

Pemeriksaan Tekanan Darah dan Kadar Gula Darah di Padukuhan Karanganom, Desa Sitimulyo, Kabupaten Bantul

Sri Tanjung Saroyo Herry Soetjipto^{1*}, Wayan Tirna Novitasari², Agus Budhyana³, Nur Aulya Indah Cahyani⁴, Nisia Julin Balan⁵, Desi Kurniasari⁶, Putri Ratu⁷, Alfelyus Babu Mahuze⁸, Solaahuddin Al Ayyuby⁹, Soepri Tjahjono Moedji Widodo¹⁰

^{1*}Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Respati Yogyakarta, tanjungshs@gmail.com

²Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Respati Yogyakarta, wayantiranovitasari2411@gmail.com

³Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Respati Yogyakarta, buditms155@gmail.com

⁴Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Respati Yogyakarta, nuraulyaindahcahyani@gmail.com

⁵Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Respati Yogyakarta, julinnesya@gmail.com

⁶Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Respati Yogyakarta, desiikurnia17@gmail.com

⁷Fakultas Ilmu Sosial Dan Ekonomi Universitas Respati Yogyakarta, ratubulqist0203@gmail.com

⁸Fakultas Ilmu Sosial Dan Ekonomi Universitas Respati Yogyakarta, luckymahuze@gmail.com

⁹Fakultas Sains dan Teknologi Universitas Respati Yogyakarta, solahudinalay@gmail.com

¹⁰Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Respati Yogyakarta, soepritj@respati.ac.id

*penulis korespondensi

ABSTRAK

Pengabdian masyarakat merupakan tri dharma perguruan tinggi, yang berperan penting dalam meningkatkan kemakmuran, kesejahteraan dan meningkatkan kemajuan desa. Pengabdian masyarakat dilakukan di Padukuhan Karanganom, Sitimulyo, Kabupaten Bantul. Kegiatan pengabdian masyarakat berupa pemeriksaan kesehatan dan konseling gizi pada lansia yang dilaksanakan secara gratis. Pemeriksaan kesehatan dilakukan dengan tujuan mengetahui status kesehatan, memantau perjalanan penyakit yang diderita serta mengetahui perkembangan penyakit yang diderita sebelum menyebabkan komplikasi. Pemeriksaan kesehatan berupa pemeriksaan tekanan darah, kadar gula darah, serta konseling gizi. Berdasarkan hasil capaian pelaksanaan kegiatan, jumlah peserta yang berpartisipasi dalam kegiatan ini berjumlah 25 orang, dengan hasil pemeriksaan, didapat peserta yang mengalami tekanan darah mayoritas pada kategori prahipertensi dan kadar gula darah paling banyak dalam kategori normal.

Kata Kunci: Tekanan Darah; Kadar Gula darah; Pemeriksaan Kesehatan; Pengabdian Masyarakat; Karanganom

ABSTRACT

Community service is the tri dharma of higher education, which plays an important role in increasing prosperity, welfare and improving village progress. Community service was carried out in Padukuhan Karanganom, Sitimulyo, Bantul district. Community service activities in the form of health checks and nutritional counseling for the elderly are carried out free of charge. Health checks are carried out with the aim of knowing health status, monitoring the course of the illness and knowing the progress of the disease before it causes complications. Health checks in the form of blood pressure checks, blood sugar levels, and nutritional counseling. Based on the results of the implementation of the activity, the number of participants who participated in this activity amounted to 25 people, with the results of the examination, it was found that participants who experienced blood pressure were predominantly in the prehypertension category and blood sugar levels were mostly in the normal category.

Keywords: Blood Pressure; Blood Sugar Level; Health Check-up; Community Service; Karanganom

1. PENDAHULUAN

Pengabdian masyarakat merupakan tri dharma perguruan tinggi, sebagaimana tertuang dalam Undang-Undang Nomor 20 Tahun 2003 tentang sistem Pendidikan Pasal 20 yang menyatakan bahwa perguruan tinggi berkewajiban menyelenggarakan penelitian dan pengabdian masyarakat. Perguruan tinggi berperan penting dalam meningkatkan kemakmuran, kesejahteraan dan meningkatkan kemajuan desa. Dalam pelaksanaannya, pengabdian masyarakat harus memberikan kebermanfaatannya langsung bagi masyarakat. Pengabdian masyarakat dilakukan di Padukuhan Karangnom, Sitimulyo, Kabupaten Bantul. Kegiatan pengabdian masyarakat berupa pemeriksaan kesehatan dan konseling gizi pada lansia yang dilaksanakan secara gratis.

