



Kegiatan Pengecekan Gula Darah, Asam Urat, Golongan Darah, dan Senam Bersama Pada Warga Srengseng Sawah

Agus Purnama¹, Emi Yuliza², Eka Rokhmiati³

^{1,2}Program Studi Ilmu Keperawatan

^{1,2}Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Indonesia Maju

^{1,2}Jl. Harapan No. 50, Lenteng Agung – Jakarta Selatan 12610 Telp : (021) 78894045

Email : purnama.aguz@gmail.com, emiyuliza@stikim.ac.id

Abstrak

Dalam kegiatan praktik komunitas di RW 04 Srengseng Sawah telah dilakukan pendataan di masyarakat dan mendapatkan hasil analisis dimana banyak penyakit terbanyak Hipertensi, Asam Urat dan Diabetes Melitus/Gula darah. Ada sebagian besar warga RW 04 banyak belum mengetahui Golongan darah. Tim Pengabdian Masyarakat Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Indonesia Maju (STIKIM) dengan masyarakat setempat sudah menyepakati untuk melakukan pengecekan asam urat, gula darah, golongan darah dan senam. Acara tersebut dapat diikuti oleh masyarakat RW. 04 Untuk menyelesaikan permasalahan yang ada dan untuk mencapai tujuan yang diinginkan terkait dengan banyaknya masyarakat di RW.04 yang terdiagnosa penyakit terbanyak yakni Hipertensi, Asam Urat dan Diabetes Melitus/Gula darah dan belum mengetahui golongan darah, maka solusi yang kami tawarkan dan sudah disepakat dengan pemuka masyarakat di daerah tersebut adalah membuat acara pengecekan asam urat, gula darah, golongan darah dan senam bersama secara gratis bagi masyarakat RW 04 dan Senam bersama, langkah-langkah yang akan dilakukan dalam pengabdian ini adalah dengan melakukan pengecekan asam urat, gula darah, golongan darah secara gratis bagi masyarakat dan Senam bersama. Diharapkan dari hasil pengecekan asam urat, gula darah, golongan darah dan senam bersama ini diperoleh data-data yang terkait dengan kesehatan.

Kata Kunci: pengecekan gula darah, asam urat, golongan darah, senam bersama

Abstract

In community practice activities in RW 04 Srengseng Sawah, data collection was carried out in the community and the results of analysis showed that there were many diseases such as hypertension, gout and diabetes mellitus / blood sugar. The Indonesian Community College of Health Services (STIKIM) Community Service Team with the local community has agreed to check uric acid, blood sugar, blood type and gymnastics. The event can be participated by RW04. Who do not know their blood type and are willing to do blood donation which consists of RT 7. To solve the existing problems and to achieve the desired goals related to the many people in RW.04 who are diagnosed with the most diseases namely Hypertension, Acid Veins and Diabetes Mellitus / blood sugar and do not yet know the blood type, the solution we offer and has been agreed with with community leaders in the area is to make a gout checking event, blood sugar, blood type and gymnastics together for free for the community RW 04 and Gymnastics together, the steps to be taken in this service are checking uric acid, blood sugar, blood groups for free for the community and joint Gymnastics. It is expected that the results of checking uric acid, blood sugar, blood type and gymnastics together obtained data related to healthchecking.

Keywords: blood sugar, gout, blood type, joint exercise

Pendahuluan

Srengseng sawah adalah sebuah kelurahan di Kecamatan Jagakarsa Jakarta Selatan. Dengan luas keseluruhan sekitar 675 Hektar, Srengseng Sawah merupakan kelurahan yang terluas di Kecamatan Jagakarsa; yakni meliputi sekitar 27% area kecamatan. Kelurahan Srengseng Sawah di sebelah barat dibatasi oleh Jalan Mohamad Kahfi II di sebelah timur dibatasi Jalan Raya Lenteng Agung dan aliran Sungai Ciliwung; serta di sebelah selatan berbatasan dengan wilayah Kota Depok Jawa Barat. Wilayah ini terbagi atas 19 RW (Rukun Warga) dan 156 RT (Rukun Tetangga).¹

Pada Umumnya RW 04 berada di Kelurahan Srengseng Sawah Kota Administrasi Jakarta Selatan Provinsi DKI Jakarta. Dengan jumlah jiwa sebanyak 597 jiwa Mayoritas penduduknya banyak yang beragama Islam, berpendidikan SMA dan pekerjaan warganya banyak yang bekerja sebagai karyawan swasta. Untuk perekonomian masyarakat RW 04 tergolong baik dengan rata-rata pengeluaran, sumber pendapatan dan pengeluaran. RW 04 ini memiliki 7 RT dengan sarana prasarana transportasi yang baik, hanya dalam beberapa menit atau jam dapat menjangkau lokasi yang ditujuh, jalannya baik.

