



PENINGKATAN KESEHATAN WARGA MELALUI PEMERIKSAAN KESEHATAN GRATIS DAN EDUKASI MENGENAI OBAT DAN PENYAKIT DEGENERATIF OLEH DOSEN DAN APOTEKER DI APOTEK BYEL FARMA

HEALTH IMPROVEMENT OF CITIZENS THROUGH FREE HEALTH EXAMINATION AND EDUCATION ABOUT DRUGS AND DEGENERATIVE DISEASES BY LECTURERS AND PHARMACIST AT BYEL FARMA PHARMACY

Teodhora^{1*}, Lili Musnelina², Refdanita³, Reynanzah Al Yazidiz⁴

^{1,2,3} Institut Sains dan Teknologi Nasional

⁴ Apotek Byel Farma

*c.teodhora@istn.ac.id

Article History:

Received: February 04th, 2023

Revised: February 15th, 2023

Published: February 20th, 2023

Keywords:

Education

Medicine

Degenerative Diseases

Health

Abstract: *Non-communicable diseases (PTM), primarily age-related degenerative disorders. Diabetes mellitus, hypertension, heart disease, and stroke are a few of these non-communicable illnesses. This community service's goal is to raise local residents' knowledge of the importance of taking steps to prevent degenerative diseases both early on, while a person is still in good health, and later on when they are more likely to manifest themselves and are more susceptible to them. Exams, lectures, and questions and answers are used to deliver the methods. Residents and village officials eagerly embraced the free health check-up initiative and expressed the wish that it may be repeated each month. This health check-up activity is intended to encourage people to visit their local health institution or have their health assessed more frequently.*

Abstrak

Penyakit Tidak Menular (PTM), sebagian besar merupakan penyakit degeneratif yang berkaitan dengan proses penuaan. Beberapa dari penyakit tidak menular tersebut antara lain, diabetes mellitus, hipertensi, penyakit jantung dan stroke. Tujuan dari pengabdian kepada masyarakat ini adalah meningkatkan kepedulian warga setempat untuk melakukan upaya pencegahan penyakit degeneratif tingkat awal saat seseorang masih dalam kondisi sehat dan tingkat lanjut yang lebih beresiko dan berpotensi mengalami penyakit degeneratif. Metode diberikan dalam bentuk pemeriksaan, ceramah dan tanya jawab. Kegiatan pemeriksaan Kesehatan gratis ini disambut antusias oleh warga maupun perangkat desa setempat dan mereka berharap kegiatan ini dapat dilakukan secara rutin setiap bulannya. Dengan adanya kegiatan pemeriksaan kesehatan ini, diharapkan dapat memicu kesadaran masyarakat untuk lebih rutin memeriksakan kesehatan mereka secara pribadi maupun dengan datang ke fasilitas kesehatan terdekat.

Kata Kunci: Edukasi, Obat, Penyakit Degeneratif, Kesehatan

PENDAHULUAN

Penyebab utama kematian pada negara-negara berkembang adalah penyakit tidak menular dibandingkan penyakit menular. Perubahan gaya hidup dan globalisasi semuanya berdampak pada kecenderungan terjadinya perkembangan situasi ini (Utomo, 2012; Budiono, 2009; Jose, 2007). Penyakit degeneratif adalah gangguan medis ketika organ atau jaringan yang memburuk seiring berjalannya waktu. Penyakit ini disebabkan oleh perubahan sel-sel tubuh, yang pada akhirnya berdampak pada fungsi masing-masing organ secara keseluruhan. Penyakit degeneratif semakin banyak terjadi akibat penurunan gaya hidup, makanan, dan olahraga (Swari, 2020). Masyarakat umum tidak menyadari bahwa penyakit degeneratif ini dapat berkembang pada usia produktif, dan kebanyakan orang baru memeriksakan diri begitu gejala mulai muncul. Munculnya penyakit degeneratif dipengaruhi secara positif oleh pola makan tinggi lemak (*fast food*) dan tingkat stres yang tinggi (Khumaeroh, 2016).

