

Penyuluhan dan Pemeriksaan Kesehatan Pada Mahasiswa Indonesia di Kairo, Mesir

DOI: <https://doi.org/10.32509/abdimoestopo.v7i2.3810>

Eka Nurhayati^{1*}, Santun Bhekti Rahimah², Lisa Adhia Garina³

^{1,2,3} Universitas Islam Bandung

Jl. Tamansari No.1, Tamansari, Kec. Bandung Wetan, Kota Bandung, Jawa Barat 40116

*Email Korespondensi: eka.nurhayati@unisba.ac.id

Abstract - Being a student abroad is not easy. They face many challenges and obstacles, including health problems. Indonesian students in Cairo, Egypt, experience many health problems, especially those related to the lungs, such as pneumonia and tuberculosis. They also experience problems with non-communicable diseases. One of the efforts that can be made is to increase their knowledge and carry out health examinations as a screening effort for non-communicable diseases. The aim of this activity is to increase knowledge about pneumonia and tuberculosis and to carry out a simple health services for Indonesian students in Cairo, Egypt. Activities are carried out by providing health education in the form of two-way lectures and simple health examinations such as blood pressure, pulse, random blood sugar, cholesterol, and uric acid. The activity was attended by 39 students. The lecture received a positive response, and the discussion was dynamic. The results of the examination showed that the pulse and blood sugar of all students were at normal levels. Blood pressure, cholesterol and uric acid levels in some students are at levels higher than normal.

Keywords: Health education, health examinations, Indonesia students

Abstrak -Menjadi mahasiswa di negara asing, bukanlah hal yang mudah. Banyak tantangan dan kendala yang harus dihadapi, termasuk salah satunya adalah masalah kesehatan. Mahasiswa Indonesia yang berada di Kairo, Mesir, banyak mengalami gangguan kesehatan terutama yang menyerang organ paru-paru seperti pneumonia dan tuberculosis. Mereka juga mengalami masalah penyakit tidak menular. Salah satu upaya yang bisa dilakukan adalah dengan menambah wawasan mereka dan melakukan pemeriksaan kesehatan sebagai upaya *screening* terhadap penyakit tidak menular. Tujuan kegiatan ini adalah menambah wawasan mengenai pneumonia dan tuberculosis serta melakukan pemeriksaan kesehatan kepada mahasiswa Indonesia di Kairo, Mesir. Kegiatan dilakukan dengan memberikan penyuluhan dalam bentuk kuliah 2 arah dan pemeriksaan kesehatan sederhana yaitu tekanan darah, nadi, gula darah sewaktu, kolesterol dan asam urat. Kegiatan diikuti oleh 39 orang mahasiswa. Penyuluhan mendapatkan respon positif dan diskusi berjalan dinamis. Hasil pemeriksaan menunjukkan bahwa nadi dan gula darah sewaktu seluruh mahasiswa berada pada tingkat normal. Kadar tekanan darah, kolesterol dan asam urat pada beberapa mahasiswa berada pada tingkat yang lebih tinggi dari normal.

Kata Kunci: Mahasiswa Indonesia, penyuluhan kesehatan, pemeriksaan kesehatan

I. PENDAHULUAN

Mesir merupakan negara yang terletak di benua Afrika bagian utara. Wilayahnya terbentang luas sejauh 997,739 km² dari timur laut benua afrika sampai barat daya Asia di Semenanjung Sinai (Wikipedia, 2024). Hal ini menyebabkan Mesir disebut sebagai negara lintas benua dan merupakan negara ke-12 terbesar di benua Afrika (Afreximbank, 2022).

Mesir memiliki nama resmi Republik Arab Mesir (Wikipedia, 2024). Mesir telah dikenal sebagai salah satu negara yang kaya akan warisan sejarah dan budaya dari mulai peradaban Mesir kuno sampai dengan peradaban Islam. Mesir memegang peranan dalam

kancah politik di Timur Tengah (Afreximbank, 2022). Mesir juga memiliki pengaruh penting dalam bidang pendidikan, terutama pendidikan Islam.

