

MERINTIS TEMPAT LAYANAN TERAPI INFRAMERAH DENGAN DUKUNGAN ALAT CEK KESEHATAN DASAR DI DUSUN WANUJOYO LOR, PIYUNGAN

Meilia Safitri, Erika Loniza, Sotya Anggoro

Program Vokasi Universitas Muhammadiyah Yogyakarta
meilia.safitri@vokasi.umy.ac.id

Abstract

Wanujoyo Lor is one of the 17 hamlets in Srimartani village which is located in the eastern part of Piyungan District, Bantul Regency. The monograph of the hamlet, which mostly consists of rice fields, more than half of the main livelihoods of the residents of Wanujoyo Lor Hamlet are farmers who work on rice fields or fields from morning to evening. The problem faced by residents in RT 01 Dusun Wanujoyo Lor is the lack of public understanding in terms of maintaining health, especially in terms of pain management, making them routinely consume medicines on the market. In addition, there is a lack of awareness of the importance of routine personal health checks such as checking blood oxygen levels, blood pressure, and weight. Though it is important to do to prevent the worsening of disease. In community service activities, counseling is carried out to increase residents' understanding in terms of maintaining and maintaining health, especially in terms of pain management, making them routinely consume drugs on the market. In addition, to raise public awareness of the importance of regular checks on personal health such as checking blood oxygen levels, blood pressure, and weight to prevent a disease from getting worse. This community service activity went smoothly. Currently, the residents of Wanujoyo Lor RT 01 Srimartani village already have an infra-red therapy service area equipped with the support of medical check-ups that can be easily accessed by local residents.

Keywords: infrared therapy, SPO2, health check.

Abstrak

Wanujoyo Lor merupakan salah satu dusun dari 17 dusun yang berada di desa Srimartani yang terletak di bagian Timur Kecamatan Piyungan, Kabupaten Bantul. Monografi dusun yang sebagian besar wilayahnya merupakan areal persawahan, lebih dari separuh mata pencaharian utama penduduk Dusun Wanujoyo Lor merupakan petani yang bekerja menggarap sawah atau ladang dari pagi hingga petang. Permasalahan yang dihadapi oleh warga di RT 01 Dusun Wanujoyo Lor kurangnya pemahaman masyarakat dalam hal menjaga dan memelihara kesehatan terutama dalam hal penanganan rasa nyeri, membuat mereka rutin mengkonsumsi obat-obatan di pasaran. Selain itu, kurangnya kesadaran terhadap pentingnya pemeriksaan rutin terhadap kesehatan pribadi seperti pemeriksaan kadar oksigen dalam darah, tekanan darah, serta berat badan. Padahal hal tersebut penting untuk dilakukan untuk mencegah bertambah parahnya suatu penyakit. Dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilakukan penyuluhan guna meningkatkan pemahaman warga dalam hal menjaga dan memelihara kesehatan terutama dalam hal penanganan rasa nyeri, membuat mereka rutin mengkonsumsi obat-obatan di pasaran. Selain itu untuk menumbuhkan kesadaran warga terhadap pentingnya pemeriksaan rutin terhadap kesehatan pribadi seperti pemeriksaan kadar oksigen dalam darah, tekanan darah, serta berat badan guna mencegah bertambah parahnya suatu penyakit. Kegiatan pengabdian masyarakat ini berjalan dengan lancar. Saat ini warga dusun Wanujoyo Lor RT 01 desa Srimartani telah memiliki tempat layanan terapi infra-merah yang dilengkapi dengan dukungan alat cek kesehatan yang dapat dengan mudah diakses oleh warga setempat.

Kata kunci: Alat Terapi, Infra-merah, spo2, cek Kesehatan.

