

**PELATIHAN PEMERIKSAAN KADAR ASAM URAT
DAN GULA DARAH PADA PENGURUS POKJA KESEHATAN
GREJA KRISTEN JAWI WETAN (GKJW) JEMAAT JAMBANGAN SURABAYA**

Fitalia Dwi Christanty*, Muhammad Khusnaini**,
Yeni Kartika Sari***, Erika Untari Dewi****
untarierika@yahoo.co.id

RINGKASAN

Beberapa gangguan yang sering terjadi pada lansia adalah peningkatan kadar asam urat dalam darah sehingga sering menimbulkan keluhan nyeri sendi demikian juga dengan peningkatan kadar gula darah. Beberapa gangguan ini sering terkait dengan pola hidup yang tidak sehat, contohnya kurangnya kedisiplinan dalam menjaga makanan dan minuman yang sehat, kurangnya aktifitas atau olah raga. Di dalam Gereja Kristen Jawi Wetan mempunyai jemaat yang tergolong usia lansia cukup banyak dan di dalam gereja ini tersebut sebagai kelompok “Adi Yuswa”, dalam kelompok ini sering mengalami keluhan - keluhan mengenai kesehatan terutama terkait dengan peningkatan kadar asam urat yaitu nyeri sendi dan meningkatnya kadar gula darah. Di Gereja Kristen Jawi Wetan juga terbentuk Pokja atau kelompok kerja kesehatan yang beranggotakan jemaat yang mempunyai kepedulian terhadap masalah-masalah kesehatan. Pokja kesehatan ini mempunyai berbagai kegiatan yang bertujuan untuk meningkatkan derajat kesehatan para jemaat gereja dan masyarakat di sekitar wilayah gereja. Apabila gereja membutuhkan pengetahuan mengenai kesehatan biasanya bekerja sama dengan institusi kesehatan untuk mendapatkan pembicara terkait dengan topik kesehatan yang diinginkan. Berkaitan dengan masalah-masalah kesehatan yang sering dirasakan oleh jemaat gereja dan masyarakat disekitar gereja yaitu meningkatnya kadar asam urat dalam darah dan peningkatan kadar glukosa darah maka kami sebagai mahasiswa di pendidikan kesehatan bermaksud untuk memberikan pelatihan kepada pengurus pokja kesehatan di gereja Kristen Jawi Wetan agar pengurus pokja kesehatan bisa melakukan secara mandiri pemeriksaan kadar asam urat dan gula darah sehingga dapat memberikan hasil pemeriksaan yang benar dan akurat. Pelaksanaan pemeriksaan kadar asam urat dan gula darah yang benar akan berdampak pada hasil pemeriksaan yang akurat dan hasil ini digunakan sebagai rujukan bahwa warga jemaat maupun masyarakat sekitar dapat menjaga pola hidup yang sehat sehingga kadar asam urat maupun gula darah dapat terjaga. Sehingga dengan pelatihan ini hasil luaran yang diharapkan adalah kemandirian masyarakat dalam mengenal secara dini masalah kesehatan yang terjadi sehingga berdampak meningkatnya kemampuan masyarakat dalam meningkatkan derajat kesehatannya. Pelatihan ini dilakukan dengan diberikan materi melalui proses pembelajaran orang dewasa dengan memperhatikan komunikasi sehingga tujuan pelatihan ini dapat tercapai.

Pendahuluan

Di dalam Gereja Kristen Jawi Wetan mempunyai jemaat yang tergolong usia lansia cukup banyak dan di dalam gereja ini tersebut sebagai kelompok "Adi Yuswa", dalam kelompok ini sering mengalami keluhan - keluhan mengenai kesehatan terutama terkait dengan peningkatan kadar asam urat yaitu nyeri sendi dan meningkatnya kadar gula darah. Di Gereja Kristen Jawi Wetan juga terbentuk Pokja atau kelompok kerja kesehatan yang beranggotakan jemaat yang mempunyai kepedulian terhadap masalah-masalah kesehatan. Pokja kesehatan ini mempunyai berbagai kegiatan yang bertujuan untuk meningkatkan derajat kesehatan para jemaat gereja dan masyarakat di sekitar wilayah gereja. Apabila gereja membutuhkan pengetahuan mengenai kesehatan biasanya bekerja sama dengan institusi kesehatan untuk mendapatkan pembicara terkait dengan topik kesehatan yang diinginkan.