Di ibukota Mesir, yaitu Kairo terdapat salah satu insititusi pendidikan tinggi Islam tertua di dunia yaitu Universitas Al-Azhar. Universitas ini dibangun oleh Dinasti Fatimiyah pada abad ke-10 Masehi. Sejak saat itulah Mesir menjadi pusat peradaban dan perkembangan ilmu Islam (Rinjani & Napu, 2022). Universitas Al-Azhar secara konsisten membuka penerimaan mahasiswa baru melalui jalur beasiswa dan non-beasiswa bagi mahasiswa di seluruh dunia, termasuk juga Indonesia. Sampai dengan tahun 2023, diperkirakan terdapat 12 ribu mahasiswa Indonesia yang menuntut ilmu di Universitas Al-Azhar Mesir (MPR RI, 2023).

Menjadi mahasiswa di negara asing, bukanlah hal yang mudah. Banyak tantangan dan kendala yang harus dihadapi, termasuk salah satunya adalah masalah kesehatan. Berdasar kepada hasil wawancara pendahuluan yang dilakukan kepada Ketua Perkumpulan Pelajar dan Mahasiswa Indonesia didapatkan bahwa banyak mahasiswa Indonesia mengalami masalah kesehatan terutama pada organ paru-paru seperti pneumonia dan tuberculosis (TB). Pada tahun 2023, beberapa mahasiswa Indonesia meninggal dunia. Sebagian besar diakibatkan oleh penyakit berat yang merupakan penyakit bawaan seperti gagal ginjal.

Hingga saat ini belum ada data akurat yang dapat menggambarkan jumlah kesakitan dan kematian mahasiswa Indonesia di Mesir. Penelusuran di dunia maya pun belum memberikan hasil penelitian berbasis bukti yang dilakukan pada mahasiswa Indonesia. Salah satu faktor yang dapat menyebabkan kejadian penyakit pada mahasiswa Indonesia di Mesir adalah perbedaan iklim antara Indonesia dan Mesir. Salah satu penelitian menyebutkan bahwa sejak awal tahun 2022, perubahan iklim di Afrika telah berdampak pada 19 juta orang dan menyebabkan kematian sebanyak 4000 jiwa (Moyo, Nhari, Moyo, Murewanhema, & Dzinamarira, 2023).

Faktor lainnya yang dapat menyebabkan masalah kesehatan pada mahasiswa adalah perilaku hidup yang kurang sehat. Mahasiswa yang berada dalam perantauan dan berada jauh dari keluarga cenderung mengalami perubahan gaya dan pola hidup seperti pola makan dan aktivitas fisik sehingga menyebabkan masalah kesehatan (Bayti, Indah, Jubaidah, Priani, & Jayanthi, 2021). Mahasiswa pun tidak seluruhnya memiliki literasi yang baik mengenai kesehatan dan penyakit. Oleh sebab itu, diperlukan suatu intervensi agar mahasiswa mendapatkan wawasan yang cukup terutama mengenai penyakit-penyakit yang rentan menyerang mahasiswa. Mahasiswa juga perlu mendapatkan pelayanan kesehatan sebagai upaya screening terhadap penyakit. Hal ini sesuai dengan teori Determinan Kesehatan dari Hendrik L. Blum yang menyatakan bahwa keadaan sehat dipengaruhi oleh 4 determinan yaitu faktor lingkungan (40%), faktor perilaku (30%), faktor pelayanan kesehatan (20%) dan faktor genetik (10%) (Hayati & Pawenang, 2021).