Lingkungan RW 04 cukup baik dari Jamban keluarga, dengan jenis jamban ada yang kloset dan leher angsa, memiliki septic tank dan yang tidak memiliki septic tank di karenakan rumah beberapa warga berdekatan dengan kali/sungai, membuat septic tank langsung ke kali/sungai. Warga RW 04 menggunakan air bersih dengan sumber air minumnya dari sumur gali terlindung dari air tanah. Jenis atap rumah warga terbanyak menggunakan asbes dengan jenis langit-langit rumah dengan asbes, triplek ada juga yang menggunakan gypsum, semua warga jenis dinding rumah menggunakan tembok, dengan lantai terluas rumah menggunakan semen / keramik / marmer. Pengolahan sampah di RW 04 sebagian besar diangkut, status kepemilikan rumah sebagian besar milik sendiri dengan ventilasi minimal 10% dari luar lantai, pencahayaan ruangan cukup. Keseluruhan

warga RW 04 sangat bertanggung jawab akan program Jumantik.²

Warga RW 04 sebagian besar menggunakan kartu Jaminan Kesehatan Nasional BPJS ada juga yang menggunakan Askes dan KIS, dengan jenis kepesertaan jaminan kesehatan BPJS Non PBI (Berbayar), dan sebagian warga yang BPJS PBI (gratis). Rata-rata pendapatan per bulan warga dalam 6 bulan terakhir sebagian besar Rp.3-5 Juta, ada yang 1-3 Juta dan Rp.5-10 Juta. Sumber utama pendapatan warga sebagian dari wirasaha/Bisnis, ada yang dari gaji/ tunjangan kerja dan dari dana pensiun. Rata-rata pengeluaran per bulan dalam 6 bulan terakhir sebagian besar Rp. 3-5 Juta tergantung dari banyak kebutuhan keluarga meliputi Kebutuhan Sekolah, Kuliah, bisnis, makan minum dan kebutuhan lainnya yang diperlukan.³

Praktik Profesi Keperawatan komunitas merupakan salah satu rangkaian kegiatan pelaksanaan praktik profesi untuk meraih gelar profesi perawat (Ners). Pelaksanaan praktik profesi keperawatan komunitas dilaksanakan di wilayah masyarakat area sub urban-rural. Pengalaman belajar ini akan berguna dalam memberikan pelayanan dan asuhan keperawatan komunitas termasuk bidang keperawatan lain. Pengalaman belajar meliputi pengalaman belajar komunitas atau dan pengalaman belajar lapangan. Pelaksanaan praktik ini diharapkan mahasiswa mampu meningkatkan ketrampilan bekerja sebagai perawat di komunitas dan mampu melibatkan Melibatkan komunitas atau masyarakat untuk meningkatkan status kesehatannya.⁴ Kesehatan merupakan asset masa depan dan modal awal terciptanya hidup yang sejahtera. Agar kesehatan tercipta perlu adanya upaya pencegahan penyakit dengan mengurangi atau menghilangkan faktor resiko penyakit, diantaranya pada tingkat pertama adalah melakukan pengontrolan dan pengecekan gula darah, asam urat dan kolesterol. Kegiatan ini pun dilaksanakan untuk pengecekan di masyarakat khususnya warga Srengseng Sawah di RW 04.⁵

Dalam kegiatan praktik komunitas di RW 04 Srengseng Sawah telah dilakukan pendataan di masyarakat dan mendapatkan hasil analisis dimana banyak penyakit terbanyak Hipertensi, Asam Urat dan Diabetes Melitus/Gula darah. Ada sebagian besar warga RW 04 banyak belum mengetahui Golongan darah. Untuk itu kami mahasiswa Prodi Profesi Ners Sekolah Tinggi Indonesia Kesehatan Indonesia Maju Jakarta Selatan (STIKIM) sebagai salah satu pengabdian kami kepada masyarakat, kami akan menyelenggarakan kegiatan bhakti sosial berupa cek gula darah, asam urat, cek golongan darah dan Senam bersama guna membangun kepedulian di RW 04 Srengseng Sawah.

