E-ISSN : ON PROCESS

K2JCE

KARYA KESEHATAN JOURNAL of COMMUNITY ENGAGEMENT

LPPM STIKES KARYA KESEHATAN

E-ISSN: On Process

KARYA KESEHATAN JOURNAL OF COMMUNITY ENGAGEMENT

(K2JCE)

Volume 01 Nomor 1 Juli 2020

DEWAN REDAKSI

(*EDITORIAL TEAM)*

EDITOR IN CHIEF

Herman, S.Kep., Ns., M.Kes

EDITORS

Adi Tri Wurjatmiko, S.Kep., Ns., M.Kep

Diah Indriastuti, S.Kep., Ns., M.Kep

Ellyani Abadi, SKM., M.Kes

Kholik Harun Rosjidi, A.Per.Men., M.Kes

Linda Ayu Riska Putri, SKM., M.Sc

Narmi, S. Kep., Ns., M.Kes

Mien, S. Kep., Ns., M.Kes

PEER REVIEW

Risqi Wahyu Susantim S.Kep., Ns., M.Kep

Rosmiati, SKM. M. Kes

Iis afrianty, S.S.T.,M.Keb

Muhdar, S.ST, M.Kep

Mariany, S.ST., M.Keb

Rosmiati, SKM., M.Kes

E- ISSN : on process

K2JCE:

Karya Kesehatan Journal of Community Engagement

Volume 1 Nomor 1 Juli 2020

DAFTAR ISI

No	Artikel	Halaman
1.	**Pelatihan Bantuan Hidup Dasar (Basic Life Support) pada Masyarakat Pesisir dan Kelompok Nelayan di Desa Bajoe Kecamatan Soropia Kabupaten Konawe** *Adi Try Wurjatmiko, Muhammad Syahwal, Aluddin Aluddin*	01 - 04
2.	**Pendampingan Pemberian Green Smoothies Pakcoy Untuk Menurunkan Tekanan Darah Pasien Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Poasia** *Riska Mayangsari, Diah indriastuti*	05 - 08
3.	**Peningkatan Pengetahuan Tentang Perawatan Payudara Pada Ibu Menyusui Di Posyandu Wilayah Kerja Puskesmas Mekar Kota Kendari** *Mien Mien, Narmi Narmi, Narmawan Narmawan*	09 - 12
4.	**Pelatihan Pembuatan Pempek** *Sitti Hadrayanti Ananda, Tahiruddin Tahiruddin*	13 - 15
5.	**Penyuluhan Masalah Dekompresi Dan Barotrauma Serta Pemeriksaan Kesehatan Pada Masyarakat Nelayan Tradisional** *Herman Herman, Risnawati Risnawati, Siti Umrana*	15 - 18

Karya Kesehatan Journal of Community Engagement
https://stikesks-kendari.e-journal.id/K2JCE
Volume 01 | Nomor 01 | Juli | 2020
E-ISSN : On Process

Pelatihan Bantuan Hidup Dasar *(Basic Life Support)* pada Masyarakat Pesisir dan Kelompok Nelayan di Desa Bajoe Kecamatan Soropia Kabupaten Konawe

Adi Try Wurjatmiko[1], Muhammad Syahwal[2], Aluddin[3]
[1,2,3] Prodi Diploma III Keperawatan, STIKes Karya Kesehatan

Korespodensi
Muhammad Syahwal
Prodi Diploma III Keperawatan, STIKes Karya Kesehatan
Jl. Jend AH. Nasution, G.89 Anduonohu - Kendari
Email : awaljhe@gmail.com

Kata Kunci :
Basic Life Support, Pesisir, Nelayan.

Keywords:
Basic Life Support, coastal, fisherman.

Abstrak. Tingginya angka kematian akibat tenggelam salah satunya disebabkan pengetahuan dan keterampilan penolong yang kurang tepat serta prinsip tindakan penyelamatan awal yang tidak sesuai. Pertolongan kasus kegawatdaruratan tidak hanya dapat dilakukan oleh tenaga kesehatan, tetapi dapat juga dilakukan oleh masyarakat awam seperti nelayan. Hal tersebut akan menjadi penentu keselamatan nyawa korban sebelum tenaga kesehatan berada di lokasi kejadian atau sebelum dibawa ke tempat pelayanan kesehatan. Kegiatan pengabmas dilakukan dengan metode ceramah, tanya jawab dan simulasi tindakan pertolongan kegawatdaruratan yang dilaksanakan pada tanggal 2 November 2019 di Desa Bajoe Kecamatan Soropia Kabupaten Konawe yang diikuti oleh 40 orang. Hasil kegiatan mampu meningkatkan pengetahuan, pemahaman dan keterampilan masyarakat pesisir dan kelompok nelayan tentang kegawatdaruratan pesisir dan cara melakukan bantuan hidup dasar.

Abstract. *The high mortality rate due to drowning is partly due to the inaccurate knowledge and skills of the helper and the inappropriate principles of initial rescue action. Emergency case assistance can not only be done by health workers but can also be done by ordinary people such as fishermen. This will determine the safety of the victim's life before health workers are at the scene of the incident or before being taken to the health service. Community service activities were carried out by lecturing, question and answer methods, and simulations of emergency relief actions which were held on November 2, 2019, in Bajoe Village, Soropia District, Konawe Regency, which was attended by 40 people. The results of the activity can increase the knowledge, understanding and skills of coastal communities and fishermen groups about coastal emergencies and how to carry out basic life support.*

PENDAHULUAN

Nelayan menjadi salah satu kelompok sosial yang secara keseluruhan atau sebagian hidupnya tergantung dari kegiatan menangkap ikan serta hasil laut lainnya yang kemudian dijual, dikonsumsi sendiri dan dibudidayakan[1].

Sebagian besar aktivitas nelayan berada dilautan, sehingga sangat rentan untuk mengalami berbagai insiden yang membahayakan nyawa seperti kasus tenggelam yang dapat menyebabkan kondisi kegawatdaruratan seperti hipoksia, hipotermi, serta henti jantung dan henti napas (*cardiac arest*) yang semuanya berujung pada kematian[2]. Secara umum sekitar 500.000 orang di dunia tenggelam setiap tahunnya. Kematian terjadi 32,8/100 korban tenggelam, 5-12% korban yang berhasil bertahan hidup mengalami kerusakan neurologis berat yang permanen[3].

Tingginya angka kematian akibat tenggelam salah satunya disebabkan pengetahuan dan keterampilan penolong yang kurang tepat serta prinsip tindakan penyelamatan awal yang tidak sesuai[4]. Pertolongan kasus kegawatdaruratan tidak hanya dapat dilakukan oleh tenaga kesehatan, tetapi dapat juga dilakukan oleh masyarakat awam seperti nelayan. Hal tersebut akan menjadi penentu keselamatan nyawa korban sebelum tenaga kesehatan berada di lokasi kejadian atau sebelum dibawa ke tempat pelayanan kesehatan[5,6].