Penyakit Tidak Menular (PTM), sebagian besar merupakan penyakit degeneratif yang berkait dengan proses penuaan. Beberapa dari penyakit tidak menular tersebut antara lain, diabetes mellitus, hipertensi, penyakit jantung dan stroke. Penyakit-penyakit tersebut disebabkan oleh dua faktor yaitu faktor risiko yang tidak dapat diubah dan faktor risiko yang dapat diubah. Faktor risiko yang tidak dapat diubah misalnya jenis kelamin, umur, dan faktor genetik. Faktor risiko yang dapat diubah misalnya kebiasaan merokok, pekerjaan, aktivitas fisik, konsumsi alkohol, Indeks Masa Tubuh, lingkaran pinggang (Boehme et al., 2017). Menurut Organisasi Kesehatan Dunia, penyakit tidak menular (PTM) akan bertanggung jawab atas 60% dari semua morbiditas dan 73% dari semua kematian global pada tahun 2020. Penelitian terbaru telah membawa perhatian pada meningkatnya prevalensi penyakit degeneratif. Pada sejumlah negara berkembang memberikan angka kejadian yang lebih besar dan penyakit degeneratif semakin marak akibat peningkatan pendapatan per kapita dan perubahan gaya hidup, terutama di kota-kota besar.

Meskipun ada sejumlah tindakan yang dapat diambil untuk mengurangi dan mencegah pembentukan penyakit degeneratif ini, Strategi pencegahan lebih diprioritaskan daripada tindakan pengendalian penyakit, yang tentunya membutuhkan banyak waktu, tenaga, dan uang. Kualitas hidup bagi mereka yang memiliki kondisi degeneratif ini dapat terpengaruh, yang dimungkinkan untuk mencegah kondisi degeneratif ini sebelum atau sesudah diagnosis. Dengan meningkatkan pengetahuan tentang faktor risiko, menghindari faktor risiko, dan melakukan pemeriksaan kesehatan secara rutin, pencegahan dapat dilakukan. Pendidikan dapat digunakan untuk meningkatkan kesadaran secara langsung atau dapat digunakan bersamaan dengan teknologi. Pendidikan dapat meningkatkan motivasi pasien untuk mengikuti pedoman manajemen diri. (Hallberg et al., 2016). Selain itu, menyelidiki riwayat kesehatan individu dan keluarganya, terutama untuk penyakit yang diketahui dapat bersifat genetik atau turun-temurun. Kurangnya pengetahuan kesehatan masyarakat dapat memperburuk kondisi kesehatan masyarakat dan menyebabkan berkembangnya beberapa penyakit kronis, antara lain diabetes melitus, hipertensi, hiperurisemia, kolesterol, dan penyakit jantung.

Berdasarkan hal tersebut, dosen Farmasi Institut Sains dan Teknologi Nasional mengembangkan inisiatif pengabdian masyarakat yang melibatkan dosen, apoteker, asisten

apoteker, dan asisten perawat dalam bentuk penyuluhan tentang penyakit degenerative, pemeriksaan kesehatan dan layanan informasi obat. Dalam hal ini, merupakan wujud kepedulian Fakultas Farmasi Institut Sains dan Teknologi Nasional untuk membantu pemerintah agar dapat berpartisipasi aktif dalam pencegahan, perlindungan, dan pengetahuan dalam rangka meningkatkan kesehatan masyarakat dan menjadikan Indonesia menjadi bangsa yang sehat. Berdasarkan gambaran perkembangan kasus di atas, kegiatan ini menjadi sangat penting sebagaiantisipasi secara dini resiko terjadinya penyakit degeneratif. Melalui pemeriksaan kesehatan gratis (pemeriksaan dasar), diharapkan penyakit degeneratif di masyarakat dapat dicegah. Tujuan dari pengabdian masyarakat ini adalah untuk menimbulkan kesadaran warga sekitar akan pentingnya mengambil langkah-langkah pencegahan penyakit degeneratif sejak dini. Kegiatan ini juga memiliki manfaat tambahan untuk mengedukasi warga setempat dan memotivasi warga untuk lebih memperhatikan kesehatan diri sendiri dan keluarga.

