



## **Pemeriksaan Kesehatan dan Penyuluhan Tentang Pengelolaan Penyakit Diabetes Mellitus dan Hipertensi di Desa Batusari, Mranggen Demak**

### *Health Examination and Counseling on Management of Diabetes Mellitus and Hypertension in Batusari Village, Mranggen Demak*

**Aisyah Lahdji<sup>1</sup>, Lukman Faishal Fatharani<sup>2</sup>**

<sup>1,2</sup> Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Semarang, Semarang

Corresponding author : [lahdjiaa@yahoo.com](mailto:lahdjiaa@yahoo.com)

#### **Abstrak**

Penyakit tidak menular merupakan masalah kesehatan yang saat ini harus diperhatikan oleh negara berkembang karena 49% penyakit sekarang paling banyak diderita adalah penyakit tidak menular. Penyakit tidak menular yang paling sering diderita adalah diabetes mellitus dan hipertensi. Hipertensi dan diabetes mellitus termasuk dari 10 besar penyakit yang paling banyak diderita oleh warga Desa Batusari dari bulan Agustus hingga Oktober Tahun 2019. Oleh karena itu, Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Semarang (UNIMUS) bekerjasama dengan Yayasan Keluarga Sakinah melaksanakan pemeriksaan kesehatan berupa pemeriksaan tekanan darah dan pemeriksaan gula darah serta pemberian edukasi terkait penyakit diabetes mellitus dan hipertensi. Kegiatan ini dilaksanakan di Klinik Rawat Inap Keluarga Sakinah dan dihadiri sebanyak 105 orang. Hasil pemeriksaan yang dilakukan didapatkan bahwa 47% normal, 30,47% menderita hipertensi dan 22,85% didapatkan DM. Dari 53% warga yang menderita hipertensi dan DM, didapatkan 16,19% menderita keduanya. Dengan adanya kegiatan ini, diharapkan terjadi peningkatan pemahaman terkait penyakit diabetes mellitus dan hipertensi sehingga terwujudnya peningkatan derajat kesehatan yang optimal.

**Kata Kunci :** Desa Batusari, Hipertensi, Diabetes Mellitus, Penyuluhan

#### *Abstract*

*Non-communicable diseases are health problems that must now be considered by developing countries because 49% of the diseases currently suffered most are non-communicable diseases. The most common non-communicable diseases are diabetes mellitus and hypertension. Hypertension and diabetes mellitus are among the top 10 most suffered by Batusari villagers from August to October 2019. Therefore, the Faculty of Medicine, Universitas Muhammadiyah Semarang (UNIMUS) in collaboration with the Keluarga Sakinah Foundation conducts health checks in the form of blood pressure and blood sugar checks and provides education related to diabetes mellitus and hypertension. This activity was carried out at the Keluarga Sakinah Inpatient Clinic and was attended by 105 people. The results of the examination showed that 47% were normal, 30.47% had hypertension and 22.85% had DM. From 53% of people who suffer from hypertension and diabetes, 16.19% suffer from both. With this activity, it is hoped that there will be an increase in safety related to diabetes mellitus and hypertension so as to realize an increase in optimal health.*

**Keywords :** Batusari Village, Hypertension, Diabetes Mellitus, Counseling



## PENDAHULUAN

Hipertensi merupakan salah satu penyakit tidak menular yang saat ini banyak diderita oleh warga Indonesia. Hipertensi semakin meningkat seiring dengan peningkatan usia seseorang dan juga faktor gaya hidup yang semakin tidak sehat. (Azizah & Ma'rifatul, 2011) Berdasarkan data RISKESDAS Tahun 2018, menunjukkan bahwa prevalensi hipertensi pada usia 45-54 tahun sebesar 45,3, usia 55-64 tahun sebesar 55,2, usia 65-74 tahun sebesar 63,2 dan usia > 75 tahun sebesar 69,5. Hal ini menunjukkan bahwa semakin bertambah usia maka angka kejadian seseorang menderita hipertensi semakin meningkat. (Tarigan, Zulhaida, & Syarifah, 2018) Beberapa komplikasi yang dapat terjadi akibat hipertensi yang tidak terkontrol, seperti (1) munculnya penyakit jantung dan pembuluh darah seperti pembesaran jantung, penyakit jantung koroner serta *Hypertensive Heart Disease* (HHD), (2) hipertensi dapat menyebabkan stroke perdarahan maupun infark akibat ateroemboli, (3) hipertensi dapat menyebabkan ensefalopati hipertensi berupa perubahan neurologis yang diakibatkan tekanan arteri yang meningkat. (Sylvestris, 2014) Data Riskesdas juga menunjukkan bahwa 51,6 menunjukkan bahwa penderita hipertensi tidak/belum pernah sekolah. Hal ini menunjukkan bahwa pengetahuan sangat berpengaruh terhadap kejadian hipertensi. (Kemenkes, 2018)

Hiperglikemia merupakan kondisi dimana terjadi peningkatan kadar gula didalam darah melebihi nilai normal. Kondisi tersebut salah satu tanda dari penyakit diabetes mellitus (DM). World Health Organization (WHO) memprediksi kenaikan jumlah penderita DM di dunia pada tahun 2000 sebesar 171 juta akan menjadi 366 juta pada tahun 2030, dan penyandang DM di Indonesia dari 8,4 juta pada tahun 2000 menjadi sekitar 21,3 juta pada tahun 2030. Hal tersebut menjadikan Indonesia menjadi urutan ke empat di dunia dalam masalah DM. (Aprianti, Mahpolah, & Ruslan, 2009) Tingginya peningkatan kasus DM harus sangat diperhatikan karena apabila kasus DM tidak ditangani atau dicegah sejak dini maka akan menimbulkan komplikasi-komplikasi yang berbahaya. Penyakit DM tidak dapat disembuhkan namun dapat dikendalikan. (Perkeni, 2015)