Tindakan kegawat daruratan yang dapat dilakukan oleh orang awam seperti masyarakat pesisir dan nelayan pada prinsipnya merupakan bantuan hidup dasar dengan prinsip *Danger, Respon, Circulation, Airway* dan *Breathing* untuk kasus henti jantung dan henti napas atau cardiac arest[6,7].

Menurut Pothitakis, apabila kelompok awam termasuk nelayan memiliki ketrerampilan terkait bantuan hidup dasar dengan prinsip-prinsip penanganan gawat darurat yang tepat, maka hal tersebut akan mampu meminimalisir kematian akibat kasus henti jantung dan henti napas (*cardiac arest*) yang salah satu penyebab dan pemicunya adalah insiden tenggelam[8].

METODE

Metode pengabdian dilakukan dengan penyuluhan, diskusi tanya jawab dan simulasi.

HASIL

Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat ini telah di laksanakan di Desa Bajoe Pulau Bokori Kabupaten Konawe dalam bentuk penyuluhan dan pelatihan kesehatan tentang bahaya bantuan hidup dasar untuk orang awam pada masyarakat pesisir & kelompok nelayan dengan jumlah peserta sebanyak 40 orang yang melebihi jumlah peserta yang ditargetkan sebelumnya yakni 30 orang. Setelah mengikuti kegiatan ini, masyarakat pesisir dan kelompok nelayan Desa Bajoe Pulau Bokori memiliki pengetahuan, pemahaman dan keterampilan dalam hal kegawatdaruratan pesisir dan cara memberikan bantuan hidup dasar. Hal tersebut dibuktikan berdasarkan hasil evaluasi setelah melakukan penyuluhan dan pelatihan, peserta yang dapat menjawab pertanyaan dengan baik dan benar terkait materi penyuluhan sebanyak 90% dan peserta yang dapat melakukan bantuan hidup dasar secara mandiri mencapai angka 80% dari total peserta.

Gambar 1. Penyuluhan tentang kasus kegawatdaruratan wilayah peisisir

Gambar 2. Simulasi tindakan pertolongan kasus tenggelam bagi masyarakat awam

SIMPULAN DAN SARAN

Kegiatan pengabmas ini dapat menjadi satu tindakan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan masyarakat dalam melakukan tindakan pertolongan pada kasus kegawatdaruratan pada masyarakat pesisir.

DAFTAR PUSTAKA

1. Widodo. Nelayan dalam Perspektif sosial. Jakarta: Pelita Jaya, 2016.
2. Sanjatmiko, P. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Perilaku Nelayan Artisanal Memanfaatkan Sumberdaya Perikanan di Pantai Utara Jawa Barat. Sekolah Pasca Sarjana IPB: Bogor, 2011.
3. Nasrullah M, & Muazzam S. Drowning mortality in the United States. J Community Health. 201; 36(1):69-

75.Doi: 10.1007/s10900-010-9281-2

4. Restrepo,C.S., Sing,A.K., Ortiz,C.,& Sannanja,B. Near-Drowning: Epidemiology, Pathophysiology and Imaging Findings. Journal of Trauma and Care. 2017;3(3):10-26.Doi: https://www.researchgate.net/publication/320934554
5. Uribarri, Aitor , Bueno, Héctor , Pérez-Castellanos, Alberto , Loughlin, Gerard, Sousa, Iago , Viana-Tejedor, Ana , & Fernández-Avilés, Francisco. Impact of Time to Cooling Initiation and Time to Target Temperature in Patients Treated with Hypothermia After Cardiac Rrrest. European Heart Journal.2015;4(4):365 - 372. Doi: 10.1177%2F2048872614557241
6. Proehl, J. A. Emergency Nursing Procedures. St Louis: Saunders, 2009.
7. American Heart Association. Heart disease and stroke: A report from American Heart Association. Circulation AHA Journal. 2015;129(3):e28–292. Doi:10.1161/01.cir.0000441139.02102.80
8. Pothitakis, at al. Nursing role in monitoring during cardiopulmonary resuscitation and in the peri-arrest period: A review. Vheart & lung. 2015; 40(6):530-544. Doi:10.1016/j.hrtlng.2010.11.006

Karya Kesehatan Journal of Community Engagement
https://stikesks-kendari.e-journal.id/K2JCE
Volume 01 | Nomor 01 | Juli | 2020
E-ISSN : On Process

"PENDAMPINGAN PEMBERIAN GREEN SMOOTHIES PAKCOY UNTUK MENURUNKAN TEKANAN DARAH PASIEN HIPERTENSI DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS POASIA"

Riska Mayangsari[1], Diah Indriastuti[2],
[1] Prodi Sarjana Ilmu Gizi STIKes Karya Kesehatan
[2,] Prodi Sarjana Keperawatan STIKes Karya Kesehatan

Korespodensi :
Diah Indriastuti
Prodi Sarjana Keperawatan STIKes Karya Kesehatan
Email: nsdiahindri@gmail.com

Kata Kunci : Green smoothies, hipertensi, tekanan darah
Keywords: *Green smoothies, hypertension, blood pressure*

Abstrak. Hipertensi menjadi salah satu penyebab kasus kematian dan kesakitan di Indonesia. Keadaan peningkatan tekanan darah menjadi faktor utama *morbiditas* dan *mortalitas* akibat hipertensi. Hipertensi yang tidak teratasi dapat menyebabkan gangguan kesehatan diantaranya gelisah, sesak nafas, *nausea, vomiting*, *fatigue*, *insomnia,* impotensi, *ensepalopati hipertensif* dan masih banyak lagi. Penatalaksanaan pada kejadian hipertensi dapat diberikan dengan cara farmakologis dan non farmakologis.. Pendekatan farmakologis diantaranya dengan memberikan obat antihipertensi pada pasien yang dikarakteristikkan pada penderita hipertensi derajat 1 dengan peningkatan tekanan darah selama 6 bulan berturut-turut. Pengabdian ini bertujuan untuk memberikan pendampingan kepada pasien hipertensi dalam mengkonsumsi *Green Smoothies Pakchoy* sebagai pangan alternative untuk menurunkan tekanan darah. Metode kegiatan yang digunakan dalam kegiatan ini memberikan pendampingan pemberian *Green smoothies* pakcoy sebanyak 400 ml/hari setiap pagi selama 7 hari. Pengukuran tekanan darah pada hari pertama sebelum pemberian, pada hari ke-4 untuk mengontrol tekanan darah dan satu hari setelah pemberian *green smoothies* pakcoy

