

Edukasi dan Pengecekan Kesehatan Sebagai Upaya Pengembangan Pengetahuan Wali Murid SBSM, Malaysia

Desti Nur Aini*, Nadia Fauziyah Nashih, Izza Nur Ibrahim, Inneke Camelia Nur Cantika, Nurrasilfa
Universitas Negeri Malang; Jl. Semarang 5 Malang 65145, telp/fax +62341-588077

Corresponding email: desti.nur.aini.fs@um.ac.id

Abstrak

Fasilitas kesehatan yang layak merupakan salah satu hal yang sulit untuk didapatkan oleh wali murid SBSM yang kebanyakan merupakan masyarakat Indonesia undokumen dan menyebabkan masalah kesehatan berupa rendahnya derajat kesehatan mereka. Pengetahuan dan pemahaman mereka terhadap kesehatan dan penyakit kronis yang kurang juga berdampak pada rendahnya derajat kesehatan yang mereka miliki. Selama ini, wali murid SBSM jarang mendapatkan edukasi dan pelayanan kesehatan yang menunjang derajat kesehatan mereka. Sebagai kontribusi nyata, mahasiswa KKN Internasional UM 2022 memberikan kontribusi berupa edukasi dan pengecekan kesehatan gratis untuk wali murid SBSM 5 Gombak, Kuala Lumpur, Malaysia. Tujuan dari kegiatan ini adalah meningkatnya pengetahuan wali murid SBSM terhadap penyakit kronis dan memberikan layanan fasilitas kesehatan secara gratis kepada wali murid SBSM. Metode yang dilakukan adalah dengan edukasi penyakit kronis dan pengecekan kesehatan meliputi (1) pendataan peserta edukasi dan pengecekan kesehatan, (2) pengecekan tekanan darah, (3) pengecekan gula darah, kolesterol, dan asam urat dan (4) edukasi penyakit kronis. Kegiatan pengabdian masyarakat ini memberikan dampak berupa peningkatan pengetahuan dan pemahaman wali murid SBSM dan meningkatkan derajat kesehatan wali murid SBSM dengan pengembangan pengetahuan mereka mengenai penyakit kronis.

Kata kunci—Edukasi Kesehatan, Masyarakat Indonesia Undokumen, Penyakit Kronis, SBSM 5 Gombak

Abstract

Proper health facilities are one of the things that are difficult to obtain for parents of SBSM students, most of whom are undocumented Indonesians and cause health problems in the form of their low health status. Their lack of knowledge and understanding of health and chronic disease also has an impact on the low degree of health they have. So far, parents of SBSM students have rarely received education and health services that support their health status. As a real contribution, UM 2022 International KKN students contributed in the form of education and free health checks for parents of SBSM 5 Gombak students, Kuala Lumpur, Malaysia. The purpose of this activity is to increase the knowledge of SBSM parents about chronic diseases and to provide free health care services to SBSM parents. The method used is chronic disease education and health checks including (1) data collection of education participants and health checks, (2) checking blood pressure, (3) checking blood sugar, cholesterol, and uric acid and (4) chronic disease education. This community service activity had an impact in the form of increasing the knowledge and understanding of SBSM student parents and improving the health status of SBSM student parents by developing their knowledge about chronic diseases.

Keywords—Health Education, Undocumented Indonesian People, Chronic Disease, SBSM 5 Gombak Service

1. PENDAHULUAN

Kesehatan merupakan salah satu hal yang penting dalam kelangsungan hidup manusia, perilaku hidup sehat perlu dilakukan untuk menciptakan peningkatan derajat kesehatan di masyarakat (Ariani & Riza, 2019). Manusia dapat melakukan aktivitas sehari-hari dengan normal apabila kesehatan mereka terjaga dengan baik (Wulandari, 2020). Kesehatan yang baik dapat diraih dengan berbagai cara

diantaranya adalah menjaga pola hidup sehat, melakukan aktivitas fisik dengan rutin, dan melakukan pengecekan kesehatan secara berkala di klinik atau fasilitas pelayanan kesehatan (Lema & Cahya, 2019). Pengecekan kesehatan yang sering dilakukan antara lain pengecekan tekanan darah, kadar gula darah, kolesterol, dan asam urat. Pengecekan tekanan darah berguna untuk mendeteksi penyakit hipertensi. Hipertensi merupakan keadaan tidak normal pada tekanan darah yang dapat

mengganggu sistem organ lainnya, dan merupakan penyakit yang menjadi concern pemerintah Indonesia saat ini (Husen & Ratnaningtyas, 2022; Istichomah, 2020). Hipertensi juga merupakan salah satu penyebab utama mortalitas dan morbiditas di Indonesia (Zaenurrohmah & Rachmayanti, 2017). Penderita hipertensi di Indonesia menurut Badan Pusat Statistik (BPS) pada tahun 2014 sebanyak 28 juta jiwa (Amanda et al., 2017).