Berkaitan dengan masalah-masalah kesehatan yang sering dirasakan oleh jemaat gereja dan masyarakat disekitar gereja yaitu meningkatnya kadar asam urat dalam darah dan peningkatan kadar glukosa darah maka kami sebagai mahasiswa di pendidikan kesehatan bermaksud untuk memberikan pelatihan kepada pengurus pokja kesehatan di gereja Kristen Jawi Wetan agar pengurus pokja kesehatan bisa melakukan secara mandiri pemeriksaan kadar asam urat dan gula darah sehingga dapat memberikan hasil pemeriksaan yang benar dan akurat. Pelaksanaan pemeriksaan kadar asam urat dan gula darah yang benar akan berdampak pada hasil pemeriksaan yang akurat dan hasil ini digunakan sebagai rujukan bahwa warga jemaat maupun masyarakat sekitar dapat menjaga pola hidup yang sehat sehingga kadar asam urat maupun gula darah dapat terjaga. Peningkatan kadar asam urat ini memang bukan termasuk penyakit yang mematikan, tetapi jika tidak ditangani dengan benar bisa menjadi gout kronik, di mana penderitanya akan sering sekali menderita sakit pada sendi. Sendi yang terserang mulai terasa sakit, secara cepat menjadi bengkak, memerah, sangat panas, dan sangat nyeri (Charlish, 2009). Dalam jangka waktu lama, hal ini tidak hanya mengganggu aktivitas, tetapi juga berpotensi menimbulkan gagal ginjal dan penyakit jantung. Demikian juga

jika kadar gula darah tidak terkontrol, komplikasi-komplikasi diabetes mellitus yang timbul misalnya pada mata, jantung, saraf dan dapat terjadi komplikasi yang akut seperti hipoglikemi dan ketoasidosis diabetikum (KAD) dimana jika tidak segera ditangani komplikasi tersebut dapat membahayakan.

Melalui Pelatihan pemeriksaan kadar asam urat dan gula darah diharapkan masyarakat dapat lebih dini mengenal masalah kesehatan sehingga pencegahan dan penanganan terhadap masalah kesehatan juga dapat dilakukan lebih dini dan efektif.

Metode

Pada bagian metode pelaksanaan kami telah membagi tugas masing-masing personal, yaitu :

1. Fitalia Dwi Cristanty sebagai ketua bertugas memimpin ketika rapat, ketua pelaksana kegiatan, pembuatan laporan (AWAL&AKHIR)
2. Muhammad Khusnaini sebagai anggota bertugas pada pembukuan/bendahara, mengatur uang masuk dan uang keluar. (AWAL&AKHIR)
3. Yeni Kartika Sari sebagai anggota bertugas pada Surat menyurat (SEKRETARIS) membuat undangan pelatihan, mendata peserta pelatihan, sekaligus pembuatan dokumentasi.

Metode pelaksanaan pada program pengabdian masyarakat ini yaitu dengan metode transfer ilmu dari mahasiswa kepada pihak yang di suluh. Adapun tahapan pelaksanaan program yaitu sebagai berikut :

Pelaksanaan Kegiatan

Persiapan

Adapun kegiatan-kegiatan yang akan dilakukan pada tahap persiapan yaitu :

- a) Survei tempat pelaksanaan kegiatan
- b) Pembuatan proposal dan penyelesaian administrasi perijinan tempat atau lokasi pengabdian masyarakat.
- c) Pembuatan materi pelatihan penggunaan alat pemeriksaan kadar asam urat dalam darah
- d) Pembuatan materi pelatihan penggunaan alat pemeriksaan kadar gula darah
- e) Perbanyak materi sesuai dengan jumlah peserta.

Kegiatan

Kegiatan pengabdian akan dilaksanakan setelah semua perijinan dan persiapan peralatan sudah selesai dilakukan. Kegiatan akan dilaksanakan di ruang pertemuan Gereja Kristen Jawi Wetan Jemaat Jambangan Surabaya. Kegiatan pelatihan akan dibuat semenarik mungkin, *fun learning*, dan selain belajar mengenai cara pemeriksaan juga akan dibekali dengan materi “Pencegahan dan Penanganan Asam Urat” serta “Lebih Mengenal Diabetes Mellitus Lebih Dini” sehingga akan menambah pengetahuan mereka. Di dalam pelatihan juga akan disertakan beberapa game untuk meningkatkan motivasi dalam menjaga kesehatan melalui pola hidup yang benar. Adapun pelaksanaan kegiatan adalah sebagai berikut :

