

PEMERIKSAAN *MEDICAL CHECK UP* PADA KARYAWAN HOTEL GRAND HYATT, NUSA DUA, BADUNG

Komang Juwita Endrawati^{1*}, Novitasari¹

¹Dosen Fakultas Kedokteran, Universitas Mahasarawati Denpasar

*Penulis korespondensi: juwita@unmas.ac.id

ABSTRAK

Pemeriksaan kesehatan rutin atau *Medical Check Up* (MCU) merupakan langkah preventif penting untuk mendeteksi dini gangguan kesehatan, terutama di lingkungan kerja dengan beban fisik dan mental tinggi seperti sektor perhotelan. Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan pada Selasa, 28 Mei 2024, di Aula Hotel Grand Hyatt, Nusa Dua, Badung, dengan sasaran 200 karyawan. Sebanyak 155 karyawan berpartisipasi aktif dalam kegiatan ini yang meliputi pendataan ulang, pemeriksaan fisik dasar, pengukuran tanda vital, anamnesis singkat, serta pengambilan sampel darah yang kemudian dianalisis oleh laboratorium VirtuDigilab. Hasil menunjukkan bahwa 155 peserta terdiri dari 118 laki-laki dan 37 perempuan, dan mayoritas dinyatakan layak bekerja (*Fit to Work*). Antusiasme dan kepatuhan peserta terhadap protokol puasa sebelum pemeriksaan mencerminkan kesadaran kesehatan yang baik. Kegiatan ini juga menjadi media edukasi tentang pentingnya pemeriksaan berkala dan gaya hidup sehat. Pemeriksaan MCU di lingkungan kerja diharapkan dapat dilakukan secara berkelanjutan untuk mendukung produktivitas dan kesejahteraan karyawan.

Kata Kunci: *medical check up*, kesehatan kerja, deteksi dini, karyawan hotel

ABSTRACT

Routine health screening or Medical Check Up (MCU) is an essential preventive measure to detect early health issues, particularly in work environments with high physical and mental demands such as the hospitality sector. This community service activity was conducted on Tuesday, May 28, 2024, at the Grand Ballroom of Hotel Grand Hyatt, Nusa Dua, Badung, targeting 200 employees. A total of 155 employees actively participated in the activity, which included re-registration, basic physical examination, vital sign measurement, brief anamnesis, and blood sampling, followed by laboratory analysis at VirtuDigilab. The results showed that 155 participants, consisting of 118 males and 37 females, were mostly declared Fit to Work. The enthusiasm and compliance of participants with fasting protocols prior to the check-up reflected a good level of health awareness. This activity also served as an educational platform to emphasize the importance of routine health screenings and healthy lifestyle practices. Regular MCU implementation in the workplace is expected to be continued as part of efforts to support employee productivity and overall well-being.

Keywords: *medical check up, occupational health, early detection, hotel employees*

PENDAHULUAN

Pemeriksaan kesehatan atau *Medical Check Up* (MCU) merupakan salah satu langkah penting dalam upaya promotif dan preventif guna menjaga derajat kesehatan masyarakat secara menyeluruh. MCU merupakan prosedur pemeriksaan yang mencakup anamnesis, pemeriksaan fisik, pemeriksaan penunjang seperti radiologi dan laboratorium, yang bertujuan untuk menilai kondisi kesehatan secara umum serta mendeteksi dini potensi gangguan kesehatan sebelum berkembang menjadi penyakit yang lebih serius. Pemeriksaan ini bersifat menyeluruh dan dapat dilakukan pada semua kelompok usia maupun jenis kelamin dengan frekuensi yang disesuaikan terhadap faktor risiko individu (Franco dkk, 2021 ; Di Mattei dkk, 2021).

