Abstrak maksimal 500 kata yang memuat permasalahan, solusi dan luaran yang dicapai sesuai dengan masing-masing skema pengabdian kepada masyarakat. Abstrak juga memuat uraian secara cermat dan singkat mengenai Laporan yang dibuat. Abstrak dibuat dalam Bahasa Indonesia dan Bahasa Inggris

ABSTRAK

Mulai isi Abstrak di sini … Produktivitas kinerja petugas PPSU yang baik akan dapat memberikan dampak positif bagi pelayanan kepada masyarakat. Produktivitas kerja merupakan suatu kemampuan untuk menghasilkan barang atau jasa dari berbagai sumber daya untuk meningkatkan kualitas dan kuantitas suatu pekerjaan. Produktivitas kerja pada dasarnya dipengaruhi oleh kebugaran jasmani, status gizi, kapasitas kerja, dan beban tambahan akibat lingkungan kerja. Produktivitas kerja tiap individu bisa berbeda, salah satunya tergantung dari status gizi individu tersebut. Status gizi yang kurang umumnya akan berpengaruh terhadap kondisi kesehatan, aktivitas dan produktivitas kerja. Status gizi juga berhubungan dengan keadaan antropometri yang bisa disebabkan oleh kebiasaan mengonsumsi makanan. Asupan makan para petugas kebersihan kadang kurang diperhatikan porsinya. Asupan makan yang terlalu mengandung karbohidrat berlebihan akan dapat menyebabkan peningkatan kadar glukosa darah. Peningkatan kadar glukosa dapat menyebabkan terjadinya penyakit diabetes. Asupan makanan dengan kandungan lemak dan karbohidrat yang tinggi juga dapat menyebabkan terjadinya obesitas. Penentuan obesitas dapat dilakukan dengan pengukuran indeks massa tubuh (IMT). Diabetes dan obesitas dapat berpengaruh pada aktivitas pekerjaan sehingga menyebabkan produktivitas kerja yang menurun. Keadaan ini dapat menjadi masalah bagi produktivitas kinerja petugas PPSU**.** Anggota PPSU perlu mendapatkan perhatian mengenai masalah status gizi dan kadar glukosa darah. Oleh karena itu pemberian edukasi mengenai pengertian kadar glukosa darah dan IMT, pencegahan dalam mengendalikan kenaikan kadar glukosa darah dan IMT perlu diberikan kepada para petugas PPSU agar mereka dapat lebih memperhatikan asupan makan dan dapat mengendalikan kadar glukosa darah serta IMT sehingga mencegah terjadinya diabetes dan obesitas serta status gizi menjadi baik sehingga produktivitas kerja meningkat. Program PKM ini dilakukan di Kelurahan Kapuk Kecamatan Cengkareng. Tujuan PKM ini agar petugas PPSU dapat mengetahui mengenai indeks masa tubuh dan kadar glukosa sehingga mereka dapat memperhatikan status gizi dan kadar glukosa darahnya. Pada pelaksanaan PKM ini diberikan pretest dan post test kepada petugas PPSU untuk menilai tingkat pemahaman mereka setelah diberikan penyuluhan. Hasilnya didapatkan peningkatan nilai post test dibanding pretest. **Luaran**: yang dihasilkan pada program ini adalah pencatatan e poster HKI dan publikasi artikel di jurnal ilmiah PKM.

Kata kunci maksimal 5 kata

Mulai isi Kata Kunci di sini Petugas PPSU, Indeks masa tubuh, kadar glukosa darah

ABSTRACT

write abstract here… Good performance productivity of PPSU officers will have a positive impact on public services. Work productivity is the ability to produce goods or services from various resources to improve the quality and quantity of a job. Work productivity is basically influenced by physical fitness, nutritional status, work capacity, and additional burdens due to the work environment. The work productivity of each individual can be different, one of which depends on the nutritional status of the individual. Poor nutritional status will generally affect health conditions, activities and work productivity. Nutritional status is also related to anthropometric conditions that can be caused by food consumption habits. The food intake of cleaning officers is sometimes not considered in terms of portions. Food intake that contains too many carbohydrates can cause an increase in blood glucose levels. Increased glucose levels can cause diabetes. Food intake with high fat and carbohydrate content can also cause obesity. Determination of obesity can be done by measuring body mass index (BMI). Diabetes and obesity can affect work activities, causing decreased work productivity. This condition can be a problem for the productivity of PPSU officers. PPSU members need attention regarding the problem of nutritional status and blood glucose levels. Therefore, education on the understanding of blood glucose levels and BMI, prevention in controlling increases in blood glucose levels and BMI needs to be provided to PPSU officers so that they can pay more attention to food intake and can control blood glucose levels and BMI so as to prevent diabetes and obesity and nutritional status becomes good so that work productivity increases. This PKM program was carried out in Kapuk Village, Cengkareng District. The purpose of this PKM is for PPSU officers to be able to know about body mass index and glucose levels so that they can pay attention to their nutritional status and blood glucose levels. In the implementation of this PKM, pretests and posttests were given to PPSU officers to assess their level of understanding after being given counseling. The results showed an increase in post-test scores compared to pretests. Output: what was produced in this program was the recording of HKI e-posters and publication of articles in PKM scientific journals.

Keywords maximum 5 words

Write keywords here… PPSU officers, body mass index, blood glucose levels

KATA PENGANTAR

Mulai isi Kata Pengantar di sini… Petugas PPSU adalah petugas atau pekerja yang melakukan penanganan prasarana dan sarana umum tingkat kelurahan untuk jangka waktu tertentu berdasarkan surat perintah kerja.[1] Pelaksanaan pekerjaan petugas PPSU meliputi penanganan prasarana dan sarana jalan, saluran, taman, kebersihan dan penerangan jalan umum.[1] Tim PKM dari FK Trisakti telah melaksanakan penyuluhan kepada petugas PPSU di aula Kelurahan Kapuk kecamatan Cengkareng dengan judul kenali indeks masa tubh dan kadar glukosa anda. Sasaran dari pelaksanaan program ini adalah petugas PPSU yang memberikan pelayanan kepada masyarakat dibidang penanganan prasarana dan sarana. Produktivitas kerja yang baik dari petugas PPSU akan memberikan hasil yang baik pula. Produktivitas kerja baik dapat dipengaruhi beberapa faktor antara lain adalah kebugaran jasmani, status gizi, kapasitas kerja, dan beban tambahan akibat lingkungan kerja. Produktivitas kerja tiap individu bisa berbeda, salah satunya tergantung dari status gizi individu tersebut. Status gizi yang kurang umumnya akan berpengaruh terhadap kondisi kesehatan, aktivitas dan produktivitas kerja.

Diharapkan kegiatan PKM ini dapat membantu meningkatkan pengetahuan dan kualitas kesehatan masyarakat khususnya para petugas PPSU. Semoga kegiatan PKM ini dapat bermanfaat.

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL ...……i
HALAMAN PENGESAHAN ……..……...ii
IDENTITAS DAN URAIAN UMUM.……..iii
ABSTRAK..... iv
KATA PENGANTAR vi
DAFTAR ISI..... vii
BAB 1. PENDAHULUAN 1
BAB 2. PELAKSANAAN KEGIATAN 4
BAB 3. KELAYAKAN PERGURUAN TINGGI 6
BAB 4. HASIL DAN LUARAN YANG DICAPAI 7
BAB 5. KESIMPULAN DAN SARAN (REKOMENDASI)..... 9
DAFTAR PUSTAKA 10
Lampiran 1. Foto Pelaksanaan Kegiatan (minimal 4 foto) 11
Lampiran 2. Bukti Luaran..... 13
Lampiran 3. Surat Tugas (minimal dari Dekan) 19
Lampiran 4. Surat SPJ (perjalanan) yang sudah tanda tangan masyarakat/ institusi yang dikunjungi/ Berita acara kegiatan tanda tangan kedua belah pihak. 23
Lampiran 5. Surat Keterangan Mitra 27
Lampiran 6. Absensi 30
Lampiran 7. Gambar/poster/peta (yang tidak masuk dalam laporan-jika ada)..... 36
Lampiran 8. Materi/modul/poster pelaksanaan/angket dsb (jika ada) 37
Lampiran 9. Scan/copy KTM mahasiswa dan KTP Alumni 40
Lampiran 10. Lampiran Kontrak Kegiatan PkM 41
Lampiran 11. Bukti integrasi dengan penelitian, Dikjar, dan PKM (Program Kreativitas Mahasiswa) 48
Lampiran 12. Hasil Tes Kesamaan 49
Lampiran 13. Monitoring dan Evaluasi 50
Lampiran 14. Lain-Lain 53

BAB 1. PENDAHULUAN

1.1. Latar belakang

Mulai isi Latar belakang di sini Jakarta merupakan salah satu kota terbesar di Indonesia dan juga sebagai kota metropolitan mempunyai banyak permasalahan terutama di bidang sarana dan prasarana umum serta kebersihan. Untuk mengatasi hal tersebut maka dikeluarkan peraturan Gubernur yang mendasari terbentuknya petugas yang menangani fasilitas umum untuk merawat dan menjaga kebersihan prasarana dan sarana yang ada. Petugas tersebut dinamakan petugas penanganan sarana dan prasarana umum (PPSU) atau yang lebih dikenal sebagai pasukan oranye. Petugas PPSU ini diperlukan untuk mengoptimalkan pelayanan kepada masyarakat terkait sarana dan prasarana public di Jakarta. Produktivitas kinerja petugas PPSU yang baik akan dapat memberikan dampak positif bagi pelayanan kepada masyarakat.1

Produktivitas kerja merupakan suatu kemampuan untuk menghasilkan barang atau jasa dari berbagai sumber daya untuk meningkatkan kualitas dan kuantitas suatu pekerjaan. Produktivitas kerja pada dasarnya dipengaruhi oleh kebugaran jasmani, status gizi, kapasitas kerja, dan beban tambahan akibat lingkungan kerja. Produktivitas kerja tiap individu bisa berbeda, salah satunya tergantung dari status gizi individu tersebut. Status gizi yang kurang umumnya akan berpengaruh terhadap kondisi kesehatan, aktivitas dan produktivitas kerja. Status gizi juga berhubungan dengan keadaan antropometri yang bisa disebabkan oleh kebiasaan mengonsumsi makanan.2

Status gizi juga berhubungan dengan asupan makan. Orang Indonesia mempunyai kebiasaan harus mengonsumsi nasi sebagai bahan utama. Nasi merupakan sumber karbohidrat. Orang Indonesia juga mempunyai kebiasaan mengonsumsi olahan makanan dari karbohidrat untuk dimakan bersama nasi serta mengonsumsi makanan fast food dan minum minuman manis.

Asupan makan para petugas kebersihan kadang kurang diperhatikan porsinya. Asupan makan yang terlalu mengandung karbohidrat berlebihan akan dapat menyebabkan peningkatan kadar glukosa darah. Peningkatan kadar glukosa dapat menyebabkan terjadinya penyakit diabetes. Asupan makanan dengan kandungan lemak dan karbohidrat yang tinggi juga dapat menyebabkan terjadinya obesitas. Penentuan obesitas dapat dilakukan dengan pengukuran indeks massa tubuh (IMT).3

Prevalensi obesitas dan obesitas sentral tinggi pada populasi dewasa Indonesia. Orang dengan obesitas dan obesitas sentral banyak mengalami ketidak normalan pemeriksaan biomedis dibandingkaan dengan orang yang memiliki IMT dan lingkar perut normal.4,5 Diabetes dan obesitas dapat berpengaruh pada aktivitas pekerjaan sehingga menyebabkan produktivitas kerja yang menurun. Keadaan ini dapat menjadi masalah bagi produktivitas kinerja petugas PPSU.

…

1.2. Masalah

Mulai isi Masalah di sini… Asupan makanan dan indeks massa tubuh merupakan hal yang berperanan dalam meningkatkan produktivitas kerja. Pengetahuan mengenai glukosa darah dan indeks massa tubuh diperlukan dalam memperbaiki status gizi dan asupan makanan. Petugas kebersihan kurang terpapar edukasi mengenai hal tersebut.

1.3. Tujuan

Mulai isi Tujuan di sini… Petugas PPSU dapat mengenali dan mengetahui tentang indeks masa tubuh serta kadar glukosa darahnya sehingga dapat memperhatikan asupan makanannya.

1.4. Manfaat

Mulai isi Manfaat di sini… Petugas PPSU dapat memperhatikan status gizi dan asupan makanannya sehingga dapat mengendalikan indeks masa tubuh dan kadar glukosa darahnya.

1.5. Pendekatan Pemecahan Masalah

Mulai isi Pendekatan Pemecahaan Masalah di sini… Solusi pemecahan masalah adalah diberikan penyluhan kepada petugas PPSU/mitra serta diberikan pertanyaan pretest sebelum penyuluhan dan post test setelah penyuluhan untuk melihat peningkatan pengetahuan petugas PPSU. Dengan penyuluhan tersebut diharapkan para petugas PPSU dapat lebih memperhatikan indeks masa tubuh dan kadar glukosa darahnya dengam memperhatikan asupan makanan.

