

Pemeriksaan Kesehatan Tekanan Darah Dan Glukosa Darah (DM) Gratis Di Wilayah Kampung Sawah Lebak Wangi Jakarta Selatan

Erlin Ifadah, Thika Marliana

Universitas Respati Indonesia

Email: erlin.ifadah01@gmail.com, thika_marliana@urindo.ac.id

ABSTRAK

Wilayah Kampung Sawah Lebak Wangi yang termasuk dalam wilayah Jakarta bagian Selatan. Masalah kesehatan pada lansia yang banyak dihadapi di Wilayah Kampung Sawah Lebak Wangi saat ini antara lain adalah Rheumatik, Hipertensi dan Diabetes Melitus. Pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat dilaksanakan untuk memberikan pelayanan pemeriksaan kesehatan serta pengobatan gratis untuk menjaga kesehatan warga Wilayah Kampung Sawah Lebak Wangi. Solusi untuk menangani masalah tersebut yaitu melaksanakan pemeriksaan serta pengobatan gratis melalui program P2M FIKES URINDO dalam hal ini program studi keperawatan. Target dalam pelaksanaan pengabdian masyarakat ini adalah masyarakat Wilayah Kampung Sawah Lebak Wangi. Luaran dari kegiatan ini adalah meningkatkan kesadaran dan pengetahuan masyarakat dalam upaya menjaga kesehatannya. Kapasitas pelayanan kegiatan pengabdian kepada masyarakat kami batasi untuk 150 peserta yang didistribusikan secara merata di Wilayah Kampung Sawah Lebak Wangi. Pada hasil pemeriksaan ditemukan 29 orang yang memiliki tekanan darah tinggi, 2 orang yang memiliki kadar gula darah yang tinggi dan 99 orang memiliki asam urat melebihi batas normal. Kesimpulan dari pelaksanaan kegiatan abdimas secara umum berjalan dengan lancar dan masalah kesehatan pada lansia paling banyak adalah asam urat. Oleh karena itu diharapkan melalui kegiatan abdimas ini kesadaran masyarakat khususnya lansia tentang kesehatan dapat meningkat untuk meningkatkan derajat kesehatan yang optimal.

Kata Kunci : Pemeriksaan kesehatan, diabetes melitus, hipertensi dan asam urat.

ABSTRACT

The Kampung Sawah area of Lebak Wangi is included in the southern part of Jakarta. Health problems in the elderly that are mostly faced in the Lebak Wangi Kampung Sawah region today include Rheumatism, Hypertension and Diabetes Mellitus. The implementation of community service activities was carried out to provide health screening and free medical services to maintain the health of the residents of the Kampung Sawah Lebak Wangi area. The solution to dealing with these problems is to carry out free examinations and treatment through the URINDO P2M FIKES program in this case the nursing study program. The target in the implementation of community service is the community of Kampung Sawah Lebak Wangi area. The output of this activity is increasing awareness and knowledge of the community in an effort to maintain their health. We limit the service capacity of community service activities to 150 participants who are evenly distributed in the Kampung Sawah Lebak Wangi area. On the results of the examination found 29 people who have high blood pressure, 2 people who have high blood sugar levels and 99 people have gout exceeds the normal limit. The conclusion of the implementation of the academic activities in general runs smoothly and the health problems in the elderly are mostly gout. Therefore, it is expected that through this academic activity the awareness of the public, especially the elderly about health, can be increased to improve optimal health status.

Keywords: Health screening, diabetes mellitus, hypertension and gout.

PENDAHULUAN

Penyakit degeneratif merupakan penyakit yang disebabkan karena penurunan fungsi organ tubuh. Beberapa penyakit degeneratif yaitu hipertensi, jantung koroner, diabetes melitus, asam urat, dll. Banyak hal yang menjadi penyebab berkembangnya penyakit degeneratif, antara lain: gaya hidup yang tidak sehat seperti merokok, kurang olah raga dan stress. Tren penyakit degeneratif semakin hari semakin meningkat. Saat ini terjadi pergeseran angka kejadian penyakit degeneratif. Penyakit tersebut semula dialami oleh para lansia dengan usia 50 tahun ke atas. Namun saat ini penyakit degeneratif sudah bisa ditemukan pada usia 30-40 tahun. Pencegahan penyakit degeneratif bisa dicegah dengan cara screening kesehatan pada usia diatas 30 tahun.