METODE

Pada kegiatan ini, penyuluhan dan pemeriksaan kesehatan dilakukan sebagai bagian dari pengabdian masyarakat. Metode yang digunakan dalam bentuk ceramah, dan sesi tanya jawab selama kegiatan berlangsung. Pemeriksaan kesehatan, yang dilakukan di Apotek Byel Farma adalah termasuk pemeriksaan tekanan darah, gula darah, dan asam urat yang secara instan, serta mendapatkan penyuluhan yang dilakukan oleh dosen dan apoteker tentang kondisi kesehatan yang dirasakan oleh 15 warga sekitar apotek. Kegiatan pemeriksaan dan penyuluhan kesehatan dilakukan pada 16 Januari 2023.

HASIL

Kegiatan ini dilakukan terhadap 15 orang warga Kelurahan Kalideres (Semanan di RT 04 RW 04). Adapun hasil yang diperoleh dalam layanan pemeriksaan kesehatan pada kegiatan ini adalah sebagai berikut.

Tabel 1. Hasil Data Pemeriksaan Kesehatan

No	Jenis Kelamin	Usia (tahun)	Asam urat (mg/dL)	Tekanan darah (mmHg)	Glukosa darah (mg/dL)
1	Perempuan	50	6,3	159/104	103
2	Perempuan	28	9,5	146/113	102
3	Laki-laki	31	6,3	127/75	97
4	Perempuan	30	6,3	142/91	128
5	Laki-laki	51	11,2	135/75	243
6	Perempuan	53	4,9	137/73	203
7	Perempuan	60	8	146/88	114
8	Perempuan	40	4,9	133/85	122
9	Perempuan	50	3,4	168/101	174
10	Laki-laki	46	5	142/97	370

11	Perempuan	60	5,5	124/85	95
12	Laki-laki	46	10,1	133/83	176
13	Perempuan	60	7,4	139/87	92
14	Laki-laki	43	6	168/112	133
15	Laki-laki	39	7,1	116/85	122

Pada hasil terlihat jenis kelamin perempuan lebih banyak dibandingkan laki-laki, dikarenakan selama kegiatan pengabdian dilakukan diikuti terbanyak oleh perempuan. Usia yang mengikuti kegiatan ini adalah berkisar 25- 60 tahun. Berdasarkan hasil pemeriksaan kesehatan yang telah dilaksanakan diperoleh sebanyak 6 warga memiliki kadar asam urat yang meningkat yaitu > 6,5 mg/dL, tekanan darah sistolik/diastolik yang meningkat sebanyak 12 warga yaitu >130/80 mmHg, dan glukosa sewaktu yang meningkat sebanyak 5 warga yaitu > 115-150 mmHg.



Gambar 1. Pemeriksaan Kesehatan Gratis oleh Asisten Perawat

Berdasarkan gambar di atas, kegiatan pengabdian ini, diawali dengan melakukan pendataan karakteristik demografi warga terlebih dahulu yang diikuti dengan pemeriksaan kesehatan menggunakan alat sederhana seperti tensimeter dan alat cek darah 3 in 1. Hasil akan langsung terbaca pada alat, dan hanya menunggu beberapa detik saja. Sambil menunggu hasil terbaca, dilakukan sesi Tanya jawab terkait kebiasaan-kebiasaan atau pola hidup warga sekitar serta riwayat penyakit yang pernah dialami. Hasil yang diperoleh dicatat seperti pada Tabel 1 di atas.



