

**UPAYA PENINGKATAN KESEHATAN MASYARAKAT PESISIR CEGAH
KOMPLIKASI PENYAKIT DEGENERATIF DAN PINTAR P3K LAUT DI KAMPUNG
KALASUGE KECAMATAN TABUKAN UTARA KABUPATEN KEPULAUAN SANGIHE**

**THE EFFORTS TO IMPROVE THE HEALTH OF COASTAL COMMUNITIES TO
PREVENT COMPLICATIONS OF DEGENERATIVE DISEASES AND FIRST AID KID
OF MARINE ACCIDENT IN KALASUGE VILLAGE, TABUKAN UTARA DISTRICT,
SANGIHE ISLANDS REGION**

Iswanto Gobel¹⁾, Yanli Everson Tuwohingide²⁾, Meistvin Welebuntu³⁾,

¹²³Program Studi Keperawatan, Politeknik Negeri Nusa Utara

Email: gobeliswanto82@gmail.com

Abstrak: Kampung Kalasuge terletak di wilayah Tabukan Utara Pulau Sangihe berjarak sekitar 25 km dari kota Tahuna dengan posisi kampung berada di tepi pantai dan mayoritas penduduk berprofesi sebagai Nelayan. Masalah kesehatan yang diidentifikasi yakni kurangnya pengetahuan masyarakat tentang penanganan P3K dilaut dan tingginya angka Penyakit Degeneratif berupa Hipertensi dan Diabetes Militus yang berdampak pada potensi komplikasi berupa Penyakit Jantung Koroner yang merupakan pembunuh nomor 1 di Indonesia. Sehubungan dengan hal diatas tim pengabdian telah melakukan Pengabdian Kepada masyarakat pada tanggal 16 mei 2023, dalam bentuk skreaning penyakit degenerative serta dilanjutkan dengan pemberian materi tentang pencegahan komplikasi penyakit degenerative dan tindakan p3k dilaut yang telah diikuti oleh 30 peserta. Hasil yang ditemukan dalam skreaning yakni 76 % mengalami peningkatan kadar asam urat sementara dalam workshop didapatkan peningkatan pengetahuan sebanyak 43 %. Kegiatan ini telah dipublikasikan dalam media elektronik Sulut News.com serta ringkasan kegiatan dalam bentuk video. Kesimpulan dalam kegiatan ini yakni terjadi peningkatan pengetahuan masyarakat serta komitmen dari seluruh elemen yang ada dikampung untuk melaksanakan pola hidup sehat.

Kata kunci: Cegah Komplikasi, P3K Laut, Penyakit Degeneratif, Masyarakat Pesisir

Abstract: Kalasuge Village is located in North Tabukan area of Sangihe Island, approximately 25 km from Tahuna town, with the position of the village being on the beach and the majority of the population working as fishermen. The health problems identified were the lack of public knowledge about how handling first aid at sea and the high rate of Degenerative Diseases as well as Hypertension and Diabetes Militus which have an impact on potential complications in the form of coronary heart disease which is the number 1 killer in Indonesia. Based on that, the community service team was conducted the event on May 16, 2023. That particular event started with the screening of 30 participants about the degenerative diseases and followed by health education about the prevention of complications of degenerative diseases and how to provide the first aid. The results of the screening showed that 76% participants experienced an increase in uric acid levels. After the workshop, test result showed the knowledge of the participants were increased 43%. This event has published in the electronic media North Sulawesi News.com also in youtube chanel of Polnustar. The conclusion in this activity is that there is an increase in community knowledge and commitment from all elements in the village to implement a healthy lifestyle.

Keyword: Prevent Complications, Marine First Aid, Degenerative Diseases, Coastal Communities

PENDAHULUAN

Indonesia merupakan negara dengan 70 persen wilayahnya berupa laut terdiri dari 17.000 pulau yang

kaya akan beranekaragam sumber daya bawah laut (Kominfo, 2022). Kabupaten Kepulauan Sangihe merupakan Kabupaten perbatasan dengan Negara

Filipina sebagai Benteng Utara Negara Republik Indonesia terletak di provinsi Sulawesi Utara. Profil Wisata Sangihe (2015) menunjukkan luas wilayah Kabupaten Kepulauan Sangihe yaitu 11.863,58 KM² dan memiliki daratan seluas 736,98 KM² serta 11.126,61 KM² luas lautannya.

