

## SURAT TUGAS

Nomor: 264-R/UNTAR/Pengabdian/VIII/2022

Rektor Universitas Tarumanagara, dengan ini menugaskan kepada saudara:

OENTARINI TJANDRA, dr., M.Biomed, M.Pd.Ked

Untuk melaksanakan kegiatan pengabdian kepada masyarakat dengan data sebagai berikut:

Judul : Pemeriksaan dan konsultasi secara cumc-cuma  
Mitra : Posbindu Rosella RW 04, Kel. Kembangan Selatan, Kec. Kembangan  
Periode : Genap/2022/27 Agustus  
URL Repository : <https://lintar.untar.ac.id/ltrdosen/lapBKD/srttgspkm.aspx>

Demikian Surat Tugas ini dibuat, untuk dilaksanakan dengan sebaik-baiknya dan melaporkan hasil penugasan tersebut kepada Rektor Universitas Tarumanagara

27 Agustus 2022

**Rektor**



**Prof. Dr. Ir. AGUSTINUS PURNA IRAWAN**

Print Security : e5eccc32d1d590e019c2a876df174dba

Disclaimer: Surat ini dicetak dari Sistem Layanan Informasi Terpadu Universitas Tarumanagara dan dinyatakan sah secara hukum.



Komplek Perumahan SPS Puri Indah, Kelurahan Kembangan Selatan,  
Kecamatan Kembangan, Jakarta Barat 11610

**UCAPAN TERIMA KASIH**  
NO. 13/POSBINDU/VIII/2022

Kami Pengurus Posbindu Rosella RW 04, Kelurahan Kembangan Selatan, Jakarta Barat mengucapkan terima kasih kepada,

**dr. Oentarini Tjandra, M.Biomed,MPd.Ked**

**dari Universitas Tarumanagara – Jakarta**

Yang telah membantu menangani kegiatan Posbindu Rosella yang bertujuan sebagai bentuk Pelayanan Kesehatan Masyarakat diantaranya Pemeriksaan dan Konsultasi secara cuma-cuma di lingkungan RW 04 Kelurahan Kembangan Selatan, Jakarta Barat.

Acara tersebut telah diselenggarakan pada tanggal 27 Agustus 2022, di Balai Silaturahmi SPS Puri Indah, Jakarta Barat. Kegiatan tersebut kami selenggarakan setiap bulan pada hari Sabtu

Sekian dan terima kasih atas segala bantuan dan kerjasamanya.

Jakarta, Agustus 2022

Koordinator Posbindu

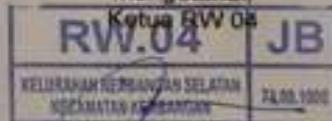
Lina Bachry

Sekretaris

Diah Nurhasanah

Mengetahui,

Ketua RW 04



Rudi Iskandar, SH

## **Laporan kegiatan Pelaksanaan**

Nama Kegiatan : Pemeriksaan dan konsultasi secara cuma-cuma  
Tanggal Pelaksanaan : Sabtu, 27 Agustus 2020, jam 9.00-12.00  
Tempat : Komplek Perumahan SPS Puri Indah, Kel.Kembangan Selatan,  
Kec. Kembangan, Jakarta Barat 11610.

## **PENDAHULUAN**

Posbindu singkatan dari Pos Binaan Terpadu, adalah kegiatan monitoring dan deteksi dini faktor risiko penyakit tidak menular terintegrasi serta gangguan akibat kecelakaan dan tindakan kekerasan dalam rumah tangga yang dikelola oleh masyarakat melalui pembinaan terpadu. Oleh karena itu sasaran Posbindu PTM (Penyakit Tidak Menular) cukup luas mencakup semua masyarakat usia 15 tahun ke atas baik itu dengan kondisi sehat, masyarakat berisiko maupun masyarakat dengan kasus PTM. Kegiatan posbindu dilakukan tiap bulan di 4 desa di Wilayah Kerja Puskesmas. Sasaran usia produktif 15-59 Tahun. Posbindu PTM Dasar meliputi pemeriksaan deteksi dini faktor risiko yang dilakukan dengan wawancara terarah melalui penggunaan instrumen atau formulir untuk mengidentifikasi riwayat penyakit tidak menular dalam keluarga yang telah diderita sebelumnya, pengukuran berat badan, tinggi badan, lingkar perut, Indeks Massa Tubuh.