Pertemuan	Waktu	Jenis Kegiatan/Materi	
Tanggal 126 Mei 2016	16.00- 16.20	Pembukaan Pelatihan Sambutan Bapak Pendeta Sambutan Ketua pelaksana kegiatan Sambutan Direktur Akper/Dosen Pembimbing Doa Perkenalan	Fitalia DC
	15.20- 16.40	Pencegahan dan Penanganan Asam Urat	M. Khusnaini
	15.40 -17.00	Mengenal Diabetes Mellitus Secara Dini	Yeni KS
	17.00- 17.30	Prosedur Pelaksanaan Pemeriksaan Kadar Asam Urat dan Gula Darah	Fitalia DC
	17.30- 18.00	Istirahat	
	18.00- 20.00	Praktek Pelaksanaan Pemeriksaan Kadar Asam Urat	Fitalia, M.Kusnaini, Yeni KS

Hasil

Pada program kreatifitas mahasiswa mengenai pelatihan pemeriksaan kadar asam urat dan gula darah pada pengurus pokja kesehatan Greja Kristen Jawi Wetan (GKJW) Jemaat Jambangan Surabaya mempunyai target luaran 4 yaitu : Peningkatan pengetahuan dan ketrampilan mengenai pemeriksaan kadar asam urat, Peningkatan pengetahuan dan ketrampilan mengenai pemeriksaan kadar gula darah, Modul

pemeriksaan kadar asam urat dan gula darah dan Artikel keperawatan dan berdasarkan hasil evaluasi maka tiga target luaran yaitu Peningkatan pengetahuan dan ketrampilan mengenai pemeriksaan kadar asam urat, Peningkatan pengetahuan dan ketrampilan mengenai pemeriksaan kadar gula darah, Modul pemeriksaan kadar asam urat dan gula darah telah tercapai karena pada saat memberikan materi tentang asam urat dan gula darah di akhir pemberian materi secara langsung telah dilakukan evaluasi apakah peserta pelatihan mengerti dan memahami apa yang telah disampaikan, sedangkan peningkatan ketrampilan peserta pelatihan secara langsung di praktekan kepada warga gereja dan masyarakat sekitar yang memerlukan pemeriksaan pada saat itu. Untuk pembuatan materi berupa modul pemeriksaan asam urat dan gula darah telah diselesaikan sebelum acara pelatihan karena sebagai bahan pustaka bagi peserta pelatihan, yang masih belum selesai adalah pembuatan artikel mengenai pelaksanaan pelatihan pemeriksaan kadar asam urat dan gula darah pada pengurus pokja kesehatan Greja Kristen Jawi Wetan (GKJW) Jemaat Jambangan Surabaya yang rencananya akan dimasukkan dalam jurnal keperawatan Akper William Booth Surabaya.

Tabel 1. Karakteristik tingkat pengetahuan anggota pokja kesehatan dan masyarakat sekitar di GKJW Jemaat Jambangan tentang pemeriksaan gula darah dan asam urat sebelum pelatihan pemeriksaan kadar asam urat dan gula darah

No	Tingkat Pengetahuan Anggota Pokja dan Masyarakat	Frekuensi	Prosentase
1.	Tingkat Pengetahuan Baik	8	19
2.	Tingkat Pengetahuan Sedang	14	33
3.	Tingkat Pengetahuan Kurang	20	48
Total		42	100

Tabel 2. Karakteristik tingkat pengetahuan anggota pokja kesehatan dan masyarakat sekitar di GKJW Jemaat Jambangan tentang

pemeriksaan gula darah dan asam urat sesudah pelatihan pemeriksaan kadar asam urat dan gula darah.

No	Tingkat Pengetahuan Anggota Pokja dan Masyarakat	Frekuensi	Prosentase (%)
1.	Tingkat Pengetahuan Baik	31	71
2.	Tingkat Pengetahuan Sedang	7	17
3.	Tingkat Pengetahuan Kurang	4	12
Total		42	100

Tabel 3. Karakteristik tingkat pengetahuan anggota pokja kesehatan dan masyarakat sekitar di GKJW Jemaat Jambangan tentang pemeriksaan gula darah dan asam urat sebelum dan sesudah pelatihan pemeriksaan kadar asam urat dan gula darah.