Sebagian besar masyarakat Sangihe memiliki mata pencaharian sebagai nelayan dan tentunya senantiasa berorientasi dengan laut sehingga berpotensi terhadap masalah-masalah kesehatan yang sering terjadi dilaut antara lain kecelakaan berupa gigitan binatang laut, perdarahan, tenggelam yang notabene membutuhkan pengetahuan dan pemahaman terkait tindakan P3K laut (Pembkab Sangihe, 2019; Nekada, Amestiasih, & Widayati, 2020).

Selain pentingnya upaya P3K dilaut masyarakat juga mengalami Penyakit Degeneratif berupa Hipertensi dan Diabetes Melitus. Hipertensi merupakan tekanan darah diatas 130/90 mmhg dengan gejala antara lain sakit kepala, kuduk tegang, pusing, mual (Nuraini, 2015). Sementara diabetes melitus merupakan kondisi dimana kadar glukosa darah sewaktu diatas 200 mg dengan gejala badan lemah, sering berkemih, kesemutan, cepat lapar, dan cepat haus (Laurensi dkk, 2022).

Berdasarkan data WHO 2015, orang yang menderita tekanan darah tinggi ialah sejumlah 1 milyar orang dan 2/3 diantaranya terjadi pada negara berkembang termasuk Indonesia. Setiap tahunnya jumlah kematian di dunia yaitu sebanyak 8 juta orang dimana 1,5 juta kematian diantaranya terjadi di Asia Tenggara. Penyakit Jantung koroner merupakan penyakit dengan komplikasi terbesar penyebab kematian (Kementerian Kesehatan RI, 2019). Penyakit jantung koroner (PJK) sangat dipengaruhi oleh gaya hidup, social ekonomi masyarakat, dan factor degeneratif (Iskandar, 2017). PJK merupakan penyakit dengan prevalensi tertinggi di Indonesia yaitu sebesar 1,5 persen, sementara di Sulawesi Utara Penduduk yang terdiagnosis dengan PJK sebanyak 1,7 persen atau 11.892 orang (Kementerian Kesehatan RI, 2014).

PJK memiliki dua factor resiko yang besar yaitu faktor risiko yang dapat diperbaiki atau dimodifikasi dan faktor risiko yang bersifat alami atau tidak dapat dicegah. Faktor risiko yang tidak dapat di ubah adalah usia lebih dari 40 tahun, jenis kelamin, serta riwayat keluarga, sementara Faktor risiko yang dapat dimodifikasi antara lain dislipidemia, diabetes melitus, tekanan darah, stres infeksi, kebiasaan merokok, pola makan yang tidak baik, kurang gerak atau kurang berolahraga, kegemukan atau obesitas, serta gangguan pada darah (Iskandar dkk, 2017).

Dari uraian diatas maka tim pengabdian tertarik untuk melakukan pengabdian pada masyarakat berupa Upaya Peningkatan Kesehatan Masyarakat Pesisir Cegah Komplikasi Penyakit Degenaratif Dan Pintar P3K Laut Di Kampung Kalasuge Kecamatan Tabukan Utara Kabupaten Kepulauan Sangihe.

METODE PELAKSANAAN

Pengabdian ini telah dilaksanakan di Balai Kampung Kalasuge pada tanggal 16 Mei 2023, adapun metode yang digunakan untuk mengatasi permasalahan mitra yaitu skrining penyakit degeneratif dengan cara pemeriksaan Tekanan Darah, Kadar kolesterol, asam urat dan gula darah serta riwayat keluarga untuk mengetahui masyarakat yang memiliki penyakit degeneratif, kemudian dilanjutkan dengan workshop tentang upaya pencegahan komplikasi penyakit degeneratif dan penatalaksanaan tindakan P3K dilaut.



Gambar 1. Pemeriksaan Gula darah sewaktu, asam urat dan kolesterol

Peserta dalam pengabdian ini yakni masyarakat kampung Kalasuge berjumlah 30 orang kepala keluarga yang berprofesi sebagai nelayan dan

atau yang sering melakukan aktifitas dilaut, diutamakan bagi mereka yang telah teridentifikasi atau terdiagnosis oleh dokter dengan penyakit degeneratif berupa Hipertensi, Gout Artritis & Diabetes Militus.



