

Pemeriksaan Kesehatan Tentang Gula Darah Dan Tekanan Darah Sebagai Peningkatan Kualitas Kesehatan

Difran Nobel Bistara

UNUSA, nobel@unusa.ac.id

Nety Mawarada Hatmanti

UNUSA, nety.mawarada@unusa.ac.id

Pembangunan kesehatan Indonesia diarahkan guna mencapai pemecahan masalah kesehatan untuk hidup sehat bagi setiap penduduk agar dapat mewujudkan derajat kesehatan yang optimal. Masalah kesehatan dapat dipengaruhi oleh pola hidup, pola makan, lingkungan kerja, olahraga dan stress. Perubahan gaya hidup terutama di kota-kota besar menyebabkan meningkatnya prevalensi penyakit (Waspadji dkk, 2015). Pada kondisi-kondisi tertentu pemeriksaan glukosa darah dan tekanan darah menjadi sangat penting untuk dilakukan dengan segera. Misalnya saja pada pasien dengan kondisi kritis, dimana gula darah dan tekanan darah pasien dapat dengan cepat berubah akibat stress maupun medikasi. Pada pasien-pasien tersebut dibutuhkan analisis glukosa yang cepat untuk mempertahankan kontrol glikemik yang ketat (Holtzinger *et al.*, 2013).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan di Masjid Ahmad Yani Surabaya didapat data yang menyimpang terkait dengan pola makan dan pola hidup di masyarakat sekitar masjid. Hasil observasi dan wawancara pada jamaah masjid dan warga sekitar masjid menyatakan bahwa banyak warga dan jamaah masjid tidak mengetahui tanda-tanda gejala semisal kencing manis, kolesterol dan asam urat. Permasalahan yang sering diderita menurut wawancara adalah hipertensi, asam urat, parkinson, kanker payudara, asma dll.

Berdasarkan analisis situasi yang didukung dalam hasil pengkajian dari salah satu pengurus Masjid Ahmad Yani Surabaya bahwa di masjid tersebut belum pernah dilakukan pengontrolan dan pengecekan gula darah, asam urat dll. Maka kami sebagai tim berencana untuk memberikan pengetahuan dan mengajarkan Pola Hidup yang baik dan Sehat sebagai upaya untuk meningkatkan kualitas kesehatan jamaah masjid dan warga sekitar masjid yang ada di Masjid Ahmad Yani Surabaya sehingga menurunkan terjadinya berbagai macam penyakit yang ada di masjid dan masyarakat sekitarnya.

Kegiatan yang dilakukan dalam pengabdian masyarakat ini berupa intervensi pendidikan kesehatan berupa pengecekan gula darah.

Kata Kunci : Pemeriksaan, Kesehatan, Gula Darah, Tekanan Darah

Abstract

Indonesia's health development is directed to achieve health problem solving for healthy living for every citizen in order to realize optimum health status. Health problems can be affected by lifestyle, diet, work environment, exercise and stress. Lifestyle changes especially in big cities lead to an increased prevalence of disease (Waspadji et al, 2015). Under certain conditions blood glucose and blood pressure tests become very important to do immediately. For example, in patients with critical conditions, where blood sugar and blood pressure patients can quickly change due to stress and medication. In such patients rapid glucose analysis is required to maintain tight glycemic control (Holtzinger et al., 2013).

Based on the results of preliminary study at Masjid Ahmad Yani Surabaya, it is found that deviated data related to diet and lifestyle in the community around the mosque. The results of observations and interviews in mosque congregations and residents around the mosque states that many residents and mosques do not know the signs of symptoms such as diabetes, cholesterol and gout. Problems that are often suffered according to the interview are hypertension, gout, Parkinson's, breast cancer, asthma etc.

Based on the analysis of the situation supported in the assessment of one of the board of Ahmad Yani Mosque Surabaya that in the mosque has never been done control and check blood sugar, uric acid etc .. So we as a team plan to provide knowledge and teach a good and healthy lifestyle as an effort to improve the health quality of mosque worshipers and residents around the mosque in Masjid Ahmad Yani Surabaya, thus reducing the occurrence of various diseases that exist in the mosque and surrounding society.

The community service in the form of health education intervention in the form of checking blood sugar.

Password : The examination , Blood Glucose, Blood Preesure

PENDAHULUAN

Bukan menjadi rahasia umum lagi bahwa kehidupan di pesantren mengesampingkan masalah pola makan dan pola hidup sehari – harinya. Di sana para santri hidup bersama dengan orang banyak, bercampur baur dengan berbagai macam kepribadian yang berbeda dan masyarakat sekitarnya. Ada diantara mereka yang mempunyai penyakit bawaan yang menular dan berbahaya bagi kesehatan tetapi mereka tidak mengetahuinya, sehingga mereka dapat tertular yang akan mengakibatkan semuanya menderita penyakit yang sama (Susanti, 2013).