No	Tingkat Pengetahuan Anggota Pokja dan Masyarakat	Sebelum Pelatihan		Sesudah Pelatihan	
		F	%	F	%
1.	Tingkat Pengetahuan Baik	8	19	31	71
2.	Tingkat Pengetahuan Sedang	14	33	7	17
3.	Tingkat Pengetahuan Kurang	20	48	4	12
Total		42	100	42	100
P : 0,0000					

Berdasarkan tabel 1 terlihat bahwa dari 42 responden, 20 orang diantaranya tingkat pengetahuan kurang (48%), hal ini berarti pengetahuan anggota pokja kesehatan dan masyarakat sekitar di GKJW Jemaat Jambangan tentang pemeriksaan gula darah dan asam urat kesadaran masih kurang. Perilaku kesehatan pada setiap individu pada dasarnya merupakan respon seseorang (organism) terhadap stimulus yang berkaitan dengan sakit dan penyakit, sistem pelayanan

kesehatan, makanan, serta lingkungan (Simons-Morton et al.,1995). Selama ini upaya yang dilakukan masyarakat untuk mengatasi masalah kesehatan (penyakit), masih banyak berorientasi pada penyembuhan penyakit, dimana apa yang dilakukan masyarakat dalam bidang kesehatan hanya untuk mengatasi penyakit yang telah terjadi atau menyimpannya, di mana hal ini dirasa kurang efektif karena banyaknya pengeluaran. Upaya yang lebih efektif dalam mengatasi masalah kesehatan sebenarnya adalah dengan memelihara dan meningkatkan kesehatan serta mencegah penyakit dengan berperilaku hidup sehat, namun hal ini ternyata belum disadari dan dilakukan sepenuhnya oleh masyarakat (Kusumawati, 2004). Menurut Mubarak et al, 2007 Pendidikan berarti bimbingan yang diberikan seseorang kepada orang lain terhadap sesuatu hal agar mereka dapat memahami. Tidak dapat dipungkiri bahwa makin tinggi pendidikan seseorang semakin mudah pula mereka menerima informasi, dan pada akhirnya makin banyak pula pengetahuan yang dimilikinya. Sebaliknya jika tingkat pendidikan seseorang rendah, akan menghambat perkembangan perilaku seseorang terhadap penerimaan, informasi dan nilai-nilai yang baru diperkenalkan. Pendidikan dan promosi kesehatan merupakan salah satu bentuk pendidikan orang dewasa (*adult education*). Sasaran belajar adalah orang dewasa atau anggota masyarakat umum yang ingin mengembangkan pengetahuan, keterampilan, perilaku dan kemampuan-kemampuan lain. Hasil pendidikan orang dewasa adalah perubahan kemampuan, penampilan, atau perilaku. Selanjutnya, perubahan perilaku didasari adanya perubahan pengetahuan, sikap, dan keterampilan.

Pendidikan yang kurang ditambah pengetahuan yang rendah memiliki pengaruh yang besar terhadap kehidupan sehari-hari dalam melakukan sesuatu atau mengambil suatu keputusan yang tepat. Berdasarkan tabel 2 terlihat bahwa dari 42 responden, 31 responden (71%), hal ini berarti pengetahuan anggota pokja kesehatan dan masyarakat sekitar di GKJW Jemaat Jambangan tentang pemeriksaan gula darah dan asam urat sudah mengalami peningkatan yang pesat setelah dilakukan pelatihan mengenai pemeriksaan asam urat dan gula darah. Pendidikan

kesehatan pada hakikatnya adalah suatu kegiatan atau usaha untuk menyampaikan pesan kesehatan pada masyarakat, kelompok, atau individu, dengan harapan bahwa dengan adanya pesan tersebut masyarakat, kelompok atau individu dapat memperoleh pengetahuan tentang kesehatan yang lebih baik (Soekidjo Notoatmodjo, 2007). Lebih dari itu, pendidikan kesehatan pada akhirnya bukan hanya mencapai kesehatan pada masyarakat saja, namun yang lebih penting adalah mencapai perilaku kesehatan (*healthy behaviour*). Kesehatan bukan hanya diketahui atau disadari (*knowledge*) dan disikapi (*attitude*), melainkan harus dikerjakan atau dilaksanakan dalam kehidupan sehari-hari (*practice*). Hal ini berarti bahwa tujuan akhir dari pendidikan kesehatan adalah agar masyarakat dapat mempraktekan hidup sehat bagi dirinya sendiri dan bagi masyarakat, atau masyarakat dapat berperilaku hidup sehat (*healthy life style*) (Notoatmodjo, 2003).

