994 jiwa, Jawa Barat 1.410.707 jiwa, dan terendah di Papua Pegunungan 1.427 jiwa (BKPK, 2025).

Jawa Tengah menjadi cakupan program Pemeriksaan Kesehatan Gratis (PKG) tertinggi di Indonesia, dengan persentase puskesmas yang melakukan PKG setiap hari berjumlah 70,8% untuk rerata kehadiran PKG setiap puskesmas/ hari adalah 37 orang (BKPK, 2025). Menurut pemerintah Provinsi Jawa Tengah program ini menargetkan seluruh masyarakat Jawa Tengah mulai dari bayi baru lahir hingga lansia, dengan pemeriksaan disesuaikan berdasarkan usia dan potensi risiko kesehatan. Pemeriksaan Kesehatan secara rutin menjadi salah satu Upaya untuk deteksi dini penyakit menular (Fitria et al., 2023).

Kabupaten Kudus merupakan salah satu kabupaten yang terletak di Jawa Tengah dengan 19 puskesmas. Berdasarkan survei awal yang dilakukan dengan wawancara dan observasi pada Dinas Kesehatan Kabupaten Kudus bahwa 100% puskesmas telah melaksanakan program Pemeriksaan Kesehatan Gratis (PKG). Hal ini kuga sejalan dengan survei yang dilakukan di beberapa puskesmas di Kabupaten Kudus yakni terdapat tren kenaikan jumlah masyarakat yang dilayani PKG dari Bulan Februari – Juni 2025. Di Puskesmas Ngembalkulon terdapat 7.973 orang yang telah melakukan PKG, Puskesmas Jepang 4.306 orang, Puskesmas Mejobo 4.571 orang, Puskesmas Purwosari 4.664 orang dan Puskesmas Rendeng 5274 orang. Meskipun terjadi kenaikan, namun cakupan ini belum sesuai dengan target yang diharapkan pemerintah daerah Kabupaten Kudus.

Berkenaan dengan masih rendahnya cakupan Pemeriksaan Kesehatan Gratis di Kabupaten Kudus dan kolaborasi kegiatan Pengalaman Belajar Lapangan 1 di Puskesmas oleh dosen dan mahasiswa Program Studi Kesehatan Masyarakat, maka dilakukan sosialisasi Pemeriksaan Kesehatan Gratis (PKG) dengan memanfaatkan media sosial. Melalui kegiatan pengabdian masyarakat ini diharapkan masyarakat mendapatkan informasi tentang PKG serta dapat memanfaatkan program tersebut.

BAHAN DAN METODE

Kegiatan pengabdian masyarakat dilaksanakan selama 2 pekan yakni pada tanggal 1 sampai dengan 14 Juni 2025, dengan sasaran responden adalah seluruh masyarakat Kudus. Metode pengabdian masyarakat dalam pemanfaatan media sosial sebagai upaya meningkatkan cakupan Pemeriksaan Kesehatan Gratis (PKG) bagi masyarakat Kabupaten

Kudus terdiri dari beberapa tahapan:

a. Koordinasi

Koordinasi dilakukan oleh pengabdian yang terdiri dari dosen kesehatan masyarakat kepada jajaran pihak puskesmas terkait perencanaan media yang akan digunakan dan materi-materi yang akan disampaikan pada media tersebut. Pihak puskesmas yang turut dilibatkan dalam koordinasi terkait perencanaan media Pemeriksaan Kesehatan Gratis (PKG) antara lain Puskesmas Purwosari, Puskesmas Rendeng, Puskesmas Jepang, Puskesmas Mejobo, dan Puskesmas Ngembalkulon.

b. Pemetaan Media Sosial dan Target Sasaran

Mengidentifikasi platform media sosial yang paling banyak digunakan oleh masyarakat Kabupaten Kudus yaitu Facebook, Instagram, WhatsApp, dan Youtube Short dengan target sasaran adalah seluruh warga Kabupaten Kudus.

c. Penyusunan dan Penyebaran Konten Edukasi dan Promosi

Merancang konten visual dan informatif antara lain: poster digital, video pendek PKG dengan konten mengenai pentingnya PKG, jenis pemeriksaan yang didapatkan, sasaran penerima, dan cara mendapatkan PKG serta manfaat PKG. Penyebaran konten melalui media sosial komunitas, akun resmi mitra, dan media sosial yang sudah memiliki lencana terverifikasi seperti ISK (Informasi Seputar Kudus).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil kegiatan pengabdian masyarakat pemanfaatan media sosial dalam upaya meningkatkan cakupan Pemeriksaan Kesehatan Gratis (PKG) di Kabupaten Kudus adalah sebagai berikut:

1. Koordinasi

Koordinasi dengan masing-masing puskesmas antara lain Puskesmas Purwosari, Puskesmas Rendeng, Puskesmas Jepang, Puskesmas Mejobo, dan Puskesmas Ngembalkulon telah dilakukan guna menyusun rencana konten dan strategi promosi media sosial. Hasil koordinasi menyepakati bahwa promosi akan difokuskan pada edukasi seputar:

a. Jenis layanan PKG yang tersedia

- b. Sasaran penerima PKG
- c. Jadwal dan lokasi layanan PKG
- d. Manfaat deteksi dini penyakit

Pihak puskesmas menyambut baik inisiatif promosi ini dan turut memberikan data primer serta izin untuk distribusi informasi ke kanal publik.

