

Pemeriksaan dan Penyuluhan Penyakit Hipertensi dan Diabetes Mellitus Bagi Masyarakat Dusun Sempu

Andi Bayu Hardika¹, Anita Sofiana¹, Azhara Rizki Gita¹, Firman Haris Saputra¹, Linda Kireina Ahmad¹, Rahma Septiningsih¹, Senia Agustin¹, Singgih Darmawan¹, Sartika Puspita¹*

¹ Universitas Muhammadiyah Yogyakarta, Jl. Brawijaya, Geblagan, Tamantirto, Kasihan, Bantul, D.I. Yogyakarta 55183

Email: sartika.puspita@umy.ac.id

DOI: <https://doi.org/10.18196/ppm.61.1157>

Abstrak

Surveilans Terpadu Penyakit menyebutkan 10 besar penyakit di puskesmas Daerah Istimewa Yogyakarta pada tahun 2019 secara runtut dari jumlah kasus tertinggi yaitu hipertensi, diare, influenza, diabetes mellitus, tifus perut klinis, tersangka tbc paru, pneumonia, demam dengue, TBC paru BTA (+), dan diare berdarah (disentri). Hasil survei yang dilakukan di Dusun Sempu, Desa Wonokerto, Kecamatan Turi, Kabupaten Sleman, D.I. Yogyakarta ditemukan beberapa masalah kesehatan salah satunya adanya penyakit tidak menular (PTM) seperti hipertensi dan diabetes mellitus. Oleh karena itu, perlu dilakukan kegiatan pengabdian berupa pemeriksaan dan penyuluhan mengenai penyakit hipertensi dan diabetes mellitus bagi masyarakat Dusun Sempu. Kegiatan pengabdian ini bertujuan untuk memberikan pengetahuan kepada masyarakat mengenai penyakit tidak menular (PTM) khususnya hipertensi dan diabetes mellitus. Kegiatan pengabdian dilakukan dengan beberapa tahap yaitu survei dan observasi, pemeriksaan, serta penyuluhan. Hasil kegiatan pengabdian menunjukkan bahwa prevalensi hipertensi dan diabetes mellitus pada lansia di Dusun Sempu masih tinggi yaitu 97,5% dan 62,5%. Kegiatan penyuluhan yang dilakukan dapat meningkatkan pengetahuan lansia terkait pencegahan dan pengendalian penyakit hipertensi dan diabetes mellitus.

Kata Kunci: Diabetes mellitus, Dusun Sempu, Hipertensi, Pemeriksaan, Penyuluhan

Pendahuluan

Surveilans Terpadu Penyakit (STP) menyebutkan 10 besar penyakit di puskesmas Daerah Istimewa Yogyakarta (DIY) pada tahun 2019 secara runtut dari jumlah kasus tertinggi yaitu hipertensi, diare, influenza, diabetes mellitus, tifus perut klinis, tersangka tbc paru, pneumonia, demam dengue, TBC paru BTA (+), dan diare berdarah (disentri). Dari data tersebut memuat data terkait PTM yaitu hipertensi dan diabetes mellitus yang mana menduduki peringkat pertama untuk hipertensi dan peringkat keempat untuk diabetes mellitus kategori 10 besar penyakit dengan jumlah kasus tertinggi di Puskesmas DIY 2019.