Apoteker melakukan edukasi



Dosen menjelaskan penyakit degeneratif

Gambar 2. Edukasi mengenai Obat-obatan dan Penyakit Degeneratif oleh Dosen Farmasi, Apoteker

setiap warga yang selesai melakukan pemeriksaan kesehatan, akan diarahkan untuk berdiskusi bersama dosen dan apoteker, baik itu terkait informasi yang benar dan tepat mengenai penyakit degeneratif maupun obat-obatan yang pernah diresepkan oleh dokter untuk mendapatkan gambaran mengenai kondisi dirinya.

PEMBAHASAN

Paneo (2022) mengemukakan bahwa, peningkatan kesehatan masyarakat dapat dilaksanakan dengan beberapa hal, salah satunya mengevaluasi tingkat kesehatan masyarakat melalui program pemeriksaan dan pengobatan gratis. Saat kegiatan pengabdian masyarakat yang bekerja sama dengan apotek byel farma berlangsung, warga sekitar terlihat begitu antusias merespon kegiatan pemeriksaan dan menyatakan keinginannya agar dapat diulang setiap bulannya. Berdasarkan penelitian pemeriksaan kesehatan sangat penting untuk dilakukan secara rutin atau berkala, dan memberikan masukan serta saran kepada warga untuk melakukan pemeriksaan misalnya di puskesmas terdekat apabila hasil skrining awal terdapat kadar darah yang meningkat melampaui batas normal, dan mengimbau warga untuk selalu berusaha menjaga kesehatan, serta memberikan himbauan bagi warga yang memiliki riwayat diagnosis dokter memiliki penyakit degeneratif yang memang rutin mengkonsumsi obat-obatan.

Kegiatan ini dilakukan terhadap 15 orang warga Kelurahan Kalideres (Semanan di RT 04 RW 04). Kegiatan ini diklasifikasikan berdasarkan usia dan jenis kelamin yaitu terdapat 9 orang perempuan, 6 orang laki-laki. Rentang usia warga yang mengikuti kegiatan ini adalah 25-60 tahun. Warga mengikuti kegiatan sangat antusias dan berbicara banyak hal tentang riwayat kesehatan dan bagaimana mereka menjalani kehidupan sehari-hari. Mereka ingin mengetahui tentang penyebab, gejala, dan pengobatan asam urat, glukosa darah dan hipertensi serta memiliki banyak pertanyaan di antaranya, apabila sudah menggunakan obat-obatan apakah tidak boleh dihentikan atau boleh, apakah diminum sebelum makan atau sesudah makan dan jam berapa mengkonsumsi obat-obatan, apakah jika sudah rutin minum obat diperbolehkan untuk mengkonsumsi gorengan, dan

minum kopi serta merokok. Warga jadi mengetahui, bahwa gaya hidup sangat berperan penting termasuk pola makan, stres atau pikiran yang terlalu berat. Warga yang memiliki riwayat penyakit degeneratif adalah yang paling besar memberikan kontribusi pertanyaan.

Dengan adanya kegiatan pemeriksaan kesehatan ini, diharapkan masyarakat semakin sadar akan perlunya memeriksakan kesehatannya lebih rutin, dengan mengunjungi fasilitas kesehatan terdekat, karena diharapkan dengan memeriksakan diri dan mengatur gaya hidup yang baik, akan membuat warga dapat lebih menjaga kondisi kesehatan diri sendiri dan keluarga. Kegiatan yang dilakukan oleh Murdiana (2021) memberikan hasil bahwa pengontrolan kadar gula darah, peningkatan pengetahuan tentang obat DM dan pengelolaan gaya hidup di Klinik Kartika Husada secara kontinu dapat meningkatkan kualitas hidup pasien prolansis dengan riwayat penyakit DM, sedangkan Ningsih (2021) mengemukakan bahwa penyakit asam urat dikenal juga dengan istilah gout, yaitu penyakit sendi yang diakibatkan oleh terlalu tingginya asam urat dalam darah. Normalnya, asam urat larut dalam darah dan disekresikan keluar tubuh melalui urin. Dikemukakan oleh Ohishi (2018) bahwa, tekanan darah meningkat disebabkan oleh beberapa hal seperti peningkatan kecepatan denyutan jantung, peningkatan volume darah, dan peningkatan resistensi pembuluh darah tepi. Adapun faktor lainnya yakni gizi dan usia. Semakin bertambah usia terlebih pada usia lanjut elastisitas pembuluh darah semakin berkurang dan kaku (Boutouyrie et al., 2021).