2. Pemetaan Media Sosial dan Target Sasaran

Berdasarkan hasil survei mini terhadap 100 responden masyarakat Kudus serta diskusi dengan pihak puskesmas, diketahui bahwa media sosial paling dominan digunakan adalah WhatsApp status/story sebanyak 90% responden aktif, Facebook sebanyak 65% responden aktif, dan Instagram sebanyak 82% responden aktif, serta Youtube short dengan responden aktif 80%. Target sasaran dari penyebaran informasi adalah masyarakat usia 18 tahun ke atas, termasuk kelompok rentan (ibu hamil dan lansia), serta orang tua dari anak-anak usia sekolah.

3. Produksi dan Penyebaran Konten Edukasi

Dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini dihasilkan poster digital dan video pendek tentang Pemeriksaan Kesehatan Gratis (PKG). Penyusunan poster digital dan video pendek dengan konten isi mengenai pentingnya PKG, jenis pemeriksaan yang didapatkan, sasaran penerima, dan cara mendapatkan PKG serta manfaat PKG.



Gambar 1. Poster Digital Pemeriksanan Kesehatan Gratis



Gambar 2. Penyebaran Poster Digital Pemeriksaan Kesehatan Gratis melalui WhatsApp Story, Instagram, dan Facebook

Poster digital dipublikasikan melalui beberapa platform media sosial, baik media sosial pengabdian maupun media sosial mitra, antara lain WhatsApp story, WhatsApp grup, Instagram, dan Facebook. Sedangkan untuk video pendek dibuat dengan durasi 60 detik berisi tentang kapan waktu melakukan Pemeriksaan Kesehatan Gratis (PKG), Sasaran PKG, Manfaat PKG, dan serta jenis pemeriksaan yang didapatkan.



Gambar 3. Penyebaran Video Pemeriksaan Kesehatan Gratis melalui Instagram, dan Youtube Shorts

Estimasi jangkauan yang didapatkan pada publikasi poster digital dan video PKG melalui beberapa platform media sosial adalah:

Tabel 1. Estimasi Jangkauan Poster Digital PKG

Media Sosial	Jumlah akun	Jumlah tayangan (view)	Rata-rata Waktu
WhatsApp Story	10+	2000+	Per 1 hari
Instagram	2+	50.000+	Per 3 hari
Facebook	1	1000+	Per 3 hari
Youtube short	1	103.000+	Per 1 hari

Pada tabel 1 di atas diketahui bahwa dari tiga platform media sosial yaitu WhatsApp story, Instagram, dan Facebook serta Youtube Short diketahui bahwa jangkauan terbanyak pada Youtube Short sebanyak lebih dari 103.000 view dalam jangka waktu 3 hari, adapun link instagram, facebook, dan youtube short antara lain:

1. https://www.instagram.com/p/DMe1e_Ayc1h/?igsh=MTJibjJneHFjzbV0bA==
2. <https://www.instagram.com/reel/DMevWpYxznt/?igsh=MXdkOHdzc2ZhaHZxZA==>
3. <https://www.facebook.com/share/p/17CHQDpr4D/>
4. https://youtube.com/shorts/qVpQVIJ6AaA?si=wWIWLy7CZDIAH9_j
5. <https://www.instagram.com/reel/DMnH9YPzJWM/?igsh=MWh2Y2NxeHB6YzNvNw==>

Hasil kegiatan pengabdian masyarakat menunjukkan bahwa media sosial merupakan sarana yang efektif dalam menyampaikan informasi layanan kesehatan kepada masyarakat Kabupaten Kudus. Meskipun belum dilihat lebih lanjut mengenai kenaikan cakupan PKG di lima puskesmas tersebut namun seperti hasil penelitian yang dilakukan oleh (Plackett et al., 2020) bahwa intervensi media sosial dapat meningkatkan keterlibatan tingkat tinggi, seperti penerimaan skrining yang dimaksudkan dan aktual. Teknik perubahan perilaku, seperti memberikan dukungan sosial digunakan untuk melibatkan pengguna. Penelitian oleh (Leonita & Jalinus, 2018) bahwa media sosial memiliki potensi besar untuk melakukan promosi kesehatan dan intervensi kesehatan lainnya, dan lebih mudah untuk menyentuh sasaran pada setiap levelnya. Bukti empiris menunjukkan pemanfaatan media sosial efektif dalam melakukan upaya promosi kesehatan dengan tujuan meningkatkan pemahaman dan memberi dukungan kepada masyarakat untuk berperilaku sehat. Pada penelitian yang dilakukan (Ilham & Ukik

Agustina, 2025) menyampaikan bahwa media sosial memiliki peran komunikasi dua arah, masyarakat dapat menyampaikan berbagai pertanyaan seputar kesehatan. Pemilihan dan penggunaan media sosial merupakan penting dalam penyebarluasan informasi (Dewi & Caesar, 2022).

