

PENINGKATAN KESEHATAN MASYARAKAT: PEMERIKSAAN KESEHATAN, KOLESTEROL, ASAM URAT, GULA DARAH DI POSYANDU WIDURI RW.08 MAMPANG, PANCORAN MAS, DEPOK

IMPROVING PUBLIC HEALTH THROUGH HEALTH CHECK-UPS, COLESTEROL, URIC ACID, AND BLOOD SUGAR SCREENING AT WIDURI RW.08 MAMPANG, PANCORAN MAS, DEPOK

Dyah Mieta Setyawati^{1*}, Sri Hayuningsih², Arini Kusmintarti³, Rochmawati⁴

1 Universitas Gunadarma, email: dyah_meita@staff.gunadarma.ac.id

2 Universitas Gunadarma, email: aisyahmp@staff.gunadarma.ac.id, ????

3 Universitas Gunadarma, email: rachmiridho@staff.gunadarma.ac.id ????

4 Universitas Gunadarma, email: -

***Penulis Korespondensi: Email: dyah_meita@staff.gunadarma.ac.id**

ABSTRAK

Posyandu RW.08 merupakan sebuah inisiatif dalam pengendalian faktor risiko penyakit tidak menular (PTM), termasuk diabetes melitus, kanker, penyakit jantung dan pembuluh darah (PJPD), serta penyakit paru obstruktif kronik (PPOK). Kegiatan ini bertujuan untuk mengidentifikasi faktor risiko yang berperan dalam peningkatan PTM di RW.08. Hasil identifikasi mengungkap bahwa banyak lansia di RW.08 melakukan pemeriksaan rutin kolesterol, asam urat, dan gula darah. Kegiatan ini melibatkan pemeriksaan kesehatan dengan menggunakan alat easy touch. Hasil pemeriksaan dicatat, dan kemudian dilakukan Komunikasi, Informasi, dan Edukasi (KIE) untuk memberikan informasi hasil pemeriksaan serta upaya pencegahan penyakit dan pemeliharaan kesehatan. Pemeriksaan kesehatan tetap mematuhi protokol COVID-19 dengan penggunaan masker, menjaga jarak, mencuci tangan, dan menggunakan hand sanitizer. Melalui perkembangan Posyandu RW.08, terbentuklah kegiatan pengabdian masyarakat yang rutin dilakukan. Hal ini meningkatkan pengetahuan lansia, membentuk sikap positif, dan mendorong partisipasi aktif dalam kegiatan ini. Tujuan utama pengabdian adalah meningkatkan kesadaran masyarakat, khususnya lansia, terhadap kesehatan dan upaya pencegahan PTM. Selain itu, kegiatan pemeriksaan kesehatan ini juga dipublikasikan secara online, menjadikan pengabdian ini lebih transparan dan berkelanjutan di wilayah RW.08 Mampang, Pancoran Mas, Depok.

Kata kunci: Pemeriksaan kesehatan, Posyandu, Penyakit tidak menular.

ABSTRACT

Posyandu RW.08 focuses on managing risk factors for non-communicable diseases (NCDs) like diabetes, cancer, cardiovascular diseases (CVDs), and chronic obstructive pulmonary disease (COPD). The main goal is to

identify factors contributing to the rising NCD incidence in RW.08. Elderly individuals in RW.08 regularly undergo health screenings for cholesterol, uric acid, and blood sugar using an easy touch device. Results are recorded, followed by Communication, Information, and Education (CIE) to share findings and promote disease prevention.

Health screenings adhere to COVID-19 protocols, including mask use, safe distancing, hand hygiene, and sanitizers. Posyandu RW.08 development establishes a regular community service program, enhancing elderly knowledge, fostering positive attitudes, and encouraging participation.

The primary objective is to raise awareness about health and NCD prevention, particularly among the elderly, with results published online for transparency and sustainability in RW.08, Mampang, Pancoran Mas, Depok.

Keywords: Health screening, Posyandu, Non-communicable diseases.