Pada kegiatan ini, Tim Pengabdian bermitra bersama Perkumpulan Pelajar dan Mahasiswa Indonesia (PPMI) Kairo. Kemitraan terutama dibangun bersama mahasiswa Indonesia yang berkuliah di Fakultas Kedokteran Universitas Al-Azhar Mesir dan menjadi anggota divisi kesehatan di PPMI Kairo. Hal ini memberikan nilai unik pada kegiatan ini karena kegiatan dilakukan dengan sasaran warga negara Indonesia, namun dilakukan di luar negeri sebagaimana pernah dilakukan oleh Maliki dan kawan-kawan (Maliki et al., 2022). Tujuan kegiatan pengabdian adalah memberikan edukasi dan wawasan mengenai kesehatan bagi mahasiswa Indonesia di Mesir serta memberikan pelayanan kesehatan berupa pemeriksaan kesehatan sederhana sebagai upaya screening terhadap penyakit baik menular maupun tidak menular. Melalui penyuluhan dan pemeriksaan kesehatan, diharapkan mahasiswa dapat mengembangkan upaya promotif dan preventif selagi masih berusia muda.

II. METODE PELAKSANAAN

Dalam kegiatan ini, metode yang dilaksanakan adalah penyuluhan kesehatan dalam bentuk perkuliahan dua arah serta pemeriksaan kesehatan sederhana berupa pemeriksaan tekanan darah, nadi, gula darah, kolesterol dan asam urat.

Kegiatan ini dilakukan dalam beberapa tahap yaitu:

1. Melakukan survei kebutuhan kepada beberapa mahasiswa dan warga negara Indonesia yang tinggal di Kairo.
2. Persiapan awal meliputi pengajuan izin dan koordinasi dengan Kedutaan Besar Republik Indonesia (KBRI) di Kairo. Kegiatan ini dilakukan dengan cara korespondensi kepada Duta Besar dan Atase Pendidikan dan Kebudayaan. Persiapan ini dilakukan juga untuk pengurusan visa ke Mesir.
3. Persiapan lainnya adalah melakukan korespondensi dengan mitra yaitu Ketua PPMI Kairo.
4. Setelah terjalin kesepakatan dengan mitra, dilakukan rapat secara online menggunakan aplikasi zoom mengenai jadwal, lokasi dan teknis kegiatan.
5. Penyebaran flyer kegiatan melalui media sosial instagram untuk menjaring peserta yaitu mahasiswa Indonesia yang berada di Kairo.
6. Pelaksanaan dilakukan dengan pemberian edukasi dan pemeriksaan kesehatan sederhana pada mahasiswa Indonesia yang hadir di lokasi.
7. Evaluasi dilakukan selama kegiatan berlangsung melalui observasi dan wawancara tidak terstruktur pada mahasiswa.

III. HASIL PENEMUAN DAN DISKUSI

Hasil persiapan melalui rapat yang dilakukan menggunakan platform zoom, disepakati bahwa kegiatan akan dilaksanakan pada hari Minggu, 25 Desember 2023 di Aula Kemas yang beralamat di Hayy Asyir, Kairo. Sosialisasi kegiatan dilaksanakan melalui sosial media milik PPMI Kairo menggunakan flyer berikut.



Gambar 1: Flyer Kegiatan (Sumber: dokumentasi peneliti)

Pelaksanaan kegiatan secara umum berjalan lancar meskipun diundur selama 2 jam karena adanya pemadaman listrik bergilir di lokasi kegiatan. Rencana awal kegiatan akan dilaksanakan secara hybrid, agar dapat disaksikan oleh mahasiswa lain yang tidak dapat hadir,

namun karena terkendala secara teknis, maka kegiatan hanya dapat dilaksanakan secara luring. Kendala tersebut tidak mengurangi keriuhan kegiatan. Seluruh mahasiswa tetap antusias mengikuti kegiatan sampai akhir.

Terdapat 39 orang mahasiswa yang hadir pada kegiatan. Beberapa mahasiswa tidak dapat menghadiri kegiatan karena sedang mengikuti ujian di kampus masing-masing. Beberapa dokumentasi kegiatan tersebut adalah sebagai berikut:



Gambar 2: Penyuluhan Kesehatan mengenai Tuberculosis (Sumber: dokumentasi peneliti)



Gambar 3: Pemeriksaan kesehatan pada mahasiswa (Sumber: dokumentasi peneliti)



Gambar 4: Foto bersama seluruh peserta (Sumber: dokumentasi peneliti)

Pada kegiatan penyuluhan, mahasiswa dapat memperhatikan dan memahami materi dengan baik. Kegiatan diskusi berlangsung dengan lancar dan dinamis. Mahasiswa memberikan respon yang positif. Beberapa mahasiswa memberikan pertanyaan terkait topik, namun terdapat pula pertanyaan lain di luar topik.

