

PENINGKATAN KESADARAN KESEHATAN MASYARAKAT MELALUI AKSI DONOR DARAH DAN MEDICAL CHECK UP DI DESA JELEGONG, KUTAWARINGIN

**Kuais Al Korn¹, Muhammad Khairul Waritsin², Putri Livia Aprilianti³, Sella
Apriliani⁴, Wijdan Fauzan Haqiqi⁵**

kuaisalkorny@gmail.com¹, muhammadkhairul698@gmail.com², putriliviaa18@gmail.com³,
aprilianisella587@gmail.com⁴, wijdanfahaqq@gmail.com⁵

**Program Studi Manajemen, Fakultas Ekonomi dan Bisnis, Universitas
Muhammadiyah Bandung¹**

**Program Studi Ilmu Komunikasi, Fakultas Sosial dan Humaniora, Universitas
Muhammadiyah Bandung²**

**Program Studi Psikologi, Fakultas Sosial dan Humaniora, Universitas
Muhammadiyah Bandung³**

**Program Studi Akuntansi, Fakultas Ekonomi dan Bisnis, Universitas
Muhammadiyah Bandung⁴**

**Program Studi Manajemen, Fakultas Ekonomi dan Bisnis, Universitas
Muhammadiyah Bandung⁵**

ABSTRAK

Kesehatan menjadi salah satu Indeks Pembangunan Manusia (IPM) yang mana sebagai tolak ukur yang digunakan dalam melihat kualitas hidup manusia. Salah satu tolak ukur kualitas hidup manusia yaitu berdasarkan status kesehatan Sumber Daya Manusia (SDM). Untuk mencapai kesejahteraan yang lebih tinggi dan kualitas hidup yang lebih baik, kesadaran kesehatan masyarakat perlu ditingkatkan. Dalam rangka memperingati Hari Kemerdekaan ke-78 RI mahasiswa KKN reguler 63 Universitas Muhammadiyah Bandung menyelenggarakan 2 kegiatan yakni donor darah sekaligus medical check-up dan pengobatan gratis. Metode yang digunakan dalam pengabdian masyarakat ini terdapat 3 tahapan yaitu survey, tahap persiapan dan tahap pelaksanaan. Pada tahap pelaksanaan khususnya pada kegiatan medical check-up terdapat 8 kegiatan yaitu pemeriksaan tekanan darah, pemeriksaan tinggi badan, pemeriksaan berat badan, pemeriksaan lingkaran pinggang, pemeriksaan tinggi badan, pemeriksaan glukosa darah, pemeriksaan kolesterol dan pemeriksaan asam urat. Tujuan dari kegiatan ini untuk Meningkatkan pengetahuan dan kepedulian masyarakat Desa Jelegong dan sekitarnya dalam kegiatan aksi donor darah dan Meningkatkan kesadaran memeriksakan kondisi kesehatan secara rutin sehingga dapat mengendalikan faktor risiko penyakit tidak menular (PTM).

Kata Kunci: Kesehatan Masyarakat, Medical Check-Up, Donor Darah.

PENDAHULUAN

Kuliah Kerja Nyata (KKN) merupakan salah satu bentuk kegiatan yang memberikan pengalaman belajar yang nyata kepada mahasiswa untuk hidup ditengah-tengah masyarakat. Kuliah Kerja Nyata (KKN) dijadikan sebagai program pembelajaran kepada mahasiswa serta pengabdian kepada masyarakat. Mahasiswa dapat secara aktif mengikuti setiap kegiatan di masyarakat sehingga dapat mengidentifikasi dan menangani setiap permasalahan yang ada dalam lingkungan masyarakat. KKN dilaksanakan oleh perguruan tinggi dalam upaya meningkatkan kesadaran dan kemampuan mahasiswa serta memberikan

kesempatan kepada mahasiswa mengimplementasikan setiap teori yang didapat selama mengikuti perkuliahan ke dalam setiap kegiatan masyarakat sehingga perguruan tinggi dapat menciptakan sumber daya manusia yang memiliki kesadaran dan daya guna tinggi dalam kehidupan masyarakat (Yanto dkk, 2016:1).