1.6. Khalayak Sasaran

Mulai isi Khalayak Sasaran di sini… Petugas PPSU Kelurahan Kapuk Kecamatan Cengkareng.

1.7. Pembagian Kerja Pelaksana

Mulai isi Pembagian Kerja Pelaksana di sini…Peran dan tugas anggota tim dan mahasiswa

No	Nama	Kualifikasi	Keahlian	Tugas dalam kegiatan
1	Dr.dr.Alvina, SpPK	Doktor Ilmu Kedokteran	Patologi Klinik	Koordinator Program & Penyuluh
2	Prof Dr dr Pusparini,SpPK(K)	Doktor Ilmu Kedokteran	Patologi Klinik	Narasumber
3	dr Mario,SpPK	Spesialis Patologi Klinik	Patologi Klinik	Tim kuesioner
4	dr Yasmine M, SpPK	Spesialis Patologi Klinik	Patologi Klinik	Tim kuesioner
5	dr Lie T Merijanti,MKK	Magister kesehatan kerja	Kesehatan Kerja	Tim kuesioner
6	Dr Mutiara Ferina,SpPK	Spesialis Patologi Klinik	Patologi Klinik	Tim kuesioner
7	Amelia Citra	Mahasiswa		Tim kuesioner
8	Deandra	Mahasiswa		Tim kuesioner
9	Haryati, AMdK	Laboran/Admin		Penunjang

BAB 2. PELAKSANAAN KEGIATAN

2.1. Persiapan Kegiatan

Mulai isi Persiapan Kegiatan di sini…**2.1. Persiapan Kegiatan**

- Ketua Tim menghubungi pihak Kelurahan Kapuk untuk memperoleh ijin melakukan penyuluhan bagi petugas PPSU di wilayah tersebut

- Disepakati pelaksanaan dilakukan tanggal 17 April 2025, pukul 9.00 sampai dengan selesai
- Dilakukan pendataan jumlah petugas PPSU yang dapat mengikuti kegiatan PkM tersebut
- jumlah petugas PPSU yang dapat mengikuti kegiatan sekitar 75 orang
- Membuat surat ke Dekan Fakultas Kedokteran untuk dibuatkan surat tugas kegiatan PkM
- Membuat spanduk kegiatan dan plakat tanda terima kasih
- Menyiapkan sarana dan prasarana untuk kegiatan PKM
- Menyiapkan kuesioner pre dan post test
- Menyiapkan daftar hadir peserta, Berita acara kegiatan yang akan dimintakan tanda tangan ke pak Lurah.
- Menyiapkan materi penyuluhan

Tahap pelaksanaan:

- Satu hari sebelum pelaksanaan kegiatan dilakukan konfirmasi ke petugas kelurahan Kapuk.
- Mengingatkan Petugas kelurahan untuk menyiapkan, bangku, meja penerimaan tamu, infocus, layar, pengeras suara.
- Menyiapkan konsumsi untuk petugas PPSU yang hadir.
- Pada hari pelaksanaan disiapkan daftar hadir peserta (hanya 52 responden yang hadir).
- Acara penyuluhan dibuka pada pukul 09.00 oleh pembawa acara.
- Pembawa acara memperkenalkan seluruh Tim PKM yang hadir ke petugas PPSU dan memberikan penjelasan mengenai susunan acara kegiatan penyuluhan ini.
- Pak Lurah memberi kata sambutan dan membuka acara PKM.
- Responden yang sudah hadir diminta mengisi kuesioner pretest mengenai IMT dan kadar glukosa darah.
- Dilakukan penyuluhan mengenai IMT dan kadar glukosa darah. Setelah selesai penyampaian materi dilakukan sesi tanya jawab. Pada saat diskusi petugas PPSU tampak semangat untuk bertanya.
- Dilakukan pengisian kuesioner post test.
- Penyuluhan dan PKM selesai.

2.2. Materi Kegiatan

Mulai isi Materi Kegiatan di sini… Kuesioner dapat dilihat pad lampiran 14 dan materi PPT pada lampiran 8

2.3. Pelaksanaan / Metode Pelaksanaan

Mulai isi Pelaksanaan / Metode Pelaksanaan di sini Tahap Pelaksanaan : Menghubungi Kecamatan Cengkareng untuk melakukan koordinasi terkait PkM di wilayah Kecamtan Cengkareng : tanggal 8 Oktober 2024

o Setelah disetujui maka dihubungi kelurahan yang ditunjuk menjadi tempat pelaksanaan : tanggal 9 Februari 2025

o Setelah disetujui oleh Lurah setempat dilakukan penjadwalan pelaksanaan : tanggal 17 April 2025
o Dilakukan evaluasi keberhasilan program : April 2025
o Dilakukan penulisan laporan : Mei 2025
o Dilakukan penulisan manuskrip dan e poster untuk HKI : Juni 2025 …

BAB 3. KELAYAKAN PERGURUAN TINGGI

3.1. Deskripsi (kemampuan Prodi dan Fak serta Universitas dalam bidang PkM selama 3 tahun terakhir, dukungan material dan kebijakan, merujuk LED, renstra/renop/roadmap pengelola)

Mulai isi Diskripsi di sini… Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat (LPPM)Universitas Trisakti merupakan lembaga yang menaungi kegiatan Penelitian dan PkM untuk seluruh Prodi dan Fakultas LPPM Usakti berperan sebagai pengelola untuk seluruh kegiatan PkM yang meliputi perencanaan, pengorganisasian, monitoring dan evaluasi program. LPPM juga melakukan pembuatan konsep terpadu dengan mapping area/wilayah yang masyarakatnya memiliki potensi dengan menggunakan kecakapan dan ketrampilan dari para dosen yang ahli dalam bidangnya dan dilakukan secara terpadu, sistematis berkelanjutan dan terukur.

Prodi di Fakultas Kedokteran saling bersinergi dalam kegiatan PkM. Dukungan dana dan infrastruktur dari Fakultas kedokteran untuk para Dosen Pengusul sangat baik. Masing-masing Dosen Pengusul dapat mengajukan anggaran sesuai dengan kegiatan yang diajukan. Dalam tiga tahun terakhir kegiatan penelitian dan PkM dilaksanakan dalam beberapa kegiatan penelitian dan PkM payung dengan jenis responden yang sama sehingga memudahkan dosen untuk melaksanakan kegiatan.

3.2. Kualifikasi Tim (roadmap individu pelaksana dan tugasnya)

Mulai isi Kualifikasi Tim di sini… Kualifikasi tim dan tugasnya

No	Nama	Kepakaran	Tugas
1	Dr.dr.Alvina,SpPK	Patologi Klinik	Ketua tim/Penyuluh
2	Prof Dr dr Pusparini,SpPK(K)	Patologi Klinik	Anggota/Penyuluh
3	dr Mario,SpPK	Patologi Klinik	Anggota/Penyuluh
4	dr Yasmine M, SpPK	Patologi Klinik	Anggota/penyuluh
5	dr Lie T Merijanti, MKK	Kedokteran Kerja	Anggota/Penyuluh
6	dr Mutiara Ferina,SpPK	Dokter Umum	Anggota/Alumni
7	Haryati	Tendik	Anggota
8	Amelia Citra	Mahasiswa	Anggota
9	Deandra	Mahasiswa	Anggota

Ketua tim bertugas menyiapkan materi penyuluhan, materi kuesioner, pembuatan eposter, manuskrip jurnal.

Mahasiswa dan alumni membantu memperbanyak/fotocopy kuesioner pre-tes dan pos-tes, membantu membagikan kuesioner kepada responden, merangkum hasil pre-tes dan pos-tes.

Tendik bertugas menyiapkan lokasi penyuluhan, registrasi responden, pemberian makan siang dan pemberian uang transpor responden.

3.3. Fasilitas Perguruan Tinggi Pendukung kegiatan

Mulai isi Fasilitas Perguruan Tinggi Pendukung kegiatan di sini…

No	Nama Fasilitas	Jenis fasilitas	Catatan
1	Lab KKD	Alat Timbangan	Peminjaman alat dari lab KKD
2	Mobil, komputer	Alat transportasi dan presentasi	Alat transportasi dan presentasi

BAB 4. HASIL DAN LUARAN YANG DICAPAI

4.1. Hasil Yang Dicapai Oleh Peserta, Komunitas, dan Pelaksana

Mulai isi Hasil Yang Dicapai Oleh Peserta, Komunitas, dan Pelaksana di sini
Hasil yang dicapai oleh peserta:

*Nilai rerata responden pada saat pretes adalah 81,92 dengan nilai terendah 50 dan tertinggi 100, sedangkan hasil pos-tes menunjukkan nilai rerata meningkat menjadi 95,38 dengan nilai terendah 80 dan tertinggi 100..

*Pada awal PkM pengetahuan responden mengenai Tanda dan Gejala DM sudah lumayan baik. *Pasca dilakukan penyuluhan maka pengetahuan terlihat meningkat dengan seluruh responden tidak ada yang mendapat nilai kurang dari 60.

*Hasil dari pre-tes dan pos-tes menunjukkan bahwa terjadi peningkatan pengetahuan pasca penyuluhan mengenai tanda dan gejala DM.

Hasil yang dicapai oleh Pelaksana :

*Tim Pelaksana berhasil melaksanakan kegiatan penyuluhan sesuai dengan jadwal yang ditentukan.

*Jumlah responden yang hadir yaitu berjumlah 52 responden (70% responden petugas PPSU hadir)

*Materi yang disampaikan oleh tim Pelaksana mendapat tanggapan yang baik dan antusias dari responden, banyak responden yang mengajukan pertanyaan, hal ini menunjukkan para responden antusias dan ingin menambah pengetahuan terhadap materi yang disampaikan.

4.2. Evaluasi: Tingkat ketercapaian hasil, impak, manfaat kegiatan, tolok ukur /tes yang dipakai, sebelum dan setelah

Mulai isi Evaluasi di sini…

* Tingkat ketercapaian hasil :Pelaksanaan PKM sesuai dengan jadwal yang telah ditentukan, tidak ada kendala yang ditemukan saat pelaksanaan, jumlah responden yang hadir sesuai dengan yang diharapkan.

*Impak : PkM memberikan dampak terhadap meningkatnya pengetahuan responden mengenai IMT dan kadar glukosa darah

*Manfaat kegiatan : Meningkatkan pengetahuan petugas PPSU mengenai indeks masa tubuh dan kadar glukosa darah sehingga diharapkan petugas PPSU dapat mengontrol IMT dan kadar glukosa darahnya.

*Tolok ukur ; hasil post-tes menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan sebelum penyuluhan dari rerata menjadi pasca penyuluhan.

4.3. Faktor Pendukung dan Penghambat Kegiatan

Mulai isi Faktor Pendukung dan Penghambat Kegiatan di sini… Faktor pendukung kegiatan ini adalah PKM dilakukan bersama (ada 4 tim PKM) dengan beberapa judul PKM. Responden sama sehingga dapat dianggarkan dana bersama yang memadai untuk kegiatan tersebut, ada dukungan kendaraan dari pihak kampus untuk ke lokasi kegiatan di kelurahan Kapuk. Ada dukungan tendik dan mahasiswa untuk pelaksanaan kegiatan. Dari pihak Mitra yaitu kelurahan Kapuk sangat mendukung dalam membantu megumpulkan responden pada hari pelaksanaan, menyediakan ruang aula untuk tempat penyuluhan, peralatan presentasi seperti infocus, layar, kursi dan pengeras suara.

Faktor penghambat tidak ada

4.4. Luaran yang Dihasilkan

Mulai isi Luaran yang Dihasilkan di sini… Luaran yang dihasilkan adalah HKI eposter dengan judul Kenali indeks massa tubuh dan kadar glukosa darah anda dan draft publikasi ke jurnal Ilmiah Pengabdian Kepada Masyarakat (sinta 4) dengan judul : Penyuluhan Obesitas dan Glukosa Darah kepada Petugas PPSU di Kelurahan Kapuk Jakarta Barat

4.5. Integrasi dengan Penelitian, Dikjar dan Program Kreativitas Mahasiswa

Mulai isi Integrasi dengan Penelitian, Dikjar dan Program Kreativitas Mahasiswa di sini… Hasil PKM dimasukkan dalam bahan ajar pada modul EMTK (Endokrin metabolik dan tumbuh kembang) dan terintegrasi dengan penelitian pada subjek DM tipe 2 sebagai responden

BAB 5. KESIMPULAN DAN SARAN (REKOMENDASI)

Mulai isi Kesimpulan dan saran di sini… Penyuluhan tentang indeks massa tubuh dan kadar glukosa darah pada petugas PPSU dapat meningkatkan pengetahuan petugas PPSU mengenai indeks masa tubuh dan kadar glukosa darah, bahwa hal tersebut dapat memengaruhi terjadinya obesitas dan DM sehingga petugas PPSU dapat melakukan tindakan pencegahan yang baik dan benar . Perlu dilakukan secara berkesinambungan sehingga pengetahuan masyarakat mengenai obesitas dan DM meningkat sehingga dapat mengimplementasikan dalam kehidupan sehari-harinya terutama dalam rangka mencegah terjadinya obesitas dan DM serta komplikasinya.