Gambar 2. Kapitalaung Kampung Kalasuge, Tim dan peserta

Peralatan yang digunakan dalam kegiatan workshop ini yaitu proyektor LCD, speaker, layer screen, alat pemeriksaan gula darah, asam urat dan kolesterol, tensi meter, setiap peserta juga akan mendapatkan *hard copy* materi untuk membantu mereka mengingat kembali atau menjelaskan kembali kepada anggota keluarga.



Gambar 3. Pemberian materi cegah komplikasi

Materi yang telah diberikan yakni Upaya pencegahan komplikasi penyakit degenerative dan materi selanjutnya tentang P3K laut berupa identifikasi hewan berbahaya serta cara penanganan ketika terkena sengatan atau gigitan hewan tersebut oleh Iswanto Gobel. Untuk mengukur tingkat pengetahuan peserta workshop maka telah dilakukan pengisian kuesioner sebelum dan setelah dilakukan kegiatan workshop ini.

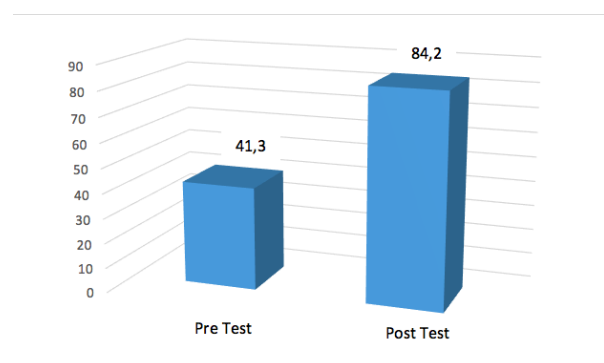
HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan workshop pengabmas (pengabdian pada masyarakat) terlaksana dengan baik yang terdiri dari 30 orang dimana sebagian besar (80 %) peserta berjenis kelamin laki-laki dengan kisaran umur antara 30 sampai 67 tahun dengan profesi sebanyak 70 % ialah nelayan. Kegiatan dibagi dalam 2 tahapan yakni berupa skreaning penyakit degeneratif dan workshop. Hasil skreaning menunjukkan nilai abnormal tertinggi yakni kadar asam urat dimana 76,7 % mengalami peningkatan sedangkan untuk kadar kolesterol sebanyak 10 % dan hipertensi sebanyak 23,3 %. adapun hasil skreaning disajikan dalam tabel dibawah ini

No	Hasil Pemeriksaan	Jumlah	Persentase
1	Hipertensi	7	23,3
2	Peningkatan Kadar GDS	1	3,3
3	Peningkatan kadar Asam Urat	23	76,7
4	Peningkatan kadar Kolesterol	3	10

Tabel 1. Hasil skreaning peserta workshop

Setelah dilakukan skreaning dilanjutkan dengan workshop tentang Upaya pencegahan penyakit degeneratif dan P3K laut, adapun materi yang diberikan antara lain komplikasi penyakit Diabetes Militus, Asam urat, Hiperkolesterol dan hipertensi berupa Strok, Penyakit Jantung Koroner, kemudian dilanjutkan dengan materi penanganan gigitan/sengatan pada hewan laut antara lain: ubur-ubur, buluh babi, hiu, ikan kerapu, ular laut dll. Adapun hasil peningkatan pengetahuan setelah dilakukan workshop terlihat dalam gambar dibawah ini:



Gambar 4. Peningkatan pengetahuan sebelum dan Sesudah workshop

Gambar 4 menunjukkan terdapat peningkatan pengetahuan sebelum dan sesudah workshop dimana rerata pengetahuan peserta sebelum workshop pada skor 41,3 sedangkan setelah menerima materi rerata mengetahui menjadi 84,3 itu artinya terdapat peningkatan pengetahuan sebanyak 43 poin atau 100% peserta mengalami peningkatan pengetahuan.

Skrining merupakan proses pemilihan dan pemilahan yang dirancang untuk menemukan orang-orang yang memiliki resiko penyakit lebih tinggi, diantara kelompok yang percaya bahwa mereka baik-baik saja. Skrining meningkatkan kemungkinan bahwa seseorang menderita penyakit tertentu, tapi tes lebih lanjut perlu dilakukan untuk mengkonfirmasi diagnosisnya (Tonelli et al, 2020). Skrining yang umumnya dilakukan di masyarakat yaitu mengukur kadar asam urat, gula darah, tekanan darah, dan kolesterol darah. Skrining yang telah dilakukan kelompok pengabdian menunjukkan bahwa mayoritas peserta memiliki kadar asam urat yang melebihi normal (76.7 % peserta) dan 23.3% memiliki tekanan darah tinggi.

