

Peningkatan Pengetahuan dan Skrining Penyakit Tidak Menular sebagai Upaya Deteksi Dini Diabetes Melitus dan Hipertensi pada Masyarakat Sekitar Sekolah Alam Lampung, Kabupaten Lampung Selatan

Jhons Fatriyadi Suwandi¹, Ety Apriliana¹, Hanna Mutiara¹, Betta Kurniawan¹, Juspeni Kartika^{1,2}

¹Fakultas Kedokteran Universitas Lampung

²Rumah Sakit Umum Daerah dr. H. Abdul Moeloek Provinsi Lampung

Abstrak

Diabetes melitus dan hipertensi masih menduduki peringkat 5 besar PTM di Indonesia. Angka kejadian PTM di Indonesia terus meningkat dari tahun ke tahun. Berdasarkan data riskesdas tampak bahwa kepatuhan dalam pengobatan, pemeriksaan rutin dan berbagai metode pengendalian masih sangat rendah untuk dilakukan. Berdasarkan analisis situasi disusun tujuan pengabdian untuk menyelesaikan permasalahan, yaitu untuk meningkatkan pengetahuan dan melakukan skrining penyakit tidak menular sebagai upaya deteksi dini DM dan Hipertensi pada masyarakat. Sasaran dalam kegiatan ini adalah masyarakat yang bertempat tinggal di sekitar Sekolah Alam Lampung, Kabupaten Lampung Selatan. Untuk menjawab permasalahan dan memenuhi tujuan pengabdian tersebut maka metode yang dilakukan pada kegiatan pengabdian ini adalah penyuluhan dan deteksi dini kadar gula darah sewaktu dan tekanan darah pada peserta penyuluhan. Berdasarkan data hasil pengamatan peningkatan pengetahuan secara umum setelah penyuluhan, Sebagian besar peserta paham pentingnya PATUH untuk penderita PTM dan CERDIK untuk yang belum menderita PTM. Pada skrining pemeriksaan gula darah ditemukan adanya kadar gula darah lebih dari 150 mg/dl pada 11,1% peserta dan peningkatan tekanan darah pada 44,4% peserta.

Kata kunci: Diabetes Melitus, Lansia, Hipertensi, Penyakit Tidak Menular, Edukasi

Korespondensi: Dr. dr. Jhons Fatriyadi Suwandi, M.Kes., Sp.Par.K I Bagian Mikrobiologi dan Parasitologi Fakultas Kedokteran Universitas Lampung I Email : jhons.fatriyadi@fk.unila.ac.id ; yadisuwandi04@gmail.com

PENDAHULUAN

Diabetes Melitus (DM) dan Hipertensi merupakan salah satu penyakit tidak menular yang menjadi prioritas untuk ditanggulangi. Penyakit tidak menular menjadi salah satu penyebab kematian sebesar 71% didunia, yang Sebagian besar (85%) terjadi pada negara *low-middle income countries*. Hal ini sejalan dengan hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2007, 2013, dan 2018 yang menunjukkan kecenderungan peningkatan prevalensi PTM seperti diabetes, hipertensi, stroke, dan penyakit jantung.¹

Diabetes melitus dan hipertensi masih menduduki peringkat 5 besar PTM di Indonesia, yang tidak hanya ditemukan pada usia lansia namun dapat juga pada usia produktif. Ada faktor resiko yang mendukung munculnya berbagai PTM seperti obesitas, kurang aktivitas fisik, merokok dan kurang makan sayur dan