Dari hasil pemeriksaan kesehatan didapatkan data sebagai berikut:

Tabel 1: Hasil Pemeriksaan Kesehatan Mahasiswa Indonesia di Kairo

No	Inisial	JK	Usia	Tensi (mmHg)	Nadi (x/menit)	GDS (mg/dl)	Kolesterol (mg/dl)	Asam urat (mg/dl)
1	RMM	L	25	137/60	79	100	233	5,8

No	Inisial	JK	Usia	Tensi (mmHg)	Nadi (x/menit)	GDS (mg/dl)	Kolesterol (mg/dl)	Asam urat (mg/dl)
2	MMA	L	19	130/84	104	80	183	6,5
3	ANW	P	22	111/72	95	122	195	5,1
4	TMA	L	21	147/94	88	96	214	7,1
5	A	P	21	113/73	89	95	223	8,5
6	AUIM	P	21	119/79	76	72	252	3,4
7	MKA	L	21	118/77	74	114	206	6,4
8	MSR	L	22	146/82	70	67	187	12,4
9	IZ	L	27	145/74	112	103	218	8
10	HGR	P	25	140/83	79	93	124	3,3
11	DDG	L	23	143/95	99	114	165	5,6
12	RII	L	22	124/73	112	52	169	6,2
13	RKDP	L	24	136/73	63	103	189	3,9
14	FA	L	23	90/63	76	83	105	8,5
15	NRV	L	23	121/68	94	94	151	7,6
16	Y	P	27	114/21	88	23	250	5,4
17	AM	P	24	122/80	82	65	206	4,8
18	TN	P	24	102/68	80	123	194	6,6
19	AFI	L	22	119/98	78	100	134	6,5
20	MFA	L	23	108/63	72	144	151	12,4
21	RI	L	25	127/82	84	143	182	6,5
22	AD	L	20	128/76	81	93	186	8,5
23	IM	P	21	110/72	82	54	224	8,1
24	ANM	P	23	106/64	80	76	204	7
25	RJA	P	21	125/63	63	132	173	5
26	MMA	L	14	130/84	104	138	211	713
27	SFQ	P	21	122/93	93	87	239	5,5
28	ZPTC	P	21	113/69	80	97	162	4,3
29	ASC	P	21	140/93	91	105	192	5,3
30	MK	P	21	128/80	86	85	227	7,3
31	NUH	P	20	128/83	103	74	220	3,7
32	ANA	L	19	132/78	81	88	190	7,1
33	MAA	L	22	142/86	94	130	176	8,8
34	WM	P	21	118/83	76	98	238	9,5
35	A	L	23	157/93	80	104	206	6,9
36	EON	P	20	128/80	97	79	197	8,5
37	A	P	21	139/85	84	100	164	8,8
38	MMR	L	22	151/77	84	91	177	3,3
39	ED	P	22	135/86	90	109	217	6,1

Dari tabel di atas dapat dilihat bahwa persentase mahasiswa laki-laki (51,28%) dan perempuan (48,71%) yang mengikuti kegiatan ini hampir sama besar. Usia paling muda adalah 19 tahun sementara paling tua adalah 27 tahun. Hasil pemeriksaan pemeriksaan menunjukkan bahwa nadi dan gula darah sewaktu (GDS) seluruh mahasiswa termasuk dalam kriteria normal. Sebagian besar mahasiswa memiliki tekanan darah, kolesterol dan asam urat yang normal, namun beberapa orang mengalami peningkatan pada indikator tersebut meskipun usianya masih berada di kisaran 20-an.