Untuk pengecekan selanjutnya yaitu pengecekan kadar gula darah. Tingkat gula darah yang tinggi disebabkan oleh kekurangan sekresi insulin, gangguan aktivasi insulin, atau keduanya yang dapat menyebabkan penyakit Diabetes Melitus (DM) (Bulu et al., 2019). Ada 2 faktor yang dapat menyebabkan penyakit ini yaitu faktor keturunan dan lingkungan (pola makan) (Lathifah, 2017). Kontribusi dari berbagai faktor menyebabkan kadar gula darah meningkat dan berpotensi mengembangkan berbagai jenis penyakit seperti penyakit kardiovaskuler yang merupakan penyebab utama morbiditas dan mortalitas pada pasien (Meilani et al., 2020).

Selanjutnya terdapat pengecekan kolesterol. Kolesterol adalah lemak (lipid) yang diproduksi oleh hati dan berperan penting dalam menjaga fungsi tubuh bisa berjalan normal (Mulyanto, 2012). Kadar kolesterol dalam darah yang terlalu tinggi dapat menimbulkan aterosklerosis, yaitu kolesterol mengendap di dinding pembuluh darah membentuk plak, sehingga saluran darah menyempit dan mengeras dan lama-lama terjadi penyumbatan (Isnaniar et al., 2020). Makanan yang mengandung kolesterol antara lain goreng-gorengan, daging, otak, jeroan, (usus, hati, ginjal, paru, jantung,) kuning telur, sea food, kacang-kacangan, selain berasal dari makanan, kolesterol juga diproduksi oleh tubuh kita sendiri. Pengecekan yang terakhir yaitu pengecekan asam urat. Asam urat merupakan hasil dari metabolisme akhir dari purin (salah satu asam nukleat dalam sel tubuh) (Septiawan et al., 2022). Peningkatan kadar asam urat dapat mengakibatkan gangguan pada tubuh manusia seperti perasaan linu-linu di daerah persendian dan sering disertai dengan timbulnya rasa nyeri yang teramat sangat bagi penderitanya. Maka dari itu, diperlukan kegiatan pengecekan kesehatan guna mengantisipasi penyakit kronis.

Masyarakat berkewarganegaraan Indonesia pada umumnya dapat memperoleh fasilitas pelayanan kesehatan dengan mudah terlebih dengan adanya kebijakan kesehatan dari pemerintah berupa program JKN-KIS (Jaminan Kesehatan Nasional-Kartu Indonesia Sehat) dari BPJS (badan penyelenggara jaminan sosial) kesehatan. Berbeda dengan masyarakat Indonesia yang berada diluar negeri dengan status kewarganegaraan tidak jelas karena

mereka merupakan masyarakat Indonesia yang undokumen (tidak memiliki kelengkapan dokumen seperti paspor dan visa sebagai syarat seseorang dapat memasuki wilayah negara selain Indonesia).

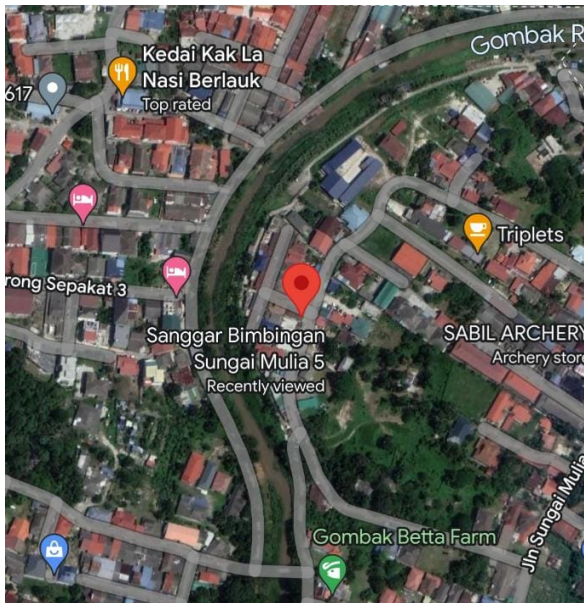
Dalam keadaan undokumen seperti ini, masyarakat Indonesia tidak bisa mendapatkan fasilitas kesehatan dan pendidikan yang baik. Sama halnya yang terjadi dengan masyarakat Indonesia undokumen di Malaysia. Salah satu contohnya adalah kumpulan wali murid Sanggar Bimbingan Sungai Mulia (SBSM) 5 Gombak yang kebanyakan adalah masyarakat yang undokumen. Lokasi

