

Kartu Menuju Sehat Untuk Menilai Cara Hidup Sehat

Andri Sudjtmoko

Puskesmas Bangil, Pasuruan, Jawa Timur

Dengan keberhasilan pembangunan bidang kesehatan selama PJP I telah tampak berbagai keberhasilan dengan pemerataan pelayanan kesehatan dasar, dukungan peran serta masyarakat dalam daya dan dana misal Dana Sehat, Polindes. Upaya upaya ini belum dapat menjangkau seluruh lapisan masyarakat terutama yang berpenghasilan rendah, masyarakat daerah kumuh, masyarakat daerah terpencil. Yang terpenting menjadi tujuan dalam kehidupan bermasyarakat di bidang kesehatan terutama peran puskesmas untuk dapat menyehatkan lingkungan serta masyarakat yang ada dalam wilayah kerjadapat berperilaku hidup sehat.

Untuk menilai perilaku hidup sehat memang tidak mudah, penulis mencoba membagi pengalaman sesuai pengetahuan dan kemampuan dengan menggunakan kartu Swadarma 3 K yang memuat berbagai informasi tentang program prioritas kesehatan, kependudukan, kebersihan.

Kartu Swadarma 3 K mempunyai nilai dan merupakan kebutuhan cara hidup sehat, karena kartu Swadarma 3 K memuat data kesehatan Calon Pengantin Wanita (CPW), Bumil, Bayi, Balita, Pra Sekolah, Anak Sekolah, Buteki, PUS, Manula, Program Imunisasi, Program Gizi, Program Kesling (Sarana), Pesan-pesan yang disampaikan, Waktu pemakaian, Deteksi status keluarga. Kartu Swadarma 3K adalah Kartu Menuju Sehat (KMS), alat penilai perubahan keadaan sehat sejahtera. Kartu Swadarma 3 K perlu dibawa dalam setiap kegiatan Posyandu pelayanan kesehatan seperti juga KMS, untuk diisi oleh petugas kesehatan/kader kesehatan dalam wilayah kerja dengan memberi tanda Centang (V) pada kolom yang telah tersedia pada saat pelayanan kesehatan.

Kartu Swadarma 3 K dengan segi tiga emas sama sisi mempunyai arti yang sama-sama penting dan masing-masing program kesehatan kependudukan, kebersihan serta warna emas/logam mulia menandakan sampai kapan pun kartu ini tetap berfungsi.

Kartu Swadarma 3 K diberikan kepada bayi dan ibu hamil dalam satu keluarga mengingat angka kematian bayi/bumil menjadi prioritas utama; kartu ini diberikan pada sejumlah 190 kepala keluarga dalam wilayah kerja. Kader mempunyai peran penting dalam pelaksanaan kartu Swadarma 3 K sebagai motivator dan juga sebagai dokter kecil dalam tugas upaya preventif, promotif, kuratif yang sederhana misal penggunaan Oralit /LGC, pengobatan batuk pilek sederhana dan rehabilitatif sesuai pengetahuan pembinaan. Kartu Swadarma 3 K sebagai kartu potret diri keluarga tentang gambaran keluarga sehat sejahtera; merupakan alat menilai status kesehatan dalam keluarga, diberikan secara bertahap pada kepala keluarga dengan sasaran bumil/bayi. Keluarga miskin/masyarakat daerah kumuh/terpencil dapat menggunakan kartu Swadarma 3 K sebagai Kartu Sehat, juga kartu menuju sehat. Kartu menuju sehat (KMS) atau kartu sehat termasuk benda berharga yang memberi informasi penting tentang gambaran potret diri sasaran yang ada artinya selama sasaran itu menikmati kehidupan menuju sehat.

Jadi KMS berfungsi selama sasaran itu hidup sehat misal KMS Bumil merupakan gambaran kehamilan yang berbeda dalam keluarga anak ke 1 atau ke 2, termasuk juga KMS Balita tidak untuk 5 tahun masa berlaku tetapi selama sasaran itu menikmati kehidupan sehat. KMS sebagai bukti *monitor*, menilai dan cara kebutuhan hidup sehat, merupakan benda berharga. Kartu Swadarma 3 K merupakan KMS yang lebih lengkap meskipun ada sedikit kekurangan termasuk pengadaannya. Gambaran fungsi KMS yang ada

Yang menarik dari fungsi kartu Swadarma 3 K adalah sebagai berikut:

- 1) Data sasaran yang terperinci sesuai keperluan.
- 2) Deteksi risiko secara dini baik petugas ataupun kepala keluarga.
- 3) Program kesling (sarana) juga merupakan prioritas.
- 4) Ada pesan yang sederhana dan punya makna penting.

