

Peran STIA Lancang Kuning Dumai Dalam Menunjang Kesehatan Masyarakat Kelurahan Bumi Ayu

Suherman¹, Latip², Samirun³, Suhaidi⁴, Fatimah⁵, Sabariah⁶

^{1,2,3,4,5,6} Sekolah Tinggi Ilmu Administrasi Lancang Kuning Dumai

E-mail: suherman.mkkp@gmail.com

Abstrak

Kata Kunci
Peran
Menunjang
Kesehatan

Kesadaran individu terhadap kesehatan merupakan komponen penting dalam upaya menjaga dan meningkatkan kualitas hidup. Individu yang memiliki kesadaran tinggi terhadap kesehatan cenderung lebih proaktif dalam melakukan pemeriksaan kesehatan rutin. Dengan meningkatkan kesadaran pentingnya kesehatan, individu dapat mengambil peran atas kesejahteraan diri mereka sendiri. Kegiatan pengabdian ini merupakan bentuk kepedulian STIA Lancang Kuning Dumai kepada Masyarakat Bumi Ayu yaitu dengan menyelenggarakan pemeriksaan kesehatan gratis. Melalui PKM ini diharapkan masyarakat mau melakukan pemeriksaan sebagai wujud peduli terhadap kesehatan.

Abstract

Keyword
Role
Supporting
Health

Individual awareness of health is an important component in efforts to maintain and improve quality of life. Individuals who have a high awareness of health tend to be more proactive in conducting routine health checks. By increasing awareness of the importance of health, individuals can take a role in their own well-being. This community service activity is a form of STIA Lancang Kuning Dumai's concern for the Bumi Ayu community by organizing free health checks. Through this PKM, it is hoped that the community will want to do the examination as a form of caring for health.

1. Latar Belakang

Zaman modern saat ini perkembangan industri makanan dan gaya hidup yang cepat telah menghasilkan berbagai jenis makanan baru yang menarik dan mudah diakses. Makanan cepat saji, makanan olahan, dan camilan siap saji semakin mendominasi pilihan konsumsi masyarakat. Meskipun menawarkan kenyamanan, jenis makanan ini sering kali mengandung bahan tambahan yang tidak sehat, seperti gula, garam, dan lemak jenuh yang tinggi.

Industri bisnis merupakan industri yang semakin cepat perubahannya karena mengikuti perubahan zaman yang mengharuskan untuk mampu mengelola

sesuai dengan apa yang menjadi kebutuhan (Ramadan et al., 2023). Pertumbuhan akan dunia usaha mengharuskan sekelompok individu maupaun lembaga untuk terus menciptakan sesuatu demi pertumbuhan ekonomi masyarakat agar tetap berkembang (E. Maznah Hijeriah et al., 2022).

Pentingnya menjaga kesehatan di masa kini menjadi semakin mendesak, mengingat dampak negatif dari pola makan yang tidak seimbang. Penyakit tidak menular, seperti diabetes, hipertensi, dan penyakit jantung, semakin meningkat dan menjadi salah satu penyebab utama kematian. Selain itu, pola makan yang kurang baik juga dapat mempengaruhi

kesehatan mental dan kualitas hidup secara keseluruhan.

Dengan munculnya berbagai jenis makanan, masyarakat perlu lebih bijak dalam memilih asupan makanan yang sehat dan juga bergizi. Kesadaran akan pentingnya pola makan yang seimbang, serta pengenalan terhadap makanan sehat, menjadi kunci untuk mencegah penyakit dan meningkatkan kualitas hidup. Oleh karena itu, edukasi mengenai nutrisi dan gaya hidup sehat sangat diperlukan untuk membangun masyarakat yang lebih sehat dan produktif.

Kesadaran individu terhadap kesehatan merupakan komponen penting dalam upaya menjaga dan meningkatkan kualitas hidup. Hal ini mencakup pemahaman tentang pentingnya pola makan yang sehat dan bergizi, aktivitas fisik yang teratur, dan menghindari kebiasaan buruk seperti merokok misalnya dan mengkonsumsi minuman beralkohol.

Individu yang memiliki kesadaran tinggi terhadap kesehatan cenderung lebih proaktif dalam melakukan pemeriksaan kesehatan rutin. Dengan meningkatkan kesadaran pentingnya kesehatan, individu dapat mengambil peran atas kesejahteraan diri mereka sendiri, yang pada akhirnya dapat berkontribusi pada masyarakat yang lebih sehat dan produktif.

2. Metode

Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM) terhadap masyarakat Bumi Ayu dilaksanakan pada:

Hari/Tanggal : 20 Juli 2024

Pukul : 09:00 WIB s.d. Selesai

Tempat : Kampus Sekolah Tinggi Ilmu Administrasi (STIA) Lancang Kuing Dumai

Pelaksanaan kegiatan ini secara administrasi akan dilakukan oleh tim pengabdian dan pemeriksa kesehatan akan dilakukan langsung oleh tim kesehatan berupa pengecekan tensi, gula darah, kolesterol dan asam urat.