Mereka bukan berarti tidak mampu untuk mendapatkan fasilitas kesehatan yang layak, hanya saja fasilitas kesehatan dan urusan administrasi klinik dan fasyankes umum di Malaysia tidak bisa diakses oleh masyarakat asing tanpa kelengkapan dokumen persyaratan izin tinggal seperti paspor dan visa. Selain itu keterbatasan waktu yang mereka miliki membuat mereka semakin sulit untuk melakukan pemeriksaan kesehatan baik secara pribadi (di rumah) atau di klinik-klinik terdekat yang membebaskan warga asing undokumen untuk melakukan pemeriksaan kesehatan namun dengan harga yang jauh lebih mahal.

Berdasarkan uraian permasalahan yang telah dipaparkan, maka Tim KKN Universitas Negeri Malang Tahun 2022 mengadakan pengabdian di Gombak, Kuala Lumpur, Malaysia. Pengabdian ini berfokus pada upaya pengembangan pengetahuan wali murid SBSM mengenai penyakit kronis. Kegiatan ini mencakup kegiatan peningkatan derajat kesehatan dengan penyediaan fasilitas kesehatan gratis untuk wali murid SBSM. Tujuan dari kegiatan ini adalah terlaksananya program edukasi dan pengecekan kesehatan untuk wali murid SBSM sekaligus meningkatnya pengetahuan mereka terhadap penyakit kronis sehingga mereka dapat mencegah dan mengurangi faktor penyebab dari penyakit kronis yang terkait dengan materi edukasi. Sasaran dari program ini adalah wali murid SBSM 5 Gombak, Kuala Lumpur. Kegiatan ini diharapkan mampu membantu para wali murid untuk tetap menjaga kesehatan dan mencegah penyakit kronis lainnya.

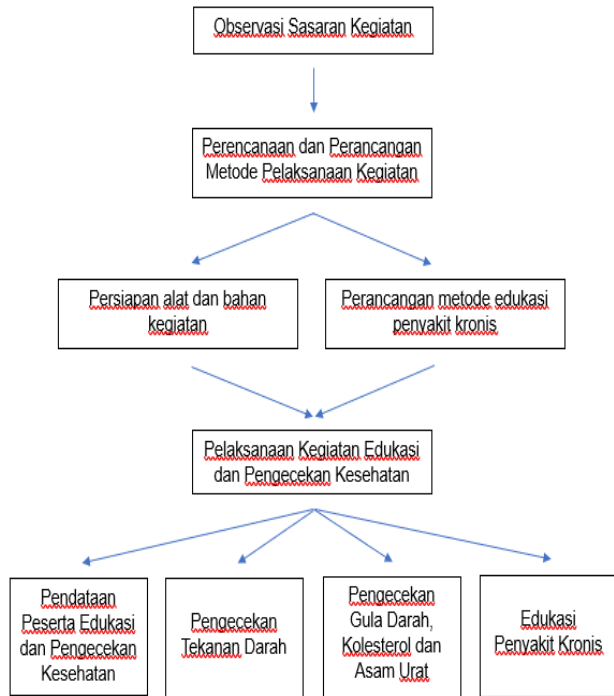
2. METODE

Kegiatan KKN Internasional tahun 2022 dilaksanakan di Gombak, Kuala Lumpur, Malaysia dan dilaksanakan mulai tanggal 24 Oktober 2022 hingga 21 November 2022. Peta lokasi Sanggar Bimbingan Sungai Mulia 5 Gombak ditunjukkan oleh Gambar 1.



Gambar 1. Peta Lokasi Sanggar Bimbingan Sungai Mulia 5 Gombak, Kuala Lumpur, Malaysia

Program Pegabdian Kepada Masyarakat ini dilakukan oleh mahasiswa KKN Internasional Universitas Negeri Malang Tahun 2022 yang bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan wali murid SBSM mengenai kesehatan dan memberikan layanan fasilitas kesehatan secara gratis kepada wali murid SBSM yang berkaitan dengan materi edukasi yaitu penyakit kronis.