Tim Pengabdian Masyarakat Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Indonesia Maju (STIKIM) dengan masyarakat setempat sudah menyepakati untuk melakukan pengecekan asam urat, gula darah, golongan darah dan senam. Acara tersebut dapat diikuti oleh masyarakat RW 04 yang belum mengetahui golongan darah yang terdiri dari 7 RT (Rukun Tetangga).

Untuk menyelesaikan permasalahan yang ada dan untuk mencapai tujuan yang diinginkan terkait dengan banyaknya masyarakat di RW.04 yang terdiagnosa penyakit terbanyak yakni Hipertensi, Asam Urat dan Diabetes Melitus/Gula darah dan belum mengetahui golongan darah, maka solusi yang kami tawarkan dan sudah disepakat dengan pemuka masyarakat di daerah tersebut adalah membuat acara pengecekan asam urat, gula darah, golongan darah dan senam bersama secara gratis bagi masyarakat RW 04 dan Senam bersama, langkah-langkah yang akan dilakukan dalam pengabdian ini adalah dengan melakukan pengecekan asam urat, gula darah, golongan darah secara gratis bagi masyarakat dan Senam bersama.⁶

Diharapkan dari hasil pengecekan asam urat, gula darah, golongan darah dan senam bersama ini diperoleh data-data yang terkait dengan kesehatan.⁷

Pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat oleh dosen dan mahasiswa dalam melakukan pengecekan gula darah,

asam urat, golongan darah dan senam bersama Warga RW 04 Srengseng Sawah dimaksudkan sebagai salah satu program kerja yang disahkan dalam agenda sakral yang bernama rapat kerja dari Himpunan Mahasiswa stikim rw 04 Laporan kegiatan ini kami buat dengan tujuan agar mahasiswa stikim dapat mengetahui, mengevaluasi dan menilai serta melanjutkan kegiatan-kegiatan serupa guna mengembangkan kreatifitas dan ide-ide serta inovasi baru dari para pelajar khususnya di rw 04 Srengseng Sawah.⁸ tujuan dari kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah salah satu bentuk integrasi penelitian yang telah dilakukan sebelumnya dan kami aplikasikan ke dalam pengabdian masyarakat berupa pengecekan secara umum disertai pendidikan kesehatan kepada masyarakat.

Metode

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan di Posbindu RW 04 Srengseng Sawah, Jagakarsa, Jakarta Selatan pada bulan Februari 2019. Untuk menyelesaikan permasalahan yang ada dan untuk mencapai tujuan yang diinginkan terkait dengan banyaknya warga yang terdiagnosa penyakit terbanyak yakni Hipertensi, Asam Urat dan Diabetes Melitus/Gula darah, dan belum mengetahui golongan darah, maka solusi yang kami tawarkan dan sudah disepakat dengan pemuka Warga RW 04 di daerah tersebut :

1. Melakukan Pendataan menggunakan Kuesioner KPLDH, Observasi dan wawancara di RW 04 dari kami Mahasiswa Profesi Ners Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Indonesia Maju (STIKIM) dengan beberapa pertanyaan dan pernyataan berdasarkan program indikator Dinas Kesehatan DKI Jakarta, yang dilanjutkan dengan Analisis Data, setelah menemukan masalah yang dari identifikasi berupa terdapat penyakit terdiagnosa terbanyak yakni Hipertensi, Asam Urat dan Diabetes Melitus/Gula darah, dan belum mengetahui golongan darah. Dilanjutkan dengan diskusi dengan warga RW 04 untuk menampilkan indentifikasi masalah, kemudian warga RW 04 setuju dengan proses pemecahan masalah terdiri dari,

- pengecekan asam urat, gula darah dan pengecekan golongan darah.
2. Melakukan Kegiatan Posbindu pada warga RW 04 yang meliputi Pemeriksaan asam urat, gula darah, pengecekan golongan darah dan senam bersama.

