



Pos UKK Cumi dan Pos UKK Kerapuh sebagai Upaya Meningkatkan Kesehatan Keluarga Di Wilayah Tambakwedi Kec.Kenjeran

Pipit Festi¹, Aryunani², Eni Sumarliyah³

Departemen Keperawatan Komunitas¹, Departemen Maternitas²,

Departemen Keperawatan medikal bedah³

Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surabaya

Email: pipitbiostat@yahoo.com¹, aryunani@yahoo.com², Eny@yahoo.com³

ABSTRACT

UKK Kerapuh and UKK Cumi not develop because of the low participation of fishing communities in the region in the implementation of the program Tambak Wedi UKK. Volunteers or health workers who are not active, people do not understand about the benefits and management of UKK. Health education activities have not been carried out routinely by cadres of health workers. Poor work habits, among others squat and bend over too long, working without protective, complaints Hypertension disease, respiratory illness, back pain, skin diseases on the fishermen. The Matter UKK group health was hypertension, disorders of the respiratory tract (cough), family members of fishermen 10% are anemic. The approach offered to resolve the issue is to carry out workshops, training and mentoring, in improving the skills of cadre pos UKK and the fishing communities of Tambakwedi region, help improve management capabilities UKK. Output increased knowledge and skills of partners in managing the UKK, healthy eating family management skills, Training Module Health and Safety, Management Pos UKK, Scientific; Proceeding; and Poster.

Keywords: *fishing communities, UKK.*

PENDAHULUAN

Pemenuhan kebutuhan hidup keluarga dan kehidupan, manusia umumnya melakukan pekerjaan. Usaha agar menghasilkan nilai ekonomi yang tinggi diperlukan kemampuan atau keahlian serta kondisi fisik yang sehat, kuat dan prima. Produktifitas juga sangat tergantung dari keserasian antara beban kerja, kapasitas kerja dan kondisi lingkungan kerja. Sehingga sangat dibutuhkan upaya kesehatan kerja yang dalam pelaksanaannya

perlu didukung oleh kebijakan dan program kesehatan kerja. Pada masyarakat nelayan Tambakwedi terdapat fenomena masyarakat berperilaku tidak sesuai dengan perilaku kesehatan. Meskipun pada masyarakat telah terdapat wadah pelaksanaan kesehatan kerja namun 65% program tidak berjalan dengan maksimal. Fenomena itu antara lain adalah Jumlah relawan atau kader kesehatan 2 orang yang kurang aktif.

a. Satu orang pegawai puskesmas sebagai penanggung jawab

merangkap dua pos Upaya Kesehatan Kerja.

- b. Masyarakat nelayan (55%) belum memiliki pemahaman tentang pentingnya pemanfaatan Pos Upaya Kesehatan Kerja.
- c. Masyarakat nelayan 85% kurang memanfaatkan pos Upaya Kesehatan Kerja.
- d. Kondisi kesehatan nelayan didapatkan keluhan: 10 orang ditemukan masalah gangguan saluran pernafasan (sesak nafas), hipertensi 25 orang dan nyeri sendi dan sakit pinggang 15 orang. Terdapat nelayan yang mengalami luka pada bagian tubuh oleh karena peralatan berlayar. Hampir seluruh nelayan tidak memperhatikan penggunaan Alat Pelindung Diri.

TINJAUAN PUSTAKA

Definisi masyarakat perikanan

- a. Masyarakat perikanan adalah masyarakat yang bekerja sebagai nelayan tangkap, petani tambak, penyelam, dan pengelola hasil tangkapan.
- b. Upaya kesehatan kerja adalah upaya penyesuaian kapasitas kerja dan lingkungan kerja agar setiap pekerja dapat bekerja secara sehat tanpa membahayakan dirinya maupun lingkungan, agar di peroleh produktifitas kerja yang optimal.
- c. Pelayanan kesehatan kerja dasar adalah upaya pelayanan yang di berikan kepada masyarakat pekerja secara minimal dan

paripurna meliputi upaya peningkatan kesehatan kerja, pencegahan, penyembuhan serta pemulihan penyakit akibat kerja (PAK) oleh institusi pelayanan kesehatan kerja dasar. (Depkes, 2012)

