



PEMERIKSAAN DAN PENYULUHAN KESEHATAN KADAR GULA DARAH DAN TEKANAN DARAH PADA IBU – IBU PERWIRITAN DI DESA KOTA DATAR

Anggun Adi Syafila¹, Bhirawa Atha Bassni Erano², Fahmi Tegar³, Putri Nabila Oktarina⁴, Lailatul Husna Lubis⁵

^{1,2,3,4,5} Universitas Islam Sumatera Utara, Sumatera Utara, Indonesia

E-mail Author: lailatulhusnalubis@uinsu.ac.id

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk melihat pentingnya pemeriksaan dan penyuluhan kesehatan kadar gula darah dan tekanan darah pada ibu-ibu perwiritan di Desa Kota Datar. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode SL (Service Learning) yaitu sebuah kegiatan pembelajaran atau edukasi pada masyarakat. Kegiatan pengabdian Masyarakat ini dilakukan kepada kelompok ibu-ibu perwiritan di Desa Kota Datar Kecamatan Hampan Perak, Deli Serdang Sumatera Utara sebagai sampel yang berjumlah 34 orang. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa dari sampel penelitian mayoritas warga tidak memahami dengan benar gula darah, baik kadar maupun tekanannya, serta hal-hal yang dianggap menimbulkan suatu penyakit yang serius jika mengabaikan pola kesehatannya yang berkaitan dengan gula darah. Hal-hal yang dilakukan sebagai penanganan dasar dan berkelanjutan pada masalah ini di antaranya adalah dengan diadakannya sosialisasi serta pemeriksaan gula darah dan apa saja hal-hal yang terkait dengannya agar masyarakat memahami pentingnya menjaga kesehatan terutama yang berkaitan dengan gula darah terutama di Desa Kota Datar

Kata Kunci: Pemeriksaan, Penyuluhan Kesehatan, Gula Darah, dan Desa Kota Datar.

ABSTRACT

This study aims to see the importance of health checks and counseling on blood sugar levels and blood pressure for women who live in Kota Datar Village. The method used in this study is the SL (Service Learning) method, which is a learning or educational activity for the community. This community service activity was carried out for a group of housewives in Kota Datar Village, Hampan Perak District, Deli Serdang, North Sumatra as a sample of 34 people. The results of this study indicate that from the research sample, the majority of residents do not correctly understand blood sugar, both levels and pressure, and things that are considered to cause a serious illness if they ignore their health patterns related to blood sugar. Things that are being done as a basic and ongoing treatment of this problem include holding outreach and checking blood sugar and what are the things related to it so that people understand the importance of maintaining health, especially related to blood sugar, especially in Kota Datar Village.

Keywords: Examination, Health Counseling, Blood Sugar, and Kota Datar Village.

PENDAHULUAN

Kesehatan merupakan suatu hal yang penting sebagai tolak ukur dalam kesejahteraan hidup. Mulai dari tahun 2010 angka prevalensi penyakit yang paling dominan terdapat pada sebuah data pelayanan kesehatan yakni penyakit tidak menular diantaranya ialah diabetes yang umumnya dipengaruhi oleh gaya hidup yang tidak sehat. Dikutip dari laman WHO (2022) memprediksi bahwa penyakit diabetes akan bisa tergolong kedalam 7 besar penyakit yang bisa menimbulkan kematian di tahun 2030. Keinginan masyarakat untuk mengkonsumsi hal yang serba instan akan berdampak buruk terhadap kesehatan yang diawali timbulnya berbagai gangguan kesehatan seperti munculnya penyakit kanker, kardiovaskular, diabetes maupun hipertensi. (Wahyuningsih and Arsi 2021).

Dari data Organisasi Internasional Diabetes Federation (IDF) menyebutkan bahwa ada terdapat sebanyak 483 juta orang dalam kategori rentan umur 20 - 79 tahun di dunia yang terkena penyakit diabetes pada tahun 2019 dimana data tersebut setara dengan angka prevalensi sebesar 9,3 % dari jumlah penduduk pada kategori umur yang sama. Adapun berdasarkan data dari Riskesdas menunjukkan adanya peningkatan angka prevalensinya yakni sebesar 6,9 % di tahun 2013 sehingga menjadi 8,5 % ditahun 2018. (Kemenkes 2018). Hal ini bisa dipengaruhi karena banyaknya ditemukan orang yang jarang memeriksakan kadar gula darah dan tekanan darahnya sendiri secara rutin untuk mengetahui kondisi tubuhnya. (Widiyanto et al. 2020).