Gambar 2. Diagram Tahapan Pelaksanaan Program

Upaya edukasi dan pengecekan kesehatan untuk mengembangkan pengetahuan wali murid SBSM meliputi: (1) pendataan peserta edukasi dan pengecekan kesehatan; (2) pengecekan tekanan darah; (3) pengecekan gula darah, kolesterol, dan asam urat; dan (4) edukasi penyakit kronis.

Gambaran metode pelaksanaan program pengabdian Edukasi dan Pengecekan Kesehatan Sebagai Upaya Pengembangan Pengetahuan Wali Murid SBSM dirancang secara sistematis mengikuti pola diagram berikut ini (lihat Gambar 2).

Adapun pelaksanaan program dilakukan secara mandiri dengan dana yang bersumber dari dana yang diberikan oleh Universitas Negeri Malang. Kegiatan ini dilakukan di Sanggar Bimbingan Sungai Mulia 5. Sasaran dari program edukasi dan pengecekan kesehatan ini ditujukan kepada para wali murid SBSM 5 Gombak. Alat dan bahan yang dibutuhkan meliputi Leaflet / Selebaran, Health check card, Daftar hadir peserta, Alat cek tensi, Alat cek GCU, Sarung tangan latex, Blood lancet, Alcohol swab, dan Bulpoint. Tujuan jangka panjang dari program ini adalah mampu meningkatkan derajat kesehatan wali murid SBSM dengan tambahan pengetahuan yang diberikan tim mahasiswa KKNi kepada mereka sekaligus dapat mencegah terjadinya penyakit tersebut.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan KKN Internasional Universitas Negeri Malang Tahun 2022 berbentuk Edukasi dan Pengecekan Kesehatan untuk wali murid SBSM. Kegiatan pengabdian program kerja ini berlangsung selama 1 minggu yang telah dilaksanakan meliputi beberapa tahapan sebagai berikut:

Observasi Sasaran Kegiatan

Sebelum melaksanakan edukasi dan pengecekan kesehatan, tim KKN Internasional Universitas Negeri Malang Tahun 2022 melakukan observasi terhadap sasaran kegiatan yaitu wali murid Sanggar Bimbingan Sungai Mulia 5 Gombak, Kuala Lumpur, Malaysia. Pada tahap observasi ini tim mahasiswa banyak melakukan wawancara dengan pihak pengelola SBSM yang banyak mengetahui mengenai jam kosong wali murid SBSM. Selain itu tim mahasiswa juga melakukan wawancara dengan beberapa wali murid dan guru SBSM untuk mengetahui kapan waktu yang tepat untuk melaksanakan kegiatan dan apa saja yang dibutuhkan pada waktu kegiatan dilaksanakan.

Perencanaan dan Perancangan Pelaksanaan Kegiatan

Setelah melakukan observasi dan telah mengetahui kebutuhan kegiatan, maka tahap selanjutnya yang dilakukan oleh tim KKN Internasional Universitas Negeri Malang Tahun 2022 adalah merencanakan dan merancang program edukasi dan pengecekan kesehatan yang akan dilaksanakan. Hal-hal yang disiapkan pada tahap ini adalah penentuan tanggal pelaksanaan kegiatan,

tempat kegiatan dilaksanakan, undangan untuk wali murid dan warga sekitar SBSM, dan kebutuhan kegiatan seperti leaflet, health check card, daftar hadir peserta dan alat pengecekan kesehatan. Sumber dana edukasi dan pengecekan kesehatan ini berasal dari dana yang diberikan oleh Universitas Negeri Malang dengan rincian alat dan bahan ditunjukkan pada Tabel 1.

Tabel 1. Alat dan Bahan Edukasi dan Pengecekan Kesehatan

No.	Alat dan Bahan	Jumlah
1.	Leaflet / Selebaran	40 lembar
3.	Health check card	40 lembar
3.	Daftar hadir peserta	2 lembar
4.	Alat cek tensi	1 buah
5.	Alat cek GCU	1 buah
6.	Sarung tangan latex	5 pasang
7.	Blood lancet	40 buah
8.	Alcohol swap	50 buah
9.	Bulpoin	4 buah

Selain menyiapkan kebutuhan alat bahan diatas, tim mahasiswa juga merancang metode edukasi yang akan dilakukan pada saat kegiatan. Tim mahasiswa merancang metode edukasi yang efektif agar informasi dan pengetahuan yang diberikan kepada wali murid SBSM dapat diterima dengan maksimal.

