



Pemeriksaan Kesehatan pada Guru SMAN 1 Polman

Nur Alam^{1*}, Rachmat Kasmad², Yade K. Yasin³, Irma⁴, Hadijah Alimuddin⁵

¹ Universitas Negeri Makassar, Indonesia, nur.alam@unm.ac.id

² Universitas Negeri Makassar, Indonesia, m.rachmat.k@unm.ac.id

³ Universitas Negeri Makassar Indonesia, yade@unm.ac.id

⁴ Universitas Negeri Makassar Indonesia, irma@unm.ac.id

⁵ Universitas Negeri Makassar, Indonesia, hadijah.alimuddin@unm.ac.id

*Koresponden penulis

Info Artikel

Diajukan: 09 September 2024

Diterima: 06 Oktober 2024

Diterbitkan: 05 Desember 2024

Keyword:

Nutritional Status, Blood pressure, Uric Acid, Glucose

Kata Kunci:

Status Gizi, Tekanan darah, Anam Urat, Gula darah

Abstract

Degenerative disease is a type of disease that occurs due to damage or gradual decline in the function of cells, tissues, or organs. Based on data from the Indonesian Health Profile 2023 by the Ministry of Health, non-communicable diseases, including degenerative diseases, account for the largest proportion of deaths, reaching more than 70%. Cardiovascular diseases, diabetes, cancer, and chronic respiratory diseases are the most common. Measuring nutritional status is an important step in overall health assessment, especially in the prevention of degenerative diseases. Poor nutritional status can be one of the main risk factors for non-communicable diseases. Measuring nutritional status can serve as an early detection of the risk of NCDs. The results of this activity found that there were 17 people with normal BMI, then in the BMI category there were 10 people. In the blood pressure examination there were 12 people in the normal category and as many as 18 people in the high category. Based on the results of the abdominal circumference examination, there were 10 people in the normal category, and 20 people in the over category. Examination of temporary blood glucose levels shows that overall teachers at SMAN 1 Polman are included in the normal category with the results of the examination below <200g/dl. Cholesterol examination results with normal category as many of 10 people and 20 people with high category.

Abstrak

Penyakit degeneratif adalah jenis penyakit yang terjadi akibat kerusakan atau penurunan fungsi sel, jaringan, atau organ tubuh secara bertahap. Berdasarkan data dari Profil Kesehatan Indonesia 2023 oleh Kementerian Kesehatan, penyakit tidak menular, termasuk penyakit degeneratif, menyumbang proporsi terbesar terhadap kematian, mencapai lebih dari 70%. Penyakit kardiovaskular, diabetes, kanker, dan penyakit pernapasan kronis adalah yang paling umum. Pengukuran status gizi merupakan langkah penting dalam penilaian kesehatan secara keseluruhan, terutama dalam pencegahan penyakit degeneratif. Status gizi yang buruk dapat menjadi salah satu faktor risiko utama terjadinya Penyakit Tidak Menular. Pengukuran status gizi dapat berfungsi sebagai deteksi dini terkait risiko penyakit PTM. Hasil dari kegiatan ini didapatkan bahwa terdapat 57% orang dengan IMT normal, kategori kurang 10% kemudian pada kategori IMT lebih terdapat 33% orang. Pada pemeriksaan Tekanan darah terdapat 40% orang dengan kategori normal dan sebanyak 60% orang dengan kategori tinggi. Berdasarkan hasil pemeriksaan lingkaran perut dengan kategori normal terdapat 33% orang, kategori lebih terdapat 67% orang. Pemeriksaan kadar glukosa darah sewaktu menunjukkan secara keseluruhan (100%) guru pada SMAN 1 Polman termasuk dalam kategori normal dengan hasil pemeriksaan dibawah <200g/dl. Hasil Pemeriksaan kolesterol dengan kategori normal sebanyak 33% orang dan 67% orang dengan kategori tinggi.