Screening kesehatan berupa pemeriksaan kesehatan dapat membantu mencegah terjadinya penyakit degeneratif. *Screening* kesehatan berupa pemeriksaan tekanan darah, kolesterol, asam urat, gula darah. Kolesterol, asam urat dan gula darah merupakan *marker* atau alat untuk mengidentifikasi metabolisme yang terjadi didalam tubuh. Jika *marker* tersebut melewati ambang batas, maka hal tersebut sebagai peringatan awal untuk perubahan gaya hidup.

Resiko penyakit degeneratif dapat terjadi pada semua orang tanpa memperhatikan suku ataupun wilayah. Wilayah Kampung Sawah Lebak Wangi Jakarta Selatan sebagai salah satu sasaran pengabdian masyarakat juga mempunyai resiko terhadap berkembangnya penyakit degeneratif. Dari hasil analisis situasi di Wilayah Kampung Sawah Lebak Wangi Jakarta Selatan, *screening* kesehatan belum menjadi kebiasaan warga di Wilayah Kampung Sawah Lebak Wangi Jakarta Selatan. Hal ini disebabkan ketidaktahuan warga tentang pentingnya *screening* kesehatan serta biaya yang cukup mahal untuk melakukan *screening* kesehatan.

Kebugaran jasmani merupakan salah satu tolak ukur kesehatan pada sekelompok masyarakat terutama pada dewasa awal. Dewasa awal memiliki kebugaran jasmani yang tinggi selain sehat juga dapat melakukan aktivitas sehari-hari secara mandiri. Seseorang dikatakan memiliki tingkat kebugaran jasmani yang optimal jika melakukan aktivitas yang melelahkan dan berat tidak akan merasa lelah. Tingkat kebugaran jasmani seseorang bisa dilihat dari aktivitas seperti, mahasiswa yang mengikuti aktivitas perkuliahan membutuhkan kebugaran jasmani untuk mendukung proses belajar mengajar dikampus secara optimal. Kebugaran jasmani memiliki arti kemampuan tubuh dalam melakukan aktivitas sehari-hari tanpa

kelelahan dan masih cukup energi baik untuk waktu luang maupun keperluan mendadak (Wiranto, 2014).

Kebugaran jasmani juga dapat memberikan kontribusi penting untuk kesehatan seseorang yang dapat mempengaruhi seseorang berfungsi dan aktif secara fisik sehingga terhindar dari gangguan kesehatan seperti penyakit diabetes dan penyakit kardiovaskular.

Identifikasi Dan Perumusan Masalah perlunya screening pemeriksaan kesehatan pada Wilayah Kampung Sawah Lebak Wangi Jakarta Selatan dan dilakukannya pemeriksaan kesehatan berupa pemeriksaan tekanan darah, gula darah kolesterol, asam urat pada Wilayah Kampung Sawah Lebak Wangi Jakarta Selatan

Solusi untuk menangani masalah tersebut Program Studi Keperawatan FIKES URINDO melalui program P2M tergerak untuk melaksanakan pemeriksaan serta pengobatan gratis target dalam pelaksanaan pengabdian masyarakat ini adalah masyarakat Wilayah Kampung Sawah Lebak Wangi Jakarta Selatan.

Dalam pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang berupa pemeriksaan kesehatan dan pengobatan gratis ini kapasitas pelayanan yang kami laksanakan kami batasi untuk 150 peserta yang didistribusikan secara merata di Wilayah Kampung Sawah Lebak Wangi Jakarta Selatan.

Tahapan Pendaftaran dilakukan penyiapan tempat, daftar hadir peserta, dan kartu pemeriksaan. Indikator pencapaiannya adalah telah tersedianya tempat pendaftaran, formulir daftar hadir peserta kegiatan pemeriksaan kesehatan dan kartu pemeriksaan.

Tahapan Pemeriksaan dilakukan penyiapan tempat, sarana dan prasarana, pemeriksaan tekanan darah, menimbang berat badan, memeriksa gula darah sewaktu, kolesterol dan asam urat serta dokumentasi hasil pemeriksaan. Indikator pencapaian tahapan ini antara lain tersedianya tensi meter, stetoskop, alat tes glucose, kolesterol, uric acid, blood lanset, strip glucose, kolesterol, uric acid, blood lanset, alcohol swab, handscoon, masker dan timbangan berat badan.