Hipertensi merupakan keadaan dimana tekanan darah sistolik seseorang mencapai ≥ 140 mmHg dan/atau tekanan darah diastolik seseorang bernilai ≥ 90 mmHg. Hipertensi sering juga disebut sebagai *the silent killer* atau pembunuh senyap karena kebanyakan penderita hipertensi sering tanpa gejala sehingga penderita tidak mengetahui jika dirinya mengidap hipertensi dan baru akan diketahui ketika sudah terjadi komplikasi (Kemenkes RI, 2019). Hipertensi yang tidak segera ditangani dapat mengakibatkan terjadinya penyakit stroke, penyakit jantung koroner, gagal jantung, dan penyakit gagal ginjal (Kemenkes RI, 2021). Berdasarkan penyebabnya, hipertensi dibagi menjadi 2 golongan, yaitu hipertensi esensial atau hipertensi primer dan hipertensi sekunder atau hipertensi renal. Hipertensi esensial atau primer adalah hipertensi yang tidak diketahui penyebabnya dan merupakan penyebab hipertensi terbanyak yaitu sekitar 90 % kasus. Sedangkan hipertensi sekunder atau hipertensi renal adalah hipertensi yang diketahui penyebabnya, yaitu biasanya disebabkan oleh penyakit ginjal, penyakit endokrin (gangguan kelenjar tiroid, penyakit kelenjar adrenal), penyakit jantung, hipertensi yang berhubungan dengan kehamilan, dan lain-lain. Hipertensi sekunder terdapat 5% kasus. Menurut JNC VII 2003, hipertensi dibedakan menjadi hipertensi tingkat 1, hipertensi tingkat 2, dan hipertensi sistolik terisolasi (Kemenkes, 2018).

Diabetes mellitus (DM) merupakan gangguan metabolisme yang ditandai dengan hiperglikemia kronis dengan gangguan karbohidrat, lemak, dan protein metabolisme yang dihasilkan dari cacat

dalam sekresi insulin, insulin tindakan, atau keduanya. Diabetes mellitus ditandai dengan kadar glukosa darah melebihi normal dimana untuk kadar gula darah sewaktu ≥ 200 mg/dl dan untuk kadar gula darah puasa ≥ 126 mg/dl yang mana tergolong penyakit degeneratif yaitu penyakit kronik yang berpengaruh terhadap kualitas hidup dari penderitanya (Fridalni, dkk., 2019).

Hasil survei yang dilakukan di Dusun Sempu, Desa Wonokerto, Kecamatan Turi, Kabupaten Sleman, D.I. Yogyakarta ditemukan beberapa masalah kesehatan salah satunya adanya penyakit tidak menular (PTM) seperti hipertensi dan diabetes mellitus. Kedua kejadian penyakit tersebut menduduki peringkat pertama untuk hipertensi dan peringkat keempat untuk diabetes mellitus kategori 10 besar penyakit dengan jumlah kasus tertinggi di Puskesmas DIY 2019. Oleh karena itu, kegiatan pengabdian ini bertujuan untuk memberikan pengetahuan kepada masyarakat mengenai penyakit tidak menular (PTM) khususnya hipertensi dan diabetes mellitus.

Metode Pelaksanaan

Pengabdian yang dilakukan berupa pemeriksaan dan penyuluhan terkait penyakit hipertensi dan diabetes mellitus. Kegiatan pengabdian dilaksanakan di Dusun Sempu, Desa Wonokerto, Kecamatan Turi, Kabupaten Sleman, D.I. Yogyakarta. Sasaran kegiatan ini adalah lansia yang berusia diatas 60 tahun. Metode yang digunakan pada program pengabdian ini yaitu metode ceramah menggunakan media power point. Berikut tahapan kegiatan pengabdian yang dilakukan:

1. Survei dan Observasi

Tahap pertama yang dilakukan pada pengabdian ini adalah survei dan observasi di lingkungan Dusun Sempu terkait masalah kesehatan yang dihadapi masyarakat setempat. Kegiatan survei dan observasi dilakukan dengan melakukan wawancara kepada perangkat desa dan masyarakat setempat. Hal ini bertujuan untuk mengetahui masalah kesehatan yang dihadapi dan faktor-faktor yang mempengaruhinya.

2. Pemeriksaan

Kegiatan pemeriksaan dilakukan sebagai skrining awal untuk mengetahui persebaran penyakit hipertensi dan diabetes mellitus di Dusun Sempu. Kegiatan pemeriksaan yang dilakukan meliputi pemeriksaan suhu, kadar gula darah, dan tekanan darah.

3. Penyuluhan

Kegiatan penyuluhan dilakukan dengan penyampaian materi melalui metode ceramah, diskusi, dan tanya jawab. Kegiatan ini menjelaskan terkait pencegahan dan pengendalian penyakit hipertensi dan diabetes melitus. Kegiatan penyuluhan bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat terkait penyakit tidak menular khususnya hipertensi dan diabetes mellitus.