Meskipun tidak bersifat wajib, pelaksanaan MCU secara rutin sangat dianjurkan. Kesadaran untuk melakukan pemeriksaan kesehatan secara berkala masih tergolong rendah, khususnya di Indonesia. Berdasarkan survei *AIA Healthy Living Index* tahun

2018, hanya sekitar 49% masyarakat Indonesia yang secara rutin melakukan MCU. Banyak individu yang enggan menjalani pemeriksaan kesehatan karena merasa sehat atau karena adanya kendala biaya dan akses pelayanan kesehatan. Padahal, penelitian menunjukkan bahwa faktor usia, jenis kelamin, dan keberadaan penyakit kronis sangat memengaruhi kecenderungan seseorang untuk menjalani pemeriksaan kesehatan rutin, dengan perempuan dan individu dengan penyakit kronis memiliki tingkat kepatuhan yang lebih tinggi (Huang dkk, 2023 ; Frontiers, 2022).

Pemerintah Indonesia telah menetapkan regulasi mengenai pentingnya pemeriksaan kesehatan berkala, khususnya bagi tenaga kerja, sebagaimana tercantum dalam Peraturan Menteri Tenaga Kerja dan Transmigrasi No. Per. 02/Men/1980. Regulasi ini mengharuskan perusahaan untuk melakukan MCU terhadap karyawannya sekurang-kurangnya satu kali dalam setahun. Pemeriksaan ini bertujuan untuk mendeteksi dini penyakit akibat kerja, mencegah

kecelakaan kerja, meningkatkan produktivitas karyawan, serta menjadi dasar dalam kegiatan promosi kesehatan di lingkungan kerja (Sasaki dkk, 2020).

Pelaksanaan MCU sangat penting dilakukan pada sektor perhotelan yang memiliki beban kerja tinggi dan mengharuskan karyawan tetap prima dalam pelayanan. Karyawan hotel rentan mengalami kelelahan, gangguan muskuloskeletal, gangguan pencernaan, serta stres kerja yang dapat berdampak pada performa kerja dan kualitas layanan. Oleh karena itu, pemeriksaan kesehatan berkala menjadi bagian penting dalam menjaga kesejahteraan dan keselamatan kerja di lingkungan perhotelan (Bezzina dkk, 2023).

Dalam upaya mendukung kesehatan pekerja sektor jasa pariwisata, kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan melalui pelaksanaan MCU kepada para karyawan Hotel Grand Hyatt yang berlokasi di kawasan wisata Nusa Dua, Kabupaten Badung, Bali. Hotel ini memiliki jumlah karyawan yang cukup besar dan aktif bekerja dalam sistem rotasi kerja yang padat. Dengan adanya kegiatan ini, diharapkan dapat memberikan data awal mengenai status kesehatan karyawan serta meningkatkan kesadaran akan pentingnya menjaga kesehatan secara rutin (VirtuDigilab, 2024).

Pemeriksaan kesehatan ini juga sejalan dengan komitmen perusahaan dalam menerapkan standar *occupational health and safety*. Hasil dari MCU dapat dijadikan dasar dalam menentukan strategi promosi kesehatan di tempat kerja, mengembangkan kebijakan lingkungan kerja sehat, serta menyusun program intervensi kesehatan kerja yang lebih terarah. Kegiatan ini juga merupakan bentuk kolaborasi antara institusi pendidikan dengan sektor industri dalam menerapkan ilmu kesehatan masyarakat secara aplikatif (NCBI PMC, 2022).

Lebih jauh, kegiatan ini juga menjadi sarana edukasi langsung bagi para karyawan mengenai pentingnya deteksi dini penyakit, pengelolaan gaya hidup sehat, dan pemahaman terhadap faktor risiko kesehatan yang umum terjadi di lingkungan kerja. Edukasi yang diberikan diharapkan dapat menumbuhkan kebiasaan pemeriksaan rutin secara mandiri yang berkelanjutan, bahkan di luar fasilitas kerja (Mixafenti, 2025).

Dengan pendekatan yang menyeluruh melalui pemeriksaan dan edukasi, kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan tidak hanya untuk meningkatkan derajat kesehatan karyawan tetapi juga sebagai bagian dari upaya membentuk budaya kerja sehat yang berkelanjutan di sektor pariwisata. Hal ini penting untuk memastikan keberlangsungan kualitas layanan serta perlindungan kesehatan bagi para pekerja yang merupakan aset utama perusahaan.