Menurut penelitian sebelumnya oleh Sihombing (2018), komplikasi diabetes mempengaruhi tekanan darah tinggi. seseorang dengan diabetes tidak memiliki cukup insulin untuk memproses glukosa atau insulin mereka tidak berfungsi dengan baik. Jika pembuluh darah dan ginjal rusak, tekanan darah dapat meningkat, sehingga meningkatkan risiko cedera dan komplikasi lebih lanjut. penumpukan gula darah akibat kurangnya aktivitas fisik, hipertensi, pola makan yang buruk, dll, menyebabkan diabetes. (Suryani 2020). Tes ini bisa dilakukan sebelum dan sesudah makan untuk melihat efek perubahan gula darah pada tubuh. (Selano, Marwaningsih, and Setyaningrum 2020).

Penderita diabetes maupun hipertensi tidak hanya terjadi di kota besar, bahkan di sebuah desa juga terdapat permasalahan kesehatan hal ini bisa terjadi karena pengetahuan masyarakat desa mengenai tanda penyakit maupun pencegahannya yang minim. Salah satu yang memiliki permasalahan itu adalah Kecamatan Hamparan Perak tepatnya di desa Kota Datar dimana memiliki 1 puskesmas induk serta mempunyai beberapa tenaga kesehatan, dimana masih banyak ditemukan berbagai masalah kesehatan, berdasarkan hasil observasi penulis menemukan tingkat kesehatan yang ditemukan di antaranya yakni, sebagai berikut :

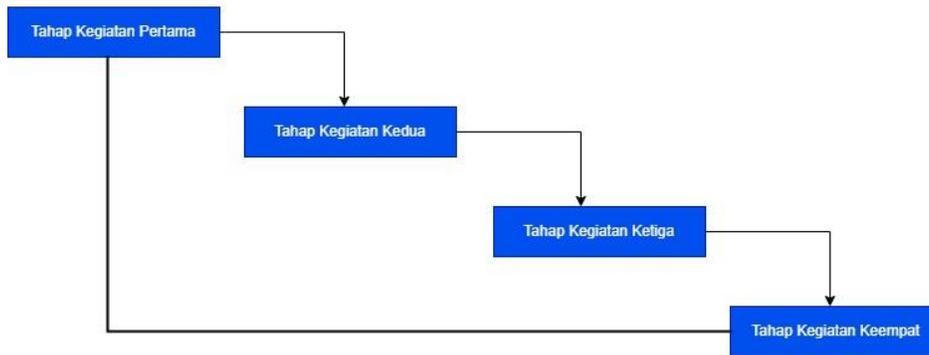
1. Masih adanya masyarakat yang kurang mau mengecek secara rutin mengenai gula darah dan pengukuran tensi darah terutama untuk lansia; dan
2. Kurangnya pemahaman dalam pola makan yang baik sehingga terjadi risiko gula darah dan tensi darah, selain itu disebabkan karena takut akan hasil yang diterima setelah pemeriksaan hal ini bisa menjadikan kekhawatiran akan kesehatan di kemudian hari. Masyarakat masih belum mengerti betapa pentingnya mengetahui kondisi gula darah maupun tekanan darah secara berkala.

Berdasarkan permasalahan yang di peroleh penulis tertarik untuk melakukan penelitian sebagai tujuan pengabdian kepada masyarakat yang di laksanakan di desa kota datar dengan melakukan pemeriksaan kadar gula darah dan program penyuluhan kepada masyarakat desa kota datar yang terkhusus pada ibu-ibu di desa tersebut yang berupaya sebagai peningkatan kesadaran masyarakat yang bertujuan agar masyarakat memperoleh informasi mengenai penyakit diabetes melitus mulai dari ciri-ciri penyakit, cara pemeriksaan serta mengantisipasi

penyakit tersebut. Dengan adanya program pemeriksaan cek kadar gula darah membantu masyarakat mengetahui kondisi kadar gula darah mereka. Setelah melakukan pemeriksaan terdapat masyarakat yang memiliki kadar gula darah yang tinggi, maka dari itu kita sebagai pemberi pelayanan memberikan edukasi mengenai cara menurunkan kadar gula darah dengan menerapkan pola hidup sehat dan menjaga pola makan.