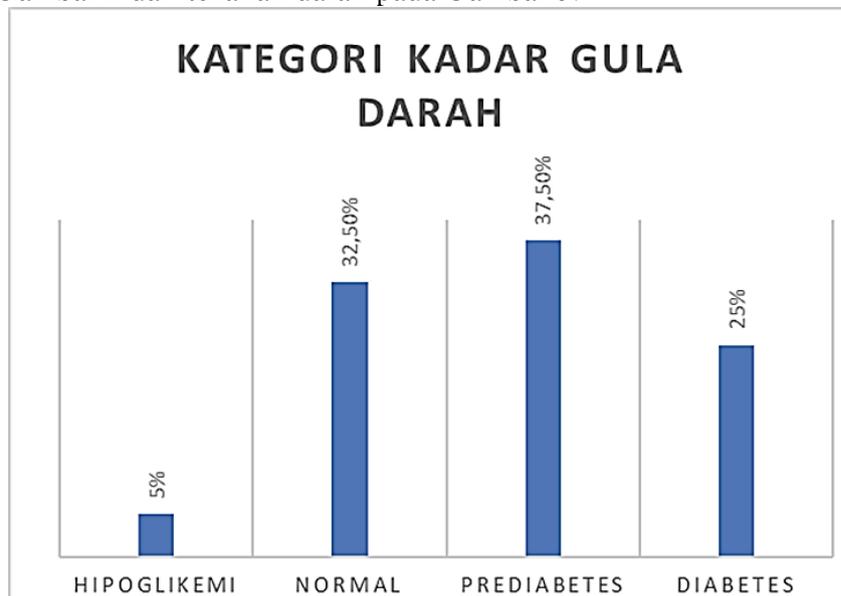
Hasil dan Pembahasan

Kegiatan pengabdian yang diadakan di Dusun Sempu, Desa Wonokerto, Kecamatan Turi, Kabupaten Sleman dimulai dengan pemeriksaan yang meliputi pemeriksaan suhu, kadar gula darah, dan tekanan darah. Responden yang terlibat dalam pemeriksaan ini berjumlah 40 orang yang terdiri dari 16 laki-laki dan 24 perempuan. Kegiatan pemeriksaan yang dilakukan ditunjukkan pada Gambar 1.



Gambar 1. Pemeriksaan kesehatan

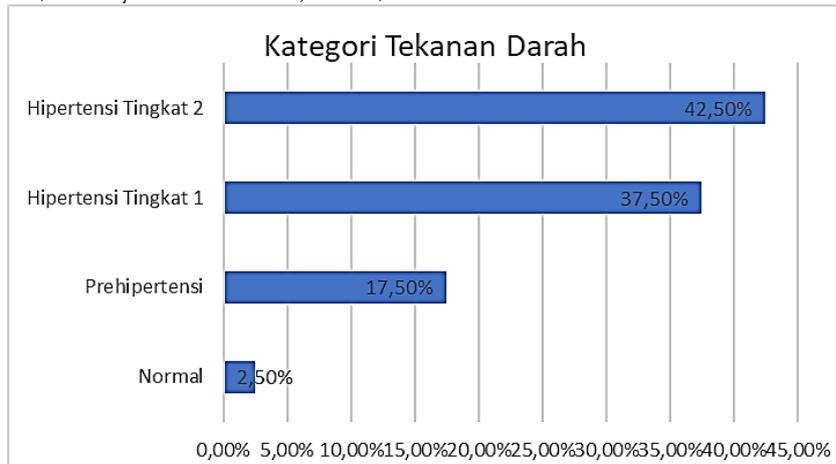
Kegiatan pemeriksaan yang dilakukan berjalan lancar yang terlihat dari antusiasme peserta saat mengikuti kegiatan yang diselenggarakan. Hasil pengolahan data hasil pemeriksaan gula darah disajikan pada Gambar 2 dan tekanan darah pada Gambar 3.



