

PEMERIKSAAN KESEHATAN GURU DAN SISWA DI SMK MUHAMMADIYAH NGAWEN GUNUNGKIDUL

Ichsan Luqmana Indra Putra¹⁾, Sri Wijayanti Wulandari¹⁾, Nurul Putrie Utami²⁾

¹ Fakultas Sains dan Teknologi Terapan, Universitas Ahmad Dahlan

² Fakultas Ekonomi dan Bisnis, Universitas Ahmad Dahlan

E-mail: ichsan.luqmana@bio.uad.ac.id

ABSTRACT

Gunungkidul is a district in Yogyakarta that has a low level of nutritional adequacy. Many cases of malnutrition occurred in several sub-districts in Gunungkidul. The low number of malnutrition is exacerbated by the high level of anemia sufferers in Gunungkidul, one of which is in Ngawen District. This activity aims to provide socialization and nutrition checks to students and teachers of Muhammadiyah Vocational Schools in Ngawen. Activities carried out for 3 consecutive days. The activity began with a socialization on the adequacy of nutrition and anemia, both in terms of explanation or how to overcome. The activity then continued with a health check for teachers and students. Health checks that were carried out include the examinations of TB (height), weight (body weight), HB (hemoglobin), blood pressure, uric acid level and glucose level. For students, TB, BB, HB and blood pressure checks were conducted, while for teachers all examinations were carried out. BMT measurements showed that 36.8% of the teachers are normal, 10.5% underweight, 31.7% overweight, and 21% obese. Measurement of blood pressure showed that 52.5% of the teachers have high blood pressure. Meanwhile, on the uric acid measurement, it showed that 21% of the teachers have high level of uric acid. However, only 1 teacher indicated high glucose level. The conclusions of this activity are the health of the teachers needs to be better considered. This is because only 36.8% of teachers have a normal BMI. In addition, more than half (52.6%) of teachers have high blood pressure. Examination of the students shows that the health quality of students needs to be improved. In addition, normal female HB levels are less than half, which is only 42.9%.

Keywords: Blood pressure, HB; Health; Ngawen; Nutrition

PENDAHULUAN

Gunungkidul merupakan salah satu daerah di Yogyakarta yang mengalami permasalahan dengan gizi dan kesehatan (dinas kesehatan provinsi DIY, 2017). Tercatat tahun 2017 Gunungkidul menjadi salah satu

provinsi di Yogyakarta yang mengalami kejadian gizi buruk (dinas kesehatan provinsi DIY, 2017). Salah satu penyebab rendahnya angka gizi yang terjadi di Gunungkidul adalah banyaknya penderita anemia di daerah tersebut, salah satunya di Kecamatan Ngawen.

Beberapa tindakan sudah pernah dilakukan seperti adanya pengecekan kesehatan rutin dari Puskesmas kepada masyarakat. Akan tetapi pengecekan tersebut dilakukan di tiap desa saja. Belum adanya pengecekan yang dilakukan di tempat pembelajaran, misalnya sekolahan, dapat menjadi faktor penambah kejadian bertambahnya angka penurunan kesehatan.

Pengecekan kesehatan di sekolah perlu dilakukan berkaitan dengan tren hidup dan aktivitas yang dilakukan oleh guru dan murid pada sekolah tersebut. Tren dewasa ini cenderung kepada tren yang mengharuskan murid, baik laki-laki atau perempuan, untuk memiliki tubuh yang ideal (Batubara, 2010). Dikarenakan ingin memiliki tubuh yang ideal, kebanyakan murid akan membatasi makanan yang masuk ke dalam tubuhnya (Batubara, 2010). Hal ini yang mendorong tim kami untuk melakukan kegiatan pemeriksaan kesehatan kepada guru dan murid di SMK Muhammadiyah Ngawen Gunungkidul untuk melihat tingkat kesehatan dari guru dan murid di SMK tersebut.