Lanjut usia adalah seseorang yang telah mencapai usia 60 (enam puluh) tahun keatas [8]. Dalam rangka mencegah dan memelihara kesehatan masyarakat khususnya lansia, maka perlu dilakukan pemeriksaan kesehatan secara berkala. Pemeriksaan kesehatan dilakukan dengan tujuan mengetahui status kesehatan, memantau perjalanan penyakit yang diderita serta mengetahui perkembangan penyakit yang diderita sebelum menyebabkan komplikasi. Dalam pengabdian masyarakat ini, target pemeriksaan kesehatan yang akan dilakukan yaitu pengukuran tekanan darah dan kadar gula darah. Hasil wawancara dengan kader posyandu lanisa di padukuhan karanganom tercatat dari 109 lansia banyak lansia yang menderita hipertensi dan diabetes melitus. Selain itu beberapa pra lansia juga memiliki faktor resiko yang dapat memicu kedua penyakit tersebut. Berdasarkan studi literatur, hipertensi dan diabetes melitus merupakan penyakit yang paling banyak diderita oleh masyarakat Yogyakarta [2]. Mencegah lebih baik daripada mengoati, dengan mencegah resiko penyakit sedini mungkin maka dapat mencegah permasalahan kesehatan lebih lanjut [1].

Peningkatan tekanan darah yang berlangsung dalam jangka waktu lama (persisten) dapat menimbulkan kerusakan pada ginjal (gagal ginjal), jantung (penyakit jantung koroner) dan otak (menyebabkan stroke) bila tidak dideteksi secara dini dan mendapat pengobatan yang memadai [6]. Hipertensi menjadi penyakit yang paling banyak ditemui diantara penyakit kardiovaskuler lainnya [9]. Hipertensi merupakan faktor risiko utama untuk morbiditas dan mortalitas kardiovaskular. Hipertensi mempercepat proses aterosklerosis pada arteri koroner, otak, dan ginjal,serta meningkatkan beban kerja jantung [7]. Sehingga beresiko terjadinya infark miokard, stroke, gagal ginjal, dan gagal jantung kongestif. Hipertensi merupakan penyakit yang dapat mempengaruhi sekresi insulin pada pankreas sehingga dapat meningkatkan produksi kadar gula dalam darah. Kadar gula darah yang tidak terkontrol dapat sebagai pemicu penyakit diabetes.

Diabetes adalah penyakit menahun (kronis) berupa gangguan metabolik yang ditandai dengan kadar gula dara yang melebihi batas normal [5]. Diabetes Melitus adalah penyakit yang ditandai dengan terjadinya hiperglikemia dan gangguan metabolisme karbohidrat, lemak, dan protein yang dihubungkan dengan kekurangan secara absolut atau relatif dari kerja dan atau sekresi insulin [3]. Seseorang dikatakan menderita diabetes apabila pada pemeriksaan darah dari pembuluh darah halus (kapiler) glukosa darah lebih dari 120 mg/dL pada keadaan puasa dan/atau lebih dari 200 mg/dL untuk 2 jam setelah makan [4]. Berdasarkan uraian diatas, maka perlu dilakukan kegiatan penanggulangan penyakit tidak menular terkait hipertensi dan diabetes dalam rangka memelihara kesehatan masyarakat khususnya pada lansia dan masyarakat beresiko.

2. PERMASALAHAN MITRA

Padukuhan karanganon memiliki jumlah lansia 109 jiwa. Berdasarkan hasil observasi dan wawancara kegiatan posyandu lansia yang rutin dilakukan setiap 2 minggu sekali, tercatat masih banyak

lansia yang tidak ikut serta dalam kegiatan tersebut berkaitan dengan jarak rumah, kondisi kesehatan yang tidak memungkinkan, dan lain-lain.

Menurut data hasil posyandu lansia dan penanggulangan penyakit tidak menular di padukuhan Karanganom tercatat banyak lansia yang menderita tekanan darah tinggi dan sebagian lainnya penderita diabetes serta memiliki beresiko mengalami kedua penyakit tersebut karena faktor keturunan dan faktor pemicu lainnya. Namun, pengobatan dan penanganan permasalahan hipertensi dan diabetes melitus di posyandu tidak secara signifikan diberikan, kader posyandu lansia hanya memantau permasalahan kesehatan lansia melalui pemeriksaan umum yang dilakukan setiap 2 minggu sekali.

Dari latar belakang permasalahan diatas, di padukuhan Karanganom, sitimulyo, Bantul akan dilakukan kegiatan pengabdian masyarakat berupa pemeriksaan kesehatan dan konseling gizi pada para lansia dengan tujuan untuk membantu menanggulangi penyakit tidak menular (hipertensi dan diabetes) di padukuhan serta mencegah perburukan penyakit.