Kesehatan dan Keselamatan Kerja

Kesehatan kerja merupakan upaya untuk mempertahankan yang setinggi-tingginya bagi pekerja di semua jabatan pencegahan penyimpanan kesehatan diantara pekerja yang disebabkan oleh kondisi pekerjaan, perlindungan pekerja dalam pekerjaan dari resiko akibat faktor yang merugikan kesehatan. Penempatan dan pemeliharaan pekerja dalam suatu lingkungan kerja yang diadaptasikan dengan kapabilitas fisiologi dan psikologi, dan diringkaskan sebagai adaptasi pekerjaan kepada manusi dan setiap manusia pada jabatannya (Depkes, 2009).

Keselamatan kerja merupakan upaya keselamatan yang berhubungan dengan mesin, alat kerja, alat pelindung diri, bahan dan proses pengolahan serta lingkungannya (Suma'mur). Penyakit akibat kerja yaitu penyakit yang mempunyai penyebab yang spesifik atau asosiasi kuat dengan pekerjaan (WHO), contoh katarak pada mata nelayan karena cahaya dan pantulan sinar matahari di laut.

Prinsip Dasar Kesehatan Kerja

Prinsip dasar kesehatan kerja terdiri dari kapasitas kerja, beban kerja dan lingkungan kerja dimana hubungan interaktif yang serasi antara ketiga komponen tersebut akan menghasilkan kesehatan kerja yang baik dan optimal. Kapasitas kerja yang baik seperti status kesehatan kerja dan gizi kerja yang baik serta kemampuan fisik yang prima diperlukan agar seorang pekerja dapat melakukan pekerjaannya secara baik.

Kondisi atau tingkat kesehatan pekerja merupakan modal awal seseorang untuk melakukan pekerjaan yang perlu diperhatikan. Kondisi awal seseorang untuk bekerja dapat juga dipengaruhi oleh kondisi pemukiman kerja, gizi.

Beban kerja meliputi beban kerja fisik maupun mental. Akibat beban kerja yang terlalu berat ataupun kemampuan fisik yang terlalu lemah dapat mengakibatkan seseorang pekerja menderita gangguan kesehatan ataupun penyakit akibat kerja. Disamping itu juga diperlukan penyesuaian beban kerja yang terlalu berat dengan jam istirahat dan masalah penyesuaian bioritme tubuh lainnya. Kondisi lingkungan kerja seperti suhu ekstrim (panas atau dingin yang berubah-ubah), perubahan tekanan udara yang cepat, pejanan angin laut, lingkungan kerja yang lembab dan basah, bising dan lain-lain dapat merupakan beban tambahan terhadap pekerja. Beban tambahan tersebut dapat menimbulkan gangguan kesehatan atau penyakit akibat kerja.

Program Pelayanan Kesehatan Kerja

Program pelayanan kesehatan kerja yang paripurna meliputi pelayanan preventif, promotif, kuratif dan rehabilitatif yang kesemuanya dilaksanakan bersama-sama dalam, sistem yang terpadu.

Pelayanan promotif

Program ini diberikan kepada tenaga kerja dengan tujuan untuk meningkatkan kegairahan kerja, mempertinggi efisiensi dan daya produktifitas kerja. Kegiatan ini meliputi:

- a. Pendidikan dan penyuluhan tentang cara kerja yang sehat dan aman, efektif dan efisien.
- b. Penerapan perilaku dan gaya hidup bersih dan sehat (tidak merokok, tidak minum-minuman keras, makan menu seimbang, mencuci tangan sebelum makan).
- c. Pemenuhan gizi seimbang
- d. Olah raga secara teratur dan sebagainya

Pelayanan preventif kesehatan kerja

Pelayanan ini diberikan sebagai pelindung pada pekerja sebelum adanya gangguan kesehatan akibat kerja. Kegiatan antara lain:

- a. Pemeriksaan kesehatan secara teratur dan berkala minimal sekali setahun.
- b. Imunisasi
- c. Pemakaian alat pelindung diri (topi, kaca mata hitam, sarung

tangan, sepatu booth, penampung dan lain-lain).