Hasil dan Pembahasan

Kegiatan Pengabdian Masyarakat yang dilaksanakan dengan Senam Bersama, Pemeriksaan Gratis (Golongan darah, Asam Urat dan Gula Darah) Warga RW 04 berjalan dengan baik dan lancar. Sebelum kegiatan ini berjalan, Tim kelompok RW 04 sudah melakukan Pertemuan dengan Pak dan Perwakilan masing-masing RT, ketika sudah ada persetujuan dari pihak RW dan RT maka, dilanjutkan dengan kontrak waktu untuk melakukan kegiatan tersebut. Ada bentuk partisipasi dan kerjasama dari Perangkat RW, RT dan juga masyarakat RW 04 Srengseng Sawah, yang membuat proses kegiatan berjalan dengan apa yang sudah direncanakan oleh Mahasiswa, Perangkat RW, RT dan Masyarakat.⁹

Program pengabdian pada masyarakat berupa Senam Bersama, Pemeriksaan (Golongan darah, Asam Urat dan Gula Darah) Warga RW 04 yang sudah dilaksanakan ini diharapkan dapat menambah pengetahuan, Pemahaman dari warga RW 04 untuk lebih aktif dalam proses pemeliharaan Kesehatan, perilaku Kesehatan yang berisiko bisa berkurang dan teratasi, dan adanya kesadaran dari warga dalam meningkatkan kualitas hidup menjadi lebih baik.^{10,20}

Hasil Senam bersama dan Pemeriksaan Grat ini akan bermanfaat bagi seluruh warga RW 04. Disamping itu dengan adanya Pemeriksaan Gratis (Golongan darah, Asam urat dan Gula darah) dapat meningkatkan kualitas kesehatan warga menjadi lebih baik.¹¹

Hasil kegiatan Pengabdian Masyarakat ini secara garis besar mencakup beberapa komponen sebagai berikut :

1. Keberhasilan target jumlah peserta Senam dan Pemeriksaan Gratis

2. Ketercapaian tujuan Senam dan Pemeriksaan Gratis
3. Ketercapaian target materi yang telah direncanakan
4. Kemampuan peserta dalam berpartisipasi dalam mengikuti Senam dan Pemeriksaan Gratis

Target peserta Senam dan Pemeriksaan Gratis seperti direncanakan sebelumnya adalah paling tidak 200 orang, sesuai dengan alat pemeriksaan gratis yang tersedia. Dalam pelaksanaannya, kegiatan ini diikuti oleh 210 orang peserta. Dengan demikian dapat dikatakan bahwa target peserta tercapai 100%. Angka tersebut menunjukkan bahwa kegiatan Pengabdian Masyarakat dilihat dari jumlah peserta yang mengikuti dapat dikatakan berhasil/ sukses. Ketercapaian tujuan pendampingan dan kerjasama dari perangkat RW, RT dan Warga RW 04 Srengseng Sawah.¹²

Ketercapaian target materi pada kegiatan PPM ini baik, karena pendampingan dan berpartisipasi dari Pihak Kampus dalam hal ini Dosen dan Perangkat RW 04 telah dapat disampaikan secara keseluruhan. Kegiatan pengabdian masyarakat yang dilakukan masih kurang dikarenakan waktu yang singkat dalam proses pemeriksaan dimana kegiatannya dari jam 08.00 sampai jam 14.00 WIB sudah selesai dan banyak warga RW 04 yang sebagian besar pekerjaannya sebagai pedagang dan karyawan swasta yang berkeja pagi sampai sore. Hal yang mengurangi keikutsertaan warga dalam melakukan pemeriksaan.¹³

