

## Penyuluhan dan Pemeriksaan Kesehatan sebagai Strategi Menghadapi Masa Transisi Menuju Endemi Covid-19

*Education and Health examination as a Strategy for Facing the Transition Period Towards the Covid-19 Endemic*

Sri Darmawati <sup>1</sup>

Gela Setya Ayu Putri <sup>2\*</sup>

<sup>1</sup>Master of Clinical Laboratory Science, Universitas Muhammadiyah Semarang, Central Java, Indonesia

<sup>2</sup>Department of Medical Laboratory Technology, Universitas Muhammadiyah Semarang, Central Java, Indonesia

email: [gela@unimus.ac.id](mailto:gela@unimus.ac.id)

### Kata Kunci

Kolesterol  
Penyuluhan  
Transisi Endemi

### Keywords:

Cholesterol  
Counseling  
Endemic Transition

Received: February 2023

Accepted: March 2023

Published: May 2023

### Abstrak

Pandemi COVID-19 merupakan pandemi yang disebabkan oleh virus corona (Sars-CoV-2). Program dan kebijakan pemerintah perlahan-lahan mampu menciptakan kondisi COVID-19 yang terkendali. Situasi terkini pemerintah sedang menyiapkan beberapa strategi untuk mengubah status pandemi COVID-19 menjadi endemi. Kondisi endemi tentunya bukan berarti tidak berbahaya. Pemberian penyuluhan kepada masyarakat perlu dilakukan agar masyarakat tidak terbawa euforia dengan status COVID-19 terkini. Tujuan kegiatan ini melakukan penyuluhan kesehatan dan pemeriksaan kesehatan rutin (gula darah, kolesterol, asam urat) pada warga di kawasan Amposari RT 05 RW 03 Kelurahan Kedungmundu, Kecamatan Tembalang, Semarang sebagai salah satu strategi dalam pencegahan dan pengendalian COVID-19 pada masa transisi menuju endemi. Kegiatan dilakukan di area lingkungan Amposari RT 05 RW 03, Kelurahan Kedungmundu, Kecamatan Tembalang, Semarang secara tiga tahap yaitu persiapan, pelaksanaan, dan evaluasi. Terdapat peningkatan pengetahuan dari 35 responden dengan skor rerata pre-test sebesar 41,0 meningkat setelah post-test menjadi rerata skor 78,3. Hasil pemeriksaan kesehatan, sebagian besar warga memiliki kadar glukosa darah dan asam urat yang normal, namun untuk kolesterol didominasi hasil yang di atas normal. Terjadi peningkatan pengetahuan secara signifikan setelah dilakukan penyuluhan, dan sebagian besar warga mempunyai kadar kolesterol yang di atas normal.

### Abstract

The COVID-19 pandemic is caused by the coronavirus (Sars-CoV-2). Government programs and policies are gradually establishing controlled environments. In the current situation, the government is preparing several strategies to transition the COVID-19 pandemic to endemic status. Endemic conditions certainly do not mean harmless. It is necessary to educate the community so that the current status of COVID-19 does not carry away the community. To provide health education and routine blood tests (glucose, cholesterol, uric acid) for residents in the Amposari RT 05 RW 03 Kelurahan Kedungmundu, Tembalang District, Semarang, as one of the strategies for preventing and controlling COVID-19 during the transition to endemic. Community service was conducted in Amposari RT 05 RW 03, Kedungmundu Village, Tembalang District, Semarang, in three stages: preparation, implementation, and evaluation. Results: The knowledge of 35 respondents improved, with a mean pre-test score of 41.0, increasing to 78.3 after the post-test. The health examination showed that most residents had normal blood glucose and uric acid levels, but the results for cholesterol were dominated by above normal. Conclusion: Following education, there was a significant increase in knowledge, and most residents had higher cholesterol levels than normal. There was a significant increase in knowledge after education was carried out, and most residents had cholesterol levels above normal.