MASALAH, TARGET DAN LUARAN

Kekurangan gizi menjadi salah satu momok yang belum terpecahkan di daerah Gunungkidul. Hal ini didorong dengan tren

dewasa ini yang mengharuskan remaja, baik laki-laki atau perempuan, untuk dapat memiliki tubuh yang ideal. Hal ini mendorong instansi kesehatan, baik Puskesmas atau yang lain, untuk dapat memberikan pelayanan ekstra kepada masyarakat, terutama hal yang berkaitan dengan gizi. Baik itu berupa konsultasi ataupun pengecekan berkala. Kegiatan ini bertujuan untuk memberikan pemahaman kepada masyarakat, khususnya guru dan murid di SMK Muhammadiyah Ngawen tentang arti pentingnya kecukupan gizi. Selain itu, kegiatan ini juga menjadi sarana dalam pengecekan berkala kesehatan guru dan siswa yang berada di SMK Muhammadiyah Ngawen, Gunungkidul. Luaran dari kegiatan ini adalah terpantaunya kesehatan guru dan siswa di SMK Muhammadiyah Ngawen.

METODE PELAKSANAAN

Kegiatan ini dilaksanakan dengan 2 metode, yaitu sosialisasi dan layanan kesehatan bagi guru dan murid.

A. Sosialisasi Kesehatan

Sosialisasi dilaksanakan di kelas terhadap murid kelas XI SMK Muhammadiyah Ngawen. Sosialisasi dilaksanakan 2 hari dengan durasi masing-masing selama 150 menit.

Materi sosialisasi yang diberikan diantaranya berupa pengertian gizi, kecukupan gizi, pentingnya gizi seimbang, akibat kekurangan gizi dan cara penanggulangannya. Sosialisasi dilakukan dengan cara ceramah dan diakhiri dengan diskusi dan tanya jawab selama 30 menit.

B. Layanan Kesehatan

Pelayanan kesehatan dilakukan dengan pengecekan langsung tinggi badan (TB), berat badan (BB), tekanan darah, asam urat, kolesterol dan kandungan glukosa. Pengecekan kesehatan dilakukan dengan menggunakan peralatan kesehatan. Objek yang digunakan pada alat kesehatan ini berupa darah, baik dari guru ataupun murid. Darah diambil dari ujung jari dengan cara menusukkan jarum dan kemudian ditekan-tekan sehingga darah keluar. Setelah darah keluar, kemudian ditempelkan kepada indikator yang terdapat pada alat untuk dibaca hasil dari pemeriksaan tersebut.

HASIL PEMBAHASAN

Hasil yang didapatkan menunjukkan dari semua guru yang dilakukan pengecekan kesehatan, menunjukkan hasil ideal.

Pemeriksaan dilakukan dengan cara pelayanan langsung dan guru mengikuti kegiatan tersebut dengan senang hati dikarenakan belum pernah ada pengecekan kesehatan langsung dari Puskesmas di lingkungan sekolah (Gambar 1)



Gambar 1.
Layanan kesehatan kepada guru SMK Muhammadiyah Ngawen

Animo kegiatan pemeriksaan terhadap guru sangat besar, hal ini dapat dilihat dari antrian guru dalam kegiatan pemeriksaan yang dilakukan (Gambar 2).



Gambar 2.
Antrian pemeriksaan kesehatan guru SMK Muhammadiyah Ngawen

Pemeriksaan kesehatan ini diikuti oleh 33 peserta yang terdiri dari 19 guru dan 14 siswa (Tabel 1). Pemeriksaan kesehatan meliputi pemeriksaan Indeks Massa Tubuh (IMT), tekanan darah, kadar glukosa sewaktu, asam urat, dan kadar hemoglobin. Pemeriksaan hemoglobin hanya dilakukan pada siswi sebagai salah satu indikator status gizi.

Tabel 1. Hasil Pemeriksaan Kesehatan Guru SMK Muhammadiyah Ngawen, Gunungkidul

Nomor Urut Peserta	Jenis Kelamin	Usia (Tahun)	Indeks Massa Tubuh (IMT)	Tekanan Darah	Kadar Glukosa	Asam Urat
1	P	40	25.4	118/77	90	5.6
2	P	31	18.1	109/88	84	5.6
3	P	31	19.2	103/63	106	3
4	P	33	23.3	117/78	95	6
5	P	32	19.8	103/73	76	3.9
6	P	26	24.1	110/82	101	4.5
7	L	29	34.7	121/73	74	8.3
8	L	45	27.1	128/80	90	8.8
9	L	35	21.1	121/93	83	5
10	P	24	24.9	113/79	84	5
11	P	24	18.1	89/61	81	4.7
12	L	38	28.8	130/79	153	5.6
13	L	26	37.9	130/79	102	4.7
14	P	28	27.4	98/62	92	3.1
15	L	26	34.9	130/86	108	5.6
16	L	38	28.0	136/99	88	9.4
17	L	39	23.5	141/82	101	5.3
18	L	48	25.8	124/85	71	5.7
19	P	51	32.9	140/88	109	7.2