Abstract. *Hypertension is one of the causes of death and morbidity in Indonesia. The state of increased blood pressure is a major factor in morbidity and mortality due to hypertension. Unresolved hypertension can cause health problems including anxiety, shortness of breath, nausea, vomiting, fatigue, insomnia, impotence, hypertensive encephalopathy, and many more. Management of hypertension can be given by pharmacological and non-pharmacological methods. Pharmacological approaches include giving antihypertensive drugs to patients characterized by grade 1 hypertension with increased blood pressure for 6 consecutive months. This service aims to provide assistance to hypertensive patients in consuming Green Smoothies Pakchoy as an alternative food to lower blood pressure. The activity method used in this activity provides assistance in providing 400 ml of Pakcoy Green smoothies/day every morning for 7 days. Measurement of blood pressure on the first day before administration, on the 4th day, to control blood pressure, and one day after giving green smoothies.*

PENDAHULUAN

Hipertensi menjadi salah satu penyebab kasus kematian dan kesakitan di Indonesia.[1] Keadaan peningkatan tekanan darah menjadi faktor utama *morbiditas* dan *mortalitas* akibat hipertensi.[2] Hipertensi yang tidak teratasi dapat menyebabkan gangguan kesehatan diantaranya gelisah, sesak nafas, *nausea, vomiting*, *fatigue*, *insomnia,* impotensi, *ensepalopati hipertensif* dan masih banyak lagi.[3] riskaris

Hipertensi dietahui telah menyebabkan 7,5 juta kematian di dunia dan menjadi penyumbang kematian sebesar 12,8% dari seluruh kematian di dunia.[5] Riskesdas 2013 menjelaskan sebanyak 25,8% kasus hipertensi di Indonesia, hanya sebanya 1/3 jumlah yang diketahui dan terdiagnosis sedangkan sisanya tida terdiagnosis.[6] Presentase kejadian hipertensi di Sulawesi Tenggara berada diatas prevalensi nasional, yaitu sebanyak 31.817 orang (38,60%) berusia diatas 18 tahun dengan penderita terbanyak berjenis kelamin laki-laki sebesar 50,32%.[7]

Penatalaksanaan pada kejadian hipertensi dapat diberikan dengan cara farmakologis dan non farmakologis.[1,4] Pendekatan farmakologis diantaranya dengan memberikan obat antihipertensi pada pasien yang dikarakteristikkan pada penderita hipertensi derajat 1 dengan peningkatan tekanan darah selama 6 bulan berturut-turut.[1] Penanganan non farmakologis dapat dilaksanakan dengan menjalani pola hidup sehat diantaranya penurunan berat badan, mengurangi asupan garam, berolah raga rutin, mengurangi konsumsi alcohol, berhenti merokok dan melakukan diet DASH (Dietary Approaches to Stop Hypertension), yaitu dengan mengubah pola makan sehat yang dirancang guna membantu mengobati atau mencegah tekanan darah tinggi (hipertensi). [1,4]

Food based therapy (terapi berbasis pangan) dapat dijadikan alternatif pemecahan masalah untuk mengurangi ataupun menyembuhkan penyakit.[8] Praktik penggunaan *food based therapy (terapi berbasis pangan)* menjadi salah satu pelaksanaan program pencegahan primer dan sekunder pada basis masyarakat.[9,10] Salah satu sayuran yang dapat dijadikan sebagai bahan dalam *Food based therapy (terapi berbasis pangan)* adalah sawi, khususnya pakcoy atau sawi sendok (*Brassica chinensis L.*) yang sering disebut dengan julukan sawi manis sehingga masyarakat cenderung lebih menyukainya.[11]

Pakcoy memiliki serat pengan yaitu kalsium, fosfor, besi, betakaroten dan vitamin dapat menjadi antivirus, antibakteri, menghambat kejadian katarak, resiko cacat bawaan, memperbaiki tukak di pencernaan, dapat menurunkan kolesterol sekaligus gula dalam darah serta mengikat asam empedu untuk dibuang bersama *faeces*.[12] Pakcoy banyak dikembangkan saat ini karena cocok dengan wilayah tropis Indonesia dan mudah proses budidaya.[13]

Studi pendahuluan yang dilaksanakan di Puskesmas Poasia dimana program prolanis telah dilaksanakan, pada tanggal 24 September 2018, didapatkan bahwa data penderita hipertensi lansia sebanyak 693 orang dan sebanyak 907 penderita hipertensi usia dewasa. Latar belakang tersebut mendasari peneliti untuk melasanaan penelitian

METODE

Metode kegiatan yang digunakan dalam kegiatan ini memberikan pendampingan pemberian *Green smoothies* pakcoy sebanyak 400 ml/hari setiap pagi selama 7 hari. Pengukuran tekanan darah pada hari pertama sebelum pemberian, pada hari ke-4 untuk mengontrol tekanan darah dan satu hari setelah pemberian *green smoothies* pakcoy .

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan pengabdian yaitu dengan mengunjungi masyarakat yang telah dipilih untuk mendapatkan pendampingan *greesn smoothies pakcoy.* Sebanyak 20 orang terpilih dan akan diukur dahulu tekanan darahnya lalu diberikan pendampingan pemberian smoothies selama 8 hari. Selama pemberian smoothies, pengabdi akan memberikan informasi dan konsultasi mengenai kesannya saat mengikuti program pendampingan smoothies. Adapun hasil dari pengabdian ini dapat dilihat pada table 1 di lampiran .

Kegiatan pendampingan akan dikaji menggunaan 5 tahapan evaluasi, yaitu: **Relevans**i, Kegiatan pendampingan relevan dengan program Germas dari Kemenkes

yaitu salah satunya gerakan makan sayur. **Efisiensi**, Kegiatan Pendampingan ini bekerja sama denga Garden Eatery Restauran sebagai penyedia produk Green Smoothies Pakcoy. Pelaksanaan pengabdian masayarakat dilaksanakan dengan mendatangi setiap peserta pengabdian dengan lokasi yang berbeda-beda. Kendala yang dihadapi adalah ketika pengabdi sudah melakukan kontrak waktu tetapi peserta tidak berada di rumah. Proses transportasi menyebabkan beberapa kemasan rusak yaitu gelas pecah atau bocor, sehingga harus diganti dengan produk baru. Penggantian produk baru ini menyebabkan peningkatan penggunaan anggaran. Peningkatan penggunaan anggaran dapat diatasi dengan kerjasama yang telah disepakati sehingga dapat meringankan pelaksanaan pengabdian.

Efektifitas, kegiatan pendampingan dilaksanakan bersama dengan pihak Garden Eatery Restaurant yang sedang menggalakkan program urban farming dan gemar makan sayur, serta kegiatan ini dilaksanakan bersama dengan mahasiswa sebagai bentuk penambahan pengalaman dalam kegiatan pendampingan dan pengukuran tanda-tanda vital. **Hasil,** Hasil dari kegiatan pengabdian ini menunjukkan terjadinya penurunan tekanan darah pada klien yang diberikan pendampingan minum green smoothies selama 1 minggu. **Dampak,** Kegiatan pendampingan memiliki dampak pada peningkatan kesehatan pada penderita hipertensi yang merupakan warga binaan dari Puskesmas Poasia.