Dokumentasi hasil pemeriksaan (tekanan darah : Sistole = 90- 120 mmHg, Diastole = 60-80 mmHg, glukosa darah sewaktu < 150 mg/dl, asam urat pria: 3,4-7,0 mg/dl, perempuan: 2,4-5,7 mg/dl, kolesterol total. Pada tahap ini dokter melakukan anamnesa dan pemeriksaan, meresepkan obat. Indikator pencapaian pada tahapan ini adalah pemberian resep obat oleh dokter.

Tahapan Pemberian Obat Pada tahap ini dokter memberikan obat dan memberikan health education bagi masyarakat. Indikator pencapaian adalah masyarakat mendapatkan pengobatan yang tepat serta cara untuk pencegahan penyakit tersebut.

Pada kegiatan ini tercapainya upaya preventif terhadap resiko kesehatan pada Wilayah Kampung Sawah Lebak Wangi Jakarta Selatan dengan terlaksananya pemeriksaan kesehatan berupa pemeriksaan tekanan darah, kolesterol, asam urat, gula darah.

Diketuainya status tingkat kebugaran jasmani pada Wilayah Kampung Sawah Lebak Wangi Jakarta Selatan sebagai upaya preventif dalam menjaga tingkat kebugaran jasmani

METODE

Rancangan Pengabdian Masyarakat

Pengabdian masyarakat dilakukan dengan memberikan intervensi penyuluhan kepada masyarakat. Metode yang diberikan dalam pengabdian masyarakat dengan pemeriksaan, ceramah dan tanya jawab.

Pemberian Intervensi penyuluhan dilakukan dalam 1 sesi yaitu sesi ke-1 tentang ceramah dan Tanya jawab tentang pencegahan DM.

Bentuk Pengabdian Masyarakat

Pengabdian masyarakat dilakukan terhadap masyarakat pemerhati kesehatan seperti kader posyandu, ibu pkk di Kampung Sawah Lebakwangi. Pengabdian masyarakat dilakukan terhadap masyarakat dengan memberikan penyuluhan berupa kegiatan pendidikan yang meliputi ceramah dan diskusi.

Peserta Pengabdian Masyarakat

Peserta pengabdian masyarakat adalah warga masyarakat yang ibu kader posyandu dan pemerhati kesehatan sebanyak 150an peserta di Kampung Sawah Lebakwangi.

Kegiatan Pengabdian Masyarakat

1. Koordinasi Dengan Pihak Pemerintah Kelurahan.
2. Pelaksanaan penyuluhan (edukasi) yang meliputi kegiatan sebagai berikut:
 - a. Pembukaan
 - b. Perkenalan
 - c. Pemberian materi penyuluhan
 - d. Penutup

Rincian Detail Pengabdian Masyarakat

Tahap 1 Koordinasi Dengan Kelurahan

Melakukan koordinasi dengan Pemerintah desa dan pedukuhan, kemudian berkoordinasi dengan tokoh masyarakat. Berkoordinasi dengan masyarakat guna untuk menentukan waktu, tempat dan peserta untuk dilakukan penyuluhan.

Tahap 2 Melakukan Kegiatan Penyuluhan

Pada tahap ini dilakukan beberapa sesi antara lain:

- a. Pembukaan. Pembukaan berupa sambutan-sambutan. Sambutan dari pihak Kelurahan.
- b. Perkenalan. Pemberi materi memperkenalkan diri dan menjelaskan maksud dan tujuan penyuluhan.
- c. Memberikan Materi Penyuluhan.
- d. Penyuluhan. Kegiatan penyuluhan dilakukan dengan ceramah dan diskusi.

Out Put Pengabdian Masyarakat

1. Peningkatan pengetahuan peserta penyuluhan.
2. Adanya Peningkatan Pengetahuan Masyarakat tentang DM
3. Pemeriksaan kesehatan menjadikan warga tahu kesehatannya.

Metode pelaksanaan pada kegiatan pemeriksaan kesehatan adalah dengan cara pengambilan darah perifer untuk mengetahui kadar glukosa darah, asam urat, kolesterol. Pemeriksaan Tekanan darah dengan menggunakan tensimeter.

Kegiatan pemeriksaan kesehatan ini sesuai dengan rencana pada tanggal 04 April 2016. Laporan pertanggungjawaban ini disusun sebagai gambaran singkat tentang hasil dari pelaksanaan kegiatan Pengabdian Masyarakat Pemeriksaan Kesehatan Tekanan Darah Dan Glukosa Darah (DM) Gratis Wilayah Kampung Sawah Lebak Wangi Jakarta Selatan Sabtu, 13 Maret 2015.