Berdasarkan tabel di atas, dapat diketahui bahwa terdapat 7 peserta dengan IMT normal (18.5 – 24.9), yaitu peserta nomor 3, 4, 5, 6, 9, 10, dan 17. Peserta dengan kategori IMT *underweight* (IMT < 18.5) berjumlah 2 orang, yaitu peserta nomor 2 dan 10. Peserta dengan

IMT yang dikategorikan sebagai *overweight* (berat badan berlebih) (IMT 25.0 - 29.9) berjumlah 6 orang, yaitu peserta nomor 1, 8, 12, 14, 16, dan 18. Sementara itu, 4 peserta dikategorikan sebagai *obese* (IMT \geq 30), yaitu peserta nomor 7, 13, 15, dan 19. Pada pemeriksaan tekanan darah, terdapat 9 peserta (47.4%) dengan tekanan darah normal, yaitu kurang dari 120/80 mmHg, sedangkan 10 peserta (52.6%) lain memiliki tekanan darah

tinggi, yaitu di atas 120/80 mmHg (Gambar 3). Pemeriksaan kadar glukosa darah sewaktu menunjukkan hanya 1 peserta dengan kadar yang tinggi, yaitu 153 mg/dL (peserta nomor 12). Kadar asam urat normal laki-laki dewasa adalah 3.4 – 7.0 mg/dL, sedangkan untuk perempuan dewasa adalah 2.4 – 6.0 mg/dL. Berdasarkan hal tersebut, maka terdapat 4 peserta (21%) dengan kadar asam urat tinggi, yaitu peserta nomor 7, 8, 16, dan 19.



Gambar 3.
Persentase Hasil Pemeriksaan Indeks Massa Tubuh (IMT) Guru SMK Muhammadiyah Ngawen

Dapat diketahui bahwa terdapat 5 peserta dengan IMT normal (18.5 – 24.9), yaitu peserta nomor 1, 2, 4, 9, dan 14 (Tabel 2). Pada kategori *underweight* (IMT < 18.5)

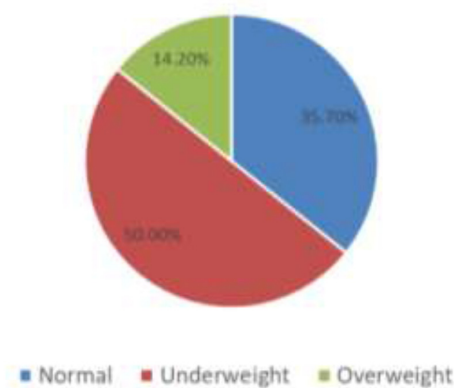
terdapat 7 peserta, yaitu nomor 3, 5, 6, 7, 10, 11, dan 13. Pada kategori *overweight* (IMT 25.0 - 29.9) terdapat 2 peserta, yaitu peserta nomor 8 dan 12.

Tabel 2. Hasil Pemeriksaan Kesehatan Siswi SMK Muhammadiyah Ngawen, Gunungkidul

Nomor Urut Peserta	Jenis Kelamin	Usia (Tahun)	Indeks Massa Tubuh (IMT)	Tekanan Darah	Kadar Hemoglobin (Hb)
1	P	17	20.5	132/83	15.4
2	P	17	20.5	118/76	8.8
3	P	17	17.6	87/55	13.4
4	P	17	20.1	108/79	16.9
5	P	17	17.8	91/65	15.1
6	P	17	17.9	103/71	10.3
7	P	17	16.3	100/76	11.7
8	P	17	25.5	100/75	14.7
9	P	17	20.1	102.69	13.7
10	P	17	17.7	108/75	15.5
11	P	17	16.1	89/69	12.1
12	P	17	28.9	129/100	15.1
13	P	17	17.8	109/79	11.8
14	P	17	21.1	110/81	12.9