buah menjadikan PTM semakin meningkat prevalensinya.²⁻⁴

Berdasarkan Riskesdas tahun 2018 di Provinsi Lampung prevalensi DM berdasarkan diagnosis dokter sebesar 1% yang Sebagian besar diderita oleh para lansia. Prevalensi DM pada kelompok umur diatas 15 tahun lebih tinggi yaitu 1,4%. Apabila dilihat dari jenis pengobatan tampak bahwa 6,5% diantaranya masih tidak mendapat pengobatan, dengan kepatuhan pengobatan hanya 90,78%. Alasan yang dikemukakan dari penderita untuk tidak minum obat sebesar 40,63% adalah merasa sudah sehat dan 17,78% mengatakan lupa makan obat. Jika dilihat proporsi jenis pengendalian yang dilakukan oleh penderita DM maka tampak hanya 85,5% yang mengatakan perlunya pengaturan makanan dan hanya 50,2% yang mengatakan jenis pengendaliannya adalah olah raga. Jika melihat dari kerutinan dalam memeriksa kadar gula

darah tampak hanya 0,9% yang rutin melakukan pemeriksaan darah, dan 89,0% tidak pernah.⁵

Berdasarkan angka-angka pada Risesdas tersebut tampak bahwa masih sangat diperlukan adanya peningkatan pengetahuan masyarakat akan kepatuhan makan obat, pengendalian dan pencegahan DM. Kepatuhan makan obat merupakan kunci pengendalian penyakit tidak menular seperti DM ini. Konsep PATUH pada pengendalian terpadu penyakit tidak menular (Pandu PTM) menjadi hal penting yang harus di tanamkan pada penderita DM. Konsep PATUH sendiri terdiri dari P (Pemeriksaan Kesehatan Rutin), A (Atasi dengan pengobatan yang teratur) T (Tetap diet sehat gizi seimbang), U (Upayakan aktivitas fisik) dan H (Hindari Rokok, alcohol dan zat karsinogenik).³

Prilaku sehat yang dilakukan masyarakat dalam pengendalian PTM sangat didukung oleh tingkat pemahaman dan sikap masyarakat akan hal tersebut. Pada PTM prilaku masyarakat yang baik akan berimbang pada banyak hal seperti mencegah komplikasi lanjut PTM, dan mendeteksi dini PTM. Perubahan prilaku merupakan suatu proses yang dinamis dan berlangsung secara berkelanjutan. Adanya peningkatan pengetahuan akan menyebabkan perubahan sikap yang positif sehingga pada akhirnya akan menimbulkan perubahan prilaku.^{6,7}

Salah satu program pemerintah yang sudah lama di canangkan dan masih relevan adalah konsep Prilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS). PHBS merupakan upaya untuk mengoptimalkan peran masyarakat dalam mencegah timbulnya penyakit. Sasaran utama PHBS adalah prilaku pada Tatanan Rumah Tangga, sekolah, tempat umum, perkantoran dan tempat-tempat lainnya.

Berdasarkan analisis situasi yang telah disampaikan, maka permasalahan yang dapat diidentifikasi adalah penyakit DM dan PTM pada umumnya merupakan salah satu masalah yang perlu melibatkan peran masyarakat dalam pengendaliannya.

Peningkatan pengetahuan dalam mencegah dan mengendalikan PTM khususnya DM melalui konsep PATUH harus selalu di lakukan di masyarakat. Upaya promotif dan preventif menjadi hal penting dalam pengendalian terpadu PTM. Untuk menyelesaikan permasalahan tersebut, maka disusun tujuan kegiatan pengabdian yaitu untuk meningkatkan pengetahuan dan melakukan skrining penyakit tidak menular sebagai upaya deteksi dini DM dan Hipertensi pada masyarakat.