Hal ini menjadi bukti bahwa informasi yang disampaikan secara digital dapat mendorong perubahan perilaku masyarakat dalam memanfaatkan fasilitas kesehatan preventif. Pemilihan platform yang tepat seperti WhatsApp, Facebook, Instagram, dan Youtube sangat relevan dengan perilaku digital masyarakat lokal. Kolaborasi dengan akun komunitas seperti ISK juga meningkatkan kredibilitas dan jangkauan konten. Namun, masih diperlukan strategi berkelanjutan agar promosi tidak hanya dilakukan secara temporer. Diperlukan pelatihan konten digital kepada petugas promosi kesehatan agar strategi ini dapat dilanjutkan secara mandiri oleh puskesmas.

SIMPULAN DAN SARAN

Kegiatan pengabdian masyarakat pemanfaatan media sosial dalam upaya meningkatkan cakupan Pemeriksaan Kesehatan Gratis (PKG) telah dilaksanakan dengan sasaran seluruh masyarakat Kabupaten Kudus. Edukasi dan ajakan PKG dilakukan melalui media sosial WhatsApp, Instagram, Facebook, dan Youtube pengabdian dan mitra serta kolaborasi dengan instagram komunitas yang telah memiliki lencana terverifikasi yaitu ISK (Info Seputar Kudus. Harapan dari kegiatan ini adalah meningkatkan cakupan Pemeriksaan Kesehatan Gratis di seluruh puskesmas di Kabupaten Kudus. saran yang diberikan dari Pengabdian untuk mitra puskesmas yaitu masih diperlukan strategi berkelanjutan agar promosi tidak hanya dilakukan secara temporer. Diperlukan pelatihan konten digital kepada petugas promosi kesehatan agar strategi ini dapat dilanjutkan secara mandiri oleh puskesmas.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terimakasih disampaikan kepada Puskesmas Kepala Puskesmas Purwosari, Puskesmas Rendeng, Puskesmas Jepang, Puskesmas Mejobo, dan Puskesmas Ngembalkulon atas izin dan partisipasinya, sehingga kegiatan pengabdian dapat terlaksana dengan baik dan lancar.

RUJUKAN

- Andayani, A. M. M. dan E. (2024). *Kesehatan Masyarakat*. PT Mafy Media Lestari Indonesia : Solok.
- BKPK, K. K. (2025). *Peran Perguruan Tinggi dan Organisasi Profesi Kesehatan Masyarakat dalam Implementasi dan Pengembangan Pemeriksaan Kesehatan Gratis (PKG / CKG)*.
- Dewi, E. R., & Caesar, D. L. (2022). The Effectiveness of Health Education with Flip Chart Media on Student's Knowledge of Basic Sanitation for Islamic Boarding Schools. *Journal of Health Education*, 7(1), 1–6. <https://doi.org/10.15294/jhe.v7i1.42715>
- Fitria, M. S., Ulfa, L. A., Husain, N. F. R., Sholiban, A., Poma, I., & Talani, M. (2023). Sosialisasi Pemeriksaan Kesehatan Secara Rutin sebagai Upaya Pencegahan Terhadap Penyakit Tidak Menular. *Prosiding Seminar Kesehatan Masyarakat*, 1(Oktober), 225–231. <https://doi.org/10.26714/pskm.v1ioktober.259>
- Ilham, S., & Ukik Agustina. (2025). The Role of Digital Literacy and Family Support On The Success of Exclusive Breastfeeding Practices in Mothers Aged 20-35 Years in the Work Area Of Marisa Public Health Center. *Indonesian Journal of Nutritional Epidemiology and Reproductive*, 8(2), 65–72. <https://doi.org/10.30994/ijner.v8i2.336>
- Kementerian Kesehatan RI. (2025). *Petunjuk Teknis Pemeriksaan Kesehatan Gratis Hari Ulang Tahun Nomor HK.01.07/Menkes/33/2025*. 1–96.
- Leonita, E., & Jalinus, N. (2018). Peran Media Sosial Dalam Upaya Promosi Kesehatan: Tinjauan Literatur. *INVOTEK: Jurnal Inovasi Vokasional Dan Teknologi*, 18(2), 25–34. <https://doi.org/10.24036/invotek.v18i2.261>
- Mayasari, E., Yunita, J., Mitra, M., Leonita, E., Mianna, R., Sari, N. P., & Amirullah, M. F. (2025). Sosialisasi Pemeriksaan Kesehatan Gratis (PKG) Sebagai Upaya Meningkatkan Kesejahteraan Masyarakat. *Jurnal Medika: Medika*, 4(2), 70–75. <https://doi.org/10.31004/29jqj237>
- Plackett, R., Kaushal, A., Kassianos, A. P., Cross, A., Lewins, D., Sheringham, J., Waller, J., & von Wagner, C. (2020). Use of Social Media to Promote Cancer Screening and Early Diagnosis: Scoping Review. *Journal of Medical Internet Research*, 22(11). <https://doi.org/10.2196/21582>