

HEALTH EXAMINATION: VITAL SIGN, BLOOD SUGAR, PHYSICAL EXAMINATION, MEDICAL CONSULTATION, CHOLESTEROL AND URIC ACID LEVEL TO LECTURER OF PAMULANG UNIVERSITY

¹Andini Restu Marsiwi, ¹Riris Andriati, ¹Ratumas Ratih Puspita, ¹Siti Novy Romlah, ¹Ida Listiana, ¹Desy Darmayanti, ¹Frida Kasumawati, ¹Gina Aulia, ¹Sayidah, ¹Ayatun Fil Ilmi, ¹Humaira Fadhilah, ²Leny Novalinsky, ³Alip Maulana, ³Dea Nurulita, ³Kiki Miliani, ³Lisa Agustin

¹Lecturer of STIKes Widya Dharma Husada Tangerang, Pajajaran Street No.1, South of Tangerang, 15417, Indonesia

²Laboratory staff of STIKes Widya Dharma Husada Tangerang, Pajajaran Street No.1, South of Tangerang, 15417, Indonesia

³Students of STIKes Widya Dharma Husada Tangerang, Pajajaran Street No.1, South of Tangerang, 15417, Indonesia

Correspondence email: andinirestumarsiwi@wdh.ac.id

ABSTRACT

Lecturers are a group of elements of society that are important to the world of education. Therefore, in order to carrying out this role, a lecturer needs to maintain health to carry out his duties and functions properly. The age range of lecturers is between young adults and elderly people, considering a lecturer can retire until older age. Factors of age, stress level, and lifestyle can affect the health status of a lecturer. Pamulang University is a large private university in South Tangerang City. This university has tens of thousands of students with a very large number of lecturers as well. In every new semester, the university holds a lecturer meeting before starting teaching and learning. On this occasion, lecturer at STIKes Widya Dharma Husada Tangerang carried out medical examinations for Pamulang University lecturers to do the screening regarding lecturers' health conditions with the purpose to increase lecturers' awareness of routine health checks to prevent disease, educating lecturers about the risk of degenerative and metabolic diseases based on the results of the physical examination and also to establish a relationship. Participants of this service were 51 lecturers at Pamulang University which held at the 8th Floor of the Viktor Building, Pamulang University at February 26, 2020. This community service activity was carried out by a team of 12 STIKes Widya Dharma Husada Tangerang lecturers and 4 students. The method of this service is in the form of free medical examinations, which include physical examinations and peripheral blood tests. Physical examination includes measurement of body weight and height, as well as examination of blood pressure and vital signs. Examination of peripheral blood tests includes checking blood sugar, blood cholesterol, and uric acid levels. This health examinations activity went well. it can be concluded that with this health examination activity, lecturers generally know that they have high blood pressure, high cholesterol levels, and high blood sugar levels. This can increase the awareness of lecturers in promoting a healthy lifestyle to reduce the risk of illness based on their conditions.

Keywords : Lecturer, Pamulang University, Health examination

PEMERIKSAAN KESEHATAN: TANDA VITAL, GULA DARAH, PEMERIKSAAN FISIK, KONSULTASI KESEHATAN, KADAR KOLESTEROL DAN ASAM URAT KEPADA DOSEN UNIVERSITAS PAMULANG

¹Andini Restu Marsiwi, ¹Riris Andriati, ¹Ratumas Ratih Puspita, ¹Siti Novy Romlah, ¹Ida Listiana, ¹Desy Darmayanti, ¹Frida Kasumawati, ¹Gina Aulia, ¹Sayidah, ¹Ayatun Fil Ilmi, ¹Humaira Fadhilah, ²Leny Novalinsky, ³Alip Maulana, ³Dea Nurulita, ³Kiki Miliani, ³Lisa Agustin

¹Dosen STIKes Widya Dharma Husada Tangerang, Jalan Pajajaran No.1, Kota Tangerang Selatan, 15417, Indonesia
²Staf Laboratorium STIKes Widya Dharma Husada Tangerang, Jalan Pajajaran No.1, Kota Tangerang Selatan, 15417, Indonesia
³Mahasiswa STIKes Widya Dharma Husada Tangerang, Jalan Pajajaran No.1, Kota Tangerang Selatan, 15417, Indonesia