METODE

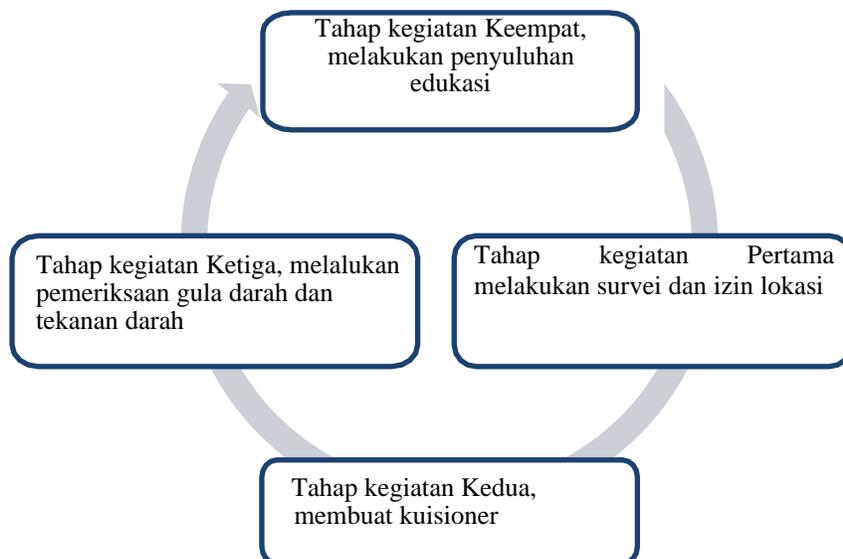
Penelitian ini menggunakan metode SL (*Service Learning*) yaitu sebuah kegiatan pembelajaran atau edukasi pada masyarakat. Kegiatan pengabdian Masyarakat ini telah dilaksanakan pada kelompok ibu-ibu perwiritan di sebuah Desa Kota Datar Kecamatan Hamparan Perak, Deli Serdang Sumatera Utara.



Gambar 1. Model Tahapan Kegiatan

1. Tahap kegiatan Pertama
Kegiatan awal ialah melakukan survei tempat penelitian dan melakukan perizinan agar bisa melakukan sebuah pengabdian masyarakat didaerah tersebut
2. Tahap kegiatan Kedua
Kegiatan membuat kuisioner untuk melakukan observasi awal terkait pernyataan yang diajukan sebagai bahan pertimbangan informasi untuk mengetahui karakteristik ibu-ibu dan tingkat pengetahuan yang kemudian dijadikan data.
3. Tahap kegiatan ketiga
Pada tahap ini ialah melakukan pelaksanaan pemeriksaan cek gula darah dan tekanan darah melalui sebuah alat berupa *Autocheck GCU meter device* dan Tensi Meter.
4. Tahap kegiatan keempat
Pada sesi ini adalah melakukan penyuluhan kepada ibu-ibu perwiritan untuk memberikan sebuah edukasi pengetahuan dalam mencegah maupun mengobati apabila terdapat diantara ibu-ibu yang memiliki tekanan darah yang tinggi dan kadar gula darah yang tinggi.

Sampel yang diperoleh dari penelitian ini sebanyak 34 orang. Metode pengabdian Masyarakat ini dilakukan secara tatap muka serta pemberian informasi terkait kesehatan di akhir kegiatan. Kegiatan pengabdian masyarakat dilaksanakan pada tanggal 11 Agustus 2023



Gambar 2. Metode melakukan penelitian pengabdian

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Problematika Kesehatan Gula Darah Masyarakat

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan kepada ibu-ibu yang hadir pada saat pemeriksaan yang berjumlah 34 orang dan dilakukan pemeriksaan gula darah dan tekanan darah, maka diperoleh keterangan sebagai berikut :

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden

Variabel	Frekuensi	Persentase (%)
Umur (Tahun)		
20 – 40	7	20,6
41 – 61	23	67,6
62 – 82	4	11,8
Total	34	100
Pernah Melakukan Cek Gula Darah		
Ya	21	61,8
Tidak	13	38,2
Total	34	100
Rutin Berolahraga		
Ya	14	41,2
Tidak	20	58,8
Total	34	100
Riwayat Penyakit Diabetes		
Ya	14	41,2
Tidak	20	58,8
Total	34	100%