PENDAHULUAN

Penyakit degeneratif adalah jenis penyakit yang terjadi akibat kerusakan atau penurunan fungsi sel, jaringan, atau organ tubuh secara bertahap. Penyakit ini biasanya berkembang dalam jangka waktu panjang dan sering kali terkait dengan perubahan pola makan, gaya hidup tidak sehat, serta kurangnya aktifitas fisik. Penyakit degeneratif dapat menyerang berbagai sistem tubuh, seperti sistem kardiovaskular, saraf, muskuloskeletal, dan metabolik (Aini, et al., 2023). Prevalensi penyakit degeneratif di Indonesia terus meningkat dan menjadi perhatian utama dalam sektor kesehatan. Berdasarkan data dari Profil Kesehatan Indonesia 2023 oleh Kementerian Kesehatan, penyakit tidak menular (PTM), termasuk penyakit degeneratif, menyumbang proporsi terbesar terhadap kematian, mencapai lebih dari 70%. Penyakit kardiovaskular, diabetes, kanker, dan penyakit pernapasan kronis adalah yang paling umum (Sarman et al., 2022). Hipertensi dan obesitas sebagai faktor risiko juga menunjukkan peningkatan signifikan. Pergeseran pola hidup yang terjadi pada masyarakat terutama dipicu pada peningkatan sektor pendapatan ekonomi, aktifitas kerja yang tinggi serta gaya hidup *trendy* asal barat, utamanya pada *fast food* yang populer di Amerika dan Eropa, namun tidak diimbangi dengan pengetahuan dan kesadaran gizi. Penyakit degeneratif umumnya merupakan Penyakit Tidak Menular (PTM) jika dikaitkan dengan proses penuaan yang terjadi pada seseorang (Suiraoaka, 2012).

Keadaan sosial ekonomi dan selera makan yang terjadi pada masyarakat akan mengakibatkan perubahan pola makan masyarakat yang cenderung menjauhkan konsep makanan yang seimbang, sehingga berdampak negatif terhadap kesehatan dan gizi. Pola makan yang tinggi kandungan lemak jenuh serta kandungan gula, dan kurangnya konsumsi serat dan rendah zat gizi mikro akan menyebabkan berbagai masalah seperti kegemukan, gizi lebih, serta meningkatkan radikal bebas yang akhirnya akan mengakibatkan perubahan pola penyakit dari infeksi penyakit kronis non infeksi atau munculnya penyakit degeneratif (Fridalni et al., 2019).

Pengukuran status gizi merupakan langkah penting dalam penilaian kesehatan secara keseluruhan, terutama dalam pencegahan penyakit degeneratif. Status gizi yang buruk dapat menjadi salah satu faktor risiko utama terjadinya Penyakit Tidak Menular (PTM). Pengukuran status gizi dapat berfungsi sebagai deteksi dini terkait resiko penyakit PTM. Dengan melakukan pengukuran status gizi secara rutin, seseorang dapat memantau perubahan status gizi mereka dan mencegah perkembangan penyakit degeneratif. Pengukuran status gizi dapat meliputi indikator seperti; Indeks Massa Tubuh (IMT), lingkar pinggang, persentasi lemak tubuh dan biokimia. Pemeriksaan kesehatan merupakan salah satu kegiatan rutin dari Puskesmas kepada masyarakat. Akan tetapi pengecekan tersebut dilakukan di tiap desa saja. Tenaga pendidik sebagai bagian dari SDM dan garda terdepan mencerdaskan anak bangsa harus

memiliki modal kesehatan yang optimal baik fisik, mental, sosial, emosional, maupun finansial untuk melaksanakan kewajibannya mentransfer ilmu kepada anak didiknya sehingga hasil didikan itu akan terlihat salah satunya dari prestasi yang diperoleh oleh anak didik mereka (Linda & Rahayu, 2021).

Setelah melakukan observasi awal diketahui bahwa belum adanya pengecekan yang dilakukan di tempat pembelajaran, misalnya sekolahan, yang dapat menjadi faktor penambah kejadian peningkatan angka penurunan kesehatan bagi guru sekolah.