***Gambar 1**: Tim Melaksanakan pendampingan*

Simpulan Dan Saran

Green smoothies pakcoy menunjukkan manfaat yaitu menurunkan tekanan darah. Kegiatan pendampingan ini menunjukkan bahwa pemberian green smoothies pakcoy membutuhkan pengawalan pada awalnya namun bisa dilaksanakan secara mandiri setelah pasien mengetahui manfaat dari minumn tersebut.

Daftar Rujukan

1. Perhimpunan Dokter Spesialis Kardiovaskular Indonesia. Pedoman tatalaksana hipertensi pada penyakit kardiovaskular. Vol. 1, Pedoman Tatalaksana Hipertensi Pada Penyakit Kardiovaskuler. Jakarta: Perki; 2015. 1-2 p.
2. Triyanto E. Pelayanan keperawatan bagi penderita hipertensi secara terpadu. Yogyakarta: Graha Ilmu; 2014.
3. Noviyanti. Hipertensi Kenali Cegah dan Obati. Yogyakarta: Notebook; 2015.
4. Weber M., Schiffrin E., White W., Mann S, Lindholm L., Kenerson J. Clinical Practice Guidelines for the Management of Hypertension in the Community: A Statement by the American Society of Hypertension and the International Society of Hypertension. J Clin Hypertens (Greenwich). 2014;16:4–26.
5. WHO. Global Health Observatory Data : Raised blood pressure [Internet]. [cited 2018 Sep 28]. Available from: http://www.who.int/gho/ncd/risk_factors/blood_pressure_prevalence_text/en/
6. Biro Komunikasi dan Pelayanan Masyarakat KKR. Sebagian besar penderita hipertensi tidak menyadarinya [Internet]. Berita. 2018 [cited 2018 Sep 28]. p. 10–1. Available from: http://www.depkes.go.id/article/view/17

051800002/sebagian-besar-penderita-hipertensi-tidak-menyadarinya.html
7. Dinas Kesehatan Provinsi Sulawesi Tenggara. Profil Kesehatan Sulawesi Tenggara Tahun 2017. Kendari; 2018.
8. Jain R. Pengobatan alternatif untuk mengatasi tekanan darah. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama; 2011.
9. Mubarak WI. Ilmu Keperawatan Komunitas 2. Teori & Pendekatan Asuhan Keperawatan Komunitas, Gerontik dan Keluarga. Jakarta: Sagung Seto; 2009.
10. Allender JA, Rector C, Warner KD. Community & Public Health Nursing : Promoting The Public's Health. Philadelphia: Lippincott Williams & Wilkins; 2014.
11. Yuniarti A, Suriadikusumah A, Gultom JU. Pengaruh pupuk anorganik dan pupuk organik cair terhadap ph, n-total, c-organik, dan hasil pakcoy pada inceptisols. Pros Semin Nas 2017 Fak Pertan UMJ. 2017;213–9.
12. Rakhmiati. Pengaruh Konsentrasi Pupuk Daun Terhadap Pertumbuhan Dan Hasil Sawi (Brassica juncea, L). Dharma Wacana Metro. 2015;1–56.
13. Sumpena U, A P. Seri KRPL: Budidaya Caisin dan Pakcoy menggunakan Pot/Polibeg. Balai Penelitian Tanaman Sayuran. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Pertanian, Kementerian Pertanian; 2014.

Lampiran

Tabel. 1

No	Inisial	Usia (Th)	Agama	Pekerjaan	Pendidikan	Lama Menderita	Td Sebelum (mmhg)	Td Sesudah (mmhg)
1.	Ny. L	57	Islam	Petani	SD	1 Bln	150/90	150/90
2.	Ny. J	51	Islam	IRT	SMEA	6 Bln	130/90	130/90
3.	Ny. I	38	Islam	IRT	S1	3 Th	190/120	120/90
4.	Ny. A	63	Islam	Pensiun Guru	S1	6 Th	150/90	140/90
5.	Ny. Hj A	51	Islam	PNS	S1	10 Th	130/90	130/90
6.	Ny. H	55	Islam	PNS	S1	2 Th	150/90	110/100
7.	Ny. Z	46	Islam	IRT	SMA	5 Th	150/90	120/90
8.	Ny.N	50	Islam	IRT	SMK	2 Th	130/90	130/90
9.	Ny. N	51	Islam	IRT	SMA	3 Th	130/90	110/90
10.	Ny. Dj	67	Islam	Pensiunan	D1	4 Th	130/90	120/90
11.	Ny. K	49	Islam	Dosen	S2	2 Th	130/90	120/90
12.	Ny. J	46	Islam	Guru	S1	1 Th	130/90	120/90
13.	Ny. A	58	Islam	Pengusaha	SMP	2 Th	150/90	130/90
14.	Ny. Hj. A	52	Islam	Gizi	S2	16 Th	140/90	120/90
15.	NY. N	61	Islam	IRT	SMP	3 bulan	140/90	130/90
16.	NY. A	49	Islam	IRT	SMA	1 Th	150/100	130/90
17.	Ny. H	58	Islam	Dosen	SMA	5 Th	140/90	110/90
18.	Ny. A	47	Islam	Dosen	SMA	2 Th	140/90	120/90
19.	Ny. R	53	Islam	PNS	S1	3 Th	130/90	130/90
20.	Ny. H	68	Islam	Guru	S1	1,5 Th	130/90	120/80

Karya Kesehatan Journal of Community Engagement
https://stikesks-kendari.e-journal.id/K2JCE
Volume 01 | Nomor 01 | Juli | 2020
E-ISSN : On Process

Peningkatan Pengetahuan Tentang Perawatan Payudara Pada Ibu Menyusui Di Posyandu Wilayah Kerja Puskesmas Mekar Kota Kendari

Mien[1], Narmi[2], Narmawan [3]
[1 ,2,] Prodi Sarjana Keperawatan STIKes Karya Kesehatan

Korespodensi :
Mien
Prodi Sarjana Keperawatan STIKes Karya Kesehatan
Email: mienitumien@gmail.com

Kata Kunci : Menyusui, Perawatan Payudara, Posyandu
Keywords: *Breastfeeding, Breast Care, Posyandu*