Posbindu PTM dapat dilaksanakan terintegrasi dengan upaya kesehatan bersumber masyarakat yang sudah ada, di tempat kerja atau di klinik perusahaan, di lembaga pendidikan, tempat lain di mana masyarakat dalam jumlah tertentu berkumpul/beraktivitas secara rutin, misalnya di mesjid, gereja, klub olah raga, pertemuan organisasi politik maupun kemasyarakatan. Pengintegrasian yang dimaksud adalah memadukan pelaksanaan Posbindu PTM dengan kegiatan yang sudah dilakukan meliputi kesesuaian waktu dan tempat, serta memanfaatkan sarana dan tenaga yang ada.

Pelaksanaan Posbindu PTM dilakukan oleh kader kesehatan yang telah ada atau beberapa orang dari masing-masing kelompok/organisasi/lembaga/tempat kerja yang bersedia menyelenggarakan posbindu PTM, yang dilatih secara khusus, dibina atau difasilitasi untuk melakukan pemantauan faktor risiko PTM di masing-masing kelompok atau organisasinya. Kriteria Kader Posbindu PTM minimal bisa membaca dan menulis, lebih diutamakan berpendidikan minimal SLTA atau sederajat.

Kegiatan posbindu PTM menggunakan sistem 5 meja, terdiri dari :

1. Meja 1 : Pelayanan registrasi dan administrasi, yaitu kegiatan mencatat data individu pasien sesuai buku monitoring faktor risiko PTM yang ada. Pada pelaksanaan monitoring, kondisi faktor risiko PTM harus diketahui oleh yang diperiksa maupun yang memeriksa.
2. Meja 2 : Wawancara faktor risiko PTM  
Hal-hal yang perlu diwawancara berkaitan dengan faktor risiko PTM antara lain riwayat merokok, kebiasaan minum minuman manis, kopi dan beralkohol, kegiatan aktifitas fisik/olahraga, kebiasaan makan sayur dan buah, riwayat tekanan darah tinggi, riwayat penyakit dahulu dan keluarga yang berkaitan dengan penyakit tidak menular.
3. Meja 3 : Pengukuran Berat Badan, Tinggi Badan, IMT, lingkar perut  
Kegiatan pengukuran berat badan, tinggi badan, Indeks Massa Tubuh (IMT), lingkar perut, sebaiknya diselenggarakan 1 bulan sekali.
4. Meja 4 : Pemeriksaan, yaitu kegiatan memeriksa tekanan darah, kadar glukosa darah, kadar kolesterol, kadar trigliserida darah, pemeriksaan klinis payudara dan fungsi paru sederhana.
5. Meja 5 : Konseling dan Edukasi.  
Kegiatan konseling dan penyuluhan, harus dilakukan setiap pelaksanaan Posbindu PTM. Hal ini penting dilakukan karena pemantauan faktor risiko kurang bermanfaat bila masyarakat tidak tahu cara mengendalikannya. Kegiatan aktifitas fisik dan atau olah raga bersama, sebaiknya tidak hanya dilakukan jika ada penyelenggaraan Posbindu PTM namun perlu dilakukan rutin setiap minggu.

#### **HASIL DAN PEMBAHASAN :**

Pada kegiatan hari ini terdapat 23 pasien yang datang untuk pemeriksaan kesehatan konsultasi. Dilakukan pengukuran tinggi badan, berat badan, tekanan darah. Juga dilakukan pemeriksaan darah sederhana dengan alat digital untuk kadar gula darah sewaktu, kolesterol dan asam urat. Didapatkan hipertensi derajat 1, DM tipe 1, dislipidemia dan hiperuricemia. Bila didapatkan kelainan, pasien ditanyakan apakah sudah minum obat secara rutin atau belum. Pasien juga diberikan penyuluhan dan edukasi satu per satu agar

menjalankan gaya hidup sehat, minum obat teratur dan bila perlu konsultasi rutin ke dokter atau Puskesmas.

Demikian laporan kegiatan yang telah saya laksanakan ini.

Pembuat laporan,

dr. Oentarini Tjandra, M. Biomed, MPd. Ked

**Lampiran :**





**Foto kegiatan**