Gambar 2. Hasil pemeriksaan gula darah

Berdasarkan Gambar 2 menunjukkan bahwa lansia yang memiliki kadar gula darah rendah/hipoglikemi sebesar 5%. Kadar gula dikatakan rendah atau hipoglikemi apabila nilainya kurang dari 70 mg/dl. Kondisi tersebut dapat disebabkan oleh beberapa faktor diantaranya tidak makan sebelum pemeriksaan dilakukan, kurang memperhatikan asupan makanan, dan gangguan kesehatan lain. Lansia yang memiliki kadar gula yang rendah perlu dilakukan pemeriksaan lebih lanjut pada pelayanan kesehatan untuk mendapatkan diagnosa yang lebih akurat. Lansia yang memiliki kadar gula normal berkisar 70-110 mg/dl sebanyak 32,5%. Sedangkan, lansia yang mengalami kondisi prediabetes dengan kadar gula darah 110-199 mg/dl sebanyak 37,5%. Prediabetes merupakan kondisi dimana kadar glukosa darah lebih dari normal, tetapi belum bisa dikatakan diabetes karena belum memenuhi kriterianya. Terdapat 2 kondisi prediabetes, yaitu GDPT (Glukosa Darah Puasa Terganggu dan TGT (Toleransi Glukosa Terganggu). Data tersebut menunjukkan bahwa lansia di Dusun Sempu yang mengikuti pemeriksaan paling banyak menderita prediabetes. Jika tidak memperbaiki gaya hidup penderita prediabetes memiliki risiko lebih besar untuk berkembang menjadi diabetes melitus tipe 2. Lansia di Dusun Sempu yang memiliki kadar gula darah melebihi 200 mg/dl sebanyak 25%. Hal tersebut menunjukkan bahwa diabetes melitus menjadi permasalahan terbanyak kedua setelah prediabetes yang dialami lansia di Dusun Sempu. Beberapa faktor yang berpengaruh terhadap kejadian diabetes mellitus, antara lain yaitu umur, jenis

kelamin, status perkawinan, pekerjaan, kebiasaan makan, kebiasaan merokok, aktivitas fisik, obesitas, dan stres (Prasetyani&Sodikin, 2017).



Gambar 3. Hasil pemeriksaan tekanan darah

Berdasarkan hasil pemeriksaan tekanan darah pada Gambar 3 menunjukkan bahwa sebanyak 42,5% lansia menderita hipertensi tingkat 2, sedangkan 37,5% mengalami hipertensi tingkat 1. Selain itu, terdapat 17,5% lansia yang mengalami pre hipertensi dan hanya 2,5% lansia yang memiliki tekanan darah normal. Batasan tekanan darah normal pada orang dewasa berkisar kurang dari 120 mmHg untuk tekanan darah sistolik dan kurang dari 80 mmHg untuk tekanan darah diastolik (Saputra & Anam, 2016). Sedangkan seseorang dikatakan prehipertensi apabila tekanan darah sistolik berkisar 120 - 139 mmHg dan/atau tekanan darah diastolik 80 - 89 mmHg (Zahra & Siregar, 2023). Seseorang yang memiliki keadaan prehipertensi berisiko tiga kali lipat untuk berkembang menjadi hipertensi. Beberapa faktor risiko yang meningkatkan kejadian prehipertensi dan hipertensi diantaranya usia, jenis kelamin, genetik, gaya hidup tidak sehat (kurangnya aktivitas fisik, kebiasaan merokok, makan makanan tinggi garam, kurangnya makanan tinggi serat, konsumsi alkohol), dan stres (Kemenkes RI, 2018).

Setelah dilakukan kegiatan pemeriksaan dilanjutkan dengan penyuluhan terkait pencegahan dan pengendalian penyakit hipertensi dan diabetes melitus. Materi penyuluhan meliputi pengetahuan seputar hipertensi dan diabetes melitus, pencegahan dan pengendalian penyakit hipertensi dan diabetes mellitus, diet diabetes mellitus, serta senam kaki diabetes. Kegiatan penyuluhan yang dilakukan ditunjukkan pada Gambar 4 berikut.