© 2023 Sri Darmawati, Gela Setya Ayu Putri. Published by Institute for Research and Community Services Universitas Muhammadiyah Palangkaraya. This is Open Access article under the CC-BY-SA License (<http://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/>). DOI: <https://doi.org/10.33084/pengabdianmu.v8i3.4752>

## PENDAHULUAN

Pandemi COVID-19 merupakan pandemi yang disebabkan oleh virus corona (SARS-CoV-2) (Rothan & Byrareddy, 2020). Virus corona (SARS-CoV-2) pertama kali ditemukan di kota Wuhan Provinsi Hubei China, kemudian menyebar secara cepat ke seluruh dunia (Huang *et al.*, 2020). World Health Organization (WHO) secara resmi menyatakan COVID-19 sebagai suatu pandemi pada tanggal 11 Maret 2020 (Lau *et al.*, 2020). Prevalensi COVID-19 di Indonesia tinggi pada tahun 2020-2022, jumlahnya yang mencapai jutaan menempatkan Indonesia diperingkat pertama sebagai negara terjangkit COVID-19 di kawasan Asia Tenggara (Syakurah & Moudy, 2020).

Pemerintah Indonesia telah melakukan berbagai upaya penanggulangan pandemi COVID-19 untuk memutus mata rantai penularan COVID-19. Upaya dilakukan melalui beberapa kebijakan, seperti penerapan PPKM (Pemberlakuan Pembatasan Kegiatan Masyarakat), Kampanye 5M (memakai masker, mencuci tangan, menjauhi kerumunan, menjaga jarak, dan membatasi mobilitas dan interaksi), dan program vaksinasi secara nasional (Joyosemito & Nasir, 2021). Program vaksinasi nasional COVID-19 diluncurkan sejak tanggal 13 Januari 2021, dengan tujuan untuk mempercepat terciptanya kekebalan kelompok (*herd immunity*) (Nasir *et al.*, 2021). Berbagai kebijakan yang diterapkan pemerintah Indonesia tersebut diharapkan dapat menurunkan kasus COVID-19 secara signifikan dan memitigasi dampak negatif dari COVID-19 bagi masyarakat.

Program dan kebijakan yang diterapkan oleh pemerintah perlahan-lahan mampu menciptakan kondisi COVID-19 yang terkendali. Jumlah kasus terbaru dan angka kematian mingguan menunjukkan tren penurunan yang stabil sejak Januari 2022 (Sulastri & Jufri, 2021). Menanggapi perbaikan epidemiologis tersebut, negara-negara di seluruh dunia termasuk Indonesia telah melonggarkan beberapa pembatasan terkait COVID-19 sebagai persiapan menghadapi transisi pandemi menjadi endemi. Peralihan ke endemi merupakan jalur suatu periode dimana rentang waktu dari pandemi berubah ke arah endemi dengan beberapa peraturan yang telah ditetapkan sebelumnya. Tingkat penularan wajib <1%, tingkat pemeliharaan rumah sakit wajib <5%, Tingkat positif wajib <5% dan Tingkat kematian wajib <3%, dan tingkat PPKM transmisi lokal tingkatan 1. Situasi-situasi ini harus terjadi dalam waktu tertentu yaitu minimal 6 bulan (Sinto, 2022).

Situasi terkini pemerintah Indonesia tengah menyiapkan beberapa protokol untuk mengubah status pandemi COVID-19 menjadi endemi. Pencabutan PPKM adalah salah satu program pemerintah dari keseluruhan strategi transisi pandemi menjadi endemi. Istilah endemi sendiri tidak bisa disalahartikan sebagai berakhirnya COVID-19, dan kondisi endemi tentunya bukan berarti tidak berbahaya (Katzourakis, 2022). Penerapkan protokol kesehatan, vaksinasi ulang setiap 6 bulan, dan cuci tangan secara rutin harus tetap dilakukan agar penyebaran COVID-19 tetap terkendali.