DAFTAR PUSTAKA

Mulai isi Daftar di sini…

1. Khairunnisa C, Yasin Y, Irawaty. Analisis kinerja petugas PPSU dalam mengoptimalkan pelayanan kepada masyarakat di Kelurahan Balekambang. Jurnal Administrasi Publik 2019;2(1):22-29.

2. Fikar FN, Suroto, Widjasena B. Hubungan indeks masa tubuh, durasi kerja dan beban kerja fisik terhadap kebugaran jasmani karyawan konstruksi di PT X. Jurnal Kesehatan Masyarakat 2017;5(1):358-368

3. Arifani S, Setiyaningrum Z. Faktor perilaku berisiko yang berhubungan dengan kejadian obesitas pada usia dewasa di Provinsi Banten tahun 2018. Jurnal Kesehatan 2021;14(2):160-168

4. Septiyanti, Seniwati. Obesitas dan obesitas sentral pada masyarakat usia dewasa di daerah perkotaan Indonesia. Jurnal Ilmiah Kesehatan 2020;2(3):118-127

5. Harbuwono DS, Pramono LA, Yunir E, et al. Obesity and central obesity in Indonesia: evidence from a national health survey. Med J Indones 2018;27(2):53-59

Lampiran 1. Foto Pelaksanaan Kegiatan (minimal 4 foto)

Mulai isi Lampiran 1 di sini…

PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT

Lampiran 2. Bukti Luaran

Mulai isi Lampiran 1 di sini…Sertifikat HKI

REPUBLIK INDONESIA
KEMENTERIAN HUKUM

SURAT PENCATATAN CIPTAAN

Dalam rangka pelindungan ciptaan di bidang ilmu pengetahuan, seni dan sastra berdasarkan Undang-Undang Nomor 28 Tahun 2014 tentang Hak Cipta, dengan ini menerangkan:

Nomor dan tanggal permohonan	:	EC00202504887 9, 13 Mei 2025
Pencipta		
Nama	:	**dr. Alvina, Sp.P.K., Prof. Dr. dr. Pusparini, Sp.P.K. dkk**
Alamat	:	Rawasari Timur V/10, Cempaka Putih, Kota Adm. Jakarta Pusat, DKI Jakarta, 10510
Kewarganegaraan	:	Indonesia
Pemegang Hak Cipta		
Nama	:	**Universitas Trisakti**
Alamat	:	Sentra HKI Universitas Trisakti, Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat Gedung M lantai 11, Jl. Kyai Tapa No. 1, Grogol Petamburan, Kota Adm. Jakarta Barat, DKI Jakarta, 11440
Kewarganegaraan	:	Indonesia
Jenis Ciptaan	:	**Karya Tulis Lainnya**
Judul Ciptaan	:	**Kenali Indeks Masa Tubuh dan Glukosa Darah Anda**
Tanggal dan tempat diumumkan untuk pertama kali di wilayah Indonesia atau di luar wilayah Indonesia	:	4 Mei 2025, di Kota Adm. Jakarta Barat
Jangka waktu pelindungan	:	Berlaku selama 50 (lima puluh) tahun sejak Ciptaan tersebut pertama kali dilakukan Pengumuman.
Nomor Pencatatan	:	000889140

adalah benar berdasarkan keterangan yang diberikan oleh Pemohon.
Surat Pencatatan Hak Cipta atau produk Hak terkait ini sesuai dengan Pasal 72 Undang-Undang Nomor 28 Tahun 2014 tentang Hak Cipta.

a.n. MENTERI HUKUM
DIREKTUR JENDERAL KEKAYAAN INTELEKTUAL
u.b
Direktur Hak Cipta dan Desain Industri

Agung Damarsasongko, SH.,MH.
NIP. 196912261994031001

Disclaimer:
1. Dalam hal pemohon memberikan keterangan tidak sesuai dengan surat pernyataan, Menteri berwenang untuk mencabut surat pencatatan permohonan.
2. Surat Pencatatan ini telah ditandatangani secara elektronik menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan oleh Balai Besar Sertifikasi Elektronik, Badan Siber dan Sandi Negara.
3. Surat Pencatatan ini dapat dibuktikan keasliannya dengan memindai kode QR pada dokumen ini dan informasi akan ditampilkan dalam browser.

LAMPIRAN PENCIPTA

No	Nama	Alamat
1	dr. Alvina, Sp.P.K.	Rawasari Timur V/10 Cempaka Putih, Kota Adm. Jakarta Pusat
2	Prof. Dr. dr. Pusparini, Sp.P.K.	Perumahan Casa Jardin Blok E2 no. 3 A, RT 005, RW 009 Cengkareng, Kota Adm. Jakarta Barat
3	dr. Mario, Sp.P.K.	Jl. Pangeran Tubagus Angke, Gg. Siaga II No.7 RT 009/04 Tambora, Kota Adm. Jakarta Barat
4	dr. Yasmine Mashabi, M.Ked. (ClinPath), Sp.P.K.	Jl. PETAMBURAN No 47 RT 004 RW 002 Tanah Abang, Kota Adm. Jakarta Pusat
5	dr. Lie Tana Merijanti Susanto, M.K.K.	Jl. Pangeran Jayakarta No 64D, RT 010/ RW 010 Sawah Besar, Kota Adm. Jakarta Pusat

Draft Publikasi jurnal

PengabdianMu

Jurnal Ilmiah Pengabdian kepada Masyarakat

PengabdianMu: Jurnal Ilmiah Pengabdian kepada Masyarakat

Volume x, Issue x, Pages xx-xx Month Year e-ISSN: [illegible] p-ISSN: [illegible]

[illegible]

DOI: [illegible]

Penyuluhan Obesitas dan Diabetes kepada petugas PPSU di Kelurahan Kapuk, Jakarta Barat

Obesity and Diabetes Counseling for PPSU Officers in Kapuk Subdistrict, West Jakarta

Alvina [1]*

Puspasini [2]

Mario [3]

Yasmine Mashabi [4]

Lia T Marijanti[5]

[1,2,3,4]Bagian Patologi Klinik, Fakultas Kedokteran Universitas Trisakti, Jakarta, DKI Jakarta, Indonesia

[5]Bagian Kedokteran Kerja, Fakultas Kedokteran Universitas Trisakti, Jakarta, DKI Jakarta, Indonesia

email: dr.alvina@trisakti.ac.id

Kata Kunci
Obesitas
Diabetes
PPSU

Keywords:
Obesity
Diabetes
PPSU

Received: Month Year
Accepted: Month Year
Published: Month Year

Abstrak

Produktivitas kinerja petugas penanganan prasarana dan sarana umum (PPSU) yang baik akan dapat memberikan dampak positif bagi pelayanan kepada masyarakat. Produktivitas kerja pada dasarnya dipengaruhi kebugaran jasmani, status gizi, kapasitas kerja, dan beban tambahan akibat lingkungan kerja. Produktivitas kerja tiap individu bisa berbeda, salah satunya tergantung dari status gizi individu tersebut. Status gizi kurang umumnya akan berpengaruh terhadap kondisi kesehatan, aktivitas dan produktivitas kerja. Status gizi juga berhubungan dengan keadaan antropometri yang bisa disebabkan oleh kebiasaan mengonsumsi makanan. Asupan makan para petugas PPSU kadang kurang diperhatikan porsinya. Asupan makan yang terlalu mengandung karbohidrat berlebihan akan dapat menyebabkan peningkatan kadar glukosa darah. Peningkatan kadar glukosa dapat menyebabkan terjadinya penyakit diabetes. Asupan makanan dengan kandungan lemak dan karbohidrat yang tinggi juga dapat menyebabkan terjadinya obesitas. Diabetes dan obesitas dapat berpengaruh pada aktivitas pekerjaan sehingga menyebabkan produktivitas kerja yang menurun. Keadaan ini dapat menjadi masalah bagi produktivitas kinerja petugas PPSU. Tujuan pelaksanaan Pengabdian kepada masyarakat (PKM) adalah memberikan edukasi mengenai pengertian kadar glukosa darah dan obesitas, pencegahan dalam mengendalikan kadar glukosa darah dan obesitas perlu diberikan kepada para petugas PPSU agar mereka dapat lebih memperhatikan asupan makan dan dapat mengendalikan kadar glukosa darah serta IMT sehingga mencegah terjadinya diabetes dan obesitas sehingga produktivitas kerja meningkat. Pelaksanaan PKM dilakukan melalui penyuluhan serta tanya jawab kepada 52 petugas PPSU di Kelurahan Kapuk Jakarta Barat. Hasil penyuluhan menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan mengenai obesitas dan diabetes pada petugas PPSU. Penyuluhan berkesinambungan perlu diberikan kepada petugas PPSU sehingga dapat dilakukan pencegahan obesitas dan DM untuk meningkatkan produktivitas kerja.

Abstract

Good performance productivity of public infrastructure and facilities (PPSU) officers will have a positive impact on public services. Work productivity is basically influenced by physical fitness, nutritional status, work capacity, and additional burdens due to the work environment. Work productivity of each individual can be different, one of which depends on the nutritional status of the individual. Poor nutritional status will generally affect health conditions, activities and work productivity. Nutritional status is also related to anthropometric conditions which can be caused by food consumption habits. The food intake of PPSU officers is sometimes not considered in terms of portions. Food intake that contains too many carbohydrates can cause an increase in blood glucose levels. Increased glucose levels can cause diabetes. Food intake with high fat and carbohydrate content can also cause obesity. Diabetes and obesity can affect work activities, causing decreased work productivity. This condition can be a problem for the productivity of PPSU officers. The purpose of implementing Community Service (PKM) is to provide education on the understanding of blood glucose levels and obesity, prevention in controlling blood glucose levels and obesity needs to be given to PPSU officers so that they can pay more attention to food intake and can control blood glucose levels and BMI so as to prevent diabetes and obesity so that work productivity increases. The implementation of PKM was carried out through counseling and Q&A to 52 PPSU officers in Kapuk subdistrict, West Jakarta. The results of the counseling showed an increase in knowledge about obesity and diabetes among PPSU officers. Continuous counseling needs to be given to PPSU officers so that obesity and DM can be prevented to increase work productivity.

PENDAHULUAN

Jakarta merupakan salah satu kota terbesar di Indonesia dan juga sebagai kota metropolitan mempunyai banyak permasalahan terutama di bidang sarana dan prasarana umum serta kebersihan. Untuk mengatasi hal tersebut maka dikeluarkan peraturan Gubernur yang mendasari terbentuknya petugas yang menangani fasilitas umum untuk merawat dan menjaga kebersihan prasarana dan sarana yang ada. Petugas tersebut dinamakan petugas penanganan sarana dan prasarana umum (PPSU) atau yang lebih dikenal sebagai pasukan oranye. Petugas PPSU ini diperlukan untuk mengoptimalkan pelayanan kepada masyarakat terkait sarana dan prasarana public di Jakarta. Produktivitas kinerja petugas PPSU yang baik akan dapat memberikan dampak positif bagi pelayanan kepada masyarakat. (Khairunisa, 2019)

Produktivitas kerja merupakan suatu kemampuan untuk menghasilkan barang atau jasa dari berbagai sumber daya untuk meningkatkan kualitas dan kuantitas suatu pekerjaan. Produktivitas kerja pada dasarnya dipengaruhi oleh kebugaran jasmani, status gizi, kapasitas kerja, dan beban tambahan akibat lingkungan kerja. Produktivitas kerja tiap individu bisa berbeda, salah satunya tergantung dari status gizi individu tersebut. Status gizi yang kurang umumnya akan berpengaruh terhadap kondisi kesehatan, aktivitas dan produktivitas kerja. Status gizi juga berhubungan dengan keadaan antropometri yang bisa disebabkan oleh kebiasaan mengonsumsi makanan. (Fikar, 2017)

Status gizi juga berhubungan dengan asupan makan. Orang Indonesia mempunyai kebiasaan harus mengonsumsi nasi sebagai bahan utama. Nasi merupakan sumber karbohidrat. Orang Indonesia juga mempunyai kebiasaan mengonsumsi olahan makanan dari karbohidrat untuk dimakan bersama nasi serta mengonsumsi makanan *fast food* dan minum minuman manis.