Fungsi Kartu Menuju Sehat

No.	Indikator	Kartu Swadarma 3K	Kartu Balita	Kartu Bumil	Kartu Rumah
1	Identitas penduduk	+	+	+	+
2	Data sasaran				
	CPW	+	-	+	-
	Bumil	+	-	+	-
	Bayi	+	+	+	-
	Anak balita	+	+	-	-
	Anak pra sekolah	+	-	-	-
	Anak sekolah	+	-	-	-
	Ibu menetek	+	-	-	-
	PUS	+	-	-	-
	Manula	+	-	-	-
	Jumlah jiwa	+	-	-	+
3	Riwayat/latar belakang sasaran				
	Riwayat kehamilan	-	-	+	-
	Riwayat kelahiran	-	+	+	-
	Riwayat gejala/kasus penyakit	-	+	+	-
4	Program imunisasi				
	CPW	+	-	-	-
	Bumil	+	-	+	-
	Bayi	+	+	-	-
5	Program gizi				
	Deteksi risiko bumil	+	-	+	-
	Deteksi risiko bayi	+	+	-	-
	Deteksi risiko buteki	+	-	+	-
	Pemberian gizi	-	+	+	-
			(Vit A) (PMT)	(Fe) (PMT)	
6	Program kesling (sarana)				
	Pendanaan (dana sehat/jimpitan)	+	-	-	-
	Keadaan rumah	+	-	-	+
	Sarana rumah	+	-	-	+
	Pekerjaan KK	+	+	+	+
	Sarana air bersih	+	-	-	+
	Pemeriksaan				
	Ventilasi rumah	-	-	-	+
	Kelembaban	-	-	-	+
	Kepadatan penghuni	+	-	-	+
	Kebersihan pekarangan	-	-	-	+
7	Pesan-pesan yang disampaikan	+	+	+	-
8	Jangka waktu kegunaan kartu				
	Satu tahun	-	-	+	-
	Dua tahun	-	-	-	-
	Tigatahun	-	-	-	+
	Empat tahun	-	-	-	-
	Lima tahun	+	+	-	-
9	Pendeteksian status kesehatan				
	Perorangan/satu sasaran	+	+	+	-
	Satu keluarga	+	-	-	-
	Jumlah	+ (27) - (11)	+ (12) - (26)	+ (15) - (18)	+ (11) - (26)
	Dalam prosentase	71%	31.5%	39%	29%

Keterangan : + = Ya/ada
- = Tidak ada

5) Jangka waktu pemakaian kartu lebih dari 5 tahun sesuai keperluan.

6) Pendeteksian status kesehatan keluarga atau perorangan termasuk kesimpulan sehat sejahtera di dalam keluarga.

Kartu Swadarma 3 K sebagai kartu sehat dapat berfungsi sebagai keterangan tidak mampu untuk keluarga yang kurang mampu agar mendapatkan pelayanan kesehatan dasar secara cuma-cuma, dengan tujuan dapat meningkatkan kemampuan menuju hidup sehat serta lebih produktif dan aktif. Kepala keluarga yang bertanggungjawab langsung kepada sasaran dibantu oleh petugas kesehatan/kader kesehatan dalam wilayah kerja; selain itu kartu Swadarma 3 K sebagai kartu sehat untuk membentuk dana sehat atau jimpitan; kartu Swadarma 3 K dapat mencatat hasil kegiatan/partisipasi kegiatan bidang kesehatan/keadaan keluarga.

Sebagai kartu yang baru (kartu Swadarma 3 K) dengan segala keterbatasan cukup penting karena:

- 1) Seperti kartu keluarga dengan komponen sasaran program prioritas, kepala keluarga dapat memantau status pada saat itu dan gambaran yang akan datang.
- 2) Bentuk dan warna menarik seperti KMS yang dapat dipajang/disimpan sesuai keperluan.
- 3) Pesan yang cukup sederhana dan Swadarma 3 K
 - a) Kewajiban sendiri melaksanakan kesehatan, kebersihan dengan baik.
 - b) Perlu dibawa setiap kali kegiatan posyandu bersama KMS sasaran.
 - c) Perintah untuk senantiasa minta nasihat/manfaat kegiatan hari ini dan akan datang kepada petugas.
 - 4) Mendapatkan kesimpulan yang sederhana tentang status kesehatan keluarga sehat sejahtera.

PENUTUP

Kartu menuju sehat (KMS) penting untuk menilai cara hidup sehat. Menuju sehat adalah harapan semua orang, KMS perlu dimiliki oleh setiap sasaran dan dipergunakan sesuai keperluan untuk menuju hidup sehat.

KMS adalah alat *monitor*/sumber data perorangan atau kelompok terhadap program prioritas kesehatan, kependudukan, kebersihan dengan jangka waktu yang tidak terbatas. KMS ini adalah kartu Swadarma 3 K.

Kartu Swadarma 3 K sebagai KMS dapat juga sebagai kartu sehat, dengan segala kelebihan dari kekurangannya; untuk itu kartu Swadarma 3 K sebagai pendamping KMS yang telah ada perlu dibawa dalam setiap kegiatan posyandu untuk memperoleh pelayanan dasar sesuai jadwal.