Abstrak. ASI merupakan makanan terbaik untuk bayi dan tidak tergantikan. Agar ASI dapat diproduksi dengan cukup maka perlu dilakukan perawatan payudara yang optimal bagi ibu yang sedang dalam masa menyusui. Air susu ibu (ASI) sangat dianjurkan untuk diberikan kepada anak. Air Susus Ibu menyediakan nutrisi yang ideal, seperti vitamin, protein, lemak, dan gula, bahkan antibodi pembentuk sistem kekebalan tubuh untuk menunjang kesehatan dan tumbuh kembang bayi. ASI juga terbukti efektif untuk mencegah bayi sakit. Selain itu, menyusui juga memberi manfaat untuk sang ibu, seperti membantu menurunkan berat badan, mengurangi pendarahan rahim setelah melahirkan, mengurangi risiko kanker payudara dan kanker ovarium, serta menurunkan risiko diabetes dan osteoporosis. Namun terkadang ketika menyusui, ada saja masalah yang muncul dan terjadi pada payudara dan puting. Contohnya nyeri puting, puting kering dan pecah-pecah, puting masuk ke dalam, payudara membengkak, saluran susu tersumbat, atau payudara(mastitis) Namun dengan merawat payudara, berbagai masalah tersebut dapat diatasi dan dicegah. Merawat payudara ketika memberikan ASI membuat aktivitas menyusui bisa dilakukan dengan nyaman dan tanpa rasa sakit. Meningkatan Pengetahuan tentang Perawatan Payudara pada Ibu Menyusui Di Posyandu Wilayah Kerja Puskesmas Mekar Kota Kendari. Metode kegiatan yang digunakan dalam kegiatan ini adalah dengan menggunakan media instrumen berupa phantom payudara dan beberapa tampilan video maupun gambar terkait perawatan payudara pada ibu menyusui Di Posyandu Wilayah Kerja Puskesmas Mekar Kota Kendari.

Abstract. *Breast milk is the best food for babies and cannot be replaced. To produce enough breast milk, it is necessary to do optimal breast care for mothers who are breastfeeding. Breast milk (ASI) is highly recommended to be given to children. Mother's Milk provides ideal nutrients, such as vitamins, protein, fat, and sugar, and even antibodies that form the immune system to support the health and development of babies. Breast milk has also been shown to be effective in preventing babies from getting sick. In addition, breastfeeding also provides benefits for the mother, such as helping to lose weight, reducing uterine bleeding after childbirth, reducing the risk of breast cancer and ovarian cancer, and reducing the risk of diabetes and osteoporosis. But sometimes when breastfeeding, some problems arise and occur in the breasts and nipples. For example nipple pain, dry and cracked nipples, inverted nipples, swollen breasts, blocked milk ducts, or breasts (mastitis). However, by taking care of the breasts, these problems can be overcome and prevented. Caring for your breasts while breastfeeding makes breastfeeding a comfortable and painless activity. Improving Knowledge about Breast Care for Breastfeeding Mothers in Posyandu Working Area of Mekar Public Health Center, Kendari City. This activity's method of activity is to use media instruments in the form of phantom breasts and several videos and image display related to breast care for breastfeeding mothers at the Posyandu, Mekar Health Center Work Area, Kendari City.*

PENDAHULUAN

Masalah menyusui sering terjadi terutama pada ibu-ibu yang baru pertama kali mempunyai seorang bayi atau masyarakat yang kurang pengetahuan tentang perawatan payudara yang benar. Selain itu faktor penyebab dilakukan perawatan payudara adalah payudara bengkak (*engorgement*), kelainan puting susu (puting susu datar dan puting susu terpendam atau tertarik ke dalam) , puting susu nyeri (*sore nipple*) dan puting susu lecet (*cracked nipple*), saluran susu tersumbat (*obstructive duct*), radang payudara (*mastitis*), abses payudara, air susu ibu kurang lancar keluar. Pada sebuah penelitian tentang keberhasilan ibu menyusui, terdapat faktor penting tentang perawatan payudara, hal ini terbukti dengan diperolehnya data dari 115 ibu postpartum yang terbagi dalam dua kelompok, dimana angka keberhasilan menyusui pada 50 ibu yang tidak melakukan perawatan payudara adalah 26,8%. Ini sangat rendah jika dibandingkan dengan 98,1% keberhasilan menyusui dari kelompok ibu yang melakukan perawatan payudara yang berjumlah 65 orang (Almaglamsyah, 2008).

METODE

Metode pengabdian dilakukan dengan memberikan leaflet, ceramah serta menampilkan video, memberikan simulasi dengan menggunakan, diskusi tanya jawab.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan dalam upaya peningkatan pengetahuan tentang perawatan payudara pada ibu menyusui telah dilaksanakan pada hari Sabtu, 20 April 2019, bertempat di Posyandu Kemuning Wilayah kerja Puskesmas Mekar Kota Kendari. Wilayah kerja puskesmas mekar merupakan mitra kerja LPPM stikes karya kesehatan kendari dan laporan dari penanggung jawab posyandu bahwa Posyandu Kemuning merupakan bagian dari Posyandu yang ada di Puskesmas Mekar yang mimiliki komunitas ibu menyusui lebih banyak dibanding posyandu lainnya. Kegiatan pengabdian melalui penyuluhan terkait perawatan payudara dengan tujuan untuk meningkatkan pengetahuan kepada seluruh ibu menyusui yang dilaksanakan pada pukul 10:00 s.d 12:00 wita. Situasi kegiatan penyuluhan berjalan dengan cukup baik, tampak antusias dari semua ibu menyusui selama kegiatan penyuluhan dari awal sampai berakhirnya kegiatan.

Langkah-langkah kegiatan diawali dengan tahap perkenalan dari narasumber semua tim pengabdi kepada seluruh peserta selanjutnya menyampaikan tujuan dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat berupa penyuluhan terkait pentingnya perawatan payudara dan dampak yang terjadi jika tidak dilakukan perawatan payudara pada ibu menyusui dengan alokasi 60 menit. Materi penyuluhan diberikan dalam bentuk power point, video dan *leaflet* (diberikan setelah kegiatan selesai) tentang cara/langkah perawatan payudara dengan menggunakan LCD *Projector* dan *notebook*. Setelah materi penyuluhan diberikan narasumber langsung memberikan kesempatan untuk bertanya dan terdapat 3 orang ibu yang bertanya terkait cara perawatan payudara selanjutnya tim pengabdi memberikan penjelasan/menjawab pertanyaan tersebut. Tahap selanjutnya narasumber bertanya kepada peserta untuk mevalidasi kembali pemahaman peserta terkait topik penyuluhan dan peserta dapat

menunjukkan pemahanan terkait pentingnya perawatan payudara.

***Gambar 1**: Tim Memberikan Materi dalam penyuluhan*

Simpulan Dan Saran

Hasil pengabdian ini akan dilaporkan dalam bentuk sosialisasi kepada seluruh civitas akademik seluruh dosen Stikes karya kesehatan kendari dan hasil pengabdian ini akan dipublikasikan di OJS (*Open Journal System*) Stikes Karya Kesehatan

Daftar Rujukan

Manuaba. 2010. Ilmu kebidanan penyakit kandungan dan kb. Jakarta. EGC

Cakrawati dan *Mustika*. *2011*. Buku Ajar Ilmu Gizi. Edisi Kedua. Jakarta : Penerbit Buku Kedokteran EGC.