Pada kenyataannya kesehatan merupakan asset masa depan dan merupakan modal terciptanya hidup yang sejahtera. Agar status kesehatan dapat diraih, perlu dilakukan upaya pencegahan penyakit dengan mengurangi atau menghilangkan faktor resiko penyakit, diantaranya pada tingkat pertama adalah melakukan pengontrolan dan pengecekan gula darah, asam urat dan kolesterol. Pengecekan ini hendaknya dilaksanakan oleh seluruh masyarakat yang ada di berbagai tempat atau tataran Masjid Ahmad Yani Surabaya (Risksdas, 2013).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan di Masjid Ahmad Yani Surabaya didapat data yang menyimpang terkait dengan pola makan dan pola hidup di masyarakat sekitar pondok. Hasil observasi dan wawancara pada jamaah dan warga sekitar masjid menyatakan bahwa banyak warga dan jamaah tidak mengetahui tanda-tanda gejala semisal tekanan darah tinggi, kencing manis, kolesterol dan asam urat. Permasalahan yang sering diderita menurut wawancara adalah hipertensi, asam urat, parkinson, kanker payudara, asma dll. Warga sekitar masjid belum pernah melakukan pengecekan kesehatan seperti cek gula darah, asam urat dan kolesterol. Sehingga perilaku mereka cenderung masih kurang baik dalam pola hidup yang sehat.

Dari uraian di atas faktor pengetahuan di masjid sangatlah berpengaruh pada pola hidup yang sehat, karena di masjid tersebut belum pernah ada pengecekan gula darah, tekanan darah, asam urat dll secara berkala..

GAMBARAN UMUM MASYARAKAT SASARAN

Masjid Ahmad Yani Surabaya terletak di Jl. Tegal Mulyorejo Baru No. 80-81 Surabaya tepatnya berada di tengah-tengah kampung atau lingkungan masyarakat desa. Sejak masjid itu didirikan tepatnya pada tahun 1987, banyak perubahan yang dialami oleh masyarakat sekitar, yang meliputi segala bidang baik dalam bidang agama, pendidikan maupun ekonomi masyarakat. Kehidupan masyarakat desa sebelum adanya

masjid Ahmad Yani ini, masyarakat sekitar belum mengenal islam secara keseluruhan, masjid-masjid masih sepi dari jama'ah sholat, dan belum terdapat kegiatan keislaman secara menyeluruh pada lingkungan masyarakat. Tetapi setelah masjid ini ada, secara berangsur-angsur kehidupan masyarakat yang dulu sudah mulai berubah menjadi lebih baik.

Kegiatan yang rutin dilakukan selama di Masjid adalah kegiatan keagamaan seperti kajian rutin mingguan dan TPA. Penyuluhan tentang kesehatan hanya diadakan jika ada mahasiswa yang kebetulan praktik di wilayah Masjid Ahmad Yani Surabaya, sehingga menurut pengurus, pemberian pengetahuan terutama tentang berbagai hal yang berhubungan dengan penyakit dan pengobatan sangat jarang, padahal jika sudah lansia persepsi mereka banyak sekali keluhan yang dirasakan. *Screening* pemeriksaan tentang kadar gula darah dan tekanan darah juga jarang dilakukan, dikarenakan para pengurus tidak bisa melakukan secara mandiri

METODE

Pengabdian masyarakat ini dilakukan dengan tiga tahap yaitu pra kegiatan (survey lokasi dan analisis situasi), Kedua adalah pelaksanaan kegiatan yaitu dengan melakukan pendaftran, pemeriksaan berat badan, tekanan darah dan glukosa darah. Ketiga post kegiatan merupakan tahap akhir kegiatan pengabdian kepada masyarakat adalah evaluasi dan pembuatan laporan. Dalam tahap evaluasi, tim merekap hasil pemeriksaan gula darah dan tekanan darah yang telah dilakukan sehingga tim akan mengetahui tentang resiko terjadinya penyakit akibat gula darah yang tinggi di masyarakat di sekitar atau jamaah Masjid. Instrumen evaluasi yang dipakai oleh tim berbentuk hasil pemeriksaan. Indikator dari penilaian mencakup tentang tingkat kadar gula darah yang terbagi atas: Rendah, normal dan tinggi. Tingkat tekanan darah yang terbagi atas: Rendah, Normal, Tinggi. Populasi dalam pengabdian masyarakat ini adalah masyarakat yang tinggal di sekitar Masjid A. Yani. Sampel dalam pengabdian masyarakat ini adalah warga yang datang ke masjid dan mendaftarkan diri. Tehnik pengumpulan yaitu dengan membuat pos pemeriksaan dan masyarakat datang mendaftar kemudian dilakukn pemeriksaan