KESIMPULAN

Kegiatan pemeriksaan tekanan darah, gula darah, dan asam urat dilakukan secara gratis. Adapun kegiatan edukasi mengenai obat dan penyakit warga berharap dapat dijadwalkan secara rutin dilakukan kepada warga RT 04/RW 04 sehingga membantu mencegah terjadinya komplikasi penyakit yang dapat menurunkan kualitas hidup masyarakat.

PENGAKUAN/ACKNOWLEDGEMENTS

Ucapan terimakasih disampaikan kepada tim Apotek Byel Farma, ketua RT 04/RW 04, warga sekitar kelurahan Kalideres RT 04/RW 04 yang telah berpartisipasi dalam kegiatan kolaborasi dosen dan tenaga kesehatan terhadap kegiatan pengabdian masyarakat ini hingga selesai dilaksanakan dengan baik dan lancar.

DAFTAR REFERENSI

- Boehme, A. K., Esenwa, C., & Elkind, M. S. (2017). Stroke risk factors, genetics, and prevention. *Circulation research*, 120(3), 472-495.
- Boutouyrie, P., Chowienczyk, P., Humphrey, J. D., & Mitchell, G. F. (2021). Arterial stiffness and cardiovascular risk in hypertension. *Circulation research*, 128(7), 864-886.
- Budiono, I. (2009). Prevalensi dan Determinan Kejadian Anemia pada Ibu Hamil di Perkampungan Nelayan (Studi Kasus di Kelurahan Mangkang Wetan Semarang). *Jurnal KEMAS*,

4(2):159-169.

- Hallberg, I., Ranerup, A., & Kjellgren, K. (2016). Supporting the self-management of hypertension: Patients' experiences of using a mobile phone-based system. *Journal of human hypertension*, 30(2), 141-146.
- Jose R, Banegas. (2007). Relationship between obesity, hypertension and diabetes, and health-related quality of life among elderly. *European Journal of Preventive Cardiology*, 14(3):456-462.
- Khumaeroh, N. (2016). Determinasi diri mahasiswa pengidap penyakit degeneratif (Doctoral dissertation, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim).
- Murdiana, H. E., Bartini, I., & Hanifa, N. I. (2021). Penyuluhan, Cek Kesehatan Dan Pengobatan Gratis Di Klinik Kartika Husada. *Jurnal Pengabdian Magister Pendidikan IPA*, 4(2).
- Ningsih, S. M. C. (2021). Uji Aktivitas Antihiperurisemia dari Air Rebusan Daun Pandan Wangi (*Pandanus Amaryllifolius*.) Terhadap Mencit Jantan (*Mus Musculus*). *Jurnal Ilmiah Farmasi Attamru (JIFA)*, 2(2), 48-58.
- Ohishi, M. (2018). Hypertension with diabetes mellitus: physiology and pathology. *Hypertension research*, 41(6), 389-393.
- Paneo, M. A., Latif, M. S., & Daud, S. (2022). Peningkatan Kesehatan Masyarakat Kota Gorontalo Kelurahan Heledulaa melalui Program Pemeriksaan dan Pengobatan Gratis oleh Apotek Nabila Farma. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Farmasi: Pharmacare Society*, 1(2), 71-75.
- Swari, R.C. (2020). Masalah kesehatan pada Lansia. Diakses melalui <https://hellosehat.com/lansia/masalah-lansia/penyakitdegeneratif/#gref> pada tanggal 27 Januari 2023
- Utomo, M.O., Azam, M. Anggraini, D. N. (2012). Pengaruh Senam Terhadap Kadar Gula Darah Penderita Diabetes, *Unnes Journal of Public Health*, 1(1):36-40