Handayani, Sri. 2011. Buku Ajar Pelayanan Keluarga Berencana. Yogyakarta. Pustaka Rihama. Harahap

Gambaran pengetahuan ibu tentang perawatanpayudara dan mastitis pada masa nifas di RSUDDr Pirngadi Kota Medan 2013

Marmi. 2012. Asuhan Kebidanan Pada Masa Nifas. Yogyakarta :Pustaka Pelajar. Mochtar, Rustam. 2012.Sinopsis Obstetri Edisi 2 Jilid , Jakarta: EGC

Nugroho. 2011. Patologi Kebidanan, Yogyakarta; Nuha Medika. PramitasariRD,

Saryono.2009.Perawatan Payudara. Yogyakarta : Mitra. Cendekia

Sulistyawati. Ari.2010.Buku Ajar Asuhan Kebidanan pada Ibu Nifas. Yogyakarta: CV Andi Offset.

Walyani.2015. Asuhan Kebidanan Masa nifas & menyusui. Yogyakarta. Pustaka baru

Karya Kesehatan Journal of Community Engagement
https://stikesks-kendari.e-journal.id/K2JCE
Volume 01 | Nomor 01 | Juli | 2020
E-ISSN : On Process

PELATIHAN PEMBUATAN PEMPEK

Siti Hadrayanti Ananda[1], Tahiruddin[2]
[1] Prodi Sarjana Ilmu Gizi STIKes Karya Kesehatan
[,2,] Prodi Sarjana Keperawatan STIKes Karya Kesehatan

Korespodensi :
Tahiruddin
Prodi Sarjana Keperawatan STIKes Karya Kesehatan
Email: tahiruddink3@gmail.com

Kata Kunci : Ikan Tenggiri, Pelatihan, Pempek
Keywords: *Mackerel, Pempek, Training,*

Abstrak. *Pemanfaatan produk ikan selama ini yang dibuat masih sederhana yaitu dengan digoreng, disemur, asam manis atau menu masakan nusantara yang lain sehingga belum nampak adanya diversifikasi produk berbasis ikan laut. Tujuan pengabdian adalah pengenalan teknologi penanganan produk perikanan pempek sehingga dapat menjadi produk yang memiliki nilai ekonomi. Metode pengabdian yang digunakan adalah metode ceramah, simulasi, dan diskusi. Pengolahan pempek terdiri atas pembersihan dan pemfiletan ikan, pelumatan daging, pengadukan adonan, pencetakan dan pemanasan. Analisa teknis yang digunakan adalah analisa deskripsi. Hasil pengabdian adalah dari 7 orang ibu terdapat 4 orang ibu yang mampu membuat pempek ikan tenggiri. Simpulan 57% ibu telah mengenal teknologi penanganan produk perikanan pempek.*

Abstract. *The use of fish products so far is still simple, namely by frying, stewing, sour, or other Indonesian cuisine menus, so there is no visible marine fish-based product. The purpose of the service is the introduction of technology for handling pempek fishery products so that they can become products that have economic value. The service method used is the lecture, simulation, and discussion method. Pempek processing consists of fish filling and processing, meat pulverization, dough mixing, molding, and heating. The technical analysis used is a description of the analysis. The result of the service is that from 7 mothers there are 4 mothers who are able to make mackerel fish pempek. In conclusion, 57% of mothers were familiar with the technology for handling pempek fishery products..*

PENDAHULUAN

Ikan merupakan hewan laut yang kaya akan protein.Protein ikan menyediakan lebih kurang 2/3 dari kebutuhan protein hewani yang diperlukan manusia. Kendungan protein ikan relatif besar yaitu antara 15-25% tiap 100 gr daging ikan. Selain itu protein ikan terdiri dari asam-asam amino yang hampir semuanya diperlukan oleh manusia [1].

Pempek pertama kali dibuat dengan menggunakan ikan belida (*Notopterus sp*) atau ikan gabus (*Ophiocephalus sp*), yaitu ikan asli sungai Musi yang mempunyai daging putih dan rasa gurih yang khas. Namun karena sumberdaya kedua jenis ikan tersebut semakin langka, sekarang pempek dibuat dari ikan sungai maupun ikan laut [2]. Pempek dibuat dari campuran bahan dasar daging ikan yang dihaluskan, tepung tapioka, air, garam, dan bumbu-bumbu sebagai penambah cita rasa". Campuran ini dapat dibuat dalam aneka bentuk kemudian dimasak dengan cara direbus, dikukus, digoreng, maupun di panggang [3].

Penanganan dan pengolahan ikan laut yang tepat dapat meningkatkan tingkat ekonomi. Pemanfaatan produk ikan selama ini yang dibuat masih sederhana yaitu dengan digoreng,

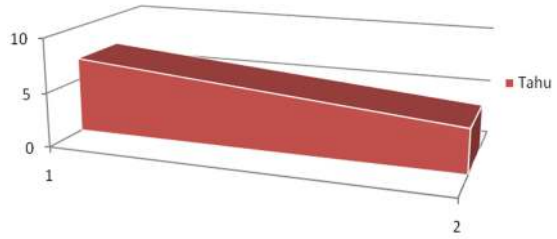
disemur, asam manis atau menumasakan nusantara yang lain sehingga belum nampak adanya diversifikasi produkberbasis ikan laut yang memiliki umur simpan yang lebih lama.

METODE

Jenis pengabdian ini adalah simulasi. Pengabdian ini dilaksanakan di wilayah pesisir, tepatnya di Keluarahan Bungkutoko Kota Kendari Sulawesi Tenggara. Peserta pengabdian terdiri dari 7 orang ibu. Bahan utama yang digunakan adalah 2 kg ikan tenggiri. Data dinanalisis secara deskripsi, yaitu menilai prosentase keberhasilan ibu-ibu sebagai peserta pelatihan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

pengenalan tentang teknologi penanganan produk perikanan pempek sehingga dapat menjadi produk yang memiliki nilai ekonomi. Hasil pengabdian menujukkan bahwa dari 7 orang ibu yang tidak tahu membuat pempek menjadi 4 orang yang tahu. Hal tersebut menunjukkan bahwa ada peningkatan pengetahuan tentang pengenalan teknologi pembuatan pempek sebesar 57% (Grafik 1).



Grafik 1. Peningkatan keterampilan Pembuatan pempek

Bahan baku utama yang digunakan adalah ikan tenggiri. Bahan tambahan berikutnya adalah tepung tapioka, air es, garam dan *Monosodium Glutamat* (MSG). Selanjutnya, saus atau cuko pempek dibuat dari gula aren dicampur dengan bumbu-bumbu seperti udang kering, bawang putih, cabe dan cuka.

Ikan Tenggiri merupakan ikan pelagis dan merupakan ekonomis penting di Indonesia bahkan dunia karena kandungan protein yang tinggi dan bagus untuk pertumbuhan. Menurut Balai Bimbingan dan Pengujian Mutu Hasil Perikanan (2005), hasil analisa proksimat Ikan Tenggiri memiliki kandungan air 76,5%, protein 21,4%, lemak 0,56%, karbohidrat 0,61% dan kadar abu 0,93% [4]. Ikan tenggiri (Sconberanorus Sp.) tersebar di seluruh wilayah perairan Indonesia, terutama wilayah Indonesia Timur. Daging ikan tenggiri mempunyai rasa yang lezat dan tekstur yang bagus. Ikan tenggiri sering dibuat pempek dan otak-otak [5].