METODE

Kegiatan pemeriksaan MCU ini dilaksanakan pada hari Selasa, 28 Mei 2024 dimulai pukul 09.00 WITA hingga pukul 14.00 WITA. Waktu pelaksanaan dipilih pada jam kerja pagi hingga siang hari untuk menyesuaikan dengan jadwal operasional karyawan

agar tidak mengganggu aktivitas pelayanan hotel. Proses pemeriksaan dilakukan secara terjadwal dan bergilir untuk memastikan seluruh peserta dapat mengikuti pemeriksaan dengan nyaman dan tertib.

Adapun tempat pelaksanaan kegiatan bertempat di Aula Hotel Grand Hyatt, yang berlokasi di kawasan wisata Nusa Dua, Kabupaten Badung, Bali. Lokasi ini dipilih karena strategis dan representatif untuk mendukung kegiatan pemeriksaan kesehatan secara massal. Aula hotel disiapkan dan disesuaikan menjadi ruang pemeriksaan, tempat edukasi, serta area pengambilan sampel dengan menjaga kenyamanan dan privasi peserta.

Tim pelaksana kegiatan terdiri dari tenaga medis dan pendamping akademik. Kegiatan ini didampingi oleh satu orang dosen dari Fakultas Kedokteran Universitas Mahasaraswati Denpasar, yaitu dr. Komang Juwita Endrawati, Sp.PK. Beliau bertindak sebagai pendamping kegiatan serta penanggung jawab pemeriksaan laboratorium yang dilakukan selama proses MCU berlangsung. Keberadaan tenaga ahli ini sangat penting dalam menjamin validitas hasil pemeriksaan serta pelaksanaan edukasi medis kepada peserta.

Metode pelaksanaan kegiatan dimulai dengan edukasi kepada seluruh peserta mengenai pentingnya MCU, serta persiapan yang perlu dilakukan sebelum pengambilan sampel darah, termasuk aturan puasa minimal 8 jam sebelumnya. Edukasi ini bertujuan untuk memastikan peserta memahami proses pemeriksaan dan dapat mempersiapkan diri dengan baik agar hasil yang diperoleh akurat. Penyuluhan dilakukan secara langsung di lokasi sebelum peserta diarahkan ke tahap pemeriksaan.

Setelah edukasi, peserta diarahkan ke bagian pengambilan sampel. Tim medis telah menyiapkan perlengkapan berupa tabung sampel darah, formulir identitas pasien, serta *coolbox* untuk transportasi sampel darah menuju laboratorium pemeriksaan lanjutan. Proses pengambilan sampel dilakukan dengan menjaga prinsip-prinsip sanitasi dan keamanan medis. Sampel yang telah dikumpulkan kemudian dikirimkan ke laboratorium untuk dianalisis lebih lanjut sesuai indikator yang ditentukan, seperti profil lipid, gula darah, dan fungsi hati.

Sebagai bagian akhir dari kegiatan, seluruh data hasil pemeriksaan akan dikompilasi dan dievaluasi. Setiap peserta akan menerima hasil pemeriksaan secara personal dan diberikan kesempatan untuk berkonsultasi mengenai temuan medis yang diperoleh. Konsultasi ini bertujuan agar karyawan memahami status kesehatannya dan memperoleh arahan lanjutan jika diperlukan, sehingga tercipta kesadaran terhadap pentingnya pemeriksaan kesehatan secara berkala di lingkungan kerja.

PEMBAHASAN

Kegiatan pemeriksaan MCU yang dilaksanakan di Aula Hotel Grand Hyatt, Nusa Dua, berjalan dengan lancar dan mendapat sambutan positif dari pihak manajemen dan para karyawan. Dari total 200

karyawan yang dijadwalkan mengikuti pemeriksaan, sebanyak 155 orang hadir dan berpartisipasi secara aktif dalam kegiatan ini. Jumlah partisipan tersebut mencerminkan tingkat kepedulian yang cukup tinggi terhadap kesehatan diri di lingkungan kerja perhotelan yang menuntut stamina dan performa kerja optimal.

