

**LAPORAN HASIL PROGRAM PENGABDIAN MASYARAKAT
BLOCK GRANT**



**TINGKAT PENGETAHUAN PEMETIK DAUN TEH
TENTANG BAHAYA PAPARAN SINAR MATAHARI
(Studi di PTPN Wonosari Malang)**

Oleh :

dr. Desy Andari M.Biomed. (NIDN: 0709127503)
Dr. dr. Fathiyah Safithri M.Kes. (NIDN: 0721077402)
Pasha Ramadhan (NIM: 201910330311090)
Adelia Vina Larasati (NIM: 201910330311125)
Audina Putri W (NIM: 201910330311062)
Dyah Fauziah Hasanah (NIM: 201910330311021)

**FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MALANG
TAHUN 2023**

**HALAMAN PENGESAHAN LAPORAN
PROGRAM PENGABDIAN MASYARAKAT DANA BLOCK GRANT**

1. Skim : Kelompok
2. Judul: TINGKAT PENGETAHUAN PEMETIK DAUN TEH TENTANG BAHAYA PAPARAN SINAR MATAHARI Pada Pekerja PTPN Wonosari Malang
3. Ketua Tim Pengusul :
- a. Nama : dr. Desy Andari, MBiomed
 - b. NIDN : 0709127503
 - c. Jabatan/Golongan : Asisten ahli/Penata Muda / IIIb
 - d. Program Studi/Fak : Kedokteran
 - e. Perguruan Tinggi : Univ. Muhammadiyah Malang
 - f. Bidang Keahlian : Histologi
 - g. Alamat kantor : Jl. Bendungan Sutami 188 A, Malang
 - h. Alamat rumah/email : Jl. Janti Barat Blok C Dalam IV No.7 Malang
desy_andari@umm.ac.id
4. Lokasi Kegiatan/Mitra :
- a. Wilayah Mitra (Ds/Kec) : PTPN Wonosari Malang
 - b. Jarak PT ke Lokasi Mitra :
5. Luaran yang dihasilkan : Peningkatan pengetahuan tentang status gizi dan risiko penyakit
6. Jangka Waktu Pelaksanaan : 1 kali presentasi

Mengetahui
Dekan,



Dr. Dr. Meddy Setiawan, SpPD, FINASM
NIP. 196805212005011002

Malang, 3 Juni 2024

Dosen,

dr. Desy Andari, MBiomed
NIP. 11307040460

ABSTRAK

Kondisi Kesehatan seseorang bisa dinilai salah satunya dengan mengetahui indeks massa tubuh (Body Mass Index/BMI). Kecukupan asupan gizi sangat penting dan tergantung pada banyak factor, salah satunya aktivitas yang dijalani sehari/hari. Semakin tinggi aktivitas fisik seseorang maka ia akan memerlukan asupan gizi yang lebih banyak. Ketidakseimbangan asupan gizi yang masuk dengan aktivitas yang dilakukan bisa menyebabkan status gizi yang tidak normal, yaitu kurus, berat badan lebih atau obesitas.

Penentuan BMI bisa dilakukan siapapun dengan cara membagi berat badan (kg) dengan tinggi badan (meter) kuadrat (kg/m^2). Pengabdian ini dilakukan dengan tujuan meningkatkan pengetahuan pekerja tentang status gizi dan risiko penyakit yang menyertai. Setelah mengikuti penyuluhan diharapkan mereka mampu melakukan penghitungan BMI masing-masing dan bisa memperbaiki status gizi agar risiko penyakit bisa dihindari. Metode yang dilakukan adalah penyuluhan yang diawali pengukuran tingkat pengetahuan (pretest) dan diakhir post-test untuk memastikan pengetahuan bertambah.

Kata kunci: status gizi, indeks massa tubuh, BMI, penyakit.

BAB 1 PENDAHULUAN

1.1 Analisis Situasi

Penderita obesitas semakin meningkat hingga tiga kali lipat sejak tahun 1975. Hal ini menjadi salah satu perhatian World Health Association (WHO) mengingat kondisi ini lebih berisiko mortalitas dibandingkan overweight (kelebihan berat badan).

Obesitas sebenarnya bisa dicegah dengan memperbaiki asupan nutrisi dan meningkatkan aktivitas fisik. Penentuan obesitas ditetapkan oleh WHO berdasarkan indeks massa tubuh (Body Mass Index/BMI). Dengan mengetahui BMI kita bisa menentukan status gizi kita dan melakukan penanganan lebih cepat bila diketahui BMI tidak normal. Penghitungan BMI sendiri sangat mudah, yaitu berat badan (kg) dibagi tinggi badan (meter) kuadrat (kg/m^2).

Pekerja kantor atau perusahaan seringkali mengalami overweight atau bahkan obesitas bila aktivitas yang dilakukan sehari-hari lebih banyak di meja kantor atau depan computer. Karena itu sangat penting mengetahui status gizi masing-masing agar bisa mencegah risiko penyakit akibat kelebihan berat badan.

1.2 Justifikasi

Penderita obesitas semakin meningkat hingga tiga kali lipat sejak tahun 1975. Hal ini menjadi salah satu perhatian World Health Association (WHO) mengingat kondisi ini lebih berisiko mortalitas dibandingkan overweight (kelebihan berat badan).

Obesitas sebenarnya bisa dicegah dengan memperbaiki asupan nutrisi dan meningkatkan aktivitas fisik. Penentuan obesitas ditetapkan oleh WHO berdasarkan indeks massa tubuh (Body Mass Index/BMI). Dengan mengetahui BMI kita bisa menentukan status gizi kita dan melakukan penanganan lebih cepat bila diketahui BMI tidak normal.