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil yang dicapai dari pelaksanaan kegiatan program pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan dalam bentuk pendataan dan pemeriksaan kesehatan gula darah. Berikut ini merupakan gambaran umum responden.

a. Distribusi responden berdasarkan usia

Tabel 1 Distribusi responden berdasarkan usia

No	Usia(th)	Jumlah	(%)
1	< 45	12	15,8
2	45-55	23	30,3
3	>55	41	53,9

Berdasarkan tabel 1 didapatkan hasil bahwa responden yang paling banyak adalah usia >55 Tahun yaitu sebesar 41 responden (54%).

b. Distribusi pemeriksaan gula darah terhadap responden

Tabel 2 Distribusi pemeriksaan gula darah terhadap responden

No	Gula Darah Sewaktu	Jumlah	(%)
1	<110 (Normal)	40	52,6
2	110-199 (Pre Diabetes)	24	31,6
3	≥ 200 (Diabetes)	12	15,8

Berdasarkan tabel 5.2 didapatkan hasil bahwa gula darah sewaktu responden yang paling banyak adalah < 110 (Normal) yaitu sebanyak 40 responden (52,6%).

c. Distribusi pemeriksaan tekanan darah terhadap responden

Tabel 3 Distribusi pemeriksaan tekanan darah terhadap responden

No	Gula Darah Sewaktu	Jumlah	(%)
1	<110/70 mmHg (Rendah)	7	9,2
2	110/70-120/80 mmHg (Normal)	25	32,9
3	> 120/80 mmHg (Tinggi)	44	57,9

Berdasarkan tabel 3 didapatkan hasil bahwa gula darah sewaktu responden yang paling banyak adalah > 120/80 mmHg (Tinggi) yaitu sebanyak 44 responden (57,9%).

Luaran yang dicapai dari kegiatan pengabdian masyarakat tentang “pemeriksaan kesehatan gula darah dan tekanan darah sebagai peningkatan kualitas kesehatan di Masjid Ahmad Yani Surabaya” adalah sebagai berikut:

1. Peningkatan pemeriksaan kesehatan gula darah.
2. Peningkatan pemeriksaan tekanan darah

3. Peningkatan pengetahuan responden tentang bahaya penyakit diabetes mellitus dan hipertensi.
4. Publikasi ilmiah di jurnal.

KESIMPULAN

Pemeriksaan kesehatan gula darah dan tekanan darah di Masjid Ahmad Yani Surabaya bertujuan untuk meningkatkan kesehatan responden, meningkatkan pengetahuan responden tentang bahaya diabetes mellitus.

1. Responden yang paling banyak adalah usia >55 Tahun yaitu sebanyak 41 responden (54%).
2. Responden yang melakukan pemeriksaan gula darah sewaktu paling banyak dengan hasil < 110 (Normal) yaitu sebanyak 40 responden (52,6%).
3. Responden yang melakukan pemeriksaan tekanan darah paling banyak dengan hasil >120/80 mmHg (Tinggi) yaitu sebanyak 44 responden (57,9%).

Oleh karena itu diperlukan peran aktif kader dan tenaga kesehatan dalam pemeriksaan gula darah sehingga terjadi peningkatan derajat kesehatan warga, perlu adanya pelatihan-pelatihan penunjang bagi kader masjid dalam pelaksanaan senam diabetes dan senam hipertensi sehingga pencegahan dan penatalaksanaan penyakit diabetes dan hipertensi dapat dilakukan, peningkatan peran aktif masyarakat dalam pelaksanaan senam diabetes dan senam hipertensi.

REFERENSI

- Azizah, Lilik Ma'rifatul. (2011). *Keperawatan Lanjut Usia*. Edisi 1. Yogyakarta : Graha Ilmu
- Badan POM. (2015). *Materi Edukasi tentang Peduli Obat dan Pangan Aman*.
- Gerakan nasional Peduli Obat dan Pangan Aman : Badan POM
- Infodatin Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan RI. (2016). *Situasi Lanjut Usia (Lansia) di Indonesia : 29 Mei Hari lanjut Usia*. Kementerian Kesehatan RI
- Kementerian Kesehatan RI. (2013). *Buletin Jendela Data dan Informasi Kesehatan*. Semester I. Diakses dari website www.depkes.go.id pada tanggal 10 Mei 2018 pukul 13.00 WIB