Tahapan pertama dalam kegiatan ini adalah pendataan ulang peserta. Para karyawan yang hadir terlebih dahulu melakukan registrasi dan verifikasi identitas untuk memastikan kelengkapan administrasi sebelum pemeriksaan dimulai. Langkah ini penting untuk mencocokkan data peserta dengan hasil pemeriksaan yang akan didokumentasikan secara individu. Pendataan dilakukan secara sistematis dan tertib dengan bantuan tim panitia pelaksana di lapangan.

Setelah pendataan, dilakukan pemeriksaan awal yang meliputi pengukuran tinggi badan, berat badan, serta perhitungan indeks massa tubuh (*Body Mass Index/BMI*). Selain itu, pemeriksaan tanda-tanda vital seperti tekanan darah, frekuensi nadi, suhu tubuh, dan pemeriksaan singkat mengenai riwayat makan terakhir serta konsumsi obat-obatan juga dilakukan. Prosedur ini bertujuan untuk memperoleh gambaran umum status kesehatan peserta secara langsung sebelum pengambilan sampel darah.

Pengambilan sampel darah dilakukan oleh tim analis dan perawat dari laboratorium VirtuDigilab Nusa Dua. Proses ini berlangsung di area pemeriksaan yang telah disiapkan sesuai standar keamanan dan kenyamanan peserta. Pengambilan darah dilakukan dari daerah lengan, dengan masing-masing sampel langsung diberi label identitas dan disimpan dalam *coolbox* untuk mempertahankan suhu penyimpanan yang optimal sebelum dikirim ke laboratorium.

Sampel darah yang telah dikumpulkan kemudian dibawa ke laboratorium VirtuDigilab untuk dilakukan pemeriksaan lanjutan menggunakan peralatan otomatis. Pemeriksaan laboratorium mencakup parameter penting seperti gula darah, profil lipid, fungsi hati, dan pemeriksaan hematologi dasar lainnya. Penggunaan alat otomatis memberikan hasil yang lebih cepat, akurat, dan dapat dibandingkan dengan standar referensi yang berlaku secara medis.

Dari 155 karyawan yang mengikuti pemeriksaan MCU, sebanyak 118 orang merupakan karyawan laki-laki dan 37 orang karyawan perempuan. Hasil akhir menunjukkan bahwa mayoritas peserta dinyatakan dalam kondisi "Fit to Work" atau layak bekerja. Meski demikian, seluruh peserta tetap disarankan untuk melakukan pemeriksaan kesehatan berkala setiap enam bulan atau satu tahun untuk memantau kondisi tubuh secara menyeluruh dan menjaga kesehatan kerja yang berkelanjutan.

Partisipasi masyarakat sasaran, dalam hal ini para karyawan Hotel Grand Hyatt dari berbagai divisi seperti *front office*, *housekeeping*, *F&B service*, *security*, dan administrasi, menunjukkan antusiasme yang tinggi. Mayoritas karyawan telah mempersiapkan diri dengan baik, termasuk mengikuti anjuran puasa minimal 8 jam sebelum pemeriksaan,

yang menunjukkan tingkat pemahaman yang baik terhadap pentingnya pelaksanaan MCU.

Selain memberikan hasil laboratorium yang akurat, kegiatan ini juga memberikan ruang untuk edukasi singkat mengenai pentingnya gaya hidup sehat, manajemen stres kerja, serta pentingnya deteksi dini penyakit tidak menular seperti diabetes, hipertensi, dan dislipidemia. Edukasi diberikan baik secara langsung maupun melalui lembar informasi yang disebarluaskan kepada peserta. Hal ini penting sebagai bentuk penguatan promosi kesehatan kerja.

Hasil dari pemeriksaan ini tidak hanya menjadi dokumentasi medis individu karyawan, tetapi juga menjadi dasar evaluasi bagi manajemen hotel dalam merencanakan program kesehatan kerja yang lebih terarah. Adanya data kesehatan kolektif dapat membantu dalam menentukan langkah strategis seperti penyediaan menu sehat di kantin karyawan, jadwal olahraga rutin, atau pembentukan tim *occupational health and safety* internal.

Secara keseluruhan, kegiatan MCU ini membuktikan bahwa pemeriksaan kesehatan berkala di tempat kerja memiliki dampak positif yang besar, tidak hanya bagi individu karyawan tetapi juga bagi institusi perusahaan secara keseluruhan. Diharapkan kegiatan ini dapat dilakukan secara rutin dan berkelanjutan sebagai bagian dari upaya mewujudkan lingkungan kerja yang sehat, produktif, dan responsif terhadap isu kesehatan kerja.