Email Korespondensi: andinirestumarsiwi@wdh.ac.id

ABSTRAK

Dosen merupakan salah satu kelompok elemen masyarakat yang penting bagi dunia pendidikan. Oleh sebab itu seorang dosen dalam menjalankan peran tersebut perlu menjaga kesehatannya agar dapat melaksanakan tugas dan fungsinya dengan baik. Rentang usia dosen yaitu antara dewasa muda sampai dengan lansia, mengingat seorang dosen dapat pensiun sampai usia lansia. Faktor usia, tingkat stres, serta gaya hidup dapat mempengaruhi derajat kesehatan seorang dosen. Universitas Pamulang merupakan sebuah perguruan tinggi swasta yang besar di Kota Tangerang Selatan. Universitas ini memiliki puluhan ribu mahasiswa dengan jumlah dosen yang sangat banyak juga. Setiap semester universitas ini mengadakan rapat dosen sebelum memulai kegiatan belajar mengajar di semester baru. Pada kesempatan tersebut, dosen STIKes Widya Dharma Husada Tangerang melaksanakan pemeriksaan kesehatan pada dosen Universitas Pamulang untuk melakukan skrining kondisi kesehatan para dosen dengan tujuan meningkatkan kesadaran dosen dalam pemeriksaan kesehatan rutin untuk mencegah penyakit, memberikan edukasi kepada dosen tentang risiko penyakit degeneratif dan metabolik berdasarkan hasil pemeriksaan fisik yang didapatkan serta menjalin tali silaturahmi. Peserta pengabdian ini adalah dosen Universitas Pamulang sebanyak 51 orang yang dilaksanakan di Gedung Viktor Lantai 8 Universitas Pamulang pada tanggal 26 Februari 2020. Pelaksana kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan oleh tim dosen STIKes Widya Dharma Husada Tangerang sebanyak 12 orang dan mahasiswa sebanyak 4 orang. Metode pelaksanaan pengabdian yang dilakukan dalam bentuk pemeriksaan kesehatan gratis, yang meliputi pemeriksaan fisik dan tes darah tepi. Pemeriksaan fisik meliputi pengukuran Berat Badan dan Tinggi Badan, serta pemeriksaan Tekanan Darah dan Tanda Vital. Pemeriksaan tes darah tepi meliputi pemeriksaan gula darah sewaktu, kolesterol darah, serta kadar asam urat. Kegiatan pemeriksaan kesehatan ini berjalan dengan lancar. Sehingga dapat disimpulkan dengan adanya kegiatan pemeriksaan kesehatan ini umumnya dosen mengetahui bahwa dirinya memiliki tekanan darah tinggi, kadar kolesterol tinggi, serta kadar gula darah tinggi. Hal ini dapat meningkatkan kewaspadaan para dosen dalam meningkatkan gaya hidup sehat untuk menurunkan risiko penyakit yang diderita berdasarkan kondisinya.

Kata Kunci : dosen, Universitas Pamulang, pemeriksaan kesehatan

PENDAHULUAN

Dosen merupakan salah satu kelompok elemen masyarakat yang penting bagi dunia pendidikan. Dosen memiliki peran penting dalam membentuk karakter mahasiswa yang merupakan calon-calon pelaku pembangunan bangsa. Dosen memiliki tugas yang cukup berat yang cukup menyita waktu dan berpotensi menimbulkan stres. Oleh sebab itu seorang dosen dalam menjalankan peran tersebut perlu menjaga kesehatannya agar dapat melaksanakan tugas dan fungsinya dengan baik. Rentang usia dosen yaitu antara dewasa muda sampai dengan lansia, mengingat seorang dosen dapat pensiun sampai usia lansia. Faktor usia, tingkat stres, serta gaya hidup dapat mempengaruhi derajat kesehatan seorang dosen.