Pelaksanaan Edukasi dan Pengecekan Kesehatan
Pendataan Peserta Edukasi dan Pengecekan Kesehatan

Tahapan pertama yaitu pengisian daftar hadir dan health check card. Pada tahap ini, wali murid akan mengisi daftar hadir sembari salah satu mahasiswa PM yang bertugas menuliskan data wali murid di health check card yang nantinya akan diberikan kepada wali murid.



Gambar 3. Pengisian Absensi dan Data Diri Wali Murid di Health Check Card

Sebelum wali murid beralih ke tahap berikutnya, wali murid akan mendapatkan selebaran yang sesuai dengan pengecekan kesehatan yang akan ia dapatkan. Selebaran tersebut kurang lebih berisi tentang gambaran umum mengenai penyakit kronis

(diabetes, kolesterol dan asam urat) yang akan mereka dapatkan pengecekannya pada kegiatan ini yaitu seputar definisi, penyebab cara pencegahan penyakit kronis tersebut, dll. Pendataan peserta ditunjukkan oleh Gambar 3.

Pengecekan Tekanan Darah

Tahapan yang kedua yaitu pengecekan tekanan darah wali murid. Pada tahap ini mahasiswa PM yang bertugas mengukur tensi wali murid sudah mulai memberikan edukasi mengenai bagaimana cara menurunkan tekanan darah dan informasi seputar pola hidup sehat serta makanan yang cocok bagi penderita hipertensi (tekanan darah tinggi). Pengecekan tekanan darah ditunjukkan di Gambar 4.



Gambar 4. Proses Pengecekan Tekanan Darah

Pengecekan Gula Darah, Kolesterol dan Asam Urat

Tahapan yang ketiga yaitu pengecekan kadargula darah, kolesterol, dan asam urat yang dibagi menjadi dua waktu pelaksanaan dimana pada hari pertama pengecekan kesehatan yang dilaksanakan adalah pengecekan gula darah saja. Kemudian pengecekan kadar kolesterol dan asam urat pada hari kedua kegiatan. Pengecekan Gula Darah, Kolesterol dan Asam Urat ditunjukkan oleh Gambar 5.



Gambar 5. Proses Pengecekan Gula Darah, Kolesterol, dan Asam Urat

Edukasi Penyakit Kronis

Setelah melakukan pengecekan kesehatan, mahasiswa yang bertugas akan memberikan edukasi mengenai bagaimana cara mencegah dan

menurunkan kadar gula darah, kolesterol, dan asam urat dalam tubuh. Selain itu mahasiswa juga menjelaskan bagaimana dan apa saja yang menyebabkan kadar gula darah, kolesesterol dan asam urat tinggi dalam tubuh. Sehingga setelah wali murid mendapatkan edukasi yang disebutkan diatas, wali murid bisa lebih berhati-hati dan lebih baik dalam menjaga kesehatan. Setelah selesai menjalani pengecekan kesehatan, wali murid akan berpindah pada tahapan terakhir yaitu pemberian hasil akhir pengecekan kesehatan dalam bentuk health check card yang sudah mahasiswa isi di setiap tahap edukasi dan pengecekan kesehatan. Edukasi penyakit kronis ditunjukkan oleh Gambar 6.



Gambar 6. Edukasi Penyakit Kronis Setelah Pengecekan Kesehatan

4. SIMPULAN

Kegiatan edukasi dan pengecekan kesehatan ini secara keseluruhan berjalan dengan baik sesuai dengan tujuan yang telah dirancang pada saat tahap perencanaan. Terdapat beberapa tahapan pelaksanaan dalam kegiatan edukasi dan pengecekan kesehatan ini, diantaranya adalah perencanaan kegiatan, pelaksanaan kegiatan, penutupan dan evaluasi kegiatan. Hasil yang dicapai dalam kegiatan ini adalah meningkatnya pengetahuan wali murid mengenai kesehatan dan penyakit kronis khususnya penyakit hipertensi, diabetes tipe 2, kolesterol dan asam urat, wali murid dapat mengetahui bagaimana cara mencegah penyakit-penyakit kronis tersebut melalui pola hidup sehat, serta mendapat fasilitas kesehatan yaitu pengecekan kesehatan berupa pengecekan tekanan darah, gula darah, kolesterol dan asam urat secara gratis. Namun disisi lain dalam proses pelaksanaannya tidak menutup kemungkinan juga memiliki permasalahan yang menjadi kendala dalam pelaksanaan kegiatan ini. kendala terbesar yang dialami yaitu mengenai sulitnya mencari waktu yang tepat sehingga berpengaruh terhadap capaian jumlah target sasaran. Kegiatan ini membutuhkan banyak koordinasi antara pengelola SBSM dengan wali murid SBSM untuk menentukan kapan waktu yang tepat agar semua wali murid dapat hadir dalam