PENDAHULUAN

Wanujoyo Lor merupakan salah satu dusun dari 17 dusun yang berada di desa Srimartani yang terletak di bagian Timur Kecamatan Piyungan, Kabupaten Bantul. Berdasarkan Buku Monografi Desa Srimartani tahun 2018, sebesar 46.8% areal di Dusun Wanujoyo Lor merupakan lahan persawahan, sekitar 29.2% merupakan lahan pemukiman, lahan hutan dan tegalan seluas 15,36%, dan tanah perkebunan seluas 8.6%. Dusun Wanujoyo Lor terdiri dari enam RT (Rukun Tetangga) dan di tempati oleh kurang lebih 360 KK (Kepala Keluarga). Dusun Wanujoyo Lor memiliki jumlah penduduk dengan usia 0-15 tahun sejumlah 25%, 15-65 tahun sebesar 69%, dan usia diatas 65 tahun sebesar 6.5%. Jumlah penduduk miskin yang ada pada dusun ini berdasarkan standar dari BPJS sebesar 25.2%. Karena monografi dusun yang sebagian besar wilayahnya merupakan areal persawahan, sebagai besar mata pencaharian utama penduduk Dusun Wanujoyo Lor merupakan petani yang bekerja menggarap sawah dari pagi hingga petang ilmiah.

Warga masyarakat dimasing-masing Rukun Tangga (RT) di wilayah Dusun Wanujoyo Lor Desa Srimartani Kecamatan Piyungan mempunyai beberapa forum silaturahmi (kumpulan RT) berupa pertemuan rutin di Balai Desa maupun di Balai Pedukuhan dimana salah satu kegiatannya adalah membahas berbagai permasalahan yang ada di lingkungan RT ataupun dusun mereka. Bentuk pertemuan atau forum silaturahmi di Dusun Wanujoyo Lor, terutama pada RT 01 adalah arisan ibu-ibu PKK RT yang rutin dilaksanakan setiap bulan. Kemudian rapat RT yang dihadiri para kepala keluarga pada malam minggu pada minggu pertama setiap bulannya. Namun demikian

forum-forum diskusi tersebut belum melibatkan Konsultan yang sesuai dengan kepakarannya, misalnya kalau dibidang kesehatan adalah dari dokter sehingga pengetahuan dan pemahaman tentang kesehatan yang masih kurang dan pengembangan lingkungan yang kurang sesuai. Selain itu, kurangnya pemahaman masyarakat dalam hal menjaga dan memelihara kesehatan terutama dalam hal penanganan rasa nyeri. Pekerjaan masyarakat yang menggarap sawah dari pagi hingga petang membutuhkan aktifitas fisik yang cukup berat. Pekerjaan mencangkul, menanam padi, menyiangi rumput, dan lain sebagainya mengharuskan seseorang untuk membungkuk dalam waktu yang lama sehingga sering kali menimbulkan nyeri otot pada punggung bagian bawah (*lower back pain*). Kurangnya pemahaman masyarakat dalam hal penanganan rasa nyeri yang dialami, membuat mereka rutin mengkonsumsi obat-obatan di pasaran. Padahal hal ini apabila dibiarkan secara terus menerus akan menimbulkan efek yang tidak baik bagi kesehatan.

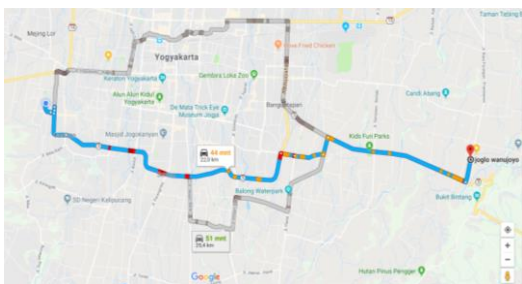
Disamping itu juga, masyarakat di Dusun Wanujoyo Lor, terutama di RT 01 memiliki kesadaran yang kurang terhadap pentingnya pemeriksaan rutin terhadap kesehatan pribadi seperti pemeriksaan kadar oksigen dalam darah, tekanan darah, serta berat badan. Berdasarkan hasil wawancara dengan ketua RT setempat, hal ini disebabkan juga oleh terbatasnya masyarakat yang memiliki alat cek kesehatan pribadi seperti pulse oxymetri, tensimeter, dan timbangan. Dan mereka tidak memahami pentingnya pemeriksaan saturasi oksigen dalam darah.. Masyarakat cenderung merasa enggan jika harus memeriksakan diri ke puskesmas atau klinik saat tidak merasakan gejala apapun.

METODE

Dalam pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan dengan metode sebagai berikut.

1. Tempat Pelaksanaan Kegiatan

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilaksanakan di RT 01 Dusun Wanujoyo Lor Desa Srimartani Kecamatan Piyungan Kabupaten Bantul, D.I. Yogyakarta. Denah lokasi pelaksanaan kegiatan diperlihatkan oleh Gambar 1.