Asupan makan para petugas PPSU kadang kurang diperhatikan porsinya. Asupan makan yang terlalu mengandung karbohidrat berlebihan akan dapat menyebabkan peningkatan kadar glukosa darah. Peningkatan kadar glukosa dapat menyebabkan terjadinya penyakit diabetes. Asupan makanan dengan kandungan lemak dan karbohidrat yang tinggi juga dapat menyebabkan terjadinya obesitas. Penentuan obesitas dapat dilakukan dengan pengukuran indeks massa tubuh (IMT). (Arifani, 2021)

Prevalensi obesitas dan obesitas sentral tinggi pada populasi dewasa Indonesia. Orang dengan obesitas dan obesitas sentral banyak mengalami ketidak normalan pemeriksaan biomedis dibandingkan dengan orang yang memiliki IMT dan lingkar perut normal. (Septiyanti,2020; Harbuwono,2018) Diabetes dan obesitas dapat berpengaruh pada aktivitas pekerjaan sehingga menyebabkan produktivitas kerja yang menurun. Keadaan ini dapat menjadi masalah bagi produktivitas kinerja petugas PPSU.

Berdasarkan data *International Diabetes Federation* (IDF) diperkirakan terdapat 437 juta orang terkena diabetes di seluruh dunia dan akan meningkat menjadi 643 juta pada tahun 2030. (Ikhsan, 2024), sedangkan angka obesitas berdasarkan survey kesehatan Indonesia 2023 sebesar 14,4% untuk usia diatas 18 tahun dan 1 dari 3 orang dewasa akan mengalami obesitas atau kelebihan berat badan. (Unicef Kemenkes, 2024)

Angka kejadian diabetes yang tinggi di masyarakat merupakan hal yang sangat penting untuk ditangani, karena saat ini masih banyak masyarakat yang belum memahami serta kurangnya pengetahuan mengenai penyebab, komplikasi dan pencegahan diabetes. (IKhsan, 2024) Pengetahuan berperan penting dalam manajemen obesitas dan diabetes. Pengetahuan yang kurang mungkin dapat meningkatkan komplikasi diabetes. Pengetahuan tentang diabetes tidak hanya terbatas untuk penderita atau keluarga penderita tetapi masyarakat juga harus mengetahui mengingat risiko diabetes yang tinggi dan dapat berpengaruh terhadap produktivitas kerja. (Irawan, 2018)

Penyuluhan pada PKM ini bertujuan untuk memberikan pengetahuan tentang obesitas dan diabetes kepada petugas PPSU mengingat petugas PPSU merupakan bagian dari masyarakat yang mungkin kurang terpapar mengenai hal tersebut serta kemungkinan dapat berdampak terkena obesitas atau diabetes. Petugas PPSU yang sudah diberikan penyuluhan diharapkan akan meningkat pengetahuannya sehingga dapat melakukan pencegahan terjadinya obesitas dan diabetes, yang pada akhirnya akan meningkatkan produktivitas kerja.

METODE

Khalayak sasaran dan tempat pelaksanaan

Khalayak sasaran pada kegiatan PKM ini adalah petugas PPSU di Kelurahan Kapuk Jakarta Barat. Jumlah seluruh anggota PPSU di Kelurahan Kapuk sebanyak 75 orang, tetapi hanya 52 orang petugas PPSU yang dapat hadir pada kegiatan penyuluhan ini. Pelaksanaan kegiatan dilakukan di aula kelurahan Kapuk Jakarta Barat.

Metode pelaksanaan PKM

Pada persiapan kegiatan, ketua tim menghubungi pihak Kelurahan Kapuk untuk memperoleh ijin melakukan penyuluhan bagi petugas PPSU di wilayah tersebut dan disepakati pelaksanaan dilakukan tanggal 17 April 2025, pukul 9.00 sampai dengan selesai. Selanjutnya dilakukan pendataan jumlah petugas PPSU yang dapat mengikuti kegiatan PKM tersebut dan jumlah petugas PPSU yang dapat mengikuti kegiatan sekitar 75 orang. Selanjutnya ketua tim membuat surat ke Dekan Fakultas Kedokteran untuk dibuatkan surat tugas kegiatan PKM. Kegiatan selanjutnya adalah membuat spanduk kegiatan dan plakat tanda terima kasih, menyiapkan sarana dan prasarana untuk kegiatan PKM, menyiapkan kuesioner pre dan post test, menyiapkan daftar hadir peserta, berita acara kegiatan yang akan dimintakan tanda tangan ke Lurah serta menyiapkan materi penyuluhan

Pada tahap pelaksanaan, satu hari sebelum pelaksanaan kegiatan dilakukan konfirmasi ke petugas kelurahan Kapuk dan mengingatkan petugas kelurahan untuk menyiapkan, bangku, meja penerimaan tamu, infocus, layar, pengeras suara serta menyiapkan konsumsi untuk para responden yang hadir. Pada hari pelaksanaan disiapkan daftar hadir peserta (hanya 52 responden yang hadir). Responden yang sudah hadir diminta mengisi kuesioner pre test mengenai obesitas dan diabetes. Soal kuesioner diberikan dalam bentuk pilihan berganda. Pengisian kuesioner dilakukan dengan memilih jawaban yang benar. Setelah selesai pengisian kuesioner pretest maka selanjutnya dilakukan penyuluhan mengenai obesitas dan diabetes serta sesi Tanya jawab. Pada akhir penyuluhan, responden diminta untuk mengisi kuesioner post test. Indikator keberhasilan dari kegiatan PKM ini adalah meningkatnya pengetahuan para petugas PPSU mengenai obesitas dan DM setelah diberikan penyuluhan. Instrumen yang dipakai dalam penilaian indikator tersebut adalah kuesioner. Terdapatnya peningkatan nilai post test dibandingkan nilai pretest menunjukkan bahwa ada peningkatan pengetahuan pada petugas PPSU setelah diberikan penyuluhan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan PKM ini diikuti oleh 52 responden. Responden sebagian besar berjenis kelamin laki-laki (76,9%), rata-rata usia responden adalah 42 tahun dengan usia terendah 22 tahun dan tertinggi usia 55 tahun. Pendidikan yang paling dominan adalah lulusan SMA (78,8%) dan rata-rata lama bekerja sebagai petugas PPSU adalah 8 tahun. Tabel 1

Tabel I. Karakteristik responden

Variabel	n (%)
Usia (tahun) ....X±SD	41,9 ± 9,6
Jenis Kelamin	
Laki-laki	40 (76,9)
Perempuan	12 (23,1)
Pendidikan	
SD	1 (1,9)
SMP	8 (15,4)
SMA	41 (78,8)
Universitas/S1	2 (3,8)
Lama bekerja (tahun) ....X±SD	8,08 ± 2,61
Nilai pre test ....X±SD	81,92 ± 12,29
Nilai post test......X±SD	95,38 ± 9,28

Petugas PPSU yang ikut kegiatan sebagian besar berjenis kelamin laki-laki. Hal ini dikarenakan anggota PPSU didominasi oleh laki-laki sesuai dengan pekerjaan yang harus dikerjakan membutuhkan kekuatan fisik. Pekerjaan petugas PPSU antara lain adalah penanganan prasarana dan sarana jalan, saluran, taman, kebersihan dan penerangan jalan umum. (Peraturan Gubernur DKI Jakarta, 2017)

Pada penyuluhan ini dilakukan pretest dan post test untuk mengetahui tingkat pemahaman para petugas PPSU terhadap materi yang diberikan. Hasil nilai pretest menunjukkan rerata 81,92 dengan nilai terendah adalah 50 dan tertinggi 100 sedangkan untuk hasil post test didapatkan rerata 95,38 dengan nilai terendah 80 dan tertinggi 100. Pada awal sebelum penyuluhan dilakukan pretest pengetahuan responden sudah cukup baik. Setelah dilakukan penyuluhan dan diberikan post test dengan soal yang sama tampak adanya peningkatan hasil dari yang nilai terendah 50 saat pretest menjadi 80 saat post test.

Tabel II. Hasil nilai pre test dan post test

Skor pengetahuan	n	X ± SD	P value
Pre test	52	81,92 ± 12,29	0,043*
Post test	52	95,38 ± 9,28	

*Uji Wilcoxon

Tabel III. Korelasi antara jenis kelamin, usia, pendidikan, lama bekerja dengan nilai pre test dan post tes

Variabel	Nilai pre test		Nilai post test	
	p	r	p	r
Jenis kelamin	0,009	0,360	0,218	0,174
Usia	0,544	0,086	0,104	0,228
Pendidikan	0,032	0,297	0,767	0,042
Lama bekerja	0,888	0,020	0,064	0,258

P<0,05 berbeda bermakna, Uji korelasi Spearman

Pada hasil uji Wilcoxon (Tabel 2) terlihat adanya perbedaan bermakna antara pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan dengan nilai p=0,043. Hasil uji korelasi Spearman antara jenis kelamin, usia, pendidikan, lama bekerja dengan nilai pretest dan post test menunjukkan adanya korelasi antara jenis kelamin dengan nilai pretest (p=0,009) tetapi tidak berkorelasi dengan nilai post test (p= 0,218), sedangkan untuk tingkat pendidikan dengan nilai pre test terdapat korelasi (p=0,032) tetapi tingkat pendidikan tidak berkorelasi dengan post test (p=0,767). Tidak terdapat korelasi antara usia dengan nilai pre test (p= 0,544) dan nilai post test (p=0,104) dan juga tidak terdapat korelasi antara lama bekerja dengan nilai pre test (p=0,888) dan nilai post test (p=0,064). (Tabel 3)

Terdapatnya korelasi antara jenis kelamin dengan hasil pretest pada penyuluhan ini menunjukkan responden perempuan lebih banyak mengisi jawaban pre test dengan benar dibanding responden laki-laki, hal ini kemungkinan disebabkan responden perempuan sudah pernah mendengar mengenai istilah obesitas dan diabetes karena responden perempuan selain sebagai petugas PPSU juga sebagai ibu rumah tangga yang mengikuti kegiatan pendidikan kesejahteraan keluarga (PKK) di kelurahan tersebut. Sedangkan tidak terdapatnya korelasi antara jenis kelamin dengan nilai post test kemungkinan menunjukkan bahwa penyuluhan yang diberikan dapat dimengerti oleh seluruh responden baik laki-laki maupun perempuan. Pada dasarnya terdapat dua faktor yang mempengaruhi kemampuan pemahaman seseorang terhadap materi yang diberikan yaitu faktor internal dan eksternal. Faktor internal yaitu kecerdasan individu dan faktor eksternal yaitu sarana dan perlengkapan belajar serta materi pelajaran dan kondisi lingkungan belajar. (Anwar, 2019)

Penelitian Zaidi seperti yang dikutip oleh Anwar (Anwar, 2019) menyatakan bahwa tidak ada perbedaan antara laki-laki dan perempuan dalam hal kecerdasan. Perbedaan kecerdasan laki-laki dan perempuan sering dikaitkan dengan perbedaan fisiologis otak walaupun tidak secara langsung berkaitan dengan perbedaan kecerdasan. (Anwar, 2019)

Tidak terdapatnya korelasi antara usia dengan nilai pre test dan post test, hal ini kemungkinan disebabkan sebagian besar

responden masih belum lansia sehingga daya tangkap dan berpikir masih cukup baik. Peningkatan usia akan berpengaruh terhadap daya tangkap dan cara berpikir. Usia semakin tinggi maka daya tangkap semakin berkembang tetapi akan menurun pada usia tua. (Irawan, 2018) Pada hasil penelitian yang dilakukan oleh Irawan et al (Irawan, 2018) didapatkan bahwa usia berhubungan dengan pengetahuan. Pada perbedaan usia terdapat perbedaan tahap perkembangan, logika penerimaan dan cara pemahaman suatu informasi. (Irawan, 2018)

Terdapat korelasi antara tingkat pendidikan dengan nilai pre test tetapi tidak berkorelasi dengan nilai post test kemungkinan bahwa responden dengan tingkat pendidikan SMA dan universitas banyak yang menjawab soal pre test dengan benar, tetapi setelah diberikan penyuluhan maka pengetahuan responden jadi meningkat sehingga responden dengan tingkat pendidikan yang rendah (SD-SMP) hampir semua dapat menjawab soal post test dengan benar. Penyuluhan yang diberikan kemungkinan dapat meningkatkan pengetahuan dan dapat dipahami oleh hampir seluruh responden. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Irawan et al (Irawan, 2018) didapatkan bahwa pendidikan tidak berhubungan dengan pengetahuan, yang disebabkan jumlah responden lulusan SD dan SMA pada penelitian Irawan et al sama sehingga pengetahuan menjadi seimbang dan tidak saling berhubungan.