kegiatan tersebut. Edukasi dan Pengecekan Kesehatan lebih lanjut dan pada fokus yang bervariasi dapat menjadi program pengabdian selanjutnya guna meningkatkan pemahaman dan pengetahuan wali murid SBSM 5 Gombak, Kuala Lumpur, Malaysia.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terimakasih kepada Pengelola Sanggar Bimbingan Sungai Mulia 5 yang telah menerima kami dengan baik dan memberikan dukungan moral terhadap pelaksanaan kegiatan.

DAFTAR RUJUKAN

- Amanda, H., Prastiwi, S., & Sutriningsih, A. (2017). Hubungan kualitas tidur dengan tingkat kekambuhan hipertensi pada lansia di kelurahan tlogomas Kota Malang. *Nursing News*, 2(3), 437–447.
- Ariani, R., & Riza, F. V. (2019). Peningkatan derajat kesehatan melalui sosialisasi perilaku hidup bersih dan sehat sejak dini. *Seminar Nasional Kewirausahaan*, 1(1), 319–322.
- Bulu, A., Wahyuni, T. D., & Sutriningsih, A. (2019). Hubungan antara tingkat kepatuhan minum obat dengan kadar gula darah pada pasien Diabetes Melitus Tipe II. 4.
- Husen, F., & Ratnaningtyas, N. I. (2022). Hubungan dan profil tekanan darah dengan peningkatan kadar glukosa darah pedagang di desa mandiraja wetan. *Jurnal Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat UNSIQ*, 9(3), 209–216. <https://doi.org/https://doi.org/10.32699/ppkm.v9i3.3163>
- Isnaniar, N, W., & Wiradinata, D. I. (2020). Pengaruh terapi bekam terhadap kadar kolesterol pasien hiperkolesterolemia di thibbun nabawi centre RSIA Zainab Pekanbaru Tahun 2019. *Photon: Jurnal Sain dan Kesehatan*, 10(2), 1–12. <https://doi.org/10.37859/jp.v10i2.1869>
- Istichomah, I. (2020). Penyuluhan kesehatan tentang hipertensi pada lansia di Dukuh Turi, Bambanglipuro, Bantul. *Jurnal Pengabdian Harapan Ibu (JPHI)*, 2(1), 24. <https://doi.org/10.30644/jphi.v2i1.369>
- Lathifah, N. L. (2017). The relationship between duration disease and glucose blood related to subjective compliance in diabetes mellitus. *Jurnal Berkala Epidemiologi*, 5(2), 218. <https://doi.org/10.20473/jbe.v5i22017.218-230>
- Lema, I. R., & Cahya, K. D. (2019). Psikologi kesehatan pentingnya olahraga dalam kehidupan sehari agar sehat dan bugar.

- Meilani, R., Alfikrie, F., & Purnomo, A. (2020). Efektivitas relaksasi otot progresif terhadap kadar gula darah: Penelitian quasi eksperimen pada penderita diabetes militus tipe 2 usia produktif. *Borneo Nursing Journal (BNJ)*, 2(2), 22–29.
- Septiawan, M. D., Ravena, R. A., & ... (2022). Edukasi penyuluhan mengenai asam urat pada masyarakat di Desa Terik Kecamatan Krian Sidoarjo. *Prosiding Seminar ...*, 258–263. <https://ocs.machung.ac.id/index.php/senam/article/view/258-263%0Ahttps://ocs.machung.ac.id/index.php/senam/article/download/258-263/220>
- Wulandari, R. (2020). Rancang bangun pengukur suhu tubuh berbasis arduino sebagai alat deteksi awal Covid-19. *Prosiding SNFA (Seminar Nasional Fisika dan Aplikasinya)*, 5, 183–189. <https://doi.org/10.20961/prosidingsnfa.v5i0.46610>
- Zaenurrohmah, D. H., & Rachmayanti, R. D. (2017). hubungan pengetahuan dan riwayat hipertensi dengan tindakan pengendalian tekanan darah pada lansia. *Jurnal Berkala Epidemiologi*, 5(2), 174–184. <https://doi.org/10.20473/jbe.v5i2.2017.174-184>