Penghitungan BMI sendiri sangat mudah, yaitu berat badan (kg) dibagi tinggi badan (meter) kuadrat (kg/m^2).

1.3 Permasalahan Mitra

PTPN XII didirikan berdasarkan Peraturan Pemerintah Republik Indonesia Nomor 17 Tahun 1996 tentang Peleburan PT Perkebunan Nusantara XXIII (Persero), PT Perkebunan Nusantara XXVI (Persero), dan PT Perkebunan Nusantara XXIX (Persero) yang dituangkan dalam Akta Pendirian No. 45 tanggal 11 Maret 1996, dibuat di hadapan Harun Kamil, S.H., Notaris di Jakarta dan telah disahkan Menteri Kehakiman Republik Indonesia sesuai Keputusan Nomor C2.8340 HT.01.01.Th 96 tanggal 8 Agustus 1996.

Wonosari Lawang Malang adalah sebuah kawasan perkebunan teh yang terletak 6 km dari Lawang atau 30 km utara Malang. Kebun Teh Wonosari ini berada pada ketinggian antara 950-1.250 MDPL.

BAB 2 TARGET LUARAN

Target luaran kegiatan ini adalah :

- a. Terlaksananya kegiatan penyuluhan tentang status gizi dan risiko penyakit pada pekerja di PTPN Wonosari..
- b. Meningkatnya pengetahuan tentang status gizi dan risiko penyakit pada pemetik daun teh di PTPN Wonosari.
- c. Masing-masing dapat menghitung indeks massa tubuh dan mengetahui cara mengatasinya.

BAB 3 METODE PELAKSANAAN

Kegiatan diawali dengan menyebarkan kuesioner tentang status gizi dan risiko penyakit pada peserta penyuluhan untuk mengetahui tingkat pengetahuan awal para pekerja.

Setelah itu dilakukan kegiatan penyuluhan dengan metode ceramah yang diteruskan dengan sesi tanya jawab selama 40-60 menit. Kuesioner yang disebar ke seluruh peserta juga berisi pertanyaan tentang pengetahuan gizi dan kondisi kesehatan pada pekerja di PTPN wonosari.

BAB 4. KELAYAKAN PENGUSUL

Pengusul adalah seorang dokter yang mempunyai kompetensi pengetahuan tentang status gizi dan risiko penyakit.

BAB 5 BIAYA DAN JADWAL KEGIATAN

5.1 ANGGARAN

No	Komponen	Biaya yang diajukan
1	Honorarium	1.200.00
2	Bahan habis pakai	1.700.00
3	Perjalanan	600.000
4	Lain-lain: publikasi, laporan, dll	500.000
Jumlah Total		4.000.000

5.2 Jadwal Kegiatan

No	Aktivitas	Juni	Juli	Agustus	September	November	Desember
1	Proposal	X					
2	Perijian			X			
3	Pelaksanaan					x	x
4	Laporan						

BAB 6. LAPORAN HASIL KEGIATAN

Tim pengabdian telah menyelesaikan materi penyuluhan tentang Status Gizi dan Berbagai Risiko Penyakit Pada Pekerja PTPN Wonosari Malang. Kegiatan penyuluhan telah dilaksanakan pada hari Rabu tanggal 27-Mei 2024.

Peserta sebanyak 20 orang yang merupakan pekerja bagian pemetik daun teh dikumpulkan dan diberi materi dengan alat bantu flyer yang dibagikan saat kegiatan. Pembagian flyer dibantu 3 orang mahasiswa FK UMM Angkatan 2021. Dilakukan pendataan

tinggi badan dan berat badan juga untuk menentukan indeks massa tubuh (IMT) peserta penyuluhan.

Hasil penghitungan IMT pada peserta penyuluhan yang berusia antara 24-67 tahun (rata-rata 42 tahun) didapatkan 10,52% berada pada status gizi kurang. Sementara 21,05% berada pada status gizi lebih dan 10,52% berada pada kondisi obesitas. Secara umum status gizi pekerja berada pada kondisi normal (IMT rata-rata 23,319).

Kegiatan berjalan dengan lancar dan peserta yang terdiri dari 17 orang pekerja laki-laki dan 3 orang pekerja Perempuan mengikuti kegiatan hingga akhir. Di akhir kegiatan penyuluhan diberikan tanda ucapan terimakasih kepada semua peserta atas kesediaan mengikuti kegiatan penyuluhan.

DAFTAR PUSTAKA

- Di Renzo, L. *et al.* (2019) 'Role of personalized nutrition in chronic-degenerative diseases', *Nutrients*, 11(8), pp. 1–24. Available at: <https://doi.org/10.3390/nu11081707>.
- Khoramipour, K. *et al.* (2021) 'Diseases , and Effects of Nutrition', pp. 1–15.
- Razon, A.H. *et al.* (2022) 'Assessment of dietary habits, nutritional status and common health complications of older people living in rural areas of Bangladesh', *Heliyon*, 8(2), p. e08947. Available at: <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2022.e08947>.
- Smith, L.O. *et al.* (2023) 'Clinical applications of body composition and functional status tools for nutrition assessment of hospitalized adults: A systematic review', *Journal of Parenteral and Enteral Nutrition*, 47(1), pp. 11–29. Available at: <https://doi.org/10.1002/jpen.2444>.
- WHO, https://www.who.int/health-topics/nutrition#tab=tab_1 diakses 3 Juli 2023.