Pemahamam tentang pengetahuan merupak pilar utama pengetahuan. Pengetahuan masyarakat berdasarkan kebutuhan untuk distribusi pengetahuan yang meliputi akses informasi dan transfer informasi. (Irawan, 2018)

Pengetahuan yang rendah karena kurang mendapatkan informasi dapat memengaruhi kemampuan serta perilaku dalam mengendalikan kadar glukosa darah. Pemberian edukasi kesehatan dan gizi atau konseling dapat meningkatkan pengetahuan dalam mengontrol kadar glukosa darah dan obesitas. Penyampain edukasi dapat melalui berbagai media salah satunya dengan metode ceramah. (Andriani, 2022; Assidhiq, 2022) Pengetahuan dapat dijadikan pedoman dalam kehidupan sehari-hari sehingga dapat menjadi suatu kebiasaan yang dapat membentuk sikap seseorang. (Assidhiq, 2022) Perilaku yang didasari oleh pengetahuan lebih mudah untuk dilakukan daripada yang tidak didasari oleh pengetahuan. (Eliza, 2024)

Hasil uji korelasi didapatkan tidak ada korelasi antara lama bekerja dengan nilai pre test dan post test kemungkinan dalam menambah pengetahuan tidak selalu harus memiliki masa kerja yang lama dan pada soal pretest post test yang diberikan tidak berhubungan dengan pekerjaan dan lama bekerja sebagai PPSU. Lama kerja dibidang yang sama dengan pengetahuan dibidang tersebut kemungkinan dapat berhubungan karena lama kerja merupakan faktor yang dapat memengaruhi individu dalam berwawasan dan pengalaman luas berpengaruh terhadap pembentukan perilaku sehingga lama kerja bisa memengaruhi pengetahuan, sikap dan perilaku. (Siagian, 2020)

Hasil penelitian oleh Irawan et al (Irawan, 2018) mengenai faktor yang berhubungan dengan penetahuan masyarakat tentang diabetes didapatkan bahwa pekerjaan tidak berhubungan dengan pengetahuan, sedangkan penelitian Wawan dan Dewi seperti yang dikutip oleh Irawan et al menyatakan bahwa pekerjaan berhubungan dengan informasi yang didapat. (Irawan, 2018)

Edukasi melalui penyuluhan merupakan dasar dalam pencegahan terjadinya diabetes dan obesitas. Pengetahuan yang minim akan memperoepat seseorang menuju timbulnya komplikasi sehingga hal ini akan dapat menjadi beban bagi keluarga dan masyarakat. Pengetahuan juga merupakan faktor yang penting dalam menentukan sikap dan perilaku seseorang. (Kaluku, 2020) Pengetahuan tidak hanya didapatkan di bangku sekolah/pendidikan tetapi juga dari pengalaman langsung maupun tidak langsung. Pengetahuan merupakan faktor penting terbentuknya perilaku individu tetapi bukan faktor yang cukup kuat untuk merubah perilaku, perlu ada niat yang cukup untuk seseorang berbuat sesuai dengan pengetahuannya. (Kaluku, 2020; Isniati, 2003)

Gambar 1. Sesi Tanya jawab

Gambar 2. Sesi pemberian materi kepada responden

KESIMPULAN

Kegiatan penyuluhan PKM mengenai obesitas dan diabetes pada masyarakat khususnya petugas PPSU dapat meningkatkan pengetahuan. PKM yang berkesinambungan perlu diberikan kepada masyarakat sehingga masyarakat terpapar dengan hal tersebut dan pengetahuan masyarakat jadi meningkat serta dapat menerapkannya dalam kehidupan sehar-hari sehingga dapat mencegah terjadinya obesitas dan diabetes.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih kepada pihak Kelurahan Kapuk Kecamatan Cengkareng Jakarta Barat yang telah membantu pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini.

REFERENSI

Andriani, W.R., Handayani, ID. 2022. Pengetahuan Dalam Mengontrol Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2. Jurnal Kesehatan Masyarakat. 20(10):28-42. DOI : 10.14710/jkm.v12i1.38286

Anwar, S., Saleh bila, I., Sofyan, R., Anna, Z. 2018. Laki-laki atau Perempuan, Siapa Yang Lebih Cerdas Dalam Proses Belajar/Sebuah Bukti Dari Pendekatan Analisis Survival. Jurnal Psikologi. 18(2):281-296.

Arifani, S., Setiyaningrum, Z. 2021. Faktor Perilaku Berisiko Yang Berhubungan Dengan Kejadian Obesitas Pada Usia Dewasa Di Provinsi Banten Tahun 2018. Jurnal Kesehatan. 14(2):160-168.

Assidiq, M.R., Prihatin, S., Susilorini, K.A. 2022. Efektifitas Edukasi Gizi Dengan Media E-Booklet Pencegahan Obesitas Terhadap Peningkatan Pengetahuan Dan Sikap Serta Penurunan Berat Badan Pada Remaja. Jurnal Riset Gizi. 10(2):138-143.

Elisa., Telisa, I., Meilina, A., Sumarman. 2024. Pengaruh Media Edukasi Gizi Tentang Indeks Glikemik Terhadap Kadar Glukosa Darah Pasien Diabetes Mellitus. Jurnal SAGO Gizi dan Kesehatan. 5(2): 427-436. http://dx.doi.org/10.30867/gikes.v5i2.1264

Fikar, F.N., Suroto., Widjasena, B. 2017. Hubungan Indeks Masa Tubuh, Durasi Kerja Dan Beban Kerja Fisik Terhadap Kebugaran Jasmani Karyawan Konstruksi Di PT X. Jurnal Kesehatan Masyarakat. 5(1):358-368

Hasbuwono, D.S., Pramono, L.A., Yunir, E., et al. 2018. Obesity And Central Obesity In Indonesia: Evidence From A National Health Survey. Med J Indones. 27(2):53-59

Ilham., Siswandi, I. 2004. Hubungan Pengetahuan Masyarakat Dengan Self Assessment Risiko Diabetes Melitus Tipe 2. Jurnal Kesehatan Kartika. 19 (3):149-157

Inawan, E. 2018. Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Pengetahuan Masyarakat Tentang Diabetes Mellitus Tipe II. Jurnal Keperawatan BSI. 6(2):115-121

Inriati. 2007. Hubungan Tingkat Pengetahuan Penderita Diabetes Mellitus Dengan Keterkendalian Gula Darah Di Poliklinik Rs Perjan Dr. M. Djamil Padang Tahun 2003. Jurnal Kesehatan Masyarakat. 1(2):73-77

Kaluku, K. 2020. Pengaruh Edukasi Gizi Terhadap Pengetahuan dan Sikap Pasien Diabetes Mellitus Tipe II. Global Health Science. 5(3):121-130. http://dx.doi.org/10.33846/ghs5305

Khairunnisa, C., Yasin, Y., Irawaty. 2019. Analisis Kinerja Petugas PPSU Dalam Mengoptimalkan Pelayanan Kepada Masyarakat Di Kelurahan Balekambang. Jurnal Administrasi Publik. 2(1):22-29

Peraturan Gubernur Provinsi Daerah Khusus Ibukota Jakarta Nomor 7 tahun 2017 tentang penanganan prasarana dan sarana umum tingkat kelurahan. Jakarta 2017.

Septiyanti, Seniwati. 2020. Obesitas Dan Obesitas Sentral Pada Masyarakat Usia Dewasa Di Daerah Perkotaan Indonesia. Jurnal Ilmiah Kesehatan. 2(3):118-127

Siagian, E. 2020. Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Tenaga Kesehatan Terhadap Kematian Tentang Keperawatan Paliatif. CHMK Nursing Scientific Journal. 4(3):278-284

UNICEF Indonesia. 2004. Analisis Lanskap Kelebihan Berat Badan dan Obesitas di Indonesia Ringkasan Temuan Kunci. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. https://www.unicef.org/indonesia/id/media/23656/file/ringkasan-temuan-kunci-analisis-lanskap-kelebihan-berat-badan-obesitas-Indonesia.pdf

Lampiran 3. Surat Tugas (minimal dari Dekan)

Mulai isi Lampiran 2 di sini / insert image hasil scan surat tugas

UNIVERSITAS TRISAKTI
FAKULTAS KEDOKTERAN
FACULTY OF MEDICINE – UNIVERSITAS TRISAKTI
KAMPUS B – Jl. Kyai Tapa No. 260 – Grogol – Jakarta Barat 11440 – Indonesia
Telp : +62-21-5672731, 5655786
Fax : +62-21-5660706
E-mail : fk@trisakti.ac.id
Website : https://trisakti.ac.id

SURAT TUGAS

Nomor: 1143/USAKTI/FK/03/III/2025

Dasar :
1. Pelaksanaan Tridharma Perguruan Tinggi di Fakultas Kedokteran Universitas Trisakti;
2. Untuk kelancaran dan kesuksesan pelaksanaan pengadian kepada masyarakat (PKM) Dosen di Fakultas Kedokteran Universitas Trisakti perlu dibuat tim PKM Dosen sesuai dengan PKM yang dilakukan;
3. Untuk tertib administrasi tim yang dibuat ditetapkan dengan surat tugas Dekan

Dekan Fakultas Kedokteran Universitas Trisakti

MENUGASKAN

Kepada : Ketua Program : Dr. dr. Alvina, Sp.PK
Anggota : Prof. Dr. dr. Pusparini, Sp.PK
dr. Mario, Sp.PK
dr. Yasmine Mashabi, S.Ked, Sp.P.K, M.Ked.Klin

Untuk : Melaksanakan tugas sebagai Tim PKM Dosen Fakultas Kedokteran Universitas Trisakti tahun akademik 2024/2025
Judul Program : Penyuluhan: Kenali IMT dan kadar glukosa darah anda
Tanggal Pelaksanaan : Kamis, 17 April 2025
Tempat : Kelurahan Kapuk, Kecamatan Cengkareng, Jakarta Barat

Demikian surat tugas ini untuk dilaksanakan dengan sebaik-baiknya dan penuh rasa tanggung jawab, serta melaporkan hasilnya kepada Dekan Fakultas Kedokteran Universitas Trisakti. Apabila dikemudian hari terdapat kekeliruan ataupun kesalahan dalam surat tugas ini, akan diubah dan diperbaiki sebagaimana mestinya.

Ditetapkan di : Jakarta
Pada tanggal : 17 Maret 2025

Dekan

Dr. dr. Yenny, Sp.FK
NIK: 2613/USAKTI

WD I	KTU

Lampiran 4. Surat SPJ (perjalanan) yang sudah tanda tangan masyarakat/ institusi yang dikunjungi/ Berita acara kegiatan tanda tangan kedua belah pihak.

Mulai isi Lampiran 3 di sini / insert image hasil scan SPJ

UNIVERSITAS TRISAKTI

BERITA ACARA
PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT
FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS TRISAKTI
TAHUN AKADEMIK 2024/2025

Telah dilaksanakan program "**Penyuluhan Kenali Indeks Masa Tubuh dan Kadar Glukosa Darah Anda pada petugas Penanganan Prasarana dan Sarana Umum (PPSU) di Kelurahan Kapuk, Kecamatan Cengkareng, Jakarta Barat**" yang merupakan Program Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM) Fakultas Kedokteran Universitas Trisakti pada :

Hari/tanggal : Kamis, 17 April 2025

Waktu : 09.00-selesai

Dengan Tim sebagai berikut :

1. Dr.dr.Alvina,SpPK (Koordinator tim PKM)
2. Prof. Dr.dr.Pusparini, SpPK (K) (Anggota tim dosen)
3. dr.Mario, SpPK (Anggota tim dosen)
4. dr.Yasmine Mashabi, SpPK (Anggota tim dosen)
5. dr.Lie T Merijanti, MKK (Anggota tim dosen)
6. dr.Mutiara Ferina, SpPK (Anggota tim alumni PKM)
7. Amelia Citra (Anggota tim mahasiswa)
8. Deandra (Anggota tim mahasiswa)
9. Haryati, Amd (Anggota tim penunjang PKM)

Demikian berita acara ini kami buat, untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Jakarta, 17 April 2025
Koordinator Tim PKM

Lurah Kapuk

(Achmad Subhan, SE, MAP)

(Dr.dr.Alvina,SpPK)

Lampiran 5. Surat Keterangan Mitra

SURAT PERNYATAAN KESEDIAAN KERJA SAMA DENGAN MITRA

DALAM PELAKSANAAN PROGRAM PKM

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama	: Ahmad Faqih, SE, M.Si
Jabatan	: Camat Kecamatan Cengkareng
Nama Usaha	: Kantor Kecamatan Cengkareng
Alamat Usaha	: Jl. Syek Juniad Al Batawi No.1 RT 001/RW 03, Kelurahan Cengkareng Barat, Cengkareng, Jakarta Barat, 11730
No Telp dan Email	: 021-6193590

Menyatakan bersedia untuk bekerja sama dalam pelaksanaan Kegiatan Program Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM), dengan:

Nama Ketua PKM	: Dr.dr.Alvina,SpPK
Nama Anggota PKM	: Prof.Dr.dr.Pusparini,SpPK, Subsp K.V (K) dr.Mario,SpPK dr.Yasmine Mashabi,SpPK
Lembaga PKM	: Pusat Studi Kedokteran Kerja FK Trisakti
Perguruan Tinggi	: Fakultas Kedokteran Universitas Trisakti
Alamat	: Jl. Kyai Tapa, Grogol, Jakarta Barat
Judul PKM	: Kenali Indeks Massa Tubuh dan Kadar Glukosa Darah Anda