Dalam rangka peringatan Hari Kemerdekaan Republik Indonesia yang ke-78, mahasiswa KKN regular 63 Universitas Muhammadiyah Bandung telah mengadakan kegiatan donor darah dan pemeriksaan kesehatan gratis di Rumah Makan Saung Lalakon pada tanggal 02 September 2023. Kegiatan ini merupakan salah satu upaya untuk mengedukasi seluruh masyarakat, terutama di Desa Jelegong dan Kecamatan Kutawaringin, tentang pentingnya rutin mendonorkan darah dan menjalani pemeriksaan kesehatan secara berkala untuk mencegah penyakit tidak menular.

Penyakit tidak menular (PTM) merupakan penyebab utama kematian di seluruh dunia, meskipun tidak menular antar individu atau dari hewan ke manusia. Faktor-faktor risiko yang kurang terkontrol dapat meningkatkan insiden PTM setiap tahun. Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2007, 2013, dan 2018 menunjukkan peningkatan prevalensi PTM seperti diabetes, hipertensi, stroke, dan asam urat di Indonesia (Kemenkes RI, 2020).

Banyak faktor seperti gaya hidup tidak sehat, merokok, kurangnya aktivitas fisik, dan stres yang berkontribusi pada peningkatan kasus PTM ini (Kuna, 2021). Oleh karena itu, screening kesehatan seperti pemeriksaan tekanan darah, kolesterol, asam urat, dan gula darah sangat penting dalam mengidentifikasi masalah kesehatan secara dini dan mendorong perubahan gaya hidup yang lebih sehat. Donor darah adalah proses pengambilan darah dalam jumlah tertentu dari seorang donor yang sehat untuk kepentingan transfusi darah bagi yang membutuhkan.

Pendonor harus dalam keadaan sehat, tidak kecanduan alkohol atau obat-obatan, serta bebas dari riwayat penyakit berbahaya (Sri Rahayu, 2018). Volume darah manusia sekitar 6-8% dari berat tubuh dan terdiri dari plasma darah (55%) dan eritrosit (45%) (Irianto, 2004 yang dikutip oleh Budiningsih, 2011). Donor darah rutin memiliki manfaat yang signifikan, seperti mengurangi risiko penyakit jantung, membakar kalori, menurunkan risiko kanker, meningkatkan produksi darah, memperbaiki kesehatan mental, menjadi bagian dari pemeriksaan kesehatan, mempromosikan penuaan yang sehat, dan menurunkan tingkat kolesterol (Aditya EP, 2014).

Kegiatan ini, yang merupakan bagian dari pengabdian kepada masyarakat bertujuan untuk meningkatkan kesadaran masyarakat tentang pentingnya pemeriksaan kesehatan rutin dan donor darah sebagai upaya pencegahan penyakit tidak menular sejak dini.

METODOLOGI

Program ini dilaksanakan di kawasan Rumah Makan Saung Lalakon, Jelegong, Kutawaringin dengan sasaran masyarakat Desa Jelegong dan sekitarnya, tenaga pendidik dan kamtibmas. Kegiatan ini bertujuan untuk mengetahui status kesehatan masyarakat di Desa Jelegong, sehingga diharapkan masyarakat memiliki kesadaran tentang status kesehatannya kemudian dapat diberikan penanganan lebih lanjut terkait kondisi kesehatan tersebut.

Dalam pelaksanaannya, Populasi dan Sampel aksi donor darah sebanyak 12 labu darah dari 22 pendonor dengan kuota yang disediakan 40 pendonor, sedangkan untuk Medical

Check Up (MCU) sebanyak 90 orang dari 100 kuota yang telah disediakan.