Pemberian penyuluhan kepada masyarakat perlu dilakukan agar masyarakat tidak terbawa euforia dengan status COVID-19 terkini, termasuk warga di kawasan Amposari. Berdasarkan hasil survey di lokasi kegiatan, dilaporkan bahwa sebagian besar warga belum mendapatkan vaksinasi *booster* untuk COVID-19. Diketahui vaksinasi *booster* penting dilakukan untuk meningkatkan efektifitas vaksinasi dosis sebelumnya. Warga yang belum mendapatkan vaksinasi *booster* berisiko terinfeksi ulang karena perlindungan tubuh terhadap virus menurun. Tujuan kegiatan pengabdian masyarakat ini untuk melakukan penyuluhan kesehatan dan pemeriksaan kesehatan rutin (gula darah, kolesterol, asam urat) pada warga di kawasan Amposari RT 05 RW 03 Kelurahan Kedungmundu, Kecamatan Tembalang, Semarang yang banyak terdapat lansia. Kegiatan ini mendukung program pemerintah sebagai salah satu strategi dalam pencegahan dan pengendalian COVID-19 pada masa transisi menuju endemi.

## METODE

Kegiatan pengabdian masyarakat dilakukan di area lingkungan Amposari RT 05 RW 03, Kelurahan Kedungmundu, Kecamatan Tembalang, Semarang. Pelaksanaan pengabdian masyarakat terdiri dari tiga tahap yaitu persiapan, pelaksanaan, dan evaluasi. Tahap Persiapan dilakukan dengan survey ke lingkungan Amposari RT 05 RW 03 tentang jumlah warga, bagaimana kondisi warga, dan mengkaji persyaratan izin administrasi pelaksanaan pengabdian

masyarakat. Diketahui bahwa di kawasan Amposari banyak terdapat lansia dan sebagian besar warga belum mendapatkan vaksinasi *booster*. Tahap Pelaksanaan diawali dengan pengisian kuisioner (pre-test), dilanjutkan dengan penyuluhan menggunakan metode ceramah dan diskusi dengan sasaran materi tentang definisi istilah pandemi dan endemi COVID-19, update terbaru varian dan gejala COVID-19, serta strategi pencegahan dan pengendalian COVID-19 pada masa transisi menuju endemi. Selanjutnya dilakukan pemeriksaan kesehatan rutin dengan parameter glukosa, kolesterol dan asam urat menggunakan metode *Point of Care Testing* (POCT) dengan *stick* GCU (Glucosa, Cholesterol, Uric acid) *Easy Touch auto click*. Tahap Evaluasi dilakukan pengisian kuisioner setelah penyuluhan (post-test) untuk mengukur pemahaman setelah dilakukan penyuluhan.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat di area lingkungan Amposari RT 05 RW 03, Kelurahan Kedungmundu, Kecamatan Tembalang, Semarang dihadiri oleh 35 responden yang terdiri dari 5 laki-laki dan 30 perempuan. Mayoritas responden adalah perempuan dan lansia (Tabel I). Responden yang telah hadir diberikan materi penyuluhan dan diskusi tentang strategi pencegahan dan pengendalian COVID-19 pada masa transisi menuju endemi (Gambar 1). Pendekatan ini digunakan karena penyuluhan pada prinsipnya merupakan kegiatan pendidikan melalui penyebaran informasi yang benar kepada masyarakat sehingga sasaran bukan hanya memahami kondisi endemi yang sebenarnya tetapi juga diharapkan dapat menerapkan protokol kesehatan di masa transisi endemi agar mempertahankan pengendalian COVID-19. Tim pengabdian masyarakat memberikan penyuluhan dengan materi terkait istilah endemi COVID-19 dengan memberikan contoh label endemi pada beberapa penyakit menular, seperti tuberkulosis (TBC), malaria, dan HIV yang tetap ada di berbagai wilayah tertentu di dunia. Hal tersebut menunjukkan bahwa endemi bukan berarti menghilang namun, kondisi kejadian penyakit akan konstan yaitu, tidak meningkat ataupun tidak menurun.