Demikian surat pernyataan ini dibuat dengan penuh kesadaran dan tanggung jawab tanpa ada unsur pemaksaan di dalam pembuatannya untuk dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Jakarta, 09/9/2024

( )

Dipindai dengan CamScanner

SURAT PERNYATAAN KESEDIAAN KERJA SAMA DENGAN MITRA

DALAM PELAKSANAAN PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama	: Achmad Subhan, SE, MAP
Jabatan	: Lurah Kapuk Kec. Cengkareng
Alamat	: Kel. Kapuk Kec. Cengkareng – Jakarta Barat

Menyatakan bersedia untuk bekerja sama dalam pelaksanaan Kegiatan Program Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM), dengan :

Nama	: Dr. dr. Alvina, Sp.PK
Jabatan	: Dosen FK Universitas Trisakti
Alamat	: FK USAKTI Grogol- Jakarta

Demikian surat pernyataan ini dibuat dengan penuh kesadaran dan tanggung jawab tanpa ada unsur pemaksaan didalam pembuatannya untuk dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Jakarta, 15 April 2025

Pelaksana PKM	Lurah Kapuk
Dr. dr. Alvina, Sp.PK	Achmad Subhan, SE, MAP

Lampiran 6. Absensi

Mulai isi Lampiran 5 Absensi di sini

UNIVERSITAS TRISAKTI	FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS TRISAKTI	Kode/No:
		Tanggal:
	FORMULIR DAFTAR HADIR	Revisi:
		Halaman: 1 dari …

Nama Kegiatan : PKM kepada petugas PPSU Kelurahan Kapuk
Hari/tanggal : Kamis, 17 April 2025
Tempat : Kelurahan Kapuk

No.	Nama	TTD
1.	SULAIMAN ELBRO	
2.	Sugiman	
3.	ida. sariyah	
4.	YERUBEAM	
5.	BAHRUDDIN	
6.	HAIRUL	
7.	Dian lestari	
8.	PRIO WALUYO	
9.	RASDI. S	
10.	Eko Susanto	
11.	Jumaedi	
12.	Moor Fatis	
13.	RONI	
14.	Roma. S	
15.	Badrul	
16.	YUKI SONATA	
17.	DADANG ISKANDAR	
18.	JAYADI	
19.	BADRUL HAIC	
20.	NAIRAN	
21.	IICBAL ROMANSYAH	
22.	ADITYA dwi Putra	
23.	Malik Pamungkas	

UNIVERSITAS TRISAKTI	FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS TRISAKTI	Kode/No:
		Tanggal:
	FORMULIR DAFTAR HADIR	Revisi:
		Halaman: 1 dari …

24.	NASRUL C	
25.	Junaidi	
26.	Mamik H	
27.	L Teguh Wiyono	
28.	Raden Eharnasa	
29.	ROHMAT	
30.	RIAN	
31.	ILHAM WARHAMNI	
32.	IWAN SETIAWAN	
33.	Hendrik	
34.	pepeh	
35.	Welfi	
36.	NURDIN	
37	Hadijatun ch	
38	Thiara Ulumiyah	
39	Rista	
40	Mutiara Azzahra	
41	Haryanto	
42	ANWAR	
43	yulita Sari	
44	MAING	
45	MISKUL FIRDAUS	
46	Isep. Saepudin	
47	Ahmad Fauzi	

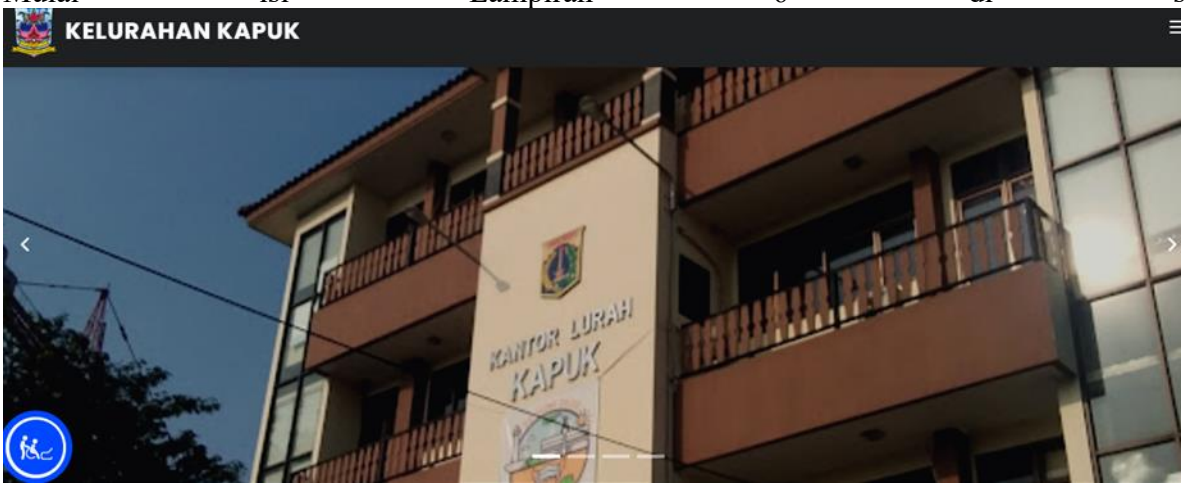
UNIVERSITAS TRISAKTI	FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS TRISAKTI	Kode/No:
		Tanggal:
	FORMULIR DAFTAR HADIR	Revisi:
		Halaman: 1 dari …

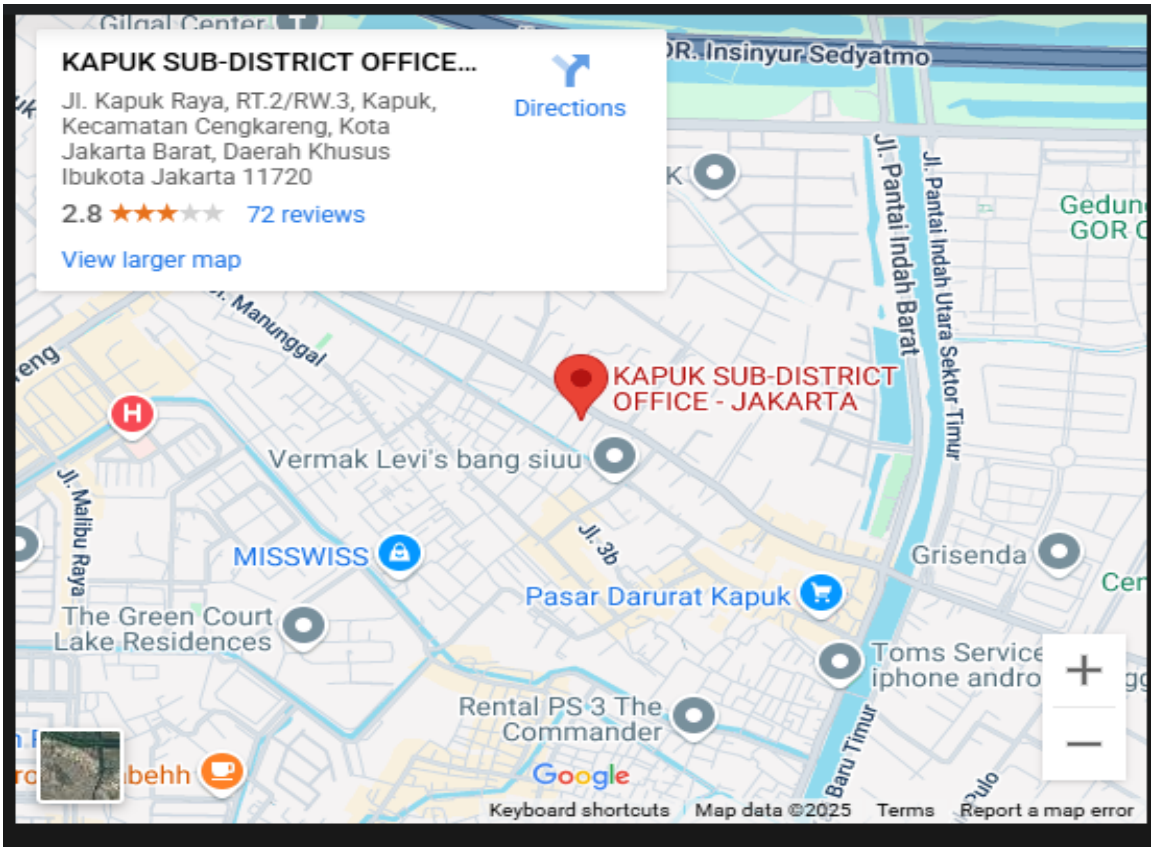
48	Tesa sukma	
49	Andi wibowo	
50	Sukatno	
51	Fitri	
52	Desya. m	
53	Abdul K. A	
53		
54		
55		
56		
57		
58		
59		
60		
61		
62		
63		
64		
65		
66		
67		
68		
69		
70		

…

Lampiran 7. Gambar/poster/peta (yang tidak masuk dalam laporan-jika ada)

Mulai isi Lampiran 6 di sini…





Lampiran 8. Materi/modul/poster pelaksanaan/angket dsb (jika ada)

KENALI INDEKS MASSA TUBUH
dan GLUKOSA DARAH ANDA

ALVINA
PUSPARINI
MARIO
LIE T MERIJANTI
FK TRISAKTI
JAKARTA

Mulai isi Lampiran 7 di sini…

Indeks Massa Tubuh (IMT): Suatu Cara untuk mengetahui berat badan ideal berdasarkan perbandingan berat badan dan tinggi badan, apakah termasuk normal, kurang atau berlebih.

Rumus perhitungan IMT:

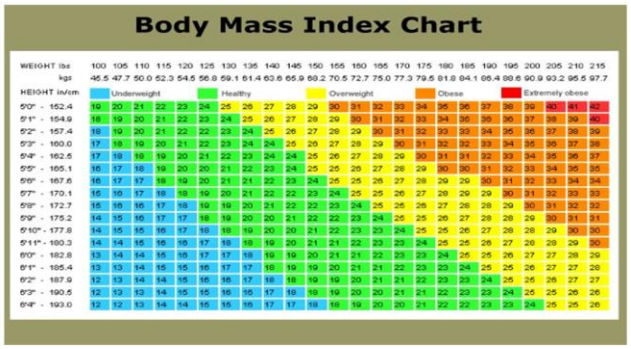
$IMT = BB (kg) : TB^2 (m)^2$

Contoh:
BB: 60 kg, TB: 1,6 m

$IMT= 60 : (1,6)^2$
$IMT= 60 : 2,56 = 23,4 kg/m^2$

Batas ambang IMT untuk Indonesia

Kategori Indeks Massa Tubuh (IMT)	KATEGORI
< 18,5	Berat badan kurang
18,5 – 22,9	Berat badan normal
≥ 23,0	Kelebihan berat badan
23,0 – 24,9	Beresiko menjadi obes
25,0 – 29.9	Obes I
≥ 30,0	Obes II


Body Mass Index Chart
WEIGHT lbs 100 105 110 115 120 125 130 135 140 145 150 155 160 165 170 175 180 185 190 195 200 205 210 215
kgs 45.5 47.7 50.0 52.3 54.5 56.8 59.1 61.4 63.6 65.9 68.2 70.5 72.7 75.0 77.3 79.5 81.8 84.1 86.4 88.6 90.9 93.2 95.5 97.7
HEIGHT in/cm
Underweight
Healthy
Overweight
Obese
Extremely obese
5'0" - 152.4 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31 32 33 34 35 36 37 38 39 40 41 42
5'1" - 154.9 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31 32 33 34 35 36 36 37 38 39 40
5'2" - 157.4 18 19 20 21 22 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31 32 33 33 34 35 36 37 38 39
5'3" - 160.0 17 18 19 20 21 22 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31 32 32 33 34 35 36 37 38
5'4" - 162.5 17 18 18 19 20 21 22 23 24 24 25 26 27 28 29 30 31 31 32 33 34 35 36 37
5'5" - 165.1 16 17 18 19 20 20 21 22 23 24 25 25 26 27 28 29 30 30 31 32 33 34 35 35
5'6" - 167.6 16 17 17 18 19 20 21 21 22 23 24 25 25 26 27 28 29 29 30 31 32 33 34 34
5'7" - 170.1 16 16 17 18 18 19 20 21 22 22 23 24 25 25 26 27 28 29 29 30 31 32 33 33
5'8" - 172.7 15 16 16 17 18 19 19 20 21 22 22 23 24 25 26 26 27 28 28 29 30 31 32 32
5'9" - 175.2 14 15 16 17 17 18 19 20 20 21 22 22 23 24 25 25 26 27 28 28 29 30 31 31
5'10" - 177.8 14 15 15 16 17 18 18 19 20 20 21 22 23 23 24 25 25 26 27 28 28 29 30 30
5'11" - 180.3 14 14 15 16 16 17 18 18 19 20 21 21 22 23 23 24 25 25 26 27 28 28 29 30
6'0" - 182.8 13 14 14 15 16 17 17 18 19 19 20 21 21 22 23 23 24 25 25 26 27 27 28 29
6'1" - 185.4 13 13 14 15 15 16 17 17 18 19 19 20 21 21 22 23 23 24 25 25 26 27 27 28
6'2" - 187.9 12 13 14 14 15 16 16 17 18 18 19 19 20 21 21 22 23 23 24 25 25 26 27 27
6'3" - 190.5 12 13 13 14 15 15 16 16 17 18 19 19 20 20 21 21 22 23 23 24 25 25 26 26
6'4" - 193.0 12 12 13 14 14 15 15 16 17 17 18 18 19 20 20 21 22 22 23 23 24 25 25 26