Berdasarkan tabel 3 jumlah responden sebelum dilakukan pelatihan, tingkat pengetahuan anggota pokja kesehatan dan masyarakat sekitar dengan kriteria Baik 8 orang (19%), sedangkan sesudah pelatihan kriteria Baik 31 orang (71%) dan Hasil uji statistic *wilcoxon* pengaruh pelatihan pemeriksaan kadar asam urat dan gula darah pada pengurus pokja kesehatan Greja Kristen Jawi Wetan (GKJW) Jemaat Jambangan surabaya didapatkan hasil $p=0.000$ yang berarti $p<0.05$ dengan demikian H_0 ditolak dan H_1 diterima yang memiliki arti ada pengaruh pelatihan pemeriksaan kadar asam urat dan gula darah pada pengurus pokja kesehatan Greja Kristen Jawi Wetan (GKJW) Jemaat Jambangan. Salah satu faktor yang mempengaruhi perilaku adalah pengetahuan (*knowledge*). Menurut Green, 1980, pendidikan kesehatan mempunyai peranan penting dalam mengubah dan menguatkan faktor perilaku (predisposisi, pendukung dan pendorong) sehingga menimbulkan perilaku positif dari masyarakat. Hal ini menunjukkan bahwa perilaku, pendidikan kesehatan dan status kesehatan masyarakat berada dalam suatu pola hubungan yang saling mempengaruhi.

Potensi Keberlanjutan

Berdasarkan hasil yang telah dicapai mendatangkan manfaat berupa potensi masyarakat yaitu :

- 1) Masyarakat dapat mengenal secara dini masalah kesehatan khususnya asam urat dan gula darah melalui pemeriksaan yang dilakukan secara benar
- 2) Masyarakat dapat melakukan pencegahan dan penanganan lebih dini terhadap masalah kesehatan yang dihadapi khususnya asam urat dan gula darah.
- 3) Meningkatnya pemberdayaan masyarakat terhadap kesehatan
- 4) Meningkatnya kemandirian masyarakat terhadap masalah kesehatan

Simpulan

- 1) Meningkatnya pengetahuan dan ketrampilan anggota pokja kesehatan Gereja kristen Jawi Wetan jemaat Jambangan dan masyarakat sekitarnya setelah dilakukan pelatihan pemeriksaan kadar asam urat dan gula darah oleh mahasiswa Akademi keperawatan William Booth Surabaya.
- 2) Anggota pokja kesehatan Gereja kristen Jawi Wetan Jemaat Jambangan telah mampu secara mandiri melakukan pemeriksaan kadar asam urat dan gula darah sehingga masyarakat dapat lebih dini mengetahui permasalahan kesehatannya.
- 3) Peningkatan pengetahuan tentang Asam urat dan gula darah memotivasi masyarakat untuk melakukan pola hidup yang sehat dengan menjaga makanan yang sehat, aktivitas olah raga yang baik, istirahat yang cukup serta pengisian waktu luang yang bermanfaat terutama pada warga yang telah lansia.
- 4) Pelatihan pemeriksaan kadar asam urat dan gula darah mempengaruhi peningkatan pengetahuan dan ketrampilan masyarakat tentang asam urat dan gula darah.

Saran

- 1) Perlunya meningkatkan kerjasama dengan masyarakat untuk memberdayakan kemampuan masyarakat dalam meningkatkan derajat kesehatan yang optimal.
- 2) Perlunya mengembangkan kegiatan-kegiatan pengabdian kepada masyarakat terutama di bidang kesehatan untuk membiasakan masyarakat melakukan pola hidup yang sehat.
- 3) Perlunya menanamkan sikap peduli kepada mahasiswa dalam kegiatan

pengabdian terhadap masyarakat sehingga proses pembelajaran secara akademik dapat diwujudkan nyatakan melalui kegiatan tersebut.

4) Tetap perlu adanya proses evaluasi selanjutnya untuk mengetahui keberhasilan tujuan dalam jangka waktu yang panjang.

Daftar Pustaka

- Damayanti, D.(2013). *Sembuh Total Diabetes Asam Urat Hipertensi Tanpa Obat*. Yogyakarta: Pinang Merah Publisher.
- Ellyza Nasrul, Sofitri (2012) *Hiperurisemia pada Pra Diabetes*. *Jurnal Kesehatan Andalas*. 1 (2: 86-91)
- Green. 1980. *Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku dikutip dalam buku Notoatmodjo*. Jakarta : Rineka Cipta
- Herawani. (2002). *Pendidikan Kesehatan Dalam Keperawatan*. Jakarta : EGC.
- Pranandji, D, K. 2002. *Perencanaan Menu Untuk Penderita Diabetes Mellitus*. Jakarta : Penebar Swadaya
- Soegondo dr sidartawan, dkk. 2000. *Penatalaksanaan Diabetes Mellitus Terpadu*. Jakarta : FKUI
- Soewondo, P. 2002. *Pemantauan Pengendalian Diabetes Mellitus; dalam Penatalaksanaan Diabetes Mellitus Terpadu*. Jakarta : FKUI
- Utami, Prapti dkk.(2009). *Solusi Sehat Asam Urat dan Rematik*. Jakarta: Agromedia Pustaka.
- Vitahealth.(2007). *Asam Urat*, Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.