SWADARMA 3K
adalah kewajiban sendiri
melaksanakan
Kesehatan, Kependudukan dan
Kebersihan dengan baik

Posyandu No. :

Petugas Kader/Kesehatan :

Nama Kepala Keluarga :

Alamat Rumah :

RT :

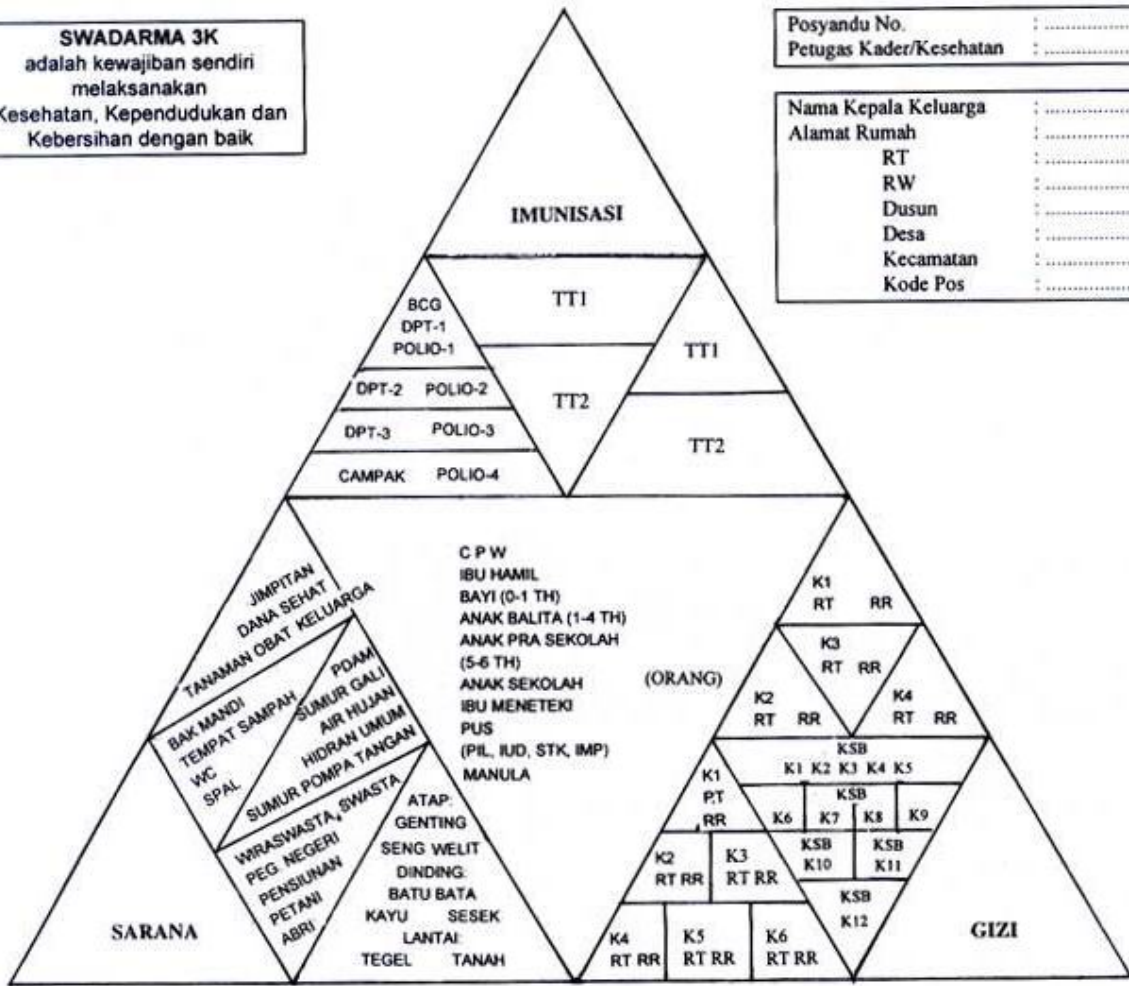
RW :

Dusun :

Desa :

Kecamatan :

Kode Pos :



SWADARMA 3K
BAWALAH SETIAP KALI KEGIATAN POSYANDU BERSAMA KMS

No. Urut	NAMA LENGKAP (Kaum / Kecil)	JENIS KELAMIN	HUBUNGAN DENGAN KELUARGA	KELAHIRAN TGL. / BLN. / THN. TEMPAT	PENDIDIKAN TERAKHIR	PEKERJAAN JABATAN	AGAMA
1	2	3	4	5	6	7	8
1.							
2.							
3.							
4.							
5.							
6.							

CARA PENGISIAN KARTU SWADARMA 3 K

- Isilah sesuai tanggal kegiatan posyandu seperti pada KMS.
- Mintalah NASEHAT MANFAAT kegiatan Hari ini dan Akan datang.

KESIMPULAN SWADARMA 3 K SEBAGAI UPAYA MENILAI STATUS KESEHATAN

KELUARGA SEHAT SEJAHTERA	TANGGAL / BULAN / TAHUN	PETUGAS	TANDA TANGAN
PRA SEJAHTERA
KELUARGA SEJAHTERA TAHAP I
KELUARGA SFJAHTERA TAHAP II
KELUARGA SEJAHTERA TAHAP III
KELUARGA SEJAHTERA TAHAP III PLUS