3. Hasil dan Pembahasan

Diawali dengan pembukaan oleh Ketua Pelaksana dan dilanjutkan dengan pemaparan materi. Pemaparan materi membahas dimulai dari melihat kondisi perkembangan industri makanan yang terus tumbuh. Kesadaran individu akan pentingnya menjaga kesehatan sebagai komponen utama dalam kehidupan.

Korelasi pemeriksa kesehatan dengan bidang keahlian yaitu logika. Kesehatan individu akan mempengaruhi kemampuan dalam membuat keputusan yang tepat. Ketika mengalami gejala tertentu, kemampuan logika memungkinkan seseorang untuk menganalisis dan memahami kemungkinan penyebabnya. Kemampuan logika juga berperan dalam merencanakan program kesehatan pribadi. Ketika menghadapi masalah kesehatan, kemampuan logika membantu dalam merumuskan strategi untuk mengatasi masalah tersebut.

Selanjutnya tim melakukan administrasi kepada masyarakat yang ingin mengecek kesehatan. Pemeriksaan kesehatan yang dilakukan meliputi yaitu



Gambar 1. Pemeriksaan

a) Pemeriksaan dan Cek Tekanan Darah

Pemeriksaan dan cek tekanan darah merupakan salah satu *cara mendeteksi dini risiko hipertensi*,

stroke, dan penyakit jantung. Angka hasil pemeriksaan dinyatakan “normal” apabila di bawah 140/90 mmHg. Berdasarkan hasil pemeriksaan yang dilakukan terhadap 86 orang yang melakukan cek tekanan darah, 3 orang diantaranya dinyatakan diatas batas normal.

b) Pemeriksaan Gula Darah

Kadar Gula Darah melalui prosedur medical check-up, merupakan salah satu hal yang harus diperhatikan. Hasil Pemeriksaan Gula Darah harus diperhatikan. Kadar Gula Darah yang normal berada pada 100 - 200 mg/dL. Pemeriksaan ini meliputi pemeriksaan Gula Darah Sewaktu (GDS) dan Gula Darah Puasa (GDP).

GDS atau gula darah sewaktu adalah kadar gula darah yang diambil kapan saja atau tidak memperhatikan waktu makan. Kadar gula darah normal pada GDS adalah < 200 mg/dl. Lebih dari itu, pasien berpotensi mengalami diabetes.

Berdasarkan hasil pemeriksaan Gula Darah Sewaktu, yang melakukan pengecekan sebanyak 44 orang. Untuk laki-laki berjumlah 13 orang, hasil pemeriksaan menunjukkan 2 orang diantaranya dengan kadar gula diatas normal. Sedangkan untuk perempuan sebanyak 31 orang. Berdasarkan hasil pemeriksaan 29 orang diangka normal sedangkan 2 orang dengan gula diatas normal.

GDP atau gula darah puasa adalah kadar gula darah yang diambil dalam kondisi puasa selama 8-12 jam. Untuk lebih mudahnya pengecekan dapat dilakukan pada pagi hari sebelum sarapan. Hasil pemeriksaan untuk normal diangka < 100 mg/dl, Prediabetes diangka 100-125 mg/dl dan diabetes 126 mg/dl atau lebih. Untuk pemeriksaan Gula Darah Puasa yang melakukan pemeriksaan

hanya 2 orang perempuan dengan hasil pemeriksaan normal.



Gambar 2. Pemeriksaan

c) Pemeriksaan Kolesterol

Kadar kolesterol bisa dikatakan normal apabila berada pada tingkat dibawah 200 mg/dL. Pastikan juga tekanan darah berada pada tingkat normal, yaitu pada 120/80 agar jauh dari serangan penyakit Hipertensi dan juga Hipotensi.

Berdasarkan hasil pemeriksaan kolestrol yang dilakukan kepada 20 orang. Sebanyak 14 orang yang kadar kolestrolnya diatas 200 mg/dL dan 6 orang lainnya berada dibawah 200 mg/dL.

d) Pemeriksaan Asam Urat

Secara umum, batasan normal untuk kadar asam urat dalam darah adalah untuk laki-laki dewasa kadar asam urat normal berkisar 3,4 hingga 7,0 mg/dL sedangkan untuk perempuan dewasa kadar asam urat normal berkisar 2,4 hingga 6,0 mg/dL.

Berdasarkan hasil pemeriksaan yang dilakukan untuk laki-laki dari 12 orang yang melakukan pemeriksaan, terdapat 6 orang yang kadar asam uratnya tinggi atau diatas 7,0 mg/dL. Sedangkan untuk perempuan dari 29 orang yang melakukan pemeriksaan, sebanyak 9 orang yang kadar asam uratnya diatas batas normal/tinggi.