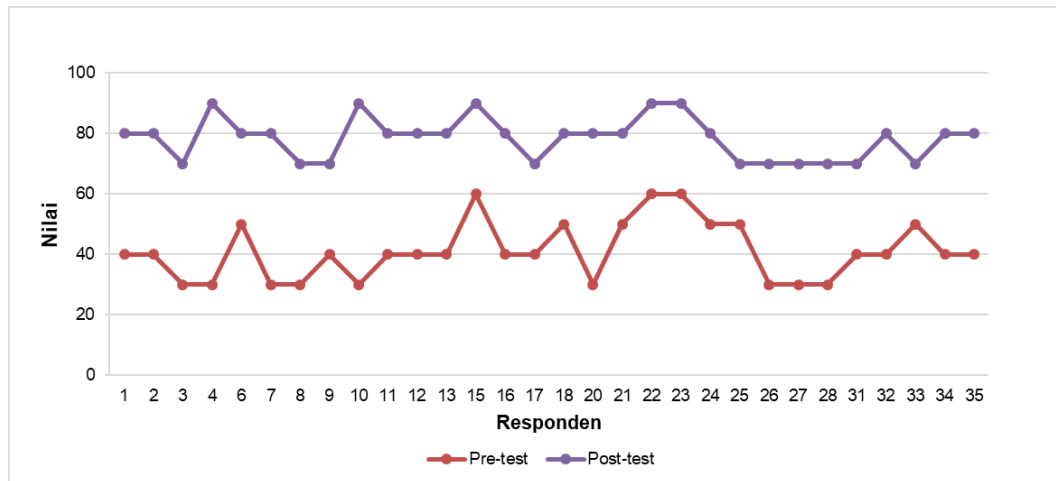
**Tabel I.** Karakteristik responden pengabdian masyarakat

Berdasarkan Jenis Kelamin	Frekuensi (n)	Proporsi (%)
Laki-laki	5	14.3
Perempuan	30	85.7
Total	35	100.0
Berdasarkan Usia	Frekuensi (n)	Proporsi (%)
Dewasa (26-45 tahun)	13	37.1
Lansia (46-65 tahun)	22	62.9
Total	35	100.0



**Gambar 1.** Penyampaian materi penyuluhan

Masing-masing responden wajib mengerjakan kuesioner sebelum dan sesudah penyampaian materi penyuluhan. Terdapat peningkatan pengetahuan responden dengan skor rerata pre-test sebesar 41,0 meningkat setelah post-test menjadi rerata skor 78,3. Perubahan skor pre-test dan post-test setiap responden pada Gambar 2 menunjukkan semua responden sasaran mengalami peningkatan skor pengetahuan setelah dilakukan penyuluhan. Faktor yang mempengaruhi hal tersebut, salah satunya adalah rasa minat dan kebutuhan target audience terhadap materi yang diberikan (Handayani *et al.*, 2022). Masyarakat pada umumnya tidak ingin ketinggalan informasi dan tren, dan liputan media sehingga maraknya pemberitaan di media elektronik terkait rencana persiapan transisi pandemi menuju endemi makin meningkatkan rasa ingin tahu yang besar.