Asam urat (Gout) merupakan inflamasi peradangan yang umum terjadi pada sendi dan terjadi karena tingginya kadar asam urat dalam tubuh, peningkatan kadar asam urat yang terakumulasi dalam tubuh ini secara terus menerus akan mengakibatkan supersaturasi jaringan tubuh dengan asam urat menyebabkan pembentukan dan pengendapan kristal monosodium urat di dalam dan sekitar sendi. Angka kejadian orang yang menderita asam urat cukup tinggi yaitu 0.58 - 2.89 per 1000 orang/tahun. Gout lebih sering terjadi pada pria daripada wanita, dan bertambahnya usia juga mempengaruhi. Biasanya, hanya sepertiga hingga separuh pasien yang mengikuti program pengobatan. Faktor yang mempengaruhi penyakit ini yaitu obesitas, faktor makanan, dan kondisi komorbiditas. Jika tidak dilakukan penanganan awal maka gout akan meningkatkan penyakit kardiovaskuler, penyakit ginjal kronis, disfungsi ereksi, fibrilasi atrium, apnea tidur obstruktif, osteoporosis, dan tromboemboli vena (Dehlin dkk, 2020).

Risiko lainnya yang dimiliki oleh peserta pengabdian yaitu tekanan darah yang melebihi batas normal (23.3% peserta). Tekanan darah adalah tekanan darah dalam mendorong dinding pembuluh darah arteri. Pembuluh darah Arteri berfungsi membawa darah dari jantung dan mengedarkannya ke seluruh tubuh. Tekanan darah normal manusia dewasa yaitu 120/80 mmHg. Ketika hasil pengukuran menunjukkan lebih dari 130/80 mmHg maka disebut dengan peningkatan tekanan darah (hipertensi). Semakin tinggi tekanan darah seseorang, maka semakin beresiko untuk mendapatkan masalah kesehatan seperti penyakit jantung, serangan jantung, dan stroke (Whelton dkk, 2018).

Hipertensi sering terjadi pada orang yang usia lanjut. Hipertensi disebut juga dengan "*the silent killer*". Walaupun orang-orang merasa jantungnya sehat dan merasa baik-baik saja, tetapi tekanan darah tinggi akan menyerang orang tersebut. Tekanan darah dapat dikontrol dengan perubahan gaya hidup dan pengobatan tetapi ada beberapa hal yang tidak bisa diubah yaitu Usia, jenis kelamin, riwayat keluarga, dan ras. Risiko untuk mendapatkan tekanan darah tinggi semakin tinggi dengan bertambahnya usia. Orang yang berusia kurang dari 55 tahun, teristimewa laki-laki memiliki risiko yang lebih tinggi, dan wanita setelah menopause memiliki risiko tinggi untuk menderita tekanan darah tinggi. Tekanan darah tinggi merupakan penyakit yang diturunkan di dalam keluarga, dan pada ras tertentu yaitu African Americans menunjukkan memiliki risiko yang lebih besar (National Institute on Aging, 2022).

Tingginya jumlah peserta Pengabdian yang berisiko terhadap masalah kesehatan ditunjukkan dengan hasil Skrining peserta, maka edukasi perlu dilakukan. Pemahaman yang kurang baik mengenai masalah kesehatan dan cenderung meremehkan masalah tersebut akan berdampak permasalahan yang lebih buruk. Pendidikan Kesehatan dalam bentuk workshop memberikan kesempatan kepada peserta untuk langsung mempraktikkan dirasakan lebih efektif oleh masyarakat Sangihe (Welembuntu & Gobel, 2023).

Pendidikan kesehatan perlu direncanakan, diorganisasikan, dan direncanakan secara sistematis. Pendidikan kesehatan akan meningkatkan kemampuan dan pengetahuan masyarakat, persepsi mengenai risiko kesehatan, meningkatkan kebiasaan hidup yang baik, dan kebiasaan fisik atau olahraga. Pendidikan kesehatan penting untuk kesadaran kesehatan, pencegahan penyakit, dan meningkatkan kesehatan (Gao dkk, 2022).