Pada saat konsultasi dilakukan pendekatan individual guna menggali faktor yang berperan dalam peningkatan kadar tekanan darah, kolesterol dan asam urat. Dari hasil penelusuran melalui wawancara personal pada mahasiswa didapatkan beberapa faktor yang menyebabkan tingginya tekanan darah, kolesterol dan asam urat pada mahasiswa yaitu:

1. Kebiasaan tidur larut malam karena harus belajar dan mengerjakan tugas kuliah.
2. Melewatkan sarapan karena kebiasaan tidur kembali setelah sholat subuh terutama saat musim dingin. Umumnya mahasiswa beraktivitas kembali setelah waktu dhuha atau dhuhur.
3. Kebiasaan mengkonsumsi makanan instant yang cepat diolah dan disajikan.
4. Kebiasaan mengkonsumsi makanan tradisional Arab yang berbahan kacang-kacangan.
5. Kebiasaan mengkonsumsi makanan yang disajikan di asrama yang berbahan daging kambing dan kurang konsumsi sayuran dan buah-buahan.
6. Jarang meluangkan waktu untuk berolahraga terutama di musim dingin dimana suhu bisa turun secara signifikan disertai dengan angin yang menusuk ke kulit.
7. Terdapat faktor genetik dari orang tua yang memiliki tekanan darah, kolesterol, atau asam urat yang tinggi.

Beberapa mahasiswa tidak menyangka bahwa hasil pemeriksaan darah mereka akan abnormal karena merasa masih berada di usia muda. Hal ini membuktikan bahwa kejadian suatu penyakit tidak hanya berhubungan dengan faktor biologis atau personal saja, namun ada faktor lainnya seperti perilaku dan lingkungan. Hal ini sejalan dengan teori Blum yang menyatakan bahwa kesehatan dipengaruhi oleh 4 determinan yaitu perilaku, lingkungan, pelayanan kesehatan dan faktor biologis (Commers, 2001). Faktor perilaku dan lingkungan justru merupakan determinan terbesar yang mempengaruhi kesehatan.

Berdasar kepada hasil tersebut, dapat dilihat bahwa penyakit dapat dicegah melalui perubahan perilaku dan intervensi pada lingkungan (Ridlo, Laksono, Ridwanah, & Yoto, 2019). Melalui pemeriksaan kesehatan seperti yang dilakukan pada kegiatan ini, mahasiswa disadarkan dan distimulasi untuk mengubah perilakunya menjadi perilaku yang lebih sehat meskipun berjauhan dari keluarga (Oktavilantika, Suzana, & Damhuri, 2023). Mahasiswa juga dapat menyebarkan informasi kesehatan yang sudah didapatkan kepada orang lain sehingga mahasiswa dapat berperan menjadi agen perubahan (Syaiful, 2023).

Keterbatasan kegiatan pengabdian ini adalah pelaksanaan kegiatan dilakukan pada sore dan malam hari dimana mahasiswa tidak melaksanakan puasa sebelumnya. Beberapa mahasiswa juga berada dalam masa ujian sehingga mungkin mengalami kondisi stres yang dapat mengakibatkan abnormalitas pada hasil pemeriksaan. Kegiatan selanjutnya dapat dipertimbangkan untuk melaksanakan kegiatan setelah mahasiswa diminta untuk berpuasa serta mempertimbangkan jadwal pelaksanaan di saat yang lebih tepat.

Kegiatan penyuluhan dapat dilaksanakan berkelanjutan secara reguler, meskipun tidak secara luring. Pemberian edukasi kesehatan kepada mahasiswa terutama mahasiswa yang berada di perantauan sangat penting untuk meningkatkan literasi, mengubah sikap dan perilaku agar mahasiswa dapat secara mandiri melakukan upaya promotif dan preventif serta berfungsi sebagai agen perubahan bagi masyarakat sekitarnya.