Memantau Berat Badan Setiap Bulan
Cara Perhitungan Indeks Massa Tubuh (IMT)
IMT = Berat Badan (Kg) / Tinggi Badan (m) x Tinggi Badan (m)
Indeks Massa Tubuh (IMT) adalah perhitungan jumlah berat badan normal yang tepat, ditinjau dari tinggi dan berat seseorang.
Apa yang Dilakukan Bila Anda GEMUK/OBESITAS?
Lakukan Aktivitas Fisik untuk menurunkan berat badan menjadi normal
Batasi asupan Gula, Garam, Lemak yang berlebihan
Perbanyak konsumsi buah dan sayur

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
GERMAS
Apakah Dampak OBESITAS?
Sleep Apnoe/ henti napas waktu tidur
Asma
Kanker Payudara
Perlemakan hati
Penyakit Kandung Empedu
Ginjal
Prostat
Varises
Stroke
Diabetes Melitus Tipe 2
Penyakit Jantung Koroner
Hipertensi
Colon
Hormon reproduksi abnormal
Polikistik ovarium sindrom
Osteoarthritis (radang sendi) lutut dan panggul
Asam urat dan gout
www.p2ptm.kemkes.go.id
@p2ptmkemenkesRI
@p2ptmkemenkesRI
@p2ptmkemenkesri

Pemeriksaan laboratorium untuk diagnosis diabetes dan prediabetes

	HbA1c (%)	Glukosa darah puasa (mg/dL)	Glukosa plasma 2 jam setelag TTGO (mg/dL)
Diabetes	≥ 6,5	≥ 126	≥ 200
Pre-Diabetes	5,7 – 6,4	100 – 125	140 – 199
Normal	< 5,7	70 – 99	70 – 139

PERKENI:Pedoman pengelolaan dan pencegahan diabetes mellitus tipe 2 dewasa di Indonesia, 2019

Lampiran 9. Scan/copy KTM mahasiswa dan KTP Alumni

Mulai isi Lampiran 8 di sini…

Lampiran 10. Lampiran Kontrak Kegiatan PkM

Mulai isi Lampiran 9 di sini…

UNIVERSITAS TRISAKTI
FAKULTAS KEDOKTERAN
FACULTY OF MEDICINE – UNIVERSITAS TRISAKTI
KAMPUS B – Jl. Kyai Tapa No. 260 – Grogol – Jakarta Barat 11440 – Indonesia
Telp : +62-21-5672731, 5655786
Fax : +62-21-5660706
E-mail : fk@trisakti.ac.id
Website : https://trisakti.ac.id

KONTRAK KEGIATAN PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT (ABDIMAS)
TAHUN ANGGARAN 2024/2025

ANTARA
Fakultas Kedokteran
DENGAN
KETUA KEGIATAN ABDIMAS
Nomor: 5501/USAKTI/FK/03/XI/2024

Pada hari ini Selasa tanggal **Dua belas** bulan **November** tahun **Dua ribu dua puluh empat**, kami yang bertandatangan dibawah ini:

1. **Dr. dr. Yenny, Sp.F.K.** : **Dekan** Fakultas Kedokteran Universitas Trisakti, dalam hal ini bertindak untuk dan atas nama Universitas Trisakti, yang berkedudukan Fakultas Kedokteran Universitas Trisakti, untuk selanjutnya disebut **PIHAK PERTAMA**;

2. **dr. Alvina, Sp.P.K.** : **Dosen** Fakultas Kedokteran Universitas Trisakti, dalam hal ini bertindak sebagai Ketua Pengusul Kegiatan Abdimas dan mewakili semua tim Abdimas Tahun Anggaran 2020/2021 untuk selanjutnya disebut **PIHAK KEDUA**.

PIHAK PERTAMA dan **PIHAK KEDUA** secara bersama-sama bersepakat mengikatkan diri dalam suatu kontrak, dengan ketentuan dan syarat sebagai berikut:

PASAL 1
DASAR HUKUM

Kontrak Abdimas ini berdasarkan kepada:
(1) Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 12 Tahun 2012 tentang Pendidikan Tinggi
(2) Peraturan Menteri Riset, Teknologi dan Pendidikan Tinggi No. 44 Tahun 2015 tentang Standar Nasional Pendidikan Tinggi
(3) Peraturan Menteri Riset, Teknologi dan Pendidikan Tinggi Nomor 20 Tahun 2017 tentang Tunjangan Profesi Dosen dan Tunjangan Kehormatan Professor
(4) Pedoman Operasional tentang Penilaian Angka Kredit Kenaikan Jabatan Akademik/Pangkat Dosen Tahun 2019.
(5) Rencana Strategis dan Rencana Operasional Universitas Trisakti Tahun Akademik 2020/2021-2024/2025.
(6) Standar Mutu Pendidikan Universitas Trisakti Tahun 2020

PASAL 2
RUANG LINGKUP DAN IDENTITAS KEGIATAN ABDIMAS

(1) Ruang lingkup **Kontrak Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat (Abdimas)** ini meliputi Perencanaan, Pelaksanaan, dan Luaran kegiatan abdimas yang biayanya dibebankan ke Fakultas di Universitas Trisakti.

(2) Identitas **kegiatan Abdimas** sebagaimana dimaksud pada Pasal 2 ayat (1) adalah sebagai berikut:

(a) Judul Abdimas : Penyuluhan: Kenali Indeks Masa Tubuh dan Kadar Glukosa Darah Anda

(b) Mata Kuliah terkait : • Modul EMTK

(c) Penelitian terkait :

No	Kategori Rujukan	Jenis Rujukan	Deskripsi

(d) Program Studi (1) : KEDOKTERAN

(e) Program Studi (2) : PROFESI DOKTER

(f) Tim Pelaksana Abdimas :

No	Jabatan	Nama	NIK/NIDN
1	Ketua	dr. Alvina, Sp.P.K.	0305037801
2	Pelaksana	Prof. Dr. dr. Pusparini, Sp.P.K.	0328116403
3	Pelaksana	dr. Mario, Sp.P.K.	0309038604
4	Pelaksana	dr. Yasmine Mashabi, M.Ked. (ClinPath), Sp.PK.	0329087304
5	Pelaksana	dr. Lie Tanu Merijanti Susanto, M.K.K.	0304096804

(g) Email ketua pelaksanan : dr.alvina@trisakti.ac.id

PASAL 3
JANGKA WAKTU

Jangka waktu pelaksanaan kegiatan Abdimas sebagaimana dimaksud dalam Pasal 2 sampai selesai selama 9 Bulan 0 Hari, terhitung sejak tanggal 30 September 2024 dan berakhir pada 27 Juni 2025 *(dari persiapan sampai luaran sebaiknya lebih dari 6 bulan)*

PASAL 4
BIAYA ABDIMAS DAN TARGET LUARAN

(1) Besaran Biaya Kegitan Abdimas sebesar **Rp. 5.000.000 (terbilang: Lima Juta Rupiah)**

(2) **PIHAK KEDUA** berkewajiban untuk mencapai target luaran **Abdimas** berupa

No	Kategori Luaran	Jenis Luaran	Deskrispi
1	Hak Kekayaan Intelektual	Hak Cipta	poster penyuluhan Indeks masa tubuh dan kadar glukosa darah

2	Artikel Ilmiah	Nasional Terakreditasi	Penyuluhan pentingnya mengenali indeks masa tubuh dan kadar glukosa darah

(3) **PIHAK KEDUA** berkewajiban membuat lporan, seminar dan monitoring dan evaluasi kegiataan.

PASAL 5
PENILAIAN LUARAN

Penilaian luaran abdimas dilakukan *Reviewer* Abdimas Fakultas dan Univesitas sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

PASAL 6
KEKAYAAN INTELEKTUAL

Hak Kekayaan Intelektual yang dihasilkan dari pelaksanaan Hibah Abdimas diatur dan dikelola sesuai dengan peraturan dan perundang-undangan.

PASAL 7
KEADAAN KAHAR

(1) **PARA PIHAK** dibebaskan dari tanggung jawab atas keterlambatan atau kegagalan dalam memenuhi kewajiban yang dimaksud dalam **Kontrak Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat (Abdimas)** disebabkan atau diakibatkan oleh peristiwa atau kejadian diluar kekuasaan **PARA PIHAK** yang dapat digolongkan sebagai keadaan kahar (*force majeure*).

(2) Peristiwa atau kejadian yang dapat digolongkan keadaan kahar (*force majeure*) dalam **Kontrak Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat (Abdimas)**ini adalah bencana alam, wabah penyakit, kebakaran, perang, blokade, peledakan, sabotase, revolusi, pemberontakan, huru-hara, serta adanya tindakan pemerintah dalam bidang ekonomi dan moneter yang secara nyata berpengaruh terhadap pelaksanaan **Kontrak Abdimas** ini.

(3) Apabila terjadi keadaan kahar (*force majeure*) maka pihak yang mengalami wajib memberitahukan kepada pihak lainnya secara tertulis, selambat-lambatnya dalam waktu 7 (tujuh) hari kerja sejak terjadinya keadaan kahar (*force majeure*), disertai dengan bukti-bukti yang sah dari pihak yang berwajib, dan **PARA PIHAK** dengan itikad baik akan segera membicarakan penyelesaiannya.

PASAL 8
PENYELESAIAN PERSELISIHAN

(1) Apabila terjadi perselisihan antara **PIHAK PERTAMA** dan **PIHAK KEDUA** dalam pelaksanaan **Kontrak Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat (Abdimas)** ini akan dilakukan penyelesaian secara musyawarah dan mufakat di tingkat Fakultas.
(2) Dalam hal tidak tercapai penyelesaian secara musyawarah dan mufakat sebagaimana dimaksud pada ayat (1) maka penyelesaian dilakukan melalui proses musyawarah dan mufakat di tingkat Universitas dengan mengacu pada aturan yang ada di Universitas Trisakti.

PASAL 9
AMANDEMEN KONTRAK

Apabila terdapat hal lain yang belum diatur atau terjadi perubahan dalam **Kontrak Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat (Abdimas)** ini, maka akan dilakukan amandemen **Kontrak Hibah Abdimas.**

PASAL 10
LAIN-LAIN

Dalam hal **PIHAK KEDUA** berhenti dari jabatannya sebelum **Kontrak Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat (Abdimas)**ini selesai, maka **PIHAK KEDUA** wajib melakukan serah terima tanggung jawabnya kepada pejabat baru yang menggantikannya.