Pendidikan kesehatan adalah alat yang sering digunakan untuk meningkatkan literasi kesehatan suatu populasi. Pendidikan kesehatan adalah proses yang kompleks mencakup perolehan pengetahuan kesehatan, informasi yang dibutuhkan untuk membuat keputusan kesehatan, dan motivasi untuk mendorong perilaku kesehatan yang positif. Pendidikan kesehatan harus disesuaikan dengan populasi sasaran dimana pendidikan kesehatan akan diberikan agar informasi yang disampaikan dapat diterima dengan baik oleh peserta. Pendidikan kesehatan dapat diberikan lewat media, social media, grup diskusi atau presentasi, dan material dalam bentuk cetak (Steel and Lloyd, 2021).

KESIMPULAN

Terdapat 76,7 % peserta yang dilakukan screening di Kampung Kalasuge mengalami peningkatan kadar asam urat sehingga berpotensi terjadinya komplikasi, serta terjadi peningkatan pengetahuan masyarakat tentang pencegahan penyakit degeneratif dan penanganan P3K laut sebelum dan setelah pelaksanaan workshop sebanyak 43 persen. Peserta pelatihan diharapkan terus mempelajari dan mengupdate materi yang diberikan sehingga pengetahuan tersebut terus dimiliki dan mampu memberikan tindakan pertolongan ketika terjadi kondisi darurat

DAFTAR RUJUKAN

Dehlin M, Jacobsson L, Roddy E. Global epidemiology of gout: prevalence, incidence, treatment patterns and risk factors. Doi: 10.1038/s41584-020-0441-1.

Gao L, Nie Y, Wang G, Li F. The impact of public health education on people's demand for commercial health insurance: Empirical evidence from China. *Front Public Health*. 2022 Nov 3;10:1053932. Doi: 10.3389.

Iskandar., Hadi, A., Alfridsyah. (2017). Faktor risiko terjadinya penyakit jantung koroner pada pasien rumah Sakit Umum Meuraxa Banda Aceh. *Aceh Nutrition Journal*: 2(1): 32-42.

Kementerian kesehatan RI. (2014). *Situasi kesehatan jantung*. Jakarta: Pusat data dan informasi Kemenkes.

Kementrian Kesehatan RI (2019). *Buku Pintas Kader Posbindu*. Dirjen Pencegahan dan Pengendalian Penyakit Tidak Menular. Jakarta

Laurensia dkk (2022). Program Intervensi Pencegahan Peningkatan Kasus Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Sindang Jaya. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat* Vol.02, No.02.

National Institute on Aging. (2022). High Blood Pressure and Older Adults. <https://www.nia.nih.gov/health/high-blood-pressure-and-older-adults>

Nuraini, B (2015). Risk Factors Of Hypertension. *Jurnal Majority*, Volume 4, No 15, diakses pada 15 Maret 2022 <https://adoc.pub/risk-factors-of-hypertension-bianti-nuraini-faculty-of-medic.html>

Pemkab Sangihe. 2020. RPIJM Kabupaten Kepulauan Sangihe. Diakses tanggal 17 Maret 2023 dari https://sipppa.ciptakarya.pu.go.id/sipppa_online/w_s_file/dokumen/rpi2jm/DOCRPIJM_5fd51eb502_BAB%20IIBAB%20%20Profil%20Kabupaten%20Kota%20Sangihe.pdf

Steel A, Lloyd I. (2021) Community education and health promotion activities of naturopathic practitioners: results of an international cross-sectional survey. Doi: 10.1186/s12906-021.

Tonelli, Marcello1; Dickinson, James A. (2020). Early Detection of CKD: Implications for Low-Income, Middle-Income, and High-Income Countries. Doi: 10.1681/ASN.2020030277.

Welebuntu, M., & Gobel, I. (2023). Penatalaksanaan
Gigitan Binatang Laut pada Masyarakat Pesisir
di Daerah Kepulauan Sangihe - Sulawesi Utara.
Jurnal Ilmiah Tatengkorang, 7(1), 17–22.
[https://e-
journal.polnustar.ac.id/tkrg/article/view/517/484](https://e-journal.polnustar.ac.id/tkrg/article/view/517/484)

Whelton PK, Carey RM, Aronow, WS, Casey DE,
Collins KJ, Himmelfarb CD, et al. [2017](#)

[ACC/AHA/AAPA/ABC/ACPM/AGS/APhA/A
SH/ASPC/NMA/PCNA guideline for the
prevention, detection, evaluation, and
management of high blood pressure in adults: a
report of the American College of
Cardiology/American Heart Association Task
Force on Clinical Practice Guidelines. *J Am
Coll Cardiol.* 2018;71\(19\):e127–e2](#)