PENDAHULUAN

Diabetes mellitus, kolesterol, tekanan darah tinggi (hipertensi) dan asam urat bisa berdampak besar bila tidak ada upaya pencegahan maupun penanganan yang benar (Mu'alimah dkk, 2018). Gula darah penting untuk kerja sistem saraf, otak, serta jaringan-jaringan tubuh lain. Peningkatan glukosa disebabkan oleh, asupan gula yang berlebihan, gangguan pada fungsi pankreas, stres dan kurangnya aktivitas fisik/olah raga. Kolesterol bersumber dari lemak hewani/minyak, kuning telur, susu, dan empedu. Kolesterol dalam pembuluh darah dapat menimbulkan adanya endapan yang dapat menyumbat aliran darah. Nilai normal adalah di bawah 200 mg/dl. Kadar yang tinggi (hiperkolesterolemia) umumnya ditemukan pada penderita obesitas/kegemukan, penyakit gula/diabetes mellitus, tekanan darah tinggi/hipertensi, perokok serta peminum minuman beralkohol (Situmeang dkk, 2021). Upaya pengembangan kesehatan pada masyarakat merupakan tanggung jawab pemerintah dan seluruh masyarakat dengan adanya sinergi untuk memperbaiki derajat kesejahteraan masyarakat (Gresinta, Pratiwi, & Noer, 2018). Paradigma kesehatan akan tercapai bila pemerintah dan masyarakat melakukan upaya preventif dan promotif. Paradigma kesehatan juga akan tercapai dengan penggalakan program pemberdayaan masyarakat (Kusuma, Puspitaningsih, Dwisyalfina, & Widayanti, 2018). Kegiatan pengabdian kepada masyarakat bisa dilakukan sejak dini dengan berbagai bentuk kegiatan berupa penyuluhan kesehatan dan pemeriksaan kesehatan sederhana yang diberikan secara gratis (Gresinta dkk, 2018).

METODE PELAKSANAAN

Metode yang digunakan sebagai pendekatan pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat adalah terlihat dalam Gambar 1. Metode Pelaksanaan Solusi Bahan-bahan pemeriksaan gula darah pada kegiatan pengabdian masyarakat ini meliputi bahan utama dan bahan pendukung. Bahan utama dalam pelaksanaan kegiatan adalah alat monitor kadar gula darah/ Glukometer, stik gula darah sewaktu, alat monitor kolesterol, stik kolesterol, alat monitor asam urat, stik asam urat, handscone, alkohol swab, bengkok, lanset, pen lanset. Bahan-bahan pendukung pelaksanaan kegiatan meliputi handsanitizer, pulpen, buku catatan.



Gambar 1. Metode Pelaksanaan

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil PKM

Telah berhasil dibuat penelitian dan pengabdian kepada masyarakat dengan program pelayanan kepada masyarakat melalui pemeriksaan kesehatan kolesterol, asam urat dan gula darah sewaktu di Posbindu RW.08 Mampang, Pancoran Mas Depok.

Pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan dengan tetap mengikuti protokol pencegahan dan pengendalian COVID-19. Kegiatan pemeriksaan pada 26 Januari 2022 berlangsung selama kurang lebih 4 jam melibatkan 87 orang lanjut usia.

Berdasarkan pemeriksaan yang dilakukan didapatkan hasil pemeriksaan dari 13 lansia yang memiliki kadar kolesterol batas tinggi (diatas 200mg/dL) terdapat 3 lansia diatas batas normal (tinggi) dan 27 orang lainnya dalam batas normal. Kemudian terdapat 5 lansia yang memiliki kadar asam urat diatas maksimal yang dianjurkan dan sebanyak 64 orang lainnya memiliki kadar asam urat dalam batas normal. Dan terdapat 2 orang lansia yang memiliki kadar gula darah sewaktu diatas batas maksimal yang dianjurkan, dan sebanyak 69 orang lainnya memiliki kadar gula darah dibawah batas maksimal yang dianjurkan. Para lansia juga mendapatkan KIE sesuai dengan kondisi dari hasil pemeriksaannya. Luaran yang dicapai telah berhasil diberikan peningkatan kesehatan melalui pemeriksaan kesehatan gula darah sewaktu, asam urat dan kolesterol di Posbindu Widuri RW 08