Protein merupakan suatu zat yang sangat penting bagi tubuh karena zat ini berfungsi sebagai zat pembangun dan zat pengatur. Lemak merupakan zat makanan yang penting bagi tubuh dan merupakan sumber energi yang lebih efektif dibandingkan dengan karbohidrat dan protein. Lemak yang terkandung dalam bahan pangan merupakan salah satu dari kandungan gizi yang terdapat dalam bahan pangan.Tujuan penambahan lemak pada bahan pangan adalah memperbaiki rupa dan tekstur fisik bahan pangan serta menambah nilai gizi dan memberikan cita rasa gurih pada bahan pangan. Kadar air merupakan salah satu faktor yang sangat besar pengaruhnya terhadap daya tahan bahan olahan, makin rendah kadar air maka makin lambat pertumbuhan mikroorganisme dan bahan pangan dapat tahan lama. Sebaliknya semakin tinggi kadar air maka semakin cepat pula mikroorganisme berkembang biak, sehingga proses pembusukan belangsung cepat [6].

Hasil pengabdian saat ini adalah pempek ikan tenggiri. Pada prinsipnya pengolahan pempek terdiri atas pembersihan dan pemfiletan ikan, pelumatan daging, pengadukan adonan, pencetakan dan pemanasan. Ikan yang digunakan adalah ikan tenggiri. Ikan yang berdaging putih mempunyai kemampuan pembentukan gel yang kuat yang akan berpengaruh terhadap tekstur yang dihasilkan. Kesegaran ikan menjadi kunci untuk memperoleh citarasa dan tekstur yang baik. Dalam penyiapan bahan baku yang perlu diperhatikan adalah selama proses penanganan ikan harus dalam kondisi dingin, dengan menambahkan hancuran es [2].

Daging ikan yang telah lumat kemudian diaduk dan dicampur dengan air es dengan perbandingan 1:1 dan garam 1,5%. Menurut Suryaningrum dan Muljanah (2009), Adonan menjadi lengket dan membentuk tekstur yang elastis terjadi jika selama pengadukan ditambahkan garam. Garam akan menyebabkan protein miofibril keluar dari daging ikan dan menambah flavour ikan pada pempek [2].

Selanjutnya dilakukan pemasakan dengan cara digoreng. Proses ini bertujuan agar pati mengalami gpelatinisasi, sehingga granula pati mengembang karena menyerap air dan proteinnya terdenaturasi [2]. Peroses terakhir adalah pembuatan saus pempek. Saus tersebut dibuat dari gula aren dicampur udang kering, bawang putih, cabe dan cuka.

***Gambar 1**: Peserta aktif berperan dalam Pelatihan Pembuatan Pempek Ikan*

SIMPULAN DAN SARAN

Terdapat 57% ibu telah mengenal teknologi penanganan produk perikanan pempek. Pengolahan ikan sebagai pempek perlu dikembangkan sebagai salah satu usaha home industry sehingga memiliki nilai ekonomis yang lebih tinggi.

DAFTAR RUJUKAN

1. Sri Samsundari. Identifikasi Ikan Segar Yang Dipilih Konsumen Beserta Kandungan Gizinya Pada Beberapa Pasar Tradisional di Kota Malang. J Protein. 2007;14(1):41–9.
2. Suryaningrum TD, Muljanah I. Prospek Pengembangan Usaha Pengolahan Pempek Palembang. Squalen. 2009;4(1):31–40.
3. Nofitasari N. Pengaruh Penggunaan Jenis Ikan Yang Berbeda terhadap Kualitas Pempek. Padang; 2015.
4. Nugroho A, Swastawati F, Anggo, Dwi A. Pengaruh Bahan Pengikat Dan Waktu Penggorengan Terhadap Mutu Produk Kaki Naga Ikan Tenggiri (Scomberomorus sp.). J Pengolah dan Bioteknol Has Perikan. 2014;3(4):140–9.
5. Handoko T, Rusli SO, Sandy I. Pengaruh Jenis dan Konsentrasi Asam, Temperatur dan Waktu Ekstraksi terhadap Karakteristik Fish Glue dari Limbah Ikan Tenggiri. Reaktor. 2011;13(4):237–41.
6. Novianti E. Studi Formulasi Pempek Ikan Jelawat (Leptobarbus Haovenii) dengan Penambahan Tepung Sagu Berbeda Terhadap Penerimaan Konsumen. 2019;

Karya Kesehatan Journal of Community Engagement
https://stikesks-kendari.e-journal.id/K2JCE
Volume 1 | Nomor 1 | Juni | 2020
E-ISSN : On Process

PENYULUHAN MASALAH DEKOMPRESI DAN BAROTRAUMA SERTA PEMERIKSAAN KESEHATAN PADA MASYARAKAT NELAYAN TRADISIONAL

Herman[1], Risnawati[2], Siti Umrana[3]
[1,2,3] Prodi DIII Keperawatan, Akademi Keperawatan PPNI Kendari

Korespondensi
Herman
Prodi DIII Keperawatan, Akademi Keperawatan PPNI Kendari
Jl. Jend A.H Nasution
Email : herman@gmail.com

Kata Kunci : Dekompresi, Barotrauma, Pemeriksaan Kesehatan.
Keywords : *Decompression, Barotrauma, Health Check.*

Abstrak. Salah satu mata pencaharian masyarakat indonesia yang ada di pesisir adalah nelayan tradisional. Aktifitas yang dilakukan yaitu menyelam. Nelayan penyelam tradisional kebanyakan belum mengikuti pendidikan dan pelatihan tentang teknik penyelaman secara formal. Nelayan tradisional melakukan aktifitas menyelam secara turun temurun tanpa dibekali ilmu tentang keselamatan dan kesehatan kerja yang dapat menimbulkan masalah dekompresi dan barotrauma. Metode dilakukan dengan ceramah dan tanya jawab, dan pemeriksaan kesehatan. Pengabmas ini dilakukan pada tanggal tanggal 13 Desember 2019 yang bertempat di Kelurahan Tondonggeu Kecamatan Nambo Kota Kendari. Kegiatan dihadiri oleh masyarakat pesisir dan nelayan sebanyak 28 orang. Dapat meningkat pengetahuan dan pemahaman masyarakat pesisir dan nelayan tentang penyakit dekompresi dan barotrauma dan mendeteksi secara dini penyakit yang diderita.