Kurangnya kesadaran masyarakat termasuk dosen untuk melakukan pemeriksaan kesehatan secara rutin dalam rangka pencegahan penyakit (Hardani, 2018). Dosen cenderung jarang mengunjungi fasilitas kesehatan dalam keadaan sehat, hal tersebut dapat disebabkan karena tidak adanya waktu untuk memeriksakan diri

ke fasilitas kesehatan karena tugas yang menyita waktu.

Upaya kesehatan adalah setiap kegiatan dan/atau serangkaian kegiatan yang dilakukan secara terpadu, terintegrasi dan berkesinambungan untuk memelihara dan meningkatkan derajat kesehatan masyarakat dalam bentuk pencegahan penyakit, peningkatan kesehatan, pengobatan penyakit, dan pemulihan kesehatan oleh pemerintah dan/atau masyarakat (Kemenkes RI, 2009). Salah satu upaya kesehatan adalah pemeriksaan kesehatan dengan cara skrining kondisi kesehatan yang meliputi pemeriksaan tinggi badan dan berat badan, tekanan darah, gula darah sewaktu, kadar kolesterol, kadar asam urat serta konsultasi kesehatan.

Universitas Pamulang merupakan sebuah perguruan tinggi swasta yang besar di Kota Tangerang Selatan. Universitas ini memiliki puluhan ribu mahasiswa dengan jumlah dosen yang sangat banyak juga. Setiap semester universitas ini mengadakan rapat dosen sebelum memulai kegiatan belajar mengajar di semester baru. Pada kesempatan tersebut, dosen STIKes Widya Dharma Husada Tangerang

melaksanakan pemeriksaan kesehatan pada dosen Universitas Pamulang untuk melakukan skrining kondisi kesehatan para dosen untuk meningkatkan kesadaran dosen melakukan pemeriksaan kesehatan rutin untuk pencegahan penyakit, memberikan edukasi kepada dosen tentang risiko penyakit degeneratif dan metabolik berdasarkan hasil pemeriksaan fisik yang didapatkan serta menjalin tali silaturahmi.

METODE PELAKSANAAN

Peserta pengabdian ini adalah dosen Universitas Pamulang sebanyak 51 orang yang dilaksanakan di Gedung Viktor Lantai 8 Universitas Pamulang pada tanggal 26 Februari 2020 pukul 08.00 sampai selesai. Pelaksana kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan oleh tim dosen STIKes Widya Dharma Husada Tangerang sebanyak 12 orang dan mahasiswa sebanyak 4 orang.

Metode pelaksanaan pengabdian yang dilakukan dalam bentuk pemeriksaan kesehatan gratis, yang meliputi pemeriksaan fisik dan tes darah tepi. Pemeriksaan fisik meliputi pengukuran Berat Badan dan Tinggi

Badan, serta pemeriksaan Tekanan Darah dan Tanda Vital. Pemeriksaan tes darah tepi meliputi pemeriksaan gula darah sewaktu, kolesterol darah, serta kadar asam urat.

Tim dibagi menjadi beberapa bagian meja dengan tugas masing-masing yaitu :

Meja 1 (Pendaftaran); Meja 2 (Pengukuran Berat Badan dan Tinggi Badan); Meja 3 (Pengukuran Tekanan Darah); Meja 4 (Pemeriksaan darah tepi); Meja 5 (Pengumpulan hasil).