Gambar 4. Penyuluhan kesehatan

Penyuluhan dilaksanakan dengan metode ceramah yang memanfaatkan presentasi menggunakan media power point. Pemilihan media power point dilakukan dengan tujuan agar peserta penyuluhan, yang sebagian besar merupakan lansia, dapat lebih mudah memahami materi yang disampaikan. Pendekatan ini sejalan dengan penelitian Haris dkk. (2019) yang menunjukkan bahwa

penggunaan media power point dalam penyuluhan kesehatan dapat berdampak positif terhadap peningkatan pengetahuan lansia.

Penyuluhan mengenai pencegahan dan pengendalian penyakit hipertensi dan diabetes mellitus berjalan dengan lancar. Peserta menunjukkan antusiasme yang tinggi selama kegiatan, terbukti dari diskusi yang interaktif antara peserta dan pemateri. Melalui kegiatan ini, masyarakat dapat lebih memperhatikan pola hidup yang lebih sehat untuk mencegah terjadinya penyakit hipertensi dan diabetes mellitus.

Simpulan

Berdasarkan kegiatan pemeriksaan dan penyuluhan penyakit hipertensi dan diabetes mellitus bagi masyarakat Dusun Sempu, Desa Wonokerto, Kecamatan Turi, Kabupaten Sleman dapat disimpulkan bahwa prevalensi hipertensi dan diabetes mellitus pada lansia di Dusun Sempu masih tinggi yaitu 97,5% dan 62,5%. Kegiatan penyuluhan yang dilakukan dapat meningkatkan pengetahuan lansia terkait pencegahan dan pengendalian penyakit hipertensi dan diabetes mellitus.

Ucapan Terima Kasih

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Lembaga Pengabdian Masyarakat Universitas Muhammadiyah Yogyakarta atas dana pengabdian yang telah diberikan dan kepada masyarakat Dusun Sempu yang telah berpartisipasi mendukung terlaksananya program pengabdian ini.

Daftar Pustaka

- Fridalni, N., Guslinda, Minropa, A., Febriyanti, & Sapardi, V. S. (2019). Pengenalan Penyakit Degeneratif. *Jurnal Abdimas Sainatika*, 1(1), 129-135. <http://dx.doi.org/10.30633/jas.v1i1.483>
- Haris, Aris, M., & Mulyadi. (2019). Peningkatan Pengetahuan Lanjut Usia melalui Pendidikan Kesehatan dengan Menggunakan Media Power Point. *Media Karya Kesehatan*, 2(2), 164-177.
- Kemkes RI. (2018). Klasifikasi Hipertensi. Direktorat P2PTM. <https://p2ptm.kemkes.go.id/infographic-p2ptm/hipertensi-penyakit-jantung-dan-pembuluh-darah/page/28/klasifikasi-hipertensi>
- Kemkes RI. (2018). Faktor Risiko Hipertensi. <https://p2ptm.kemkes.go.id/infographic-p2ptm/hipertensi-penyakit-jantung-dan-pembuluh-darah/faktor-risiko-hipertensi>
- Kemkes RI. (2019). Buku Pedoman Manajemen Penyakit Tidak Menular. https://p2ptm.kemkes.go.id/uploads/VHcrbkVobjRzUDN3UCs4eUJ0dVBndz09/2019/03/Buku_Pedoman_Manajemen_PTm.pdf
- Kemkes RI. (2021). Hipertensi Penyebab Utama Penyakit Jantung, Gagal Ginjal, dan Stroke. <https://p2ptm.kemkes.go.id/tag/hipertensi-penyebab-utama-penyakit-jantung-gagal-ginjal-dan-stroke>
- Prasetyani, D. & Sodikin. (2017). Analisis Faktor yang Mempengaruhi Kejadian Diabetes Melitus (DM) Tipe 2. *Jurnal Kesehatan*, X(2), 1-9.
- Saputra, O., & Anam, K. (2016). Gaya Hidup sebagai Faktor Risiko Hipertensi pada Masyarakat Pesisir Pantai. *Medical Journal of Lampung University*, 5(3), 118-123.
- Zahra, N., & Siregar, F. M. (2023). Prevalensi Prehipertensi dan Hipertensi pada Mahasiswa Profesi Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Riau Tahun 2020. *JKK: Jurnal Kedokteran dan Kesehatan*, 19(1), 50-64.