Abstract. *One of the livelihoods of the Indonesian people on the coast is traditional fishing. The activity undertaken is diving. Most of the traditional diving fishermen have not received formal education and training on diving techniques. Traditional fishermen carry out diving activities from generation to generation without being equipped with knowledge of occupational safety and health which can cause decompression and barotrauma problems. The method is carried out by lectures and questions and answers, and medical examinations. This community service was carried out on December 13, 2019, which took place in Tondonggeu Village, Nambo District, Kendari City. The activity was attended by 28 people from coastal communities and fishermen. Can increase the knowledge and understanding of coastal communities and fishermen about decompression and barotrauma diseases and early detection of the diseases they suffer.*

PENDAHULUAN

Masyarakat Indonesia yang mempunyaimata pencaharian di lautan memiliki tujuan untuk mendapatkan hasil laut yang dapat dimanfaatkan untuk kesejahteraan. Salah satu kegiatan mata pencaharian masyarakat indonesia yang ada di pesisir sebagian besar adalah nelayan tradisional. Aktifitas yang dilakukan dalam menggali sumber daya alam laut dan di bawah laut yaitu menyelam.[1]

Masyarakat yang menyelam dan masuk ke dalam air laut dapat beresiko terhadap kesehatan tubuhnya yang menyebabkan kesakitan, kecatatan bahkan berujung pada kematian.[2] Nelayan penyelam tradisional kebanyakan belum mengikuti pendidikan dan pelatihan tentang teknik penyelaman secara formal yang disebabkan karena keterbatasan biaya dan jarak tempuh. Nelayan tradisional melakukan aktifitas menyelam secara turun temurun tanpa dibekali ilmu tentang keselamatan dan kesehatan kerja. Sehingga hanya mengandalkan tahan napas atau menggunakan kompresor untuk mendapatkan suplai oksigen dari permukaan laut. [3]

Masalah yang dapat terjadi pada kegiatan menyelam yaitu penyakit dekompresi dan barotrauma. Dekompresi merupakan suatu penyakit yang disebabkan adanya pembentukan dan peningkatan ukuran gelembung udara dalam darah dan jaringan.[4] Pembentukan gelembung udara dapat menyumbat aliran darah dan sistem saraf yang menyebabkan timbulnya keluhan seperti nyeri pada persendian, sakit kepala, kebas, gatal - gatal, lumpuh dan dapat menimbulkan kematian.[7] Masalah kesehatan lain yang dapat timbul saat menyelam adalah paru - paru akan mengkerut dikarenakan tingginya tekanan di dalam air laut ketimbang tekanan pada permukaan laut. Demikian halnya bila berada di atas permukaan laut maka paru - paru akan mengembang. Sehingga menyelam secara cepat ke dalam laut atau ke atas permukaan laut akan menimbulkan suatu masalah kesehatan yang dikenal barotrauma. Kondisi ini dapat terjadi pada telinga, otak, paru dan organ lainnya.[5]

Untuk meningkatkan pengetahuan dan pemahaman masyarakat pesisir dan nelayan tentang penyakit dekompresi dan barotrauma dilakukan berbagai upaya salah satunya dengan melakukan kegiatan penyuluhan tentang penyakit dekompresi dan barotrauma kepada masyarakat nelayan.

METODE

Metode pengabdian dilakukan dengan ceramah, diskusi dan tanya jawab serta pemeriksaan kesehatan.

HASIL

Kegiatan pengabdian dengan judul penyuluhan masalah dekompresi dan barotrauma serta pemeriksaan kesehatan pada masyarakat nelayan tradisional dilakukan pada tanggal 13 Desember 2019. Kegiatan diikuti sebanyak 28 orang untuk peserta penyuluhan dan yang mengikuti pemeriksaan kesehatan sebanyak 22 orang yang menjalani pemeriksaan tekanan darah, glukosa darah dan asam urat di Kelurahan Tondonggeu Kecamatan Nambo Kota Kendari. Pada pelaksanaan kegiatan pengabmas, tim pengabdi memaparkan materi penyuluhan tentang penyakit dekompresi dan barotrauma berlangsung selama 60 menit yang diikuti oleh masyarakat pesisir dan nelayan di kelurahan Tondonggeu dan selama 60 menit dilakukan pemeriksaan kesehatan yang dibantu oleh mahasiswa yang terlibat dalam kegiatan pengabdian ini. Selama kegiatan berlangsung pemateri melakukan interaktif

dengan peserta dengan melakukan Tanya jawab. Peserta sangat termotivasi mengikuti kegiatan penyuluhan kesehatan dan pemeriksaan kesehatan ini untuk mengetahui kondisi kesehatannya. Setelah mengikuti kegiatan ini, peserta memiliki pengetahuan yang baik tentang penyakit dekompresi dan barotrauma yang dibuktikan dengan hasil evaluasi setelah melakukan penyuluhan, dimana mencapai 95% dari peserta yang dapat menjawab pertanyaan dengan baik dan benar. Sedangkan hasil pemeriksaan kesehatan terdapat 4 orang yang menderita hipertensi, ada 6 orang yang mengalami peningkatan asam urat dan tidak ada yang mengalami peningkatan kadar glukosa darah. Kegiatan pengabmas ini dapat berjalan dengan lancar didukung dari segi sumberdaya dan juga dukungan dari pihak instansi terkait.

Gambar 1. Pelaksanaan Pengabdian

Gambar 2. Pengabdi Memberikan materi

Gambar 3. Pemeriksaan Kesehatan

SIMPULAN DAN SARAN

Kegiatan pengabmas ini meningkatkan pengetahuan dan pemahaman masyarakat pesisir dan nelayan tentang penyakit dekompresi dan barotrauma dan mendeteksi secara dini penyakit yang diderita

DAFTAR RUJUKAN

1. Paskarini, I *et al.* 2010. *Kecelakaan dan Gangguan Kesehatan Penyelam Tradisional dan Faktor – Faktor Yang Mempengaruhi di Kabupaten Seram, Maluku*, (online) (http://download.portalgaruda.org/article.php?article=17835&val=1095).
2. Pusat Kesehatan Kerja, Departemen Kesehatan RI, 2002. *Pedoman Upaya Kesehatan Kerja Bagi Nelayan Penyelam Tradisional ; Panduan Bagi Petugas Kesehatan*, Jakarta.
3. Ekawati T, 2005. *Analisis Faktor Resiko Barotrauma Membran Timpani Pada Nelayan Penyelam Tradisional di Kecamatan Semarang Utara, Kota Semarang*, Tesis Program Pasca Sarjana Magister Kesehatan Lingkungan Peminatan Kesehatan Lingkungan Industri Universitas Diponegoro, Semarang.
4. Wijaya Dian Rezki, *et al*, 2018. *Faktor Resiko Masa Kerja dan Waktu Istirakat Terhadap Kejadian Penyakit Dekompresi Pada Nelayan Penyelam di Pulau Barrang Lompo*, JKMM Vol. 2 No. 1 pp 194 – 203.
5. Achmad Irhamdi, *et al.* 2016. *Hubungan Penggunaan Alat Penyelam Tradisional Dengan Kejadian Barotrauma*, Global Health Science Vol. 1 Issue 1. Pp. 30 – 35.