Gambar 1. Pelaksanaan MCU pada Karyawan Hotel Grand Hyatt, Nusa Dua, Badung

KESIMPULAN

Kegiatan pemeriksaan MCU yang dilaksanakan pada karyawan Hotel Grand Hyatt, Nusa Dua, Badung, berhasil menjaring 155 peserta dari total 200 karyawan yang direncanakan. Pelaksanaan kegiatan berjalan dengan lancar, meliputi pemeriksaan antropometri, tanda vital, anamnesis singkat, dan pengambilan sampel darah yang kemudian dianalisis di laboratorium VirtuDigilab. Mayoritas karyawan dinyatakan dalam kondisi "Fit to Work", yang menunjukkan bahwa sebagian besar pekerja dalam kondisi kesehatan yang baik. Partisipasi aktif dan kesiapan para karyawan, termasuk kepatuhan terhadap anjuran puasa, mencerminkan tingkat kesadaran yang cukup baik terhadap pentingnya pemeriksaan kesehatan berkala di lingkungan kerja.

Demi menjaga dan meningkatkan derajat kesehatan karyawan secara berkelanjutan, disarankan agar pemeriksaan MCU dilaksanakan secara rutin

minimal satu kali dalam setahun, atau lebih sering sesuai kondisi medis tertentu. Selain itu, penting untuk menindaklanjuti hasil pemeriksaan dengan edukasi kesehatan dan intervensi yang sesuai, seperti pengaturan pola makan, manajemen stres, dan peningkatan aktivitas fisik. Pihak manajemen perusahaan diharapkan terus mendukung upaya promosi kesehatan kerja sebagai bagian integral dari strategi peningkatan produktivitas dan kesejahteraan tenaga kerja.

REFERENSI

- Bezzina AB, Ashton L, Watson T, James CL. 2023. Health And Wellness in The Australian Coal Mining Industry: Pre-Post Analysis From The Reshape Workplace Health Promotion Program. 18(7).
- Di Mattei V, Perego G, Milano F., Mazzetti M, Taranto P. 2021. The Healthcare Workers Wellbeing (Benessere Operatori) Project: A Picture Of The Mental Health Conditions Of Italian Healthcare Workers During The First Wave of The COVID-19 Pandemic. *International Journal of Environmental Research and Public Health*. 18(10), 1–15.
- Franco, E., Urosa, J., Barakat, R. & Refoyo, I. 2021. Physical Activity and Adherence To The Mediterranean Diet Among Spanish Employees In A Health-Promotion Program Before and During The COVID-19 Pandemic: The Sanitas-Healthy Cities Challenge. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(5), 1–13.
- Frontiers in Public Health. 2022. Editorial: Insights in Occupational Health and Safety: 2021, *Frontiers in Public Health*, 10:975534.
- Huang SJ., Hung WC., Shyu ML, Chou TR, Chang KC. 2023. Field Test of An M-Health Worksite Health Promotion Program to Increase Physical Activity in Taiwanese Employees, *Workplace Health & Safety*, 71(5), 256–264.
- Mixafenti, S. 2025. Assessment of Occupational Health and Safety Management: Implications for Corporate Performance in The Secondary Sector *Safety*, 11(2), 44.
- NCBI PMC. 2022. What Are The Benefits of Medical Screening and Surveillance? *Medical Surveillance Review*.
- NCBI PMC. 2022. Short-Term Effectiveness of Face-To-Face Periodic Occupational Health Screening of Hospital Employees.
- Sasaki, N., Kuroda, R., Tsuno, K, Kawakami, N. 2020. The Deterioration of Mental Health Among Healthcare Workers During The COVID-19 Outbreak: A Population-Based Cohort Study of Workers in Japan, *Scandinavian Journal of Work, Environment & Health*, 46(11), 110–115.
- VirtuDigilab. 2024. Implementation of Medical Checks (MCU) in The Workforce in Hotel Companies.