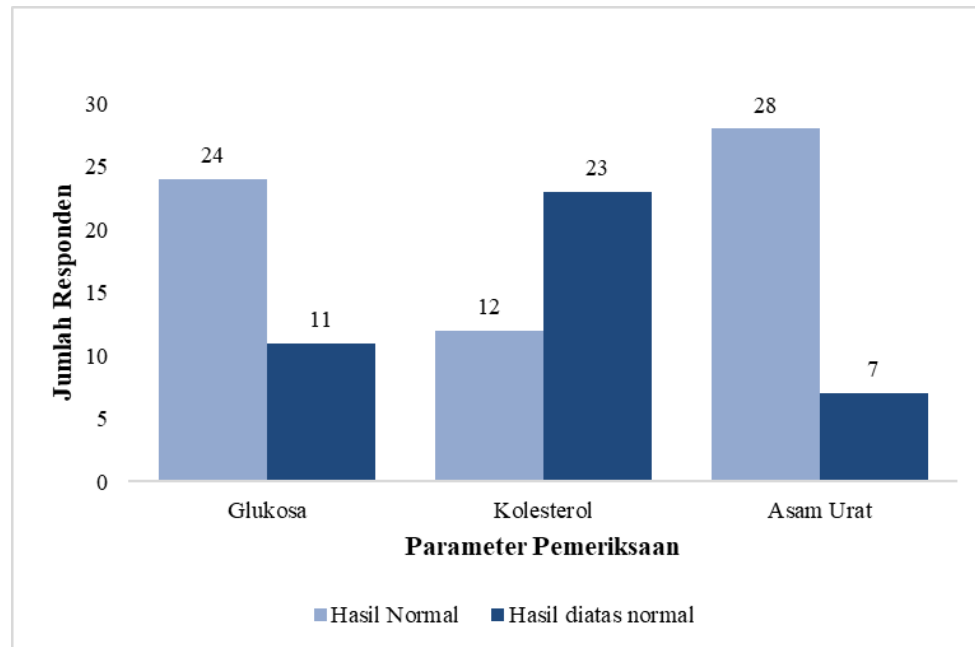
Gambar 2. Peningkatan pengetahuan hasil penyuluhan

Kegiatan selanjutnya yaitu pemeriksaan kesehatan rutin terhadap responden meliputi pemeriksaan kadar glukosa darah sewaktu, kadar kolesterol, dan kadar asam urat (Gambar 3). Pemeriksaan diawali dengan desinfeksi *swab* alkohol pada jari, kemudian ditusuk dengan *blood lancet*. Tetesan darah pertama dibuang, kemudian diteteskan tetesan darah kedua pada *stick* masing-masing parameter. Selanjutnya *stick* tersebut dimasukkan pada alat POCT *Easy Touch auto click*, maka hasil secara otomatis akan terdeteksi pada alat (Putri *et al.*, 2022). Hasil pemeriksaan tiap parameter berdasarkan jumlah responden terlihat pada Gambar 4.



Gambar 3. Pemeriksaan kesehatan terhadap responden

Sebagian besar warga Amposari RT 05 RW 03 Kelurahan Kedungmundu mempunyai kadar kolesterol yang diatas normal (>200 mg/dL). Kolesterol adalah suatu zat lemak yang bersikulasi di dalam darah, dihasilkan oleh hati dan sangat dibutuhkan oleh tubuh, namun kelebihan kolesterol akan menyebabkan masalah terutama pada pembuluh darah otak dan arteri jantung (Chakraborty *et al.*, 2022).



Gambar 4. Hasil Pemeriksaan kesehatan responden

Pola hidup sehat sangat penting untuk menghindari kolesterol tinggi seperti berhenti merokok, rutin mengonsumsi makanan sehat, dan olahraga. Merokok dapat meningkatkan kadar kolesterol jahat dan menurunkan kadar kolesterol baik, efek jangka panjangnya dapat merusak pembuluh darah dan mempercepat terjadinya penumpukan plak di dalam pembuluh darah. Rutin mengonsumsi makanan sehat seperti makanan rendah garam, sayuran, buah, dan ikan sangat dianjurkan untuk penderita kolesterol tinggi. Kandungan serat, vitamin, dan mineral di dalam makanan sehat dikenal baik untuk kesehatan tubuh dan mampu menurunkan kolesterol jahat. Rutin melakukan aktivitas fisik seperti berolahraga terbukti dapat meningkatkan imunitas tubuh dan mengurangi kelebihan berat badan (Saryanti & Nugraheni, 2019). Berbeda dengan hasil pemeriksaan kolesterol, pada parameter glukosa darah sewaktu dan asam urat sebagian besar warga memberikan hasil yang normal. Selanjutnya rata-rata kadar kolesterol, glukosa, dan asam urat berdasarkan jenis kelamin ditampilkan pada Tabel II.