3. METODE PELAKSANAAN

Rancangan pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat di padukuhan Karanganom dibagi dalam 3 tahapan yaitu survey, persiapan, dan pelaksanaan:

a. Tahap survey

Pada tahap ini dilakukan survey sasaran atau populasi target. Kegiatan survey dan wawancara kegiatan diadakan pada 26 juni 2022. Berdasarkan data hasil observasi dan wawancara dengan kader posyandu lansia didapatkan 25 target lansia yang akan dilakukan pemeriksaan kesehatan. Setelah menetapkan target sasaran selanjutnya dilakukan survey tempat untuk pelaksanaan pemeriksaan kesehatan. Tempat yang dipilih harus representative dan memungkinkan untuk dijangkau kelompok target Padukuhan Karanganom.

b. Tahap Persiapan

Tahap persiapan dimulai tanggal 30 juni 2022. Pada tahap ini dilakukan persiapan alat yang akan digunakan untuk pemeriksaan gratis seperti tensimeter digital dan glukometer *easy touch* GCU. Dipersiapkan pula, meja skrining, cek tekanan darah, kadar gula darah dan konsultasi gizi serta Pemberian bingkisan berupa masker, handsanitizer, dan vitamin C yang akan dibagikan pada kelompok sasaran setelah selesai pemeriksaan.

c. Tahap Pelaksanaan

Kegiatan pemeriksaan kesehatan dilaksanakan pada hari pada hari sabtu 2 Juli 2022. Sebelum melakukan pemeriksaan kesehatan, peserta melakukan registrasi dan mengisi presensi kehadiran, selanjutnya peserta melakukan skrining kesehatan yang didampingi oleh mahasiswa kesehatan. Setelah skrining, peserta melakukan pemeriksaan kesehatan tekanan darah dan kadar gula darah. Setelah mendapatkan hasil pemeriksaan, peserta diarahkan untuk konsultasi mengenai kondisi atau keluhan yang dialami 1 minggu terakhir dan diberikan konsultasi mengenai diet dan pemenuhan gizi yang sesuai dengan kondisi kesehatan dan hasil pemeriksaan kesehatan. Diakhir sesi, peserta mendapatkan bingkisan yang berupa masker, handsanitizer, dan Vitamin C.

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan di Padukuhan Karanganom Desa Sitimulyo Kabupaten Bantul DIY pada hari sabtu tanggal 2 Juli 2022 pukul 10:00 WIB. Kegiatan ini diikuti oleh 25 responden yang terdiri dari lansia dan pra lansia yang memiliki riwayat dan beresiko mengalami permasalahan kesehatan hipertensi dan diabetes melitus. Kegiatan ini diikuti oleh masyarakat dengan

antusias dalam melakukan pemeriksaan kesehatan dan konsultasi kesehatan terkait penyakit serta keluhan yang dialami peserta.

Selama pelaksanaan kegiatan, peserta mengikuti instruksi dan arahan dari panitia dengan tertib sehingga pelaksanaan kegiatan berjalan dengan lancar. Pemeriksaan kesehatan dimulai dengan pengecekan tekanan darah dan kadar gula darah. Dilanjutkan konsultasi mengenai keluhan dan konseling pemenuhan gizi terkait kondisi yang dialami peserta. Peserta tampak antusias dalam sesi konsultasi pemenuhan gizi seimbang, beberapa dari peserta menanyakan diet yang tepat dan jadwal makanan yang sebaiknya dikonsumsi sesuai dengan kondisi kesehatannya, Dari hasil pemeriksaan yang telah dilakukan, diperoleh data sebagai berikut:

Tabel 1. Tekanan darah dan kadar gula darah

Parameter		Jumlah (n)	Presentase (%)
Tekanan darah	Normal	5	20
	Pre-hipertensi	11	44
	Hipertensi tingkat I	7	28
	Hipertensi tingkat II	2	8
Kadar gula darah	Normal	17	68
	Tinggi	8	32

Pada tabel diatas dapat dilihat bahwa tekanan darah peserta paling banyak pada kategori prehipertensi sebanyak 11 orang (44%) sedangkan untuk kadar gula darah didapatkan presentase paling banyak pada kategori normal yaitu 17 orang (68%). Hasil ini menunjukkan bahwa masyarakat Padukuhan Karanganom banyak yang mengalami tekanan darah tinggi dan beresiko mengalami penyakit hipertensi.