Pembahasan

Dalam upaya peningkatan kesehatan warga, keterlibatan masyarakat sangat penting karena kesehatan dimulai dari diri sendiri dan keluarga. Oleh karena itu, kader Posyandu diharapkan untuk berpartisipasi aktif dalam kegiatan tersebut, di mana bila kader di masyarakat memiliki keterampilan, maka kader tersebut dapat berperan aktif dan memberikan kontribusi dalam membantu warga mencegah penyakit tidak menular. Pemeriksaan kesehatan merupakan bentuk kemampuan kader sebagai penggerak masyarakat (warga) dalam mewujudkan peningkatan kesehatan yang dibuktikan dengan keberhasilan kader memobilisasi warga untuk ikut melakukan pemeriksaan kesehatan dan sebagai bentuk peningkatan pengetahuan dan motivasi warga dalam meningkatkan kepedulian terhadap PTM secara mandiri.

Warga yang sehat merupakan target utama kegiatan ini karena walaupun sehat, mereka tetap bisa berisiko terhadap peningkatan level asam urat, gula darah, kolesterol, serta tekanan darah. Kader diharapkan juga melatih warga perempuan yang berisiko mengalami benjolan/keganasan pada payudara dengan teknik SADARI. Seperti yang telah diketahui, di antara contoh penyakit tersebut,

ada diabetes melitus, jantung koroner, kanker, dan stroke. Jantung koroner telah menyebabkan 35% kematian bagi masyarakat di Indonesia. 1,8 juta kasus jantung koroner terjadi di wilayah Asia pada 2014 (Kurniawan, 2020). Penyakitpenyakit seperti asam urat, diabetes melitus, kolesterol tinggi, dan tekanan darah tinggi atau yang biasa disebut hipertensi bukanlah penyakit yang remeh. Tanpa pencegahan dan penanganan yang memadai, mereka dapat membawa dampak fatal bagi kesehatan manusia (Mu'alimah dkk.).

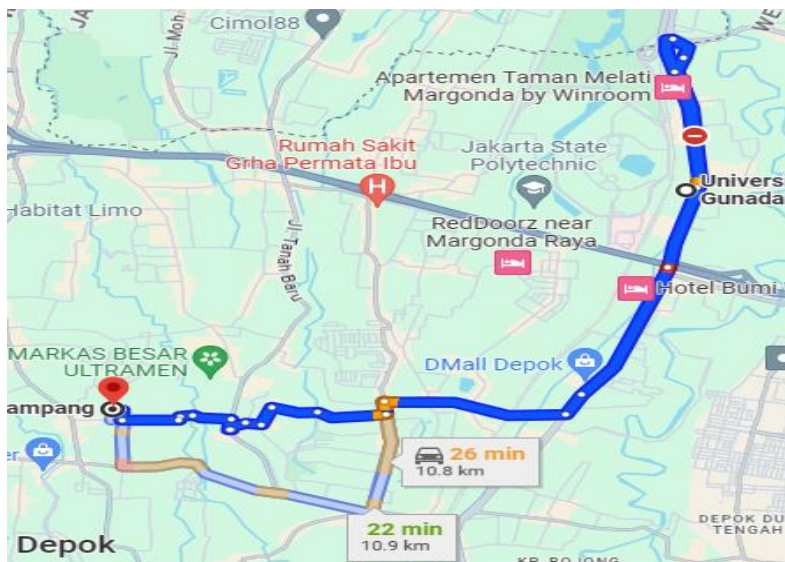
Oleh karena itu, sangat diperlukan pemeriksaan rutin guna memonitor kondisi kesehatan (Mukaromah, 2019). Di sini, tidak diragukan lagi perbaikan kualitas layanan kesehatan untuk masyarakat sebagai upaya peningkatan kesadaran, peningkatan keinginan, dan peningkatan kualitas hidup sehat untuk mewujudkan taraf kesehatan yang tinggi sebagai pondasi dalam pembangunan SDM yang produktif sangat memerlukan peran serta tenaga kesehatan (Maswarni, 2017). Berdasarkan pemeriksaan yang dilakukan didapatkan hasil pemeriksaan dari 13 lansia yang memiliki kadar kolesterol batas tinggi (di atas 200mg/dL) terdapat 3 lansia diatas batas normal (tinggi) dan 27 orang lainnya dalam batas normal.