HASIL

Kegiatan penyuluhan dilakukan terhadap 150 peserta ibu yang berada di Kampungsawah Lebak Wangi. Selama mengikuti kegiatan ibu dan bapak banyak pertanyaan dan tertarik dengan pengertian, penyebab, pencegahan, pengobatan DM.

Pada pelaksanaan kegiatan sebelum dilakukan penyuluhan terlebih dahulu peserta penyuluhan diberikan instrumen kuesioner untuk melihat besaran pemahaman peserta tentang DM sehingga dalam pelaksanaan penyuluhan materi yang disampaikan sesuai dengan peserta penyuluhan.

Berdasarkan hasil pengabdian yang dilaksanakn diperoleh hasil sebagai berikut:

Tabel Deskripsi indikator pengetahuan peserta penyuluhan DM

Indikator Variabel pengetahuan	Sebelum pelatihan rata±SD	Setelah pelatihan rata±SD
Pengertian	52,5±23,4	72,5±11,6
Pencegahan	43,3±35,6	70,0±23,7
Tanda dan gejala	39,4±19,8	58,0±23,6
Pengobatan	46,0±20,6	82,0±17,8

Sumber: Data Primer

Kegiatan santunan anak yatim dan pemeriksaan kesehatan gratis juga terselenggara atas kerjasama antara Program Studi Ilmu Keperawatan URINDO, dengan warga kampung Sawah Lebak Wangi Jakarta Selatan. Hasil pemeriksaan kesehatan ini dapat dijadikan sebagai data dasar pemeriksaan kesehatan dan pemberian intervensi, baik preventif maupun promotif.

KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian berjalan dengan baik dengan mendapat bantuan dari pihak Yayasan Universitas Respati Indonesia (URINDO). Jumlah masyarakat yang datang melakukan pemeriksaan kesehatan telah memenuhi target yaitu 150 orang. Mereka yang datang tidak hanya mereka yang mengalami Hipertensi dan DM, namun masyarakat umum. Hal ini disebabkan pemberitahuan adanya kegiatan ini tidak hanya disampaikan kepada pasien dengan DM, asam urat dan tekanan darah tetapi juga masyarakat umum di wilayah Lebak Wangi Jakarta Selatan tersebut.

Dari semua yang datang, sekitar 45% terdiagnosis hipertensi sebelumnya dan 13% terdiagnosis DM. Dari hasil pemeriksaan didapatkan sebagian dari penderita Hipertensi telah memiliki kondisi yang terkontrol tekanan darahnya. Demikian halnya dengan penderita DM, sebagian memiliki gula darah normal.

Dengan adanya kegiatan pemeriksaan kesehatan ini, diharapkan dapat memicu kesadaran masyarakat untuk lebih rutin memeriksakan kesehatan mereka secara pribadi maupun dengan datang ke puskesmas.

Bagi mereka penderita Hipertensi dan DM, diharapkan untuk lebih menjaga kondisi kesehatan dengan memeriksakan diri dan mengontrol gaya hidup.

Kegiatan Pengabdian Masyarakat yang dimotori oleh puskesmas diharapkan tetap menjadi wadah yang baik bagi masyarakat terutama penderita penyakit kronis untuk memotivasi diri menjaga kondisi kesehatan agar terkontrol baik.

DAFTAR PUSTAKA

- BPJS. (2016). Panduan Praktis Prolanis (Program Pengelolaan Penyakit Kronis). Jakarta
- CDC. (2010). CDC in Indonesia. Diakses dari: www.cdc.gov/globalhealth/countries/indonesia/
- Kemkes RI. (2013). Riset Kesehatan Dasar 2013. Diakses dari: www.litbang.depkes.go.id/sites/...riskesdas/Riskesdas%20Launching.pdf
- Suryanto., 2011. Peranan Pola Hidup Sehat terhadap Kebugaran Jasmani. Universitas Negeri Yogyakarta
- Susilowati., 2007. Faktor-Faktor Risiko Kesegaran Jasmani Pada Polisi Lalu Lintas Di Kota Semarang
- WHO. (2014). Global Action Plan for the Prevention and Control of Noncommunicable Disease 2013-2020. Geneva