Faktor risiko hipertensi merupakan kebiasaan individu yang lebih umum dialami oleh penderita daripada orang lain yang normal. Atribut individu tersebut dapat berupa umur, jenis kelamin, atau riwayat penyakit tertentu. Sedangkan kebiasaan yang dapat menjadi faktor risiko dapat berupa kebiasaan merokok, penyalahgunaan narkoba, asupan makanan, dan kebiasaan olahraga [10]. Upaya yang harus dilakukan masyarakat adalah mengurangi faktor resiko salah satunya memodifikasi gaya hidup seperti menjaga pola makan, rutin melakukan aktivitas fisik, istirahat cukup serta melakukan pengecekan kesehatan rutin secara berkala sebagai upaya pemantauan kesehatan.

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dapat dijadikan sebagai upaya dalam hal pencegahan dan mengurangi resiko komplikasi penyakit khususnya penyakit hipertensi dan diabetes melitus. Melalui kegiatan ini diharapkan masyarakat Padukuhan Karanganom lebih memperhatikan kondisi kesehatannya dan lebih menerapkan gaya hidup sehat.



Gambar 1. Dokumentasi kegiatan pemeriksaan kesehatan



Gambar 2. Dokumentasi kegiatan pemeriksaan kesehatan



Gambar 3. Dokumentasi kegiatan pemeriksaan kesehatan

5. KESIMPULAN

Kegiatan pemeriksaan kesehatan sebagai bentuk pengabdian kepada masyarakat ini berjalan dengan baik dan lancar. Berdasarkan hasil capaian pelaksanaan kegiatan, jumlah peserta yang berpartisipasi dalam kegiatan ini berjumlah 25 orang, dengan hasil pemeriksaan, didapat peserta yang mengalami tekanan darah mayoritas pada kategori prahipertensi (44%) dan kadar gula darah paling banyak dalam kategori normal (68%). Melalui kegiatan ini diharapkan masyarakat khususnya lansia dapat lebih memperhatikan kesehatannya. Bagi pengabdian masyarakat selanjutnya perlu untuk

memberikan pendidikan kesehatan mengenai penyakit hipertensi dan diabetes melitus. Melalui pengabdian masyarakat ini diharapkan ketua padukuhan beserta kader posyandu lansia Padukuhan Karanganom dapat lebih memperhatikan kesehatan dan kesejahteraan lansianya dengan memberikan pemeriksaan kesehatan rutin di posyandu lansia untuk memantau kesehatan para lansia.

DAFTAR PUSTAKA

- (1) Abiyoga, A., Meihariati, T. Promosi dan Manfaat Pemeriksaan Kesehatan; 2020. <http://download.garuda.kemdikbud.go.id/article.php?article=2334127&val=22454&title=Promosi%20dan%20Manfaat%20Pemeriksaan%20Kesehatan> (diakses pada 18 Juli 2022)
- (2) Dinkes D. I. Yogyakarta. Profil Kesehatan DIY. Yogyakarta: Dinkes; 2020. Available from: <https://www.dinkes.jogjaprov.go.id/download/download/113> diakses 18 juli 2022
- (3) Fatimah, R. N. Diabetes melitus tipe 2. *Jurnal Majority*, 4(5); 2015.
- (4) Fransisca, K. *Awas Pankreas Rusak Penyebab Diabetes*. Jakarta: Penerbit Cerdas Sehat; 2012.
- (5) Kemenkes RI. *Pusat Data dan Informasi Kementrian Kesehatan RI Tetap Produktif, cegah, dan Atasi Diabetes Melitus*. Jakarta: Kemenkes RI; 2018.
- (6) Kemenkes RI. *Pusat Data dan Informasi Hipertensi*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI; 2014.
- (7) Lubis, S. A., & Amin, M. Perbandingan Tekanan Darah Sistolik Dan Diastolik Sebelum Dan Sesudah Begadang Pada Security Di Perumahan J-City Medan Johor. *Jurnal Penelitian Keperawatan Medik*, 1(1); 2018. 57-63.
- (8) Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 25 Tahun 2016 Tentang Rencana Aksi Nasional Kesehatan Lanjut Usia Tahun 2016-2019
- (9) Pikir & Budi, S. *Hipertensi Manajemen Komprehensif*. Surabaya: Airlangga Press; 2015
- (10) Yudha, B. L dkk. Klasifikasi Risiko Hipertensi Menggunakan Metode Neighbor Weighted KNearest Neighbor (NWKNN). *Jurnal Pengembangan Teknologi Informasi dan Ilmu Komputer*. Vol. 2 No. 2; 2018. p. 897-904