Keberhasilan ini selain, juga dapat dilihat dari kepuasan peserta setelah mengikuti kegiatan. Manfaat yang diperoleh warga RW 04 adalah Memaksimalkan pemahaman warga RW 04 Srengseng sawah untuk mampu mengetahui batas normal cek asam urat, gula darah dan mengetahui golongan darah dalam pemeliharaan kesehatan, meningkatkan kualitas hidup dan kesehatan, mempermudah dan mempercepat proses pendataan, mempererat tali silaturahmi dengan masyarakat dan memperkuat rasa

saling menghargai dengan sesama RW 04 Srengseng sawah.¹⁴

Simpulan

Kegiatan Pengabdian Masyarakat yakni Senam Bersama, Pemeriksaan Gratis dapat diselenggarakan dengan baik dan berjalan dengan lancar sesuai dengan rencana kegiatan yang telah disusun meskipun belum semua peserta memahami dan mengetahui saat pemeriksaan Asam urat, gula darah dan golongan darah. Kegiatan ini mendapat sambutan sangat baik terbukti dengan keaktifan peserta mengikuti kegiatan dengan tidak meninggalkan tempat sebelum waktu kegiatan berakhir.

Daftar Pustaka

1. Dinas komunikasi, Informatika dan Statistik Pemprov DKI Jakarta. Portal Resmi Provinsi DKI Jakarta di akses melalui <http://jakarta.go.id>. 2019.
2. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 10 Indikator Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di Rumah Tangga. 2017.
3. Kementerian Kesehatan RI. Peraturan Menteri Kesehatan No. 71 tahun 2013 tentang Pelayanan Kesehatan JKN Jakarta. 2013.
4. Soekidjo Notoatmodjo, Pengantar Pendidikan Kesehatan dan Ilmu Kesehatan. Yogyakarta: Andi Offset Yogyakarta. 1993.
5. Kementerian Kesehatan RI. 2013. Buletin Jendela Data dan Informasi Kesehatan. Semester I. Diakses dari website www.depkes.go.id
6. Kementerian Pemuda dan Olahraga Republik Indonesia (2010). Petunjuk Pelaksanaan Senam Diabetes Mellitus, Kementerian Pemuda dan Olahraga Republik Indonesia.
7. Notoatmodjo S. Ilmu Perilaku Kesehatan, Jakarta: Rineka Cipta. 2005.
8. Infodatin Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan RI. (2016). Situasi Lanjut Usia (Lansia) di Indonesia : 29 Mei Hari lanjut Usia. Kementerian Kesehatan RI
9. Kementerian Kesehatan RI. Panduan Pembinaan dan Penilaian Hidup Bersih dan Sehat. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI. 2011.
10. Departemen Kesehatan, RI. Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS 2013). Jakarta: Departemen Kesehatan. 2013.
11. Marlina, R. L. Analisis Manajemen Promosi Kesehatan Dalam Penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Tatanan Rumah Tangga di Kota Padang Tahun 2011. Padang, Universitas Andalas. 2011.
12. Pramono, M. Peningkatan Pengetahuan tentang PHBS dan Penyakit Menular Melalui Teknik KIE Berupa Permainan Elektronik. Jurnal Buletin Penelitian Sistem Kesehatan 2011. Vol-14, No.4: 311-319
13. Kementerian Kesehatan RI, Pemberdayaan Masyarakat dan Promosi Kesehatan untuk Hidup Sehat, Jakarta: Kemenkes RI. 2010.
14. Atikah Proverawati dan Ani Rahmawati. Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS), Yogyakarta: Nuha Medika. 2012.
15. Kementerian Kesehatan RI. 2014. Profil Kesehatan Indonesia 2014.
16. Proverawati, A dan Rahmawati, E. 2012. PHBS Perilaku Hidup Bersih dan Sehat. Yogyakarta: Nuha Medika.
17. Permendikbud 146 Tahun 2014 tentang Kurikulum 2013 Pendidikan Anak Usia Dini. Maryunani, A. 2013. Perilaku Hidup Bersih dan Sehat. Jakarta: CV Trans Info Media.
18. Notoatmodjo S. Metodologi Penelitian Kesehatan. Ed Rev. Jakarta: Rineka Cipta; 2010.
19. Kementerian Kesehatan RI. Pedoman Pembinaan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS). Jakarta: Kemenkes. 2011.
20. Purnama, Agus, and Nonita Sari. "Aktivitas Fisik dan Hubungannya dengan Kejadian Diabetes Mellitus." *Window of Health: Jurnal Kesehatan* (2019): 368-381.