SIMPULAN

Telah berhasil dilaksanakan pemeriksaan kesehatan kolesterol, asam urat dan gula darah sewaktu yang didokumentasikan dengan video pengabdian masyarakat.

Melakukan rencana tindak lanjut dari kegiatan pengabdian masyarakat ini, berupa pemeriksaan kolesterol, asam urat dan gula darah sewaktu ulang untuk memastikan kadar gula darah lansia tetap dalam batas yang dianjurkan serta meningkatkan kesadaran lansia untuk dapat melakukan pemantauan kadar gula darah secara berkala.

PETA LOKASI



Jarak 9,7 km dari Universitas Gunadarma

DAFTAR PUSTAKA

Gresinta, E., Pratiwi, R. D., & Noer, S. (2018). Penyuluhan Dan Pemeriksaan Kesehatan Gratis Dalam Upaya Peningkatan Kesehatan Masyarakat. *Media Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(2), 97–101.

Kelurahan Tandang Kecamatan Tembalang, Semarang. Prosiding Seminar Nasional dan Call for Papers "Pengembangan Sumber Daya Perdesaan dan Kearifan Lokal Berkelanjutan IX" 19-20 November 2019. Purwokerto.

Kementrian Kesehatan RI. 2019. Petunjuk Teknis Posbindu Bagi Kader. Jakarta Promosi Kesehatan Dalam Pengendalian Penyakit Tidak Menular tahun 2010-2014. 2015. Jakarta
Ndraha, S. 2014. Diabetes Melitus Tipe 2 dan Tata Laksana Terkini. Departemen Penyakit Dalam Fakultas Kedokteran Universitas Krida Wacana Jakarta, Vol. 27 (2).

Kurniawan, M.R., Humaedi, A. 2020. Gambaran Kesehatan Glukosa Darah, Kolesterol dan Asam Urat Pada Guru dan Karyawan SDN Cawang. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Indonesia*. Vol. 1, No. 3

Kusuma, Y. L. H., Puspitaningsih, D., Dwisyalfina, A., & Widayanti, E. (2018). Pembentukan Program Pos Pembinaan Terpadu (Posbindu) Penyakit Tidak Menular (PTM) Dengan Memanfaatkan Dana Desa Pemerintah Desa Ngrowo Kecamatan Bangsal – Mojokerto. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Kesehatan*, 4(2), 68–75. <https://doi.org/10.33023/jpm.v4i2.190>
Kementerian Kesehatan RI. 2018. Riset Kesehatan Dasar 2018. Jakarta.

Mu'alimah, M., Nikmah, A. N., Angraini, D. D., Viridula, E. Y., Yanuaringsih, G. P., Kusumawati, L. S., ... Purnani, W. T. (2018). Pemeriksaan Gula Darah, Kolestrol, Tekanan Darah Dan Asam Urat Gratis Di Car Free Day Simpang Lima Gumul Kabupaten Kediri. *Jurnal Abdi Masyarakat*, 1(2). <https://doi.org/10.30737/jaim.v1i2.156>

Mukaromah, A.H., Nisa, F.K., Tama, P.D., Hayati, O.N., Arsyad, M., dan Nurisani, A. 2019. Universitas Muhammadiyah Semarang. Pemeriksaan Tekanan Darah, Glukosa, Kolesterol dan Asam Urat pada Masyarakat Desa Ngemplak RT 02 RW 09

Maswarni. 2017. Pemeriksaan Kesehatan Medical Cek –Up Sederhana Tekanan Darah Kadar Kolesterol Kadar Gula Darah dan Asam Urat pada Masyarakat di Kel. Labuhbaru Barat Kec. Payung Sekaki Kota Pekanbaru. *Jurnal Untuk Mu negeri* Vol. 1, No.1.

Situmeang, S. M. F., Setiyawati, D., & Suparni. (2021). Penyuluhan Dan Pemeriksaan Kesehatan (Tensi Darah, Hb, Kolesterol, Gula Darah, Asam Urat) Di Desa Telaga Sari Tanjung Morawa. *Jurnal Mitra Prima (Jmp)*, 2(2), 1–5.