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan bahwa karakteristik umur mayoritas kategori umur 41 – 61 tahun sejumlah 23 orang (67,6%), di Kategori Pernah melakukan cek gula darah berupa kategori iya terdapat 21 responden (61,8%), di Kategori Rutin Berolahraga berupa kategori tidak terdapat 20 responden (58,8%), dan di Kategori memiliki riwayat penyakit diabetes berupa kategori tidak terdapat 20 responden (58,8%),

Tabel 2. Kategori Kadar Gula Darah

No	Kadar Gula Darah	Frekuensi	%
1	Hipoglikemi	14	41,2
2	Normal	13	38,2
3	Hiperglikemi	7	20,6
Total		34	100%

Dari kategori hasil tabel diatas menunjukkan bahwa pada 14 responden menginterpretasikan sebanyak 41,2 % dengan kategori Hipoglikemi, diikuti dengan 13 responden sebesar 38,2% kategori Normal terhadap pola kadar gula darah dan sebanyak 7 responden 20,6% Hiperglikemi atau kadar gula darah tinggi.

Tabel 3. Kategori Tekanan Darah

No	Kadar Tekanan Darah	Frekuensi	%
1	Hipotensi	10	29,4
2	Normal	8	23,5
3	Hipertensi	16	47,1
Total		34	100%

Dari kategori hasil tabel diatas menunjukkan bahwa pada 10 responden menginterpretasikan sebanyak 29,4 % dengan kategori Hipotensi, diikuti dengan 8 responden sebesar 23,5% kategori Normal terhadap pola kadar gula darah dan sebanyak 16 responden 47,1 % Hipertensi atau Tekanan darah tinggi.

B. Upaya Optimalisasi Kesehatan Gula Darah Masyarakat

Ada beberapa hal yang dapat dilakukan sebagai upaya optimalisasi kesehatan gula darah masyarakat, di antaranya adalah sebagai berikut :

1. Sosialisasi Pemeriksaan Gula Darah dan Tekanan darah

Sosialisasi kepada masyarakat di Desa Kota Datar mengenai gula darah dan tekanan darah pada ibu-ibu yang diikuti oleh 34 orang, kegiatan ini bertujuan untuk mengetahui jumlah kadar gula darah dan tekanan darah, kemudian agar masyarakat lebih bisa menjaga kesehatan demi meminimalkan resiko timbulnya penyakit.



Gambar 3. Sosialisasi Kesehatan pada Ibu - ibu perwiritan

2. Pemeriksaan Gula Darah dan Tekanan Darah

Pemeriksaan Gula darah (*diabetes miletus*) dan Tekanan darah adalah indikasi persiapan untuk mendeteksi secara dini meningkatnya kadar gula darah dan tekanan darah. Antusias ibu-ibu perwiritan Desa Kota Datar untuk melakukan pemeriksaan gula darah dan tekanan darah, dan edukasi ke ibu-ibu mengenai pola hidup sehat dan upaya pencegahan meningkatkan kadar gula darah dan tekanan darah yang tinggi. Berdasarkan hasil pemeriksaan tersebut, kemudian masyarakat mengetahui hasilnya dan masyarakat dapat merasakan manfaat dari pemberian edukasi dan pemeriksaan yang penulis berikan.



Gambar 4 Pemeriksaan Tekanan darah dan gula darah

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian di atas, maka ditarik kesimpulan bahwa pemeriksaan dan penyuluhan kesehatan kadar gula darah dan tekanan darah di Desa Kota Datar sangat perlu dilakukan secara berkala dan berkesinambungan. Hal ini penulis amati dari temuan-temuan yang didapatkan dalam giat pelaksanaan ini. Seperti halnya temuan bahwa :