METODE PELAKSANAAN

Kegiatan ini dilaksanakan dengan metode layanan kesehatan bagi guru meliputi pengukuran Indeks Massa Tubuh dan pemeriksaan Biokimia. Kegiatan ini memberikan informasi terkait keadaan status gizi para guru di SMAN 1 Polman. Berdasarkan hasil pengukuran meliputi berat badan, tinggi badan, lingkaran perut, serta pemeriksaan biokimia (Gula darah, kolesterol dan Asam Urat). Adapun tahapan yang dilakukan dalam pengabdian kepada masyarakat ini adalah sebagai berikut:

1. Perencanaan dan persiapan, pada tahap ini tim pelaksana mengkoordinasikan waktu, tempat dan jadwal dengan peserta mitra.
2. Sosialisasi kegiatan, tujuan kegiatan ini adalah untuk menginformasikan kepada peserta kegiatan mengenai langkah-langkah yang akan dilaksanakan. Kegiatan sosialisasi dilakukan oleh mitra sebagai bagian dari pelaksanaan kegiatan yang bermanfaat bagi masyarakat.
3. Pelaksanaan kegiatan, pada tahap ini Tim Pengabdian Kepada Masyarakat melakukan pengukuran status gizi seperti pengukuran IMT (berat badan dan tinggi badan), lingkaran perut, serta pemeriksaan biokimia (Gula darah dan kolesterol).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil yang didapatkan menunjukkan bahwa dari semua guru yang dilakukan pengecekan kesehatan, menunjukkan hasil relatif ideal, mengingat rata-rata usia guru termasuk dalam kategori lansia yaitu lebih dari 50 tahun. Pelayanan kesehatan dilakukan dengan pengecekan langsung tinggi badan (TB), berat badan (BB), Lingkaran perut, tekanan darah, kolesterol dan kandungan glukosa. Pengecekan kesehatan dilakukan dengan menggunakan peralatan kesehatan.



Gambar 1. Pemeriksaan tekanan darah, kolesterol dan kandungan glukosa.

Pemeriksaan dilakukan dengan cara pelayanan langsung dan guru mengikuti kegiatan tersebut dengan antusias karena selama ini belum pernah dilakukan pemeriksaan kesehatan secara langsung di wilayah sekolah.



Gambar 2. Pengukuran Berat Badan dan Lingkar Perut

Pemeriksaan kesehatan ini diikuti oleh 30 orang guru (table 1). Pemeriksaan kesehatan meliputi pemeriksaan Indeks Massa Tubuh (IMT), tekanan darah, kadar glukosa sewaktu, asam urat, dan kadar hemoglobin.

Tabel 1. Hasil Pemeriksaan Kesehatan Guru SMAN 1 Polman

No urut Peserta	Jenis Kelamin	Usia (Tahun)	Indeks Massa Tubuh (IMT)	Tekanan Darah	Lingkar Perut	Kadar Glukosa	Kolesterol
1	L	55	23,4	154/82	86	124	283
2	P	56	24,3	129/66	85,4	132	231
3	P	53	18,8	124/71	71	157	283
4	P	53	23,0	117/66	82	114	200
5	L	58	24,5	143/88	94,5	60	157
6	P	54	17,1	103/57	74	102	301
7	P	29	28,1	95/59	88,3	85	191
8	P	35	24,2	148/97	81,5	117	144
9	P	30	21,8	115/78	86	104	217
10	P	52	15,5	169/104	75,5	111	217
11	P	55	24	118/62	77,8	129	313
12	P	29	25,5	132/102	80	91	236
13	P	47	21,1	119/60	81	89	173
14	L	57	19,4	109/80	84	99	196
15	P	43	22,5	110/65	81	156	214

16	L	54	25,4	136/90	96,5	114	204
17	P	29	18	106/72	59	74	193
18	P	53	20,9	145/75	82	117	216
19	P	47	25,2	112/65	81	83	241
20	P	57	21,4	119/75	69	84	228
21	P	40	19,9	127/88	75	142	227
22	L	34	22,8	126/84	75,9	107	117
23	P	38	28,7	92/58	88	76	248
24	P	25	26,4	124/67	87	82	155
25	P	37	28,1	122/65	84,9	128	203
26	L	40	30,8	129/86	100,9	88	208
27	P	56	37	149/84	104,5	100	254
28	L	56	23,7	129/82	92,8	121	221
29	P	49	32,3	115/72	87,8	89	192
30	L	54	33	118/75	106	134	312