- d. Alat pemadam api ringan (APAR)

Pelayanan kuratif

Pelayanan ini di berikan kepada pekerja yang sudah memperlihatkan gangguan kesehatan atrau gejala dini dengan mengobati penyakit tersebut, mencegah komplikasi atau penularan kepada teman kerja ataupun anggota keluarga. Pelayanan yang di berikan meliputi pengobatan terhadap penyakit umum ataupun penyakit dan kecelakaan akibat kerja, seperti:

- a. Pengobatan malaria pada masyarakat perikanan
- b. Pengobatan penyakit dermatitis (penyakit kulit)

Pelayanan rehabilitatif

Pelayanan ini diberikan kepada pekerja yang karena penyakit parah atau kecelakaan telah mengakibatkan cacat sehingga menyebabkan ketidakmampuan secara permanen lebih baik sebagian atau seluruh kemampuan pekerjaannya. Kegiatan ini meliputi:

- a. Pelatihan dan pendidikan pekerja untuk dapat menggunakan kemampuannya yang ada masalah secara maksimal (contoh nelayan yang lumpuh kaki melatih di latih membuat jaring, kerajinan laut dan lain-lain).
- b. Pemakaian alat bantu dengar bagi nelayan yang gendang telinganya pecah (tuli) akibat penyelaman.

Prilaku kerja

Prilaku dan sikap para pekerja yang tidak sesuai dengan prinsip-prinsip kesehatan dapat mempengaruhi status kesehatan pekerja yang bersangkutan.

Beberapa contoh prilaku dan sikap tersebut adalah (Depkes, 2012):

- a. Merokok, terlebih bagi pekerja sambil merokok
- b. Pola makan yang tidak teratur dan tidak seimbang
- c. Ceroboh dan tidak memindahkan aturan kerja yang berlaku, misalnya menolak anjuran menggunakan alat pelindung diri bercanda dengan tem,an sekerja pada waktu bekerja.

METODE PENELITIAN

Metode pendekatan yang ditawarkan untuk menyelesaikan persoalan adalah dengan melaksanakan workshop, pelatihan dan pendampingan, dalam peningkatan ketrampilan kader pos UKK dan masyarakat nelayan wilayah Tambak wedi, membantu peningkatan kemampuan manajemen pos UKK.

Uraian pendekatan dalam pengabdian ini adalah:

- a. Kerjasama pihak Dinas Kesehatan kabupaten dalam kesinergisan program pos UKK.
- b. Kerjasama dengan pihak Puskesmas antara lain dalam hal pelaksanaan pelatihan di pada Kelompok ibu nelayan pos UKK setempat.

- c. Pelaksanaan Pelatihan kader, pendampingan serta workshop pada kader Pos UKK.
- d. Mengikuti program Puskesmas keliling untuk pemeriksaan kesehatan kelompok nelayan

HASIL DAN PEMBAHASAN

Adapun pelaksanaan pengabdian yaitu:

- a. Pemeriksaan kesehatan rutin pada kelompok nelayan UKK Kerapu dan Cumi
- b. Perbaikan Manajemen UKK.
- c. Melaksanakan Penyuluhan Kesehatan
- d. Melakukan pendekatan kepada masyarakat agar berpartisipasi dalam pelaksanaan pos UKK setempat.
- e. Memberikan usulan pembentukan komunitas kader pos UKK sekecamatan Kenjeran.
- f. Pelatihan manajemen UKK
- g. Pelatihan Olahsan makanan dengan bahan Ikan. (Siomay, nugget ikan sayur dan Pentol ikan sayur.
- h. Pelatihan pembuatan Mie sehat kandungan protein tinggi sari ikan. “Mie Serut Sayur ikan” (“MSS”)

Gambaran Pelaksanaan pengabdian

Pelaksanaan pengabdian ini merupakan salah satu kegiatan untuk memecahkan berbagai masalah kemasyarakatan secara langsung dan praktis, khususnya dalam masalah nyata yang terjadi di wilayah nelayan

kelurahan Tambak Wedi Kec. Kenjeran.

Pelaksanaan dilaksanakan bersama mahasiswa dan bekerjasama dengan pihak puskesmas tambak wedi selaku Pembina POS UKK Kerapu dan Cumi-Cumi, sehingga terjadi proses untuk bekerjasama dengan masyarakat untuk memecahkan masalah yang nyata melalui teknis problem solving yang sistematis, yaitu observasi, identifikasi, perumusan program, monitoring dan evaluasi, dan penyusunan laporan.