Gambar 1: Denah Dusun Wanujoyo dan Jaraknya dengan Kampus UMY.

2. Sasaran Kegiatan

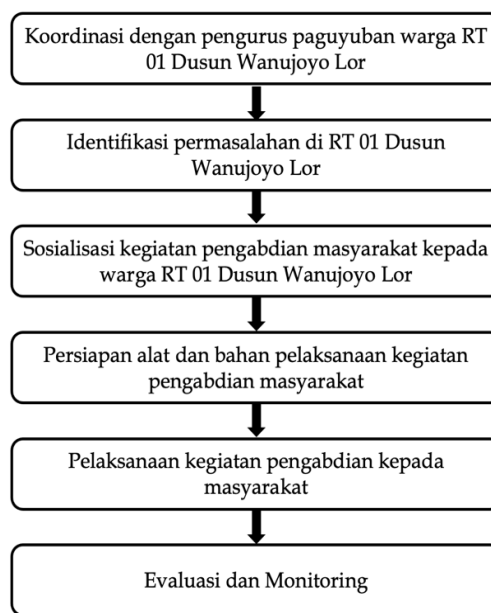
Khalayak sasaran dari kegiatan ini adalah warga masyarakat RT 01 Dusun Wanujoyo Lor Desa Srimartani.

3. Pelaksanaan Kegiatan

Dalam pelaksanaan pengabdian masyarakat ini dapat dilaksanakan dengan beberapa tahapan. Adapun tahapan dalam pelaksanaan program pengabdian masyarakat ini sebagaimana ditunjukkan oleh Gambar 2.

Rencana pelaksanaan program pengabdian ini dimulai dengan

melakukan koordinasi dengan pengurus paguyuban RT 01 Dusun Wanujoyo Lor. Kegiatan ini bertujuan untuk menggali informasi mengenai kebutuhan warga di RT 01 Dusun Wanujoyo Lor serta penyampaian maksud dan tujuan dari pelaksanaan program pengabdian masyarakat ini. Kemudian dilanjutkan dengan mengidentifikasi permasalahan dihadapi oleh warga RT 01 Dusun Wanujoyo Lor. Dalam hal ini pengurus Paguyuban RT 01 Dusun Wanujoyo Lor sebagai mitra program pengabdian masyarakat berpartisipasi dalam memberikan informasi dan keterangan-keterangan mengenai kebutuhan dan permasalahan yang dihadapi oleh warga RT 01 Dusun Wanujoyo Lor. Setelah identifikasi masalah selesai dilakukan, selanjutnya dilakukan koordinasi mengenai jadwal pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat.



Gambar 2. Langkah-langkah pelaksanaan program pengabdian masyarakat.

Kegiatan berikutnya adalah mempersiapkan peralatan dan bahan-bahan yang dibutuhkan dalam melakukan kegiatan pengabdian

masyarakat. Tahapan selanjutnya adalah pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang berupa kegiatan penyuluhan mengenai bagaimana penanganan rasa nyeri dengan menggunakan terapi infra-merah, penyuluhan mengenai pentingnya pemeriksaan kesehatan mandiri secara rutin, merintis rumah layanan pemeriksaan kesehatan mandiri, dan dilanjutkan dengan pelatihan dan pendampingan penggunaan alat terapi infra-merah serta cara mengoperasikan, merawat, dan memelihara alat cek kesehatan dasar yang meliputi pulse oxymetri, tensimeter digital, dan timbangan digital bagi kader di RT 01 Dusun Wanujoyo. Dan kegiatan yang terakhir adalah evaluasi dan monitoring. Kegiatan ini bertujuan untuk menilai apakah tujuan dari program kegiatan pengabdian masyarakat ini telah tercapai atau tidak.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang telah dilakukan dapat dijelaskan sebagai berikut. Berdasarkan koordinasi dengan pengurus paguyuban warga RT 01 Dusun Wanujoyo Lor dan dilanjutkan dengan identifikasi masalah, didapatkan informasi mengenai permasalahan dan kebutuhan warga sebagai berikut

1. Kurangnya pemahaman masyarakat dalam hal menjaga dan memelihara kesehatan terutama dalam hal penanganan rasa nyeri membuat mereka rutin mengkonsumsi obat-obatan di pasaran. Pekerjaan masyarakat yang menggarap sawah dari pagi hingga petang membutuhkan aktifitas fisik yang cukup berat sering kali menimbulkan nyeri otot

pada punggung bagian bawah (*lower back pain*).