METODE PENGABDIAN

Sasaran dalam kegiatan ini adalah masyarakat yang bertempat tinggal di sekitar Sekolah Alam Lampung, Kabupaten Lampung Selatan. Untuk menjawab permasalahan dan memenuhi tujuan pengabdian tersebut maka metode yang dilakukan pada kegiatan pengabdian ini adalah penyuluhan dan deteksi dini kadar gula darah sewaktu dan tekanan darah pada peserta penyuluhan. Narasumber yang sesuai dengan bidangnya dari Fakultas Kedokteran Universitas Lampung. Solusi yang ditawarkan dari pengabdian ini adalah memberikan penyuluhan kepada masyarakat sekitar sekolah tentang penyakit DM dan cara pengendaliannya serta deteksi dini melalui pemeriksaan kadar gula darah sewaktu. Outcome yang diharapkan dari pengabdian ini adalah meningkatnya pengetahuan masyarakat sekitar sekolah tentang penyakit penyakit DM, konsep PATUH pada pengendalian terpadu PTM dan terdeteksinya suspect DM pada peserta penyuluhan. Outcome ini diukur dengan melihat tingkat pemahaman akan materi dalam bentuk kuis yang dilakukan secara langsung setelah penyuluhan dan pemeriksaan Kesehatan. Apabila secara umum peserta penyuluhan mampu menjawab beberapa pertanyaan singkat pada akhir penyuluhan dan pemeriksaan Kesehatan maka kegiatan pengabdian dapat dikatakan memenuhi sasaran.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian ini dilakukan dengan surat tugas dari LPPM Universitas Lampung atas undangan dari Sekolah Alam Lampung. Lokasi pengabdian dilakukan pada masyarakat sekitar Sekolah Alam Lampung, Lampung Selatan. Tahapan berikutnya adalah dilakukan orientasi lokasi untuk menentukan lokasi penyuluhan dan pemeriksaan Kesehatan.

Metode pengabdian yang dilakukan adalah penyuluhan dan pemeriksaan kadar gula darah sewaktu yang disertai dengan konsultasi kesehatan tentang DM bagi masyarakat. Kegiatan dilakukan bersamaan dengan kegiatan Boeka Saoeng Sekolah Alam Lampung tahun 2022 pada Bulan Maret 2022 bertempat di Halaman Masjid Airan Sekolah alam Lampung. Peserta pengabdian yang mengikuti penyuluhan dan pemeriksaan Kesehatan sebanyak 45 orang. Sebelum penyuluhan berlangsung dilakukan brainstorming antara pengabdian dengan para khalayak sasaran. Pada saat brainstorming ini digali pengetahuan khalayak sasaran tentang penyakit DM, cara mendeteksinya, cara pengendalian dan pengobatannya. Proses brainstorming diawal sesi penyuluhan dilakukan untuk mengukur secara umum tingkat pengetahuan dari audiens tentang topik penyuluhan. Pada sesi brainstorming ini tampak pengetahuan masyarakat tentang DM khususnya kepatuhan dan pengendalian masih kurang, sebagian besar peserta belum memahami bahwa penyakit tidak menular seperti DM harus makan obat secara rutin dan teratur untuk mengontrol penyakit nya. Proses penyuluhan berjalan baik, kondusif dan antusias yang tinggi dari semua peserta. Narasumber memberikan materi yang tentang definisi DM, mekanisme timbulnya penyakit, tatalaksana yang harus dilakukan, cara mencegah agar tidak terkena dan jika terkena cara mencegah agar tidak bertambah parah, serta memberikan pemahaman tentang pentingnya makan obat secara teratur dan rutin untuk mengendalikan penyakit tersebut serta konsep PATUH dalam pengendalian PTM.

Selama kegiatan berlangsung tidak ditemukan kendala yang berarti. Foto kegiatan penyuluhan seperti tampak pada Gambar 1.



Gambar 1: Pelaksanaan Penyuluhan

Setelah selesai penyuluhan, peserta secara bergantian melakukan pemeriksaan gula darah sewaktu. Setelah diperoleh hasil pemeriksaan dilakukan konseling pada peserta yang memiliki kadar gula darah sewaktu yang tinggi. Kegiatan pemeriksaan gula darah tampak pada Gambar 2.