PASAL 11
PENUTUP

Surat Perjanjian kontrak ini dibuat rangkap 2 (dua) bermaterai cukup sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

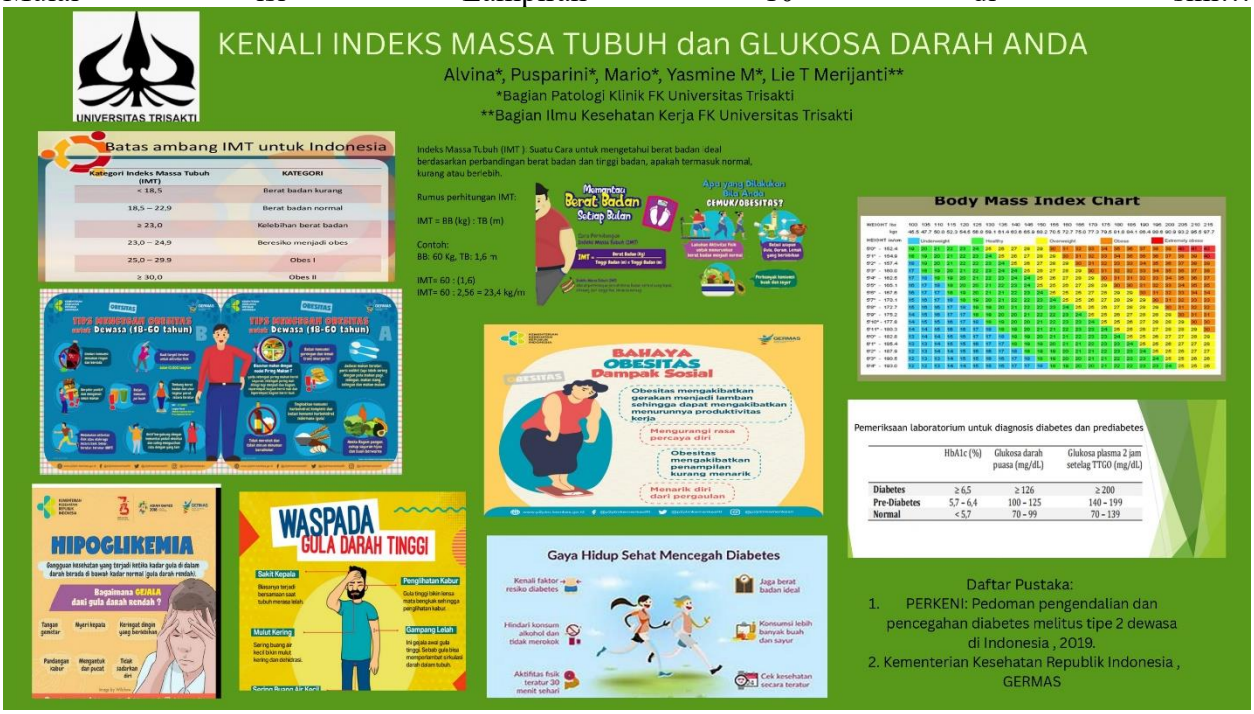
PIHAK PERTAMA	PIHAK KEDUA
Dr. dr. Yenny, Sp.F.K.	**dr. Alvina, Sp.P.K.**
0317127401/USAKTI	**0305037801/USAKTI**

Mengetahui
Direktur Lembaga Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat

Prof. Dr. Ir. Astri Rinanti, M.T., IPM., ASEAN Eng.
0308097001 /USAKTI

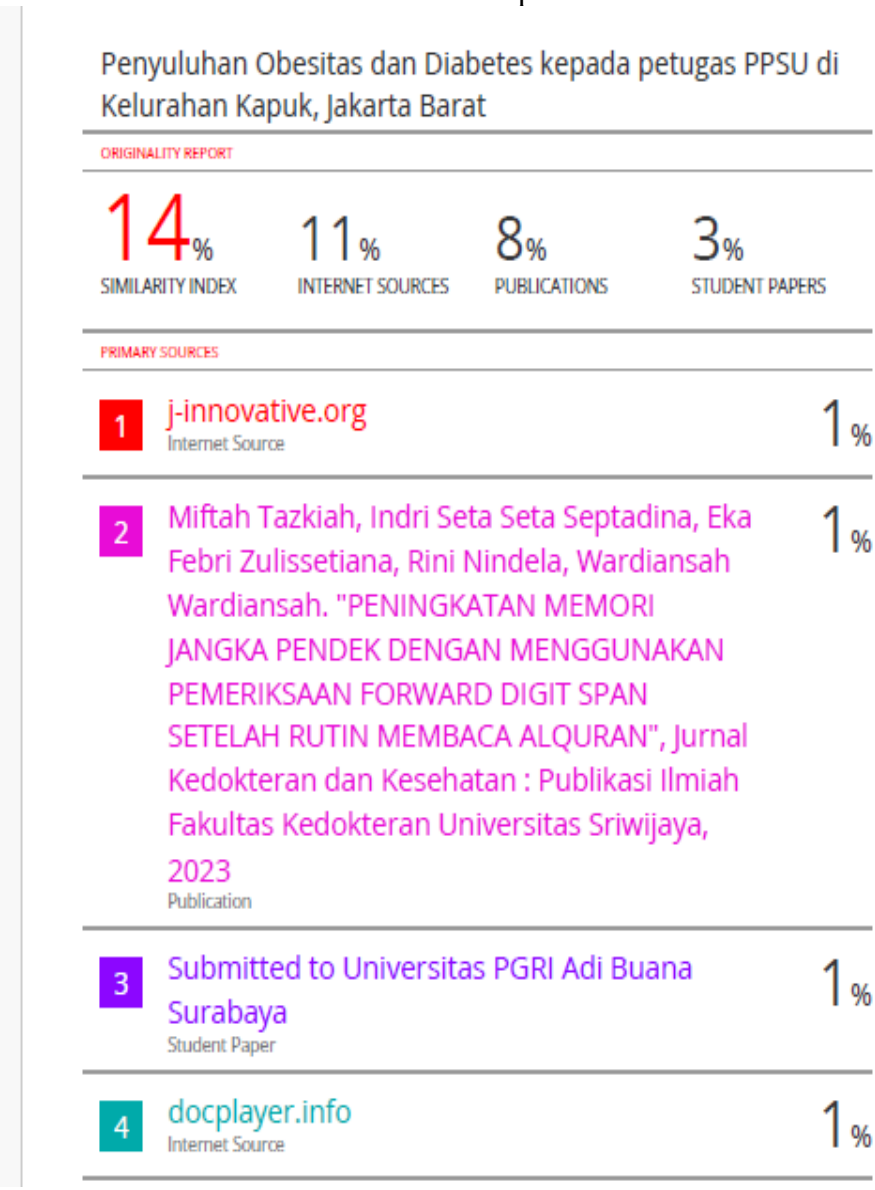
Lampiran 11. Bukti integrasi dengan penelitian, Dikjar, dan PKM (Program Kreativitas Mahasiswa)

Mulai isi Lampiran 10 di sini…



Lampiran 12. Hasil Tes Kesamaan

Mulai isi Lampiran 11 di sini…



Penyuluhan Obesitas dan Diabetes kepada petugas PPSU di Kelurahan Kapuk, Jakarta Barat

ORIGINALITY REPORT

14%	11%	8%	3%
SIMILARITY INDEX	INTERNET SOURCES	PUBLICATIONS	STUDENT PAPERS

PRIMARY SOURCES

1	j-innovative.org Internet Source	1%
2	Miftah Tazkiah, Indri Seta Seta Septadina, Eka Febri Zulissetiana, Rini Nindela, Wardiansah Wardiansah. "PENINGKATAN MEMORI JANGKA PENDEK DENGAN MENGGUNAKAN PEMERIKSAAN FORWARD DIGIT SPAN SETELAH RUTIN MEMBACA ALQURAN", Jurnal Kedokteran dan Kesehatan : Publikasi Ilmiah Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya, 2023 Publication	1%
3	Submitted to Universitas PGRI Adi Buana Surabaya Student Paper	1%
4	docplayer.info Internet Source	1%

Lampiran 13. Monitoring dan Evaluasi

UNIVERSITAS TRISAKTI
FAKULTAS KEDOKTERAN
FACULTY OF MEDICINE – TRISAKTI UNIVERSITY
Jl. Kyai Tapa, Grogol, (Kampus B), Jakarta 11440, Indonesia
Telp : (021) 567232, 5633786 E-mail: fk@trisakti.ac.id, akti@indosat.net.id
Faks: (021) 5660706 Website: www.feb.trisakti.ac.id/fk

BERITA ACARA MONEV (MONITORING DAN EVALUASI)
PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT

Pada hari Kamis tanggal 17 bulan Mei tahun 2025 telah dilaksanakan monev kegiatan pengabdian kepada masyarakat dengan data sebagai berikut:

Judul PkM	:	Penyuluhan: Kenali Indeks Masa Tubuh dan Kadar Glukosa Darah Anda		
Pelaksana	:	dr. Alvina, Sp.P.K.	NIDN : 0305037801	KEDOKTERAN
		Prof. Dr. dr. Pusparini, Sp.P.K.	NIDN : 0328116403	KEDOKTERAN
		dr. Mario, Sp.P.K.	NIDN : 0309038604	KEDOKTERAN
		dr. Yasmine Mashabi, M.Ked. (ClinPath), Sp.PK.	NIDN : 0329087304	KEDOKTERAN
		dr. Lie Tanu Merijanti Susanto, M.K.K.	NIDN : 0304096804	PROFESI DOKTER

Catatan monev:

NO	DESKRIPSI KEGIATAN	RENCANA	REALISASI	EVALUASI	TINDAK LANJUT
1	Rapat persiapan kegiatan PKM dengan tim di FK	7 Februari 2025	7 Februari 2025	Terlaksana	Menghubungi Lurah Kapuk untuk memperoleh ijin melaksanakan PKM di Kelurahan Kapuk
2	Rapat persiapan kegiatan PKM dengan contact person di Kelurahan Kapuk	21 Maret 2025	21 Maret 2025	Terlaksana	Disepakati pelaksanaan PKM di Kelurahan Kapuk tgl 17 April 2025
3	Pembuatan spanduk, plakat, kuesioner pre dan post test, PPT penyuluhan	9 April 2025	9 April 2025	Terlaksana (Spanduk, plakat, kuesioner pre post test dan PPT sudah siap)	Pelaksanaan kegiatan

UNIVERSITAS TRISAKTI
FAKULTAS KEDOKTERAN
FACULTY OF MEDICINE – TRISAKTI UNIVERSITY
Jl. Kyai Tapa, Grogol, (Kampus B), Jakarta 11440, Indonesia
Telp : (021) 567232, 5633786 E-mail: fk@trisakti.ac.id, akti@indosat.net.id
Faks: (021) 5660706 Website: www.feb.trisakti.ac.id/fk

4	Pelaksanaan kegiatan	17 April 2025	17 April 2025	Terlaksana sesuai waktu yang telah ditentukan	Pembuatan laporan PKM dan luaran (HKI dan jurnal nasional)

Catatan umum hasil monev:
Kegiatan PKM tidak menemui kendala yang berarti dan berjalan sesuai waktu yang telah ditetapkan. Peserta PKM adalah petugas PPSU di kelurahan Kapuk sangat antusias mengikuti kegiatan PKM ini dan kegiatan ini bermanfaat yang dibuktikan dengan adanya peningkatan hasil post test.

Demikian berita acara monitoring dan evaluasi, untuk dapat digunakan sebagai mana semestinya.

Ka. DRPMF	Koordinator PkM Fak/reviewer	Ketua Pelaksana
(Dr.dr.Verawati Sudharma,MGizi, SpGK)	(dr.Lie T Merijanti, MKK)	dr. Alvina, Sp.P.K.

UNIVERSITAS TRISAKTI
FAKULTAS KEDOKTERAN
FACULTY OF MEDICINE – TRISAKTI UNIVERSITY
Jl. Kyai Tapa, Grogol, (Kampus B), Jakarta 11440, Indonesia
Telp : (021) 567232, 5633786 E-mail: fk@trisakti.ac.id, akti@indosat.net.id
Faks: (021) 5660706 Website: www.feb.trisakti.ac.id/fk

ABSENSI MONEV (MONITORING DAN EVALUASI)
PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT

Judul PkM : Penyuluhan: Kenali Indeks Masa Tubuh dan Kadar Glukosa Darah Anda

NO	NAMA	FUNGSI	TANDA TANGAN
1	Dr.dr.Alvina,SpPK	Ketua pelaksana	
2	Prof.Dr.dr.Pusparini,SpPK	Anggota	
3	dr.Mario,SpPK	Anggota	
4	dr. Yasmine Mashabi,SpPK	Anggota	
5	dr.Lie T Merijanti,MKK	Anggota	
6			

Jakarta, April 2025

Ka. DRPMF

(Dr.dr.Verawati Sudharma,SpGK)

Koordinator PkM Fakultas

(dr.Lie T Merijanti,MKK)

Lampiran 14. Lain-Lain

Mulai isi Lampiran 13 di sini…

KUESIONER TENTANG GLUKOSA DARAH DAN INDEKS MASSA TUBUH

Nama :

Jenis kelamin :

Umur :

Pendidikan terakhir :

Lama bekerja sebagai PPSU:

Berilah tanda √ pada jawaban yang menurut anda benar

No	Pertanyaan	Benar	Salah
1	Hiperglikemia adalah istilah kadar glukosa darah tinggi.		
2	Kadar glukosa darah tinggi dapat menyebabkan terjadinya penyakit diabetes mellitus.		
3	Kadar glukosa darah tinggi dapat menyebabkan kesemutan.		
4	Kadar glukosa darah puasa > 100 mg/dL disebut hiperglikemia.		
5	Aktifitas fisik yang berkurang dapat menyebabkan kadar glukosa darah tinggi.		
6	IMT (Indeks massa tubuh) merupakan cara untuk mengetahui berat badan ideal.		
7	IMT (Indeks massa tubuh) > 25 kg/m^2termasuk kategori normal.		
8	Obesitas dapat menyebabkan terjadinya serangan jantung.		
9	Obesitas dapat meningkatkan produktivitas kerja.		
10	Obesitas dapat dicegah dengan mengurangi konsumsi minuman bersoda.		