2. Kesadaran yang kurang terhadap pentingnya pemeriksaan rutin terhadap kesehatan pribadi seperti pemeriksaan kadar oksigen dalam darah, tekanan darah, serta berat badan. Padahal hal tersebut penting untuk dilakukan untuk mencegah bertambah parahnya suatu penyakit. Apalagi pada masa pandemi Covid-19 seperti sekarang ini. Munculnya gejala baru Covid-19 "*Happy Hypoxia*" membuat orang yang terinfeksi tidak menyadari bahwa saturasi oksigen dalam darah dibawah angka normal.
3. Sebagian besar warga belum mempunyai alat cek kesehatan dasar dan masyarakat cenderung enggan jika harus memeriksakan diri ke puskesmas atau klinik saat tidak merasakan gejala apapun.

Berdasarkan permasalahan yang disampaikan, solusi yang dilakukan dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah sebagai berikut:

1. Memberikan penyuluhan mengenai bagaimana penanganan rasa nyeri tanpa menggunakan obat-obatan melainkan dengan mengguna terapi infra-merah kepada warga RT 01 Dusun Wanujoyo Lor. Pada kegiatan ini juga dilakukan pendampingan kepada kader di RT 01 mengenai cara penggunaan alat terapi infra

merah pada bagian yang nyeri atau cedera. Kegiatan ini dilaksanakan pada tanggal 26 Juni 2021, dihadiri oleh perwakilan 10 warga dan dilaksanakan dengan protokol kesehatan yang ketat.

2. Memberikan penyuluhan mengenai pentingnya pemeriksaan kesehatan mandiri secara rutin kepada warga RT 01 Dusun Wanujoyo Lor. Kegiatan merupakan lanjutan dari penyuluhan sebelumnya dan dilaksanakan pada hari yang sama.
3. Merintis tempat layanan pemeriksaan kesehatan mandiri di RT 01 Dusun Wanujoyo Lor. Kemudian melakukan pelatihan dan pendampingan kepada kader mengenai cara mengoperasikan, merawat, dan memelihara alat cek kesehatan dasar yang meliputi pulse oxymetri, tensimeter digital, dan timbangan digital.



Gambar 3: Kegiatan penyuluhan pada warga.



Gambar 6. Penggunaan alat terapi infra-merah oleh warga.

SIMPULAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman warga dusun Wanujoyo Lor RT 01 desa Srimartani, Piyungan, Bantul dalam hal menjaga dan memelihara kesehatan terutama dalam hal penanganan rasa nyeri, membuat mereka rutin mengkonsumsi obat-obatan di pasaran. Selain itu, dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini juga bertujuan untuk menumbuhkan kesadaran warga terhadap pentingnya pemeriksaan rutin terhadap kesehatan pribadi seperti pemeriksaan kadar oksigen dalam darah, tekanan darah, serta berat badan guna mencegah bertambah parahnya suatu penyakit. Kegiatan pengabdian masyarakat ini berjalan dengan lancar. Saat ini warga dusun Wanujoyo Lor RT 01 desa Srimartani telah memiliki tempat terapi infra-merah yang dilengkapi dengan dukungan alat cek kesehatan yang dapat dengan mudah diakses oleh warga setempat

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada LP3M UMY yang telah memberikan dana dalam pelaksanaan Program Pengabdian Masyarakat ini. Selain itu, penulis juga berterima kasih kepada Ketua dan Warga RT 01 Dusun Wanujoyo Lor Srimartani Piyungan

Bantul, yang telah membantu penyelenggaraan kegiatan pengabdian masyarakat ini. .

DAFTAR PUSTAKA

- Menteri kesehatan, "Berita Negara," Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia., vol. Nomor 65, no. 879, pp. 2004–2006, 2015.
- Herwati. Sartika, W. 2013. Terkontrolnya Tekanan Darah Penderita Hipertensi Berdasarkan Pola Diet Dan Kebiasaan Olah Raga di Padang Tahun 2011. Jurnal Kesehatan Masyarakat. Vol 8 (1): 9-14.
- Santoso & Ismail, A. 2009. Memahami Krisis Bagi Lansia. BPK Gunung Mulia, Jakarta.