- a. Pelaksanaan Pemeriksaan kesehatan dilaksanakan beserta pihak puskesmas dengan kegiatan Puskesmas keliling, dengan menyediakan pemeriksaan Tensi dan pemeriksaan Gula darah, kolesterol dan asam urat apabila diidentifikasi membutuhkan tindakan tersebut.

- b. Pelaksanaan dilaksanakan 8 kali kegiatan Sasaran: 40 Anggota Kelompok UKK Cumi dan Kerapuh. Peserta yang datang 85% alasan tidak datang ada kesibukan keluarga, dan pekerjaan masih berlayar.

Hasil: nelayan 8 % mengalami Hipertensi, 65% nyeri Kepala 10% gangguan kulit, 5% GDA diatas normal. Setelah dilakukan pendampingan dan penyuluhan terjadi penurunan keluhan kesehatan 30%.

- c. Pelaksanaan penyuluhan dan Pelatihan manajemen UKK yang

harus dilaksanakan oleh kelompok nelayan.

Materi Pelatihan pada kader UKK ini tentang: 1). Manfaat UKK, 2). Syarat Kader Kesehatan Kerja, 3). Kegiatan Kader Kesehatan Kerja.

- d. Pelaksanaan Pertemuan tingkat desa
- e. Pelaksanaan Survey Mawas diri Anggota

Materi Pelatihan ibu nelayan: 1). Pelatihan Mie sehat. 2) Pelatihan siomay ikan

Tabel 3.1 Distribusi Pengetahuan Nelayan tentang Kesehatan dan pengolahan hasil laut Sebelum Pelatihan

| No | Pengetahuan | Frekuensi | Persentase (%) |
|----|--------------------|-----------|----------------|
| 1 | Pengetahuan Kurang | 25 | 71.4 |
| 2 | Pengetahuan Cukup | 8 | 22.8 |
| 3 | Pengetahuan Baik | 2 | 0.57 |

Tabel 3.2 Distribusi Pengetahuan Nelayan Kesehatan dan pengolahan hasil laut Sesudah Pelatihan

| No | Pengetahuan | Frekuensi | Persentase (%) |
|----|--------------------|-----------|----------------|
| 1 | Pengetahuan Kurang | - | - |
| 2 | Pengetahuan Cukup | 20 | 57.4 |
| 3 | Pengetahuan Baik | 15 | 42.85 |

Tabel 3.3 Distribusi Ketrampilan Nelayan dalam pembuatan makanan sehat, penggunaan APD Sebelum Pelatihan

| No | Ketrampilan | Frekuensi | Persentase (%) |
|----|--------------------|-----------|----------------|
| 1 | Ketrampilan Kurang | 29 | 82.85 |
| 2 | Ketrampilan Cukup | 6 | 17.14 |
| 3 | Ketrampilan Baik | | |

Tabel 3.4 Distribusi Ketrampilan Nelayan dalam pembuatan makanan sehat, penggunaan APD Sesudah Pelatihan

| No | Pengetahuan | Frekuensi | Persentase (%) |
|----|--------------------|-----------|----------------|
| 1 | Ketrampilan Kurang | - | - |
| 2 | Ketrampilan Cukup | 4 | 11.4 |
| 3 | Ketrampilan Baik | 31 | 88.56 |

Berdasarkan Hasil pemeriksaan kesehatan pada kelompok nelayan sebelum dilakukan pemeriksaan kesehatan ditemukan 25 orang mengalami nyeri sendi, sakit pinggang, 15 Hipertensi, 10 orang mengalami gangguan pernafasan. Setelah dilakukan pemeriksaan rutin Sebulan 2x dan pendampingan perilaku sehat pada keluarga nelayan, terjadi penurunan keluhan 30% pada masyarakat nelayan.

Pada umumnya nelayan di wilayah tambakwedi Kec. Kenjerang memiliki kebiasaan tidak sehat antara lain merokok, menggunakan obat-obat penambah stamina tubuh agar memiliki kekuatan saat bekerja dilaut.