HASIL DAN PEMBAHASAN

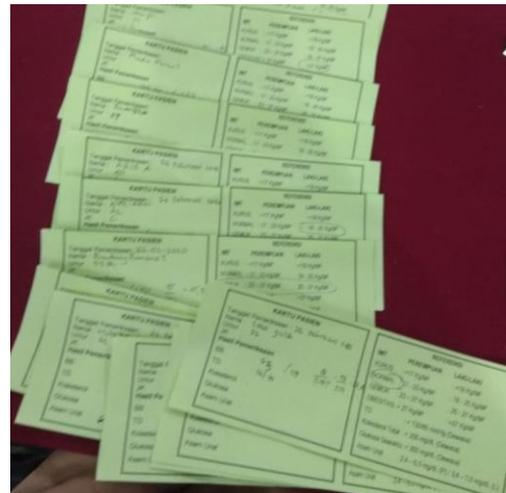
Kegiatan pemeriksaan kesehatan berlangsung diikuti oleh 51 orang dosen Universitas Pamulang, yang terdiri dari 23 dosen perempuan dan 28 dosen laki-laki. Para dosen antusias mengikuti kegiatan pemeriksaan kesehatan ini. Berdasarkan hasil interaksi dengan sebagian besar dosen mengaku jarang melakukan pemeriksaan kesehatan jika tidak merasakan sakit. Beberapa orang peserta kegiatan ini ada yang baru mengetahui bahwa dirinya memiliki tekanan darah tinggi, kadar kolesterol tinggi, serta kadar gula darah tinggi. Hal ini dapat meningkatkan

kewaspadaan para peserta kegiatan ini sehingga dapat meningkatkan gaya hidup sehat untuk menurunkan risiko penyakit yang diderita berdasarkan kondisinya saat ini.

Dalam pengabdian masyarakat ini sebagian besar peserta kegiatan lebih antusias dalam pemeriksaan kadar kolesterol serta kadar gula darah, dan tidak mampir pada stan konsultasi jika hasil pemeriksaannya normal semua. Padahal dari stan meja konsultasi dapat digali faktor risiko lain, oleh sebab itu sebaiknya perlu dibuat meja anamnesa faktor risiko di bagian pendaftaran sehingga dapat menggali informasi yang lebih banyak tentang kebiasaan hidup sehat pada peserta kegiatan. Berikut beberapa foto kegiatan pada pengabdian masyarakat ini.



Gambar 1. Pelaksana tim dosen STIKes Widya Dharma Husada Tangerang



Gambar 2. Hasil pemeriksaan kesehatan dosen Universitas Pamulang



Gambar 3. Konsultasi Kesehatan



Gambar 4. Pemeriksaan tekanan darah



Gambar 5. Pemeriksaan kadar gula darah, kolesterol dan asam urat

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Kegiatan pemeriksaan kesehatan tanda vital, gula darah, pemeriksaan fisik, konsultasi kesehatan, kadar kolesterol dan asam urat kepada dosen universitas pamulang berjalan dengan lancar. Sehingga dapat disimpulkan dengan adanya kegiatan pemeriksaan kesehatan ini umumnya dosen mengetahui bahwa dirinya memiliki tekanan darah tinggi, kadar kolesterol tinggi, serta kadar gula darah tinggi. Hal ini dapat meningkatkan kewaspadaan para dosen dalam meningkatkan gaya hidup sehat untuk menurunkan risiko penyakit yang diderita berdasarkan kondisinya.

Saran

Hasil pemeriksaan kegiatan perlu dilakukan *follow up* secara sistematis untuk lebih memaksimalkan fungsi pencegahan primer dan sekunder

pada kelompok masyarakat dosen ini. Selain itu pengelolaan data yang sistematis dapat menjadi media skrining pemetaan faktor risiko penyakit pada komunitas ini, dan dapat ditindaklanjuti dengan kegiatan pencegahan primer dan sekunder lainnya yang secara khusus menasar risiko penyakit metabolik dan degeneratif terbesar yang mungkin terjadi pada kelompok ini.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih kepada Universitas Pamulang yang telah memberikan ijin dan bekerjasama dalam pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Hardani., Mustariani, B.A. Aprilia., Suhada, Adriyan., Aini. 2018. Pemeriksaan Golongan Darah Sebagai Upaya Peningkatan Pemahaman Siswa Tentang Kebutuhan Dan Kebermanfaatan Darah. *Jurnal Masyarakat Mandiri (JMM)*. 2(1): 8-12. <https://doi.org/10.31764/jmm.v2i1.1330>.
- Kemendes RI. 2009. Undang-undang Republik Indonesia Nomor 36 Tahun 2009 Tentang Kesehatan. Jakarta: Direktorat Jenderal Kefarmasian dan Alat Kesehatan.