Tahapan kegiatan pada program ini ada tiga tahapan kegiatan yaitu:

1. Tahapan Survey

Pada tahapan ini dilakukan survey tempat yang akan digunakan untuk kegiatan pengabdian masyarakat melalui koordinasi dan sosialisasi dengan Founder Rumah Makan Saung Lalakon terkait pelaksanaan Donor Darah dan Medical Check Up (MCU), lokasi yang disepakati adalah seluruh kawasan Rumah Makan Saung Lalakon. Selanjutnya Koordinasi seputar kerjasama kegiatan dan penanggalan waktu pelaksanaan dengan pihak PMI Kota Bandung dan Puskesmas Kecamatan Kutawaringin terkait akan diadakannya aksi Donor Darah dan Medical Check Up (MCU). Setelah didapatkan tanggal yang tepat selanjutnya sosialisasi ke Desa Jelegong dan koordinasi dengan kader kesehatan, serta sosialisasi kepada target sasaran yakni masyarakat Desa Jelegong, tenaga pendidik dan kamtibmas mengenai adanya aksi Donor Darah dan Medical Check Up (MCU).

2. Tahapan Persiapan

Tahapan persiapan dilakukan dengan mempersiapkan berbagai alat pemeriksaan kesehatan seperti tensimeter, kit pemeriksaan gula darah, kolesterol, asam urat, timbangan, pengukur tinggi badan, meteran pita, dan juga obat-obatan. Selain itu, persiapan administrasi, termasuk formulir pendaftaran, lembaran pertanyaan kesehatan, dan penataan kursi dan meja yang bertujuan untuk menjaga keteraturan pasien dan mematuhi protokol kesehatan.

3. Tahapan Pelaksanaan

Kegiatan tersebut dilaksanakan pada hari Jumat, 01 September 2023. Tahap pelaksanaan kegiatan dibagi menjadi 2, yaitu :

a. Medical Check Up (MCU)

- Peserta yang datang diminta untuk mendaftar dengan mengisi formulir pendaftaran.
- Peserta menjalani pemeriksaan awal. Ini termasuk pemeriksaan tekanan darah, pemeriksaan tinggi badan, pemeriksaan berat badan, pemeriksaan lingkaran pinggang, pemeriksaan tinggi badan, pemeriksaan glukosa darah, pemeriksaan kolesterol dan pemeriksaan asam urat.
- Jika hasil dari pemeriksaan tinggi, maka peserta diberikan kesempatan untuk berkonsultasi dengan tim medis dari Puskesmas Kutawaringin dan akan diberikan obat serta edukasi Kesehatan tentang pentingnya menjaga gaya hidup sehat.

b. Donor Darah

- Peserta yang datang diminta untuk mendaftar dengan mengisi formulir pendaftaran.
- Peserta yang memenuhi syarat dan bersedia untuk mendonorkan darahnya akan diarahkan ke area donor darah.
- Setelah donor darah, peserta akan diberi istirahat dan mendapatkan makanan ringan serta minuman.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan aksi Donor Darah dan Medical Check Up (MCU) di Desa Jelegong yang telah dilaksanakan di kawasan Rumah Makan Saung Lalakon pada hari Jumat, 01

September 2023, pukul 08.00 s/d

Tabel 1. Hasil Aksi Donor Darah
Total calon pendonor adalah 22 pendonor.

Karakteristik	Jumlah (n)	Hasil (%)
Jenis Kelamin		
Laki-Laki	7	32%
Perempuan	15	68%
Usia		
20-35 Tahun	11	50%
36-55 Tahun	9	41%
>56 Tahun	2	9%

Tabel 2. Hasil Medical Check Up
Pemeriksaan MCU diikuti sebanyak 90 orang.

Karakteristik	Jumlah (n)	Hasil (%)
Jenis Kelamin		
Laki-Laki	20	22%
Perempuan	70	78%
Usia		
20-35 Tahun	29	32%
36-55 Tahun	43	48%
>56 Tahun	18	20%

Karakteristik	Jumlah(n)	Hasil (%)
Tekanan Darah		
90-120 mmHg	36	40%
>120 mmHg	54	60%

Gula Darah Sewaktu		
<100-125 mg/dL	67	74%
>125 mg/dL	23	26%
Kolesterol		
<200 mg/dL	85	94%
>210 mg/dL	5	6%
Asam Urat		
3-7 mg/dL	83	92%
>7 mg/dL	7	8%

Persiapan Program Donor Darah dan Medical Check Up ini berlangsung selama beberapa hari, berikut timeline kegiatan program donor darah dan medical check up:

Waktu	Kegiatan
Sabtu, 12-08-2023	Permohonan kerjasama dengan Puskesmas Kutawaringin
Rabu, 16 Agustus 2023	Permohonan kerjasama dengan PMI Kota Bandung
Senin, 22 Agustus 23	Fiksasi tanggal kegiatan MCU dan donor darah dengan Puskesmas Kutawaringin
Senin, 28 Agustus 2023	Persiapan dan pembelian alat kesehatan
Selasa, 29 Agustus 2023	Penyebaran surat undangan MCU dan donor darah
Rabu, 30 Agustus 2023	Koordinasi kegiatan dengan Puskesmas Kutawaringin dan owner Saung Lalakon
Kamis, 31 Agustus 2023	Persiapan tempat

Jumat, 01 September 2023	Pelaksanaan Kegiatan
-----------------------------	----------------------

Pemeriksaan tekanan darah, didapatkan hasil bahwa 36 orang dengan rentang tekanan darah 90- 120 mmHg dan 54 orang dengan tekanan darah >120 mmHg. Hal ini menunjukkan bahwa warga yang menjadi peserta Medical Check Up (MCU), mengalami hipertensi memiliki persentase 60%. Dan setelah dikonfirmasi pada sesi konsultasi, peserta menyatakan bahwa gemar mengonsumsi makanan cepat saji, dimana makanan cepat saji ini lebih banyak mengandung garam dan lemak jenuh. Selain dari faktor pola makan, faktor genetik, gaya hidup dan faktor usia juga berpengaruh.

Pemeriksaan kadar glukosa darah sewaktu yang dilakukan 90 peserta, terdapat 67 orang dengan rentang hasil glukosa darah puasa 100-125 mmHg dan 23 orang dengan hasil glukosa darah puasa >126 mg/dL. Data tersebut menunjukkan bahwa terjadinya hiperglikemia dengan persentase 26%. Pada saat sesi konsultasi, peserta menyatakan bahwa jarang melakukan aktivitas fisik seperti olahraga secara rutin. Melalui aktivitas fisik dapat menurunkan kadar glukosa darah dengan meningkatkan pengambilan glukosa oleh otot, dan memperbaiki kerja insulin (Melesie Taye et al., 2020; Anhar, Abida, Kurniawan, 2022).

Pemeriksaan kadar kolesterol yang dilakukan 90 peserta, terdapat 85 orang dengan hasil kolesterol <200 mg/dL dan 5 orang dengan hasil kolesterol >210 mg/dL. Data tersebut menunjukkan bahwa terjadinya hiperkolesterolemia dengan persentase 6%. Pada sesi konsultasi peserta menyatakan bahwa sering mengonsumsi makanan tinggi lemak seperti jeroan, sarden dan gorengan, serta tidak melakukan pemeriksaan sama sekali.

Pada hasil pemeriksaan asam urat yang dilakukan pada peserta didapatkan hasil bahwa 83 orang dengan rentang kadar asam urat 3-7 mg/dL dan 7 orang dengan kadar asam urat >7,1 mg/dL. Hal ini menunjukkan bahwa peserta yang mengalami hiperurisemia sebanyak 8%. Beberapa peserta dikonfirmasi saat sesi konsultasi menyampaikan bahwa sering merasakan nyeri pada bagian persendian tangan maupun kaki namun diabaikan begitu saja. Rasa nyeri pada bagian tersebut merupakan salah satu gejala yang khas dari adanya peningkatan kadar asam urat (Sustrani et al., 2006; Sukmana, Hardani and Irawansyah, 2020). Sering mengonsumsi makanan dengan kadar purin tinggi dapat meningkatkan kadar asam urat, seperti jeroan dan kacang-kacangan dan juga kurangnya aktivitas fisik (Maelaningsih, Sari and Juwita, 2020; Anhar, Abida, Kurniawan, 2022).