1. Karakteristik umur mayoritas kategori umur 41 – 61 tahun sejumlah 23 orang (67,6%), di Kategori Pernah melakukan cek gula darah berupa kategori iya terdapat 21 responden (61,8%), di Kategori Rutin Berolahraga berupa kategori tidak terdapat 20 responden (58,8%), dan di Kategori memiliki riwayat penyakit diabetes berupa kategori tidak terdapat 20 responden (58,8%);
2. 14 responden menginterpretasikan sebanyak 41,2 % dengan kategori Hipoglikemi, diikuti dengan 13 responden sebesar 38,2% kategori Normal terhadap pola kadar gula darah dan sebanyak 7 responden 20,6% Hiperglikemi atau kadar gula darah tinggi; dan
3. 10 responden menginterpretasikan sebanyak 29,4 % dengan kategori Hipotensi, diikuti dengan 8 responden sebesar 23,5% kategori Normal terhadap pola kadar gula darah dan sebanyak 16 responden 47,1 % Hipertensi atau Tekanan darah tinggi.

SARAN

Adapun saran yang dapat peneliti berikan di antaranya adalah sebagai berikut :

1. Bagi dunia akademisi terutama di bidang kesehatan, penelitian ini merupakan temuan begitu pentingnya edukasi kepada masyarakat tentang arti kesehatan terutama mengenai gula darah di dalam tubuh manusia;

2. Bagi dunia kesehatan agar memaksimalkan pelayanan kesehatan terutama mengenai gula darah masyarakat sekitar lembaga kesehatan yang ada terutama puskesmas-puskesmas yang ada di daerah desa-desa yang ada; dan
3. Bagi masyarakat pembaca agar tidak memandang gula darah sebagai sesuatu yang tidak berbahaya jika diabaikan.

UCAPAN TERIMA KASIH

Tim pelaksana jurnal ini mengucapkan terima kasih kepada kepala Desa Kota Datar Kecamatan Hamparan Perak, Kepala Dusun III, serta ibu – ibu perwiritan yang berada dilokasi penelitian untuk melakukan izin penelitian serta bersedia ikut turut membantu dalam ketersediaan untuk memeriksakan tekanan darah dan gula darahnya, serta juga kami ucapkan terima kasih kepada ibu dosen pembimbing lapangan atas bimbingan dan arahnya serta kepada tim pelaksana mahasiswa – mahasiswi yang turut antusias menyukkseskan dalam kegiatan ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Kemenkes 2018. “Infodatin Tetap Produktif, Cegah, Dan Atasi Diabetes Melitus 2020.” *Pusat Data Dan Informasi Kementerian Kesehatan RI* 1–10.
- Selano, Maria Karolina, Veronica Ririn Marwaningsih, and Niken Setyaningrum. 2020. “Pemeriksaan Gula Darah Sewaktu (GDS) Dan Tekanan Darah Kepada Masyarakat.” *Indonesian Journal of Community Services* 2(1):38. doi: 10.30659/ijocs.2.1.38-45.
- Sihombing, Marice. 2018. “Faktor Yang Berhubungan Dengan Hipertensi Pada Penduduk Indonesia Yang Menderita Diabetes Melitus (Data Riskesdas 2013).” *Buletin Penelitian Kesehatan* 45(1):53–64. doi: 10.22435/bpk.v45i1.5730.53-64.
- Suryani, Nurkahiro Hidayati. 2020. “Pengecekan Tensi Dan Gula Darah Bagi Masyarakat Desa 4 Kabupaten Kampar.” *Community Education Engagement Journal* 2(1):73–82.
- Wahyuningsih, Wiwin, and Antari Ayuning Arsi. 2021. “Pengetahuan Dan Perilaku Kesehatan Penderita Hipertensi Anggota Prolanis Puskesmas Jatinom Kabupaten Klaten.” *Solidarity: Journal of Education, Society and Culture* 10(1):108–20.
- Widiyanto, Aris, Joko Tri Atmojo, Asruria Sani Fajriah, Santy Irene Putri, and Prima Soultoni Akbar. 2020. “Pendidikan Kesehatan Pencegahan Hipertensi.” *Jurnalempathy.Com* 1(2):172–81. doi: 10.37341/jurnalempathy.v1i2.27.
- WHO. 2022. Occupational health workers, World Health Organization. Diakses dari https://www.who.int/health-topics/diabetes#tab=tab_1, pada tanggal 12 Agustus 2023.
- World Hypertension League (WHL). 2021. Diakses dari <https://www.whleague.org/> diakses pada tanggal 11 Agustus 2023.