Pemeriksaan tekanan darah pada siswi SMK Muhammadiyah Ngawen menunjukkan bahwa 10 siswi (71.4%) mempunyai tekanan darah normal, 2 siswi (14.3%) mempunyai tekanan darah tinggi, dan 2 siswi (14.3%) mempunyai tekanan darah rendah (Gambar

4). Kadar hemoglobin (Hb) normal pada wanita adalah 12.1 – 15.1 g/dL. Berdasarkan hal tersebut, maka terdapat 6 siswi (42.9%) dengan kadar Hb normal, 5 siswi (35.7%) dengan kadar Hb rendah, dan 3 siswi (21.4%) dengan kadar Hb tinggi.



Gambar 4. Persentase Hasil Pemeriksaan Indeks Massa Tubuh (IMT) Siswi SMK Muhammadiyah Ngawen

Tidak semua hasil pemeriksaan kesehatan menunjukkan hasil yang ideal, akan tetapi sebagian besar masih tergolong memiliki tingkat kesehatan yang baik. Perbedaan hasil pemeriksaan ini dapat dikarenakan perbedaan gaya hidup dari masing-masing guru tersebut. Perbedaan gaya hidup akan memengaruhi perbedaan asupan gizi yang masuk ke dalam tubuh (Siregar, 2015). Selain itu, tingkat pendidikan dan kebiasaan hidup juga akan memengaruhi tingkat kesehatan pada suatu individu (Suharjana, 2012). Selain itu, menurut penelitian dari Syamsurijal (2008), mengatakan bahwa semakin sehat individu dan lingkungan pada suatu daerah akan dapat membantu meningkatkan pendapatan perkapita daerah tersebut.

Layanan kesehatan lain yang dilakukan adalah layanan kesehatan pada murid (Gambar 5). Layanan yang diberikan terutama adalah pengecekan kadar HB. Hal ini dikarenakan masih tingginya tingkat anemia di daerah Gunungkidul.



Gambar 5.

Layanan kesehatan kepada murid SMK Muhammadiyah Ngawen

Hasil pemeriksaan menunjukkan bahwa sebagian besar murid yang diperiksa menunjukkan hasil yang normal. Hal ini mungkin dikarenakan para murid di SMK ini sudah mendapatkan sosialisasi yang dilakukan pada hari pertama, sehingga mereka sudah menerapkan pola hidup dengan kecukupan gizi. Padahal pada usia remaja, wanita terutama, ingin memiliki tubuh yang ideal, sehingga akan membatasi asupan makanan yang masuk ke dalam tubuhnya (Permaesih, 2005). Selain itu, remaja wanita punya kecenderungan untuk malas makan, terutama sarapan, dan lebih banyak mengonsumsi junk food (Suryani, Hafiani and Junita, 2017). Selain itu, siklus menstruasi wanita juga dapat memengaruhi kejadian anemia (Kristianti and Wibowo, 2013; Hasyim, 2018). Akan tetapi pada waktu pemeriksaan sebagian besar murid wanita menunjukkan hasil yang normal. Hal ini mungkin dikarenakan pada saat pemeriksaan murid wanita di SMK Muhammadiyah Ngawen sedang tidak masuk dalam masa menstruasi. Selain itu, tingkat pendidikan juga berpengaruh terhadap kejadian anemia pada remaja wanita. Hal ini dikarenakan semakin tinggi pendidikan, maka akan dapat memengaruhi asupan dan pola pemikiran dari individu tersebut (Agustina, Laksono and Indriyanti, 2017;

Suryani, Hafiani and Junita, 2017). Hasil yang didapatkan menunjukkan bahwa luaran atau target dari kegiatan ini telah tercapai, yaitu adanya monitoring kesehatan dari guru dan siswa di SMK Muhammadiyah Ngawen. Kendala yang dihadapi selama pemeriksaan adalah, penyelenggaraan yang bertepatan dengan Masa Orientasi Sekolah, sehingga tidak semua siswa baru dapat dimonitoring kesehatannya.