Gambar 3. Foto Bersama

Pemeriksaan kesehatan dibagi menjadi 2 sesi. Pemeriksaan kesehatan sesi pertama dimulai pukul 10:15 hingga 12:00 WIB. Setelah itu istirahat sholat dan makan kemudian dilanjutkan pemeriksaan kesehatan sesi kedua dimulai pada pukul 13:15 WIB sampai dengan selesai.

4. Kesimpulan

Berdasarkan hasil yang diperoleh untuk kesadaran masyarakat atas kesehatan diri sendiri melalui pemeriksaan kesehatan yang dilakukan secara gratis dapat dikatakan kurang, hal ini dapat dilihat dari jumlah masyarakat yang melakukan pemeriksaan sangat sedikit.

Berdasarkan hasil pemeriksaan yang dilakukan terhadap 86 orang yang melakukan cek tekanan darah, 3 orang dinyatakan diatas batas normal. Pemeriksaan GDS sebanyak 44 orang. Laki-laki berjumlah 13 orang, 2 orang diantaranya dengan kadar gula diatas normal. Sedangkan perempuan sebanyak 31 orang, 2 orang diantaranya dengan gula diatas normal. Untuk pemeriksaan GDP hanya 2 orang perempuan dengan hasil normal. Berdasarkan hasil pemeriksaan kolestrol dari 20 orang. Sebanyak 14 orang yang kadar kolestrolnya diatas 200 mg/dL. Berdasarkan hasil pemeriksaan asam urat untuk laki-laki dari 12 orang yang melakukan pemeriksaan, terdapat 6 orang

yang kadar asam uratnya tinggi. Sedangkan untuk perempuan dari 29 orang, sebanyak 9 orang yang kadar asam uratnya diatas batas normal.

5. Daftar Pustaka

- Mahmud. 2012. *Sosiologi Pendidikan*. Bandung. Pustaka Setia
- Soekanto, Soerjono. 2013. *Sosiologi Suatu Pengantar, Edisi Revisi*. Jakarta. Rajawali Pers.
- Brigitte Lantaeda, S., Lengkong, F. D. J., & Ruru, J. M. (2002). Peran Badan Perencanaan Pembangunan Daerah Dalam Penyusunan Rpjmd Kota Tomohon. *Jurnal Administrasi Publik (JAP)*, 04(048), 243.
- E. Maznah Hijeriah, A. O., Imanuddin, K., Aulia, M., & Safrizal Tengku, Tr. R. (2022). Pelayanan Manajemen Keuangan UEK SP Se-Kota Dumai. *Jurnal Ekonomi, Vol. 1, No(2)*, 16.
- Erlianti, D., Ilmu, T., & Dumai, A. (2024). *Persepsi Masyarakat Terhadap Kualitas Pelayanan Di Upt Puskesmas Medang Kampai Kota Dumai*. 17(2), 271–279.
- Ramadan, S., Putri, M., & Tinggi Ilmu Administrasi Lancang Kuning, S. (2023). *Jurnal Pengabdian Masyarakat EDUKASI PEMASARAN DAN BRANDING DALAM MENINGKATKAN SKILL KEWIRAUSAHAAN DI SMK NEGERI 1 DUMAI JURUSAN BISNIS DARING DAN PEMASARAN*. 2(1), 57–61. <http://ejournal.stia-lk-dumai.ac.id/index.php/pesat/>
- Rodiah, S., Budiono, A., & Rohman, A. S. (2018). Model Diseminasi Informasi Komunikasi Kesehatan Masyarakat Pedesaan di Kabupaten Bandung Barat. *Jurnal Kajian Komunikasi*, 6(2), 175. <https://doi.org/10.24198/jkk.v6i2.17771>

Undang-Undang Republik Indonesia
Nomor 17 Tahun 2023 Tentang Kesehatan

<https://ayosehat.kemkes.go.id/jenis-pemeriksaan-kesehatan-berkala-untuk-cek-kondisi-tubuh-anda#:~:text=Kadar%20Gula%20Darah%20yang%20normal,pada%20tingkat%20126%20mg%2FdL>

<https://rson.kemenpora.go.id/artikel-detail/MjQ/asam-urat-tinggi--makanan-apa-yang-perlu-dihindari#:~:text=Untuk%20pria%20dewasa:%20Kadar%20asam,6%2C0%20mg/dL.>

[https://hdmall.id/c/gula-darah-normal#:~:text=Gula%20darah%20sewaktu%20\(GDS\),itu%2C%20pasien%20berpotensi%20mengalami%20diabetes.](https://hdmall.id/c/gula-darah-normal#:~:text=Gula%20darah%20sewaktu%20(GDS),itu%2C%20pasien%20berpotensi%20mengalami%20diabetes.)