Tabel II. Rerata hasil pemeriksaan dan jenis kelamin

Jenis Kelamin	Kolesterol (mg/dL)	Glukosa (mg/dL)	Asam Urat (mg/dL)
Laki-laki	198,8	104,8	6,8
Perempuan	212,69	117,31	5,04

Ket: Kolesterol (nilai normal:  $\leq 200$  mg/dl), Glukosa (nilai normal: 70-115 mg/dl), Asam Urat (nilai normal L: 3,5-7,2 mg/dl P: 2,6-6,0 mg/dl)

Tabel II menunjukkan bahwa rata-rata kadar asam urat baik laki-laki maupun perempuan masih dalam batas normal, namun rata-rata kadar kolesterol dan glukosa pada laki-laki lebih rendah daripada perempuan. Hal ini dikarenakan sebagian besar penduduk laki-laki lebih banyak beraktivitas dan berolahraga. Aktivitas dan olahraga mampu mempercepat mengaktifkan perubahan glukosa menjadi energi sehingga kadar glukosa dan kolesterol menjadi lebih rendah (Mukaromah *et al.*, 2020). Hal ini sesuai dengan penelitian terdahulu yang melaporkan bahwa, semakin bertambahnya usia maka aktivitas perempuan semakin berkurang dan pola makan menjadi tidak sehat serta tidak teratur, sedangkan aktivitas olahraga pada laki-laki lebih tinggi daripada perempuan (Sumangkut *et al.*, 2013).

Pemeriksaan kesehatan dengan parameter glukosa darah, kolesterol, dan asam urat merupakan pemeriksaan penyaring terhadap beberapa penyakit degeneratif yang ada di Indonesia, seperti diabetes melitus, penyakit jantung, dan stroke. Tindakan preventif dengan pemeriksaan kesehatan perlu dilakukan secara rutin terlebih untuk warga lansia dikarenakan lebih beresiko tinggi terkait dengan faktor usia. Diharapkan dengan mengetahui kondisi kesehatan masing-masing, warga secara sadar dapat menerapkan pola hidup yang sehat yang sesuai dan meningkatkan derajat kesehatan secara masyarakat.

## KESIMPULAN

Penyuluhan strategi pencegahan dan pengendalian COVID-19 pada masa transisi menuju endemi telah berjalan lancar dengan sesi diskusi yang interaktif. Pengetahuan responden meningkat secara signifikan setelah dilakukan penyuluhan. Pemeriksaan kesehatan rutin didapatkan hasil yaitu sebagian besar warga Amposari memiliki kadar kolesterol yang diatas nilai normal, sedangkan untuk glukosa darah dan asam urat didominasi oleh hasil yang normal. Disarankan kepada warga Amposari untuk konsisten menjaga pola makan sehat, rutin berolahraga, dan cek kolesterol, glukosa, asam urat minimal setiap satu bulan sekali.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terimakasih disampaikan kepada seluruh warga Amposari RT 05 RW 03 Kelurahan Kedungmundu yang berpartisipasi sebagai peserta kegiatan pengabdian masyarakat.