Metode yang digunakan adalah metode sosialisasi dan pengecekan langsung. Keunggulan dari metode ini adalah siswa diberi pemahaman terlebih dahulu sebelum dilakukan pengecekan kesehatan, sehingga banyak siswa yang tadinya takut untuk dicek kesehatannya menjadi tidak takut. Sosialisasi yang dilakukan juga tidak digabung dalam satu ruangan besar, akan tetapi dibagi per kelas masing-masing. Hal ini membuat kedekatan antara pembawa materi dan siswa menjadi lebih terasa karena jumlah siswa yang dihadapi tidak banyak. Sedangkan kelemahan dari metode ini, sosialisasi yang dilakukan tidak secara intensif, sehingga kebanyakan siswa hanya mendengarkan pada bagian awalnya saja atau hanya pada bagian yang mereka senangi saja. Untuk bagian yang lain terkesan tidak mendengarkan.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan dari kegiatan ini adalah kesehatan guru SMK Muhammadiyah perlu diperhatikan dengan lebih baik lagi. Hal ini disebabkan karena hanya 36.8% guru memiliki IMT normal. Selain itu, lebih dari separuh (52.6%) guru memiliki tekanan darah tinggi. Pemeriksaan pada siswi SMK Muhammadiyah Ngawen menunjukkan bahwa kualitas kesehatan siswi perlu ditingkatkan mengingat bahwa 50% siswi termasuk dalam kategori *underweight*. Selain itu, kadar Hb siswi normal kurang dari separuh, yaitu hanya sebesar 42.9%.

Saran yang dapat diberikan untuk kegiatan pengabdian selanjutnya adalah perlu adanya kegiatan pengecekan kesehatan secara rutin sehingga hasil yang sudah didapat dan kesehatan yang sudah tercipta dapat dijaga dan dikontrol sehingga dapat membantu menurunkan angka gizi buruk di Gunungkidul.

DAFTAR PUSTAKA

- Agustina, E. E., Laksono, B. and Indriyanti, D. R. (2017) ‘Determinan Risiko Kejadian Anemia pada Remaja Putri Berdasarkan Jenjang Pendidikan di Kabupaten Kebumen’, *Public Health Perspective Journal*, 2(1), pp. 26–33.
- Batubara, R. J. (2010) ‘Adolescent Development Artikel Asli (Perkembangan Remaja)’, *Sari Pediatri*, 12(1), pp. 21–29.
- dinas kesehatan provinsi DIY (2017) ‘Profil Kesehatan Dinas Kesehatan Provinsi Di Yogyakarta Tahun 2017’.
- Hasyim, D. I. (2018) ‘aktivitas fisik dengan kejadian anemia pada remaja putri Relationships of knowledge , socio-economic , diet , menstruation cycle , nutritional status and physical activity with anemia in young women’, 14(1), pp. 6–14.
- Kristianti, S. and Wibowo, T. A. (2013) ‘Hubungan Anemia dengan Siklus Menstruasi pada Remaja Putri di SMA Negeri 1 Imogiri, Bantul, Yogyakarta’, *Jurnal Studi Pemuda*, 3(1), pp. 33–38.
- Permaesih, D. dkk (2005) ‘Faktor-faktor yang mempengaruhi anemia pada remaja’, *Buletin Penelitian Kesehatan*, 33(4), pp. 162–171.
- Siregar, E. I. S. (2015) ‘Pengaruh gaya hidup terhadap status gizi pegawai Direktorat Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Medan’, p. 16.
- Suharjana (2012) ‘Kebiasaan Berperilaku Hidup Sehat dan Nilai-Nilai Pendidikan Karakter’, *Jurnal Pendidikan Karakter*, (2), pp. 189–201.
- Suryani, D., Hafiani, R. and Junita, R. (2017) ‘Analisis Pola Makan Dan Anemia Gizi Besi Pada Remaja Putri Kota Bengkulu’, *Jurnal Kesehatan Masyarakat Andalas*, 10(1), p. 11. doi: 10.24893/jkma.10.1.11-18.2015.
- Syamsurijal (2008) ‘Pengaruh Tingkat Kesehatan dan Pendidikan Terhadap Tingkat Pertumbuhan Pendapatan Perkapita di Sumatera Selatan’, *Jurnal Ekonomi Pembangunan*, 6, pp. 1–9.