IV. SIMPULAN

Kegiatan pengabdian yang dilakukan pada mahasiswa Indonesia yang berada di Mesir tidak hanya memberikan pemahaman kepada mahasiswa mengenai penyakit menular seperti pneumonia dan TB, namun juga memberikan wawasan mengenai risiko penyakit tidak menular seperti tekanan darah tinggi, kolesterol tinggi dan asam urat. Harapannya, mahasiswa dapat secara mandiri melakukan upaya-upaya promosi dan pencegahan dengan melakukan perubahan pada gaya hidup. Mahasiswa juga diharapkan dapat memberikan informasi kesehatan yang telah didapatkan kepada orang lain dan masyarakat.

Ucapan Terima Kasih

Ucapan terima kasih disampaikan kepada Atase Pendidikan dan Kebudayaan Kedutaan Besar Republik Indonesia beserta seluruh staf yang telah membantu hubungan antara tim pengabdian dengan PPMI Kairo.

Daftar Pustaka

- Afreximbank. (2022). *Egypt Country Brief*.
- Bayti, C. S., Indah, I., Jubaidah, J., Priani, N. K., & Jayanthi, S. (2021). Gambaran Pola Hidup Mahasiswa Perantauan terhadap Kejadian Gastritis di Universitas Samudra, Aceh. *Biologi Edukasi: Jurnal Ilmiah Pendidikan Biologi*, 13(1), 43–47. <https://doi.org/10.24815/jbe.v13i1.21841>
- Commers, M. J. (2001). *Determinants of health: Theory, understanding, portrayal, policy* (maastricht university). maastricht university. <https://doi.org/10.26481/dis.20010518mc>
- Hayati, A. N., & Pawenang, E. T. (2021). *Analisis Spasial Kesehatan Lingkungan dan Perilaku di Masa Pandemi untuk Penentuan Zona Kerentanan dan Risiko*.
- Maliki, M., Afrimadona, A., Afrimadona, A., Hasyiyati, S. A., Hasyiyati, S. A., Farrahidiba, F., & Farrahidiba, F. (2022). Pelatihan Bahasa Inggris Pekerja Migran Indonesia di Brunei Darussalam. *ABDI MOESTOPO: Jurnal Pengabdian Pada Masyarakat*, 5(1), 39–48. <https://doi.org/10.32509/abdimoestopo.v5i1.1759>
- Moyo, E., Nhari, L. G., Moyo, P., Murewanhema, G., & Dzinamarira, T. (2023). Health effects of climate change in Africa: A call for an improved implementation of prevention measures. *Eco-Environment & Health*, 2(2), 74–78. <https://doi.org/10.1016/j.eehl.2023.04.004>
- MPR RI. (2023, May). Jumpa Pimpinan Senat Mesir dan Rektor Al-Azhar Kairo, HNW: Siap Perkuat Hubungan Indonesia dengan Mesir. Retrieved from MPR RI website: <https://www.mpr.go.id/berita/Jumpa-Pimpinan-Senat-Mesir-dan-Rektor-Al-Azhar-Kairo,-HNW:-Siap-Perkuat-Hubungan-Indonesia-dengan-Mesir>
- Oktavilantika, D. M., Suzana, D., & Damhuri, T. A. (2023). *Literature Review: Promosi Kesehatan dan Model Teori Perubahan Perilaku Kesehatan*. 7.
- Ridlo, I. A., Laksono, A. D., Ridwanah, A. A., & Yoto, M. (2019). *Intervensi Berbasis Komunitas: Sebuah Pengantar* [Preprint]. INA-Rxiv. <https://doi.org/10.31227/osf.io/2fpjz>
- Rinjani, C., & Napu, H. (2022). Pendidikan Modern: Kajian Terhadap Universitas Al-Azhar dan Pembaharuan Pendidikan Di Mesir. *Ikhtisar: Jurnal Pengetahuan Islam*, 2(1), 1. <https://doi.org/10.55062/IJPI.2022.v2i1.35>
- Syaiful, A. (2023). Peran Mahasiswa sebagai Agen Perubahan di Masyarakat. *Journal of Instructional and Development Researches*, 3(1), 29–34. <https://doi.org/10.53621/jider.v3i1.102>
- Wikipedia. (2024). Egypt. Retrieved from Wikipedia website: <https://en.wikipedia.org/wiki/Egypt>