Perubahan waktu aktivitas menyebabkan perilaku tersebut menjadi kebiasaan masyarakat tersebut. Pendampingan yang dilakukan pada keluarga nelayan adalah mengatur pola makan keluarga dengan membiasakan makan sehat dan melakukan pemeriksaan rutin untuk mengetahui status kesehatan para nelayan. Sebagian para nelayan yang menderita Hipertensi, *Arthritis rheumatic* dapat diketahui dari hasil pemeriksaan kesehatan dan laborat berada rata-rata diatas normal, Tensi (160/100mmHg) usia berkisar 35-40 tahun, kadar asam urat (6-8 u/l). Penyuluhan dan pendampingan dilaksanakan kepada para nelayan dan keluarga agar bisa terwujud kesadaran pada masyarakat tentang pentingnya kesehatan, dan perilaku pencegahan penyakit juga menjadi hal yang perlu ditingkatkan pada masyarakat.

Pemberian informasi tentang pentingnya Penggunaan APD (Alat Pelindung Diri) pada para nelayan memberikan dampak perubahan perilaku pencegahan terjadinya penyakit Akibat Kerja pada lingkungan Laut. Para nelayan menyadari penggunaan APD penting untuk kesehatan tubuh. Data yang menunjukkan perubahan perilaku para nelayan yaitu 85% para nelayan menggunakan APD sebelum bekerja antara lain, Topi pelindung kepala, sepatu boot, menyiapkan obat-obatan, menggunakan penutup muka, dan sarung tangan. Berdasarkan hasil observasi menyatakan bahwa

penggunaan APD yang tepat akan mengurangi resiko terjadinya Penyakit Akibat Kerja. Penurunan keluhan 30% pada Kelompok UKK dan tidak ditemukannya kecelakaan kerja menunjukkan bahwa kegiatan pendampingan pada kelompok UKK dapat meningkatkan kesehatan pada para nelayan.

Pemberian pengetahuan dan ketrampilan yang diberikan kepada masyarakat berupa pelatihan mengolah makanan (Siomay & Mie Sehat) adalah bentuk ketrampilan nyata dan bisa memberdayakan masyarakat nelayan. Pelatihan yang dilaksanakan merupakan kegiatan pemberdayaan masyarakat pada kelompok nelayan. Peningkatan pengetahuan dan ketrampilan setelah dilakukan pelatihan menunjukkan terjadi proses transfer pengetahuan dan ketrampilan kepada masyarakat nelayan. Pelatihan diharapkan memberikan kreativitas kepada masyarakat nelayan Tambak Wedi sehingga dapat sebagai upaya meningkatkan ekonomi keluarga nelayan. Pelatihan manajemen UKK diharapkan dapat meningkatkan wadah kelompok nelayan untuk mendapatkan masyarakat yang sehat maju dan sejahtera.

SIMPULAN

1. Terjadi peningkatan pengetahuan dan ketrampilan masyarakat. Pelatihan Pertolongan Dasar: 75% peserta mampu mempratekkan cara penanganan pertama pada kecelakaan di

pantai. Kemampuan ketrampilan 88,56 % peserta mampu memberikan bantuan dasar sedangkan 75% peserta mampu mengobati luka sisanya 11.4% peserta melaksanakan dengan bantuan fasilitator. Pengetahuan dengan kriteria baik sesudah dilakukan pelatihan meningkat 42.85% sisanya pengetahuan cukup 57.4%, Sedangkan ketrampilan sesudah pelatihan meningkat 88,56 %.

2. Terjadi penurunan keluhan kesehatan masyarakat nelayan 30%
3. Kesehatan dan keselamatan kerja para nelayan merupakan kondisi yang harus di perhatikan untuk mencapai kesehatan dan kesejahteraan masyarakat nelayan.

DAFTAR PUSTAKA

- Departemen Kesehatan RI, 2009. Pedoman Upaya Kesehatan Kerja Bagi Masyarakat Nelayan, Jakarta. Depkes RI.
- Departemen Kesehatan RI, 2012. Pedoman Manajemen Kesehatan dan Keselamatan Kerja di rumah Sakit, Jakarta. Depkes RI.
- Departemen Kesehatan RI, 2012. Kebijakan dan Strategi Pengembangan Keselamatan Kerja Sektor Informal di Indonesia, Jakarta. Depkes RI