Aksi donor darah dan pemeriksaan MCU guna meningkatkan kesadaran kesehatan pada masyarakat Desa Jelegong, Kutawaringin dapat dinyatakan berhasil dengan melihat banyaknya masyarakat yang melakukan pemeriksaan kesehatan. Kegiatan seperti ini sering dilaksanakan di Desa Jelegong hanya saja tidak berikut dengan pengobatan, sehingga masyarakat menyatakan bahwa kegiatan semacam ini dilakukan secara rutin agar masyarakat mendapatkan pengobatan ketika tidak mampu membeli obat. Melalui kegiatan ini yang seperti demikian diharapkan dapat meningkatkan kesadaran masyarakat untuk lebih memperhatikan kesehatan pribadi dan rutin melakukan pemeriksaan kesehatan baik secara pribadi maupun ke fasilitas kesehatan terdekat. Hal ini bertujuan supaya bisa dapat dilakukan penanganan secara tepat oleh dokter.

Selanjutnya, kegiatan berakhir dengan pemberian obat serta edukasi kesehatan tentang pentingnya menjaga gaya hidup sehat, serta melakukan penutupan dan foto bersama dengan semua pihak yang terkait.

KESIMPULAN

Berdasarkan pelaksanaan kegiatan donor darah yang diikuti oleh 22 pendonor dan medical check up sebanyak 90 orang masyarakat mulai menyadari untuk lebih memperhatikan kualitas kesehatan pribadi melalui pemeriksaan kesehatan rutin. Dari hasil kegiatan diketahui bahwa pemeriksaan tekanan darah, didapatkan hasil bahwa 36 orang yang menjadi peserta Medical Check Up (MCU), mengalami hipertensi memiliki persentase 60%. Pemeriksaan kadar glukosa darah terdapat 67 orang dengan rentang hasil glukosa darah puasa 100-125 mmHg dan 23 orang dengan hasil glukosa darah puasa >126 mg/dL menunjukkan bahwa terjadinya hiperglikemia dengan persentase 26%. Pemeriksaan kadar kolesterol terdapat 85 orang dengan hasil kolesterol <200 mg/dL dan 5 orang dengan hasil kolesterol >210 mg/dL menunjukkan bahwa terjadinya hiperkolesterolemia dengan persentase 6%. Pemeriksaan asam urat didapatkan hasil bahwa 83 orang dengan rentang kadar asam urat 3-7 mg/dL dan 7 orang dengan kadar asam urat >7,1 mg/dL menunjukkan bahwa peserta yang mengalami hiperurisemia sebanyak 8%. Melalui kegiatan ini diharapkan dapat meningkatkan kesadaran masyarakat untuk lebih memperhatikan kesehatan pribadi dan rutin melakukan pemeriksaan kesehatan baik secara pribadi maupun ke fasilitas kesehatan terdekat.

DAFTAR PUSTAKA

- Aditya Eka P (2014). 8 Manfaat Rutin Donor Darah. Kementerian ATR/BPN Republik Indonesia
- Anhar C A, dkk. (2022). PELAKSANAAN MEDICAL CHECK UP SEDERHANA PADA WARGA RW 06, JATIWARNA, PONDOK MELATI, BEKASI. Jurnal Pengabdian Masyarakat Fisioterapi dan Kesehatan Indonesia, Vol. 01(02).
- Budiningsih, A. 2011. Gambaran faktor-faktor yang mempengaruhi motivasi pendonor sukarela untuk mendonorkan darah di UTD-PMI Kota Medan tahun 2010. Skripsi.FKM USU, Medan.
- Irianto, K. (2004). Struktur dan fungsi tubuh manusia untuk paramedis. Yrama Widya, Bandung.
- Kementerian Kesehatan RI (2020). Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2019. Pusat dan Informasi Kemenkes; Jakarta
- Kementerian Kesehatan RI (2021). Rencana Strategi Kementerian Kesehatan Tahun 2015-2020. Pusat Penelitian dan Pengembangan Kemenkes; Jakarta.
- Kuna, M.R. (2021). Pemanfaatan Buah Nanas (*Ananas comosus* L.) Sebagai Antioksidan Untuk Meningkatkan Imunitas Tubuh di Era Pandemi Covid 19.
- Sukmana D J, dkk. (2020). Pemeriksaan Kesehatan Gratis sebagai Upaya Peningkatan Kesadaran Masyarakat terhadap Deteksi Dini Penyakit Tidak Menular. Indonesian Journal of Community Services, Vol.02 (01).