Gambar 2. Pelaksanaan Pemeriksaan Kesehatan

Berdasarkan data hasil pengamatan peningkatan pengetahuan secara umum setelah penyuluhan, Sebagian besar peserta paham pentingnya PATUH untuk penderita PTM dan CERDIK untuk yang belum menderita PTM. Hal ini menunjukkan bahwa program promotif dalam bentuk penyuluhan kepada masyarakat sangat berguna untuk peningkatan pemahaman dan komunikasi dua arah yang dilakukan pada saat penyuluhan menambah kemudahan bagi masyarakat untuk memahami pesan-pesan yang disampaikan.⁶

Berdasarkan hasil skrining DM dan pemeriksaan TD tampak bahwa gula darah sewaktu yang lebih dari 150 mg/dl sebanyak 11,1% dari 45 peserta.

Sedangkan pada skrining pemeriksaan tekanan darah ditemukan TD lebih dari systole 140 mmHg dan atau diastole lebih dari 90 mmHg sebanyak 44,4% dari 45 peserta penyuluhan. Hal ini menunjukkan pada pemeriksaan skrining ini telah ditemukan adanya suspect DM dengan adanya peningkatan kadar gula darah sewaktu. Pada peserta yang memiliki kecenderungan ini disarankan untuk segera melakukan konsultasi ke fasilitas pelayanan Kesehatan terdekat untuk melakukan pemeriksaan ulang dalam rangka menegakkan diagnosis DM. Hal sama juga diberikan edukasi pada peserta yang memiliki peningkatan tekanan darah (hipertensi). Selain menyarankan agar segera memeriksakan diri ke fasilitas pelayanan kesehatan terdekat agar diagnosis dapat ditegakkan dan segera mendapatkan pengobatan yang tepat, edukasi yang juga diberikan adalah Konsep PATUH sendiri terdiri dari P (Pemeriksaan Kesehatan Rutin), A (Atasi dengan pengobatan yang teratur) T (Tetap diet sehat gizi seimbang), U (Upayakan aktivitas fisik) dan H (Hindari Rokok, alkohol dan zat karsinogenik).³

SIMPULAN

Dari rangkaian kegiatan pengabdian ini setelah diberikan penyuluhan kesehatan maka didapatkan adanya peningkatan pengetahuan khalayak sasaran tentang penyakit DM termasuk pencegahannya dan pengendaliannya. Pada skrining pemeriksaan gula darah ditemukan adanya kadar gula darah lebih dari 150 mg/dl pada 11,1% peserta dan peningkatan tekanan darah pada 44,4% peserta.

DAFTAR PUSTAKA

1. Kementerian Kesehatan RI. Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2020. Jakarta; 2021.
2. Rahmayanti E, Hargono A. Implementasi Surveilans Faktor Resiko Penyakit Tidak Menular Berbasis POSBINDU berdasarkan Atribut Surveilans (Studi di Kota Surabaya). *J Berk Epidemiol.* 2017;5(3):276.
3. Direktorat Jenderal Pencegahan dan Pengendalian Penyakit Kementerian Kesehatan RI. Modul Pelatihan Bagi Pelatih Pelayanan Terpadu Penyakit Tidak Menular (Panduan PTM) di Fasilitas Kesehatan Tingkat Pertama (FKTP). Jakarta: Kementerian Kesehatan RI; 2022.
4. Alfiah A, Pujiyanto P. An Analysis on the Implementation of the Integrated Guidance Post (Posbindu) Activities for Non-Communicable Diseases At Bogor City in 2018. *J Indones Heal Policy Adm.* 2019;4(1):11–5.
5. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan RI. Laporan Nasional Riskesdas 2018. Jakarta; 2018.
6. Suryani D. The Effect of Counseling in Efforts to Prevent and Control Non-Communicable Diseases. *J Kesehat Masy.* 2019;14(3):297–302.
7. Mbani MN, Limbu R, Landi S. Relationship of Knowledge, Attitudes and Social Status of Family Heads Against Dengue Prevention Measures in the Oesapa Health Center Work Area in 2020. *J Heal Behav Sci.* 2021;3(4):440–51.