Berdasarkan tabel 1 diatas dapat diketahui bahwa terdapat 17 (57%) orang dengan IMT normal (18,5 - 24,9), kemudian pada kategori IMT kurang yaitu 3 (10%) Orang (<15,5) dan terdapat 10 (33%) orang pada keategori IMT lebih (≥ 30). Pada pemeriksaan Tekanan darah terdapat 12 (40%) orang dengan kategori normal (<120/80 mmHg) dan sebanyak 18 (60%) orang dengan kategori tinggi (>120/80 mmHg). Berdasarkan hasil pemeriksaan lingkaran perut pada guru berjenis kelamin laki-laki dengan kategori normal terdapat 3 (43%) orang (<90 cm), kategori lebih terdapat 4 (57%) orang (<90 cm) dan pada guru dengan jenis kelamin perempuan yang memiliki lingkaran perut normal yaitu 7 (30%) orang (<80 cm) dan 16 (70%) orang pada kategori lingkaran perut lebih (>80 cm). Pemeriksaan kadar glukosa darah sewaktu menunjukkan secara keseluruhan (100%) guru pada SMAN 1 Polman termasuk dalam kategori normal dengan hasil pemeriksaan dibawah <200g/dl. Hasil Pemeriksaan kolesterol dengan kategori normal sebanyak 10 (33%) orang (<200mg/dl) dan 20 (67%) orang dengan kategori tinggi (>200mg/dl).

KESIMPULAN

Kesimpulan dari kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat yang telah dilakukan adalah derajat kesehatan para guru di SMAN 1 Polman perlu di perhatikan dengan baik. Hal ini dapat dilihat berdasarkan hasil pemeriksaan kesehatan yang telah dilakukan khususnya pada kategori pemeriksaan tekanan darah, lebih dari separuh guru termasuk dalam kategori tekanan darah tinggi. Selain pada pemeriksaan tekanan darah, kategori pemeriksaan kadar kolesterol juga merupakan salah satu masalah kesehatan yang dialami oleh para guru di SMAN 1 Polewali dilihat dari nilai yang lebih dari 60% guru memiliki hasil pemeriksaan kolesterol yang tinggi.

Saran yang dapat diberikan untuk kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat selanjutnya adalah perlu adanya kegiatan pengecekan kesehatan secara rutin sehingga hasil yang sudah didapat dan kesehatan yang sudah tercipta dapat dijaga dan terkontrol sehingga dapat membantu menurunkan masalah kesehatan.

DAFTAR RUJUKAN

- Aini, Syamsuriansyah, Rizal Pratama Adi Putra, Agus Supinganto, Alfi Maulana, S. Z. (2023). Sosialisasi Resiko Penyakit Degeneratif dan Upaya Pencegahan Melalui Deteksi Sindrom Metabolik Pada Lansia Gempur Majeluk Kota Mataram. *Jurnal Pengabdian Magister Pendidikan IPA*, November, 4–7. <https://doi.org/10.29303/jpmppi.v6i4.5977>
- Linda, O., & Rahayu, L. S. (2021). Prevensi Awal Dan Lanjutan Penyakit Degeneratif Untuk Usia Dewasa Di Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Arsip Pengabdian Masyarakat*, 2(1), 107–115. <https://journal.uhamka.ac.id/index.php/ardimas/article/download/7572/2497>
- Sarman, Fauzan, M. R., Rumaf, F., & Akbar, H. (2022). Promosi Kesehatan Dalam Pencegah Penyakit Degeneratif Pada Siswa di SMK Negeri 1 Kotamobagu. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Nusantara (JPkMN)*, 3(1), 225–231.
- Suiraoka, I. (2012). Penyakit Degeneratif: Mengenal, Mencegah dan Mengurangi Faktor Risiko 9 Penyakit Degeneratif (Pertama). Yogyakarta: Nuha Medika.
- Fridalni, N., Guslinda, Minropa, A., Febriyanti, & Sapardi, V. S. (2019). Pengenalan Dini Penyakit Degeneratif. *Jurnal Abdimas Saintika*, 1, 45–50.