## REFERENSI

- Chakraborty, S. Milka, D., Trivikram, R. M., Frederick, A. H., Haden, L. S., John K., *et al.* (2022). How cholesterol stiffens unsaturated lipid membranes. *Proceedings of the National Academy of Sciences of the United States of America*, **117**(36), 21896–21905. <https://doi.org/10.1073/pnas.2004807117>
- Handayani, F., Monepa J.M., Patodo, M.S., Sulistiana, R., & Liwang, M.N. (2022). Penyuluhan Manajemen Stress Era Transisi Pandemi Menjadi Endemi Covid-19. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Nusantara*, **3**(2), 744-747.
- Huang, C., Wang, Y., Li, X., Ren, L., Zhao, J., Hu, Y., Cao, B., *et al.* (2020). Clinical features of patients infected with 2019 novel coronavirus in Wuhan, China. *Lancet*, **395**(10223), 497-506. [https://doi.org/10.1016/s0140-6736\(20\)30183-5](https://doi.org/10.1016/s0140-6736(20)30183-5)
- Joyosemito, I. S. & Nasir, N. M. (2021). Gelombang Kedua Pandemi menuju Endemi Covid-19: Analisis Kebijakan Vaksinasi dan Pembatasan Kegiatan Masyarakat di Indonesia. *Jurnal Sains Teknologi dalam Pemberdayaan Masyarakat*, **2**(1), 55-66.
- Katzourakis, A. (2022). COVID-19: endemic doesn't mean harmless. *Nature*, **601**(7894):485. <https://doi.org/10.1038/d41586-022-00155-x>
- Lau, H., Khosrawipour, V., Kocbach, P., Mikolajczyk, A., Ichii, H., Schubert, J., *et al.* (2020). Internationally lost COVID-19 cases. *Journal of Microbiology, Immunology and Infection*, **53**(3), 454-458. <https://doi.org/10.1016/j.jmii.2020.03.013>
- Mukaromah, A. H., Putri, S. A. P., Nurul, Q., Wijanarko, W., Pratiwi R. H., & Sya'diah, S. (2020). Pemeriksaan Glukosa, Kolesterol dan Asam Urat pada Masyarakat Peserta Car Free Day di Balai Pelatihan Kesehatan (Bapelkes) Kota Semarang. *Jurnal Surya Masyarakat*, **2**(2), 133-138. <https://doi.org/10.26714/jsm.2.2.2020.133-138>
- Nasir, N. M., Joyosemito, I. S., Boerman, B., & Ismaniah. (2021). Kebijakan Vaksinasi COVID-19: Pendekatan Pemodelan Matematika Dinamis Pada Efektivitas Dan Dampak Vaksin Di Indonesia. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat UBJ*, **4**(2), 191-204. <https://doi.org/10.31599/jabdimas.v4i2.662>

- Putri, G.S.A., Darwamati, S. & Khammaruddin, M. (2022). Edukasi Pencegahan Diabetes Melitus dan Hipertensi Sejak Dini di PantiAsuhan Khaira Ummah Demak Sebagai Sebuah Kewaspadaan di Masa Pandemi. *Jurnal Inovasi dan Pengabdian Masyarakat Indonesia*, **1**(3), 1-5. <https://doi.org/10.26714/jipmi.v1i3.21>
- Rothan, H. A. & Byrareddy, S. N. (2020). The epidemiology and pathogenesis of coronavirus disease (COVID-19) outbreak. *Journal of Autoimmunity*, **109**, 102433. <https://doi.org/10.1016/j.jaut.2020.102433>
- Saryanti, D. & Nugraheni, D. (2019). Peningkatan pengetahuan masyarakat tentang penyakit diabetes melitus. *JPPM (Jurnal Pengabdian dan Pemberdayaan Masyarakat)*, **3**(1), 111-116. <https://doi.org/10.30595/jppm.v3i1.3626>
- Sinto, R. (2022). COVID-19 Pandemic-to-Endemic Transition in Indonesia: What Does the Future Hold? *Acta Medica Indonesia*, **54**(2), 159-160 <https://www.actamedindones.org/index.php/ijim/article/view/2158/575>
- Sulastri, T. & Jufri, M. (2021). Resiliensi di Masa Pandemi: Peran Efikasi Diri dan Persepsi Ancaman COVID-19. *Jurnal Penelitian Psikologi*, **2**(1):25-32. <https://doi.org/10.29080/jpp.v12i1.531>
- Sumangkut, S., Supit, W., & Onibala, F. (2013). Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Penyakit Diabetes Melitus Tipe-2 Di Poli Interna BLU.RSUP. Prof. Dr. R. D. Kandou Manado. *Jurnal Keperawatan*, **1**(1), 37-39. <https://doi.org/10.35790/jkp.v1i1.2235>
- Syakurah, R. A. & Moudy, J. (2020). Pengetahuan terkait usaha pencegahan Coronavirus Disease (COVID-19) di Indonesia. *HIGEIA (Journal of Public Health Research and Development)*, **4**(3), 333-346. <https://doi.org/10.15294/higeia.v4i3.37844>