Prinsip dasar manajemen pengendalian hipertensi dan DM yaitu merubah gaya hidup dengan merubah gaya hidup yang tidak sehat menjadi sehat. Gaya hidup yang sehat antara lain pengaturan makanan, latihan jasmani atau fisik, tidak merokok, tidak meminum alkohol dan selalu mengonsumsi obat hipertensi dan DM. Oleh karena itu, kami tertarik melakukan pengabdian masyarakat untuk deteksi dini penyakit hipertensi dan DM serta pemberian edukasi terkait pengelolaan hipertensi dan DM. (Winta, Erni, & Ning Arti, 2018)

## METODE

Kegiatan ini dilaksanakan pada hari Sabtu, 16 November 2019. Lokasi kegiatan ini dilaksanakan di Klinik Pratama Rawat Inap Keluarga Sakinah. Pemeriksaan kesehatan yang dilakukan meliputi pemeriksaan tekanan darah dan pemeriksaan gula darah.

Pelaksanaan kegiatan ini diawali dengan diadakan pretest. Setelah dilakukan pretest, dilanjutkan dengan penyuluhan dengan cara pemaparan materi tentang pengelolaan penyakit diabetes mellitus dan hipertensi. Setelah pemberian materi, dilakukan posttest untuk mengetahui apakah terjadi peningkatan pengetahuan terkait penyakit diabetes mellitus dan hipertensi. Pemeriksaan kesehatan dilakukan setelah pelaksanaan posttest dengan nilai normal gula darah sebesar  $< 200$  mg/dl. Pelaksanaan kegiatan ini dilaksanakan oleh Tim Pengabdian Masyarakat Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Semarang (UNIMUS).

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan ini dilaksanakan pada hari sabtu, 16 November 2019. Lokasi kegiatan dilakukan di Klinik Pratama Rawat Inap Keluarga Sakinah. Jumlah masyarakat yang hadir sebesar 105 orang.

Tabel 1  
Distribusi Frekuensi Masyarakat yang Hadir

Jenis Kelamin	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Laki-laki	35	33,3%
Perempuan	70	66,7 %

Berdasarkan Tabel 1, menunjukkan bahwa masyarakat yang hadir didominasi oleh perempuan sebesar 66,7%. Kegiatan ini meliputi pemeriksaan tekanan darah dan pemeriksaan gula darah. Kegiatan yang pertama kali dilakukan adalah pretest. Setelah dilakukan pretest, warga yang hadir diberikan penyuluhan tentang pengelolaan penyakit hipertensi dan DM. Setelah pemaparan materi, dilanjutkan dengan posttest serta pemeriksaan tekanan darah dan pemeriksaan gula darah.



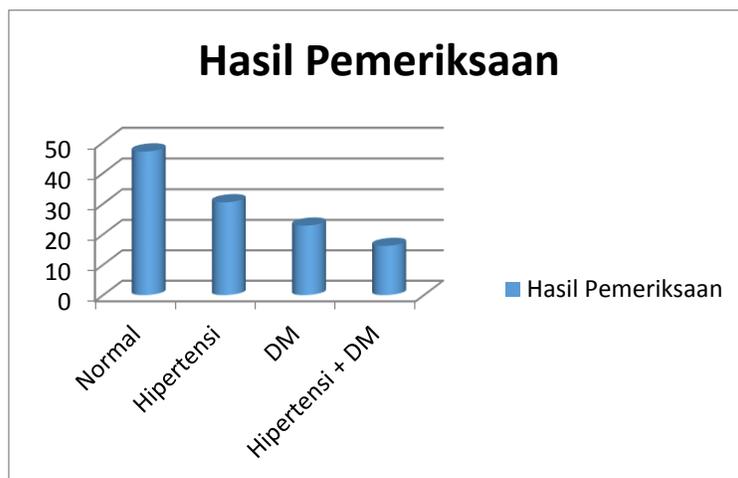
Gambar 1  
Proses Penyampaian Materi  
Sumber : Dokumentasi Pribadi



Gambar 2  
Masyarakat yang Hadir di Kegiatan Pengabdian  
Sumber : Dokumentasi Pribadi



Gambar 3  
Proses Pengambilan Darah  
Sumber : Dokumentasi Pribadi



Grafik 1  
Hasil Pemeriksaan Kesehatan

Berdasarkan grafik 1, didapatkan hasil 47% normal, 30,47% menderita hipertensi dan 22,85% menderita DM. Dari 53% warga yang menderita hipertensi dan DM, didapatkan 16,19% menderita keduanya.

Harapan dari kegiatan ini adalah warga yang sehat maupun yang menderita penyakit hipertensi dan DM dapat merubah gaya hidup menjadi lebih sehat dan diberikan obat-obatan yang sesuai sehingga penyakit hipertensi dan DM tetap terkontrol.

## KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini berjalan dengan lancar. Dari 105 warga yang datang didapatkan 47% normal, 30,47% didapatkan menderita hipertensi dan 22,85% didapatkan menderita DM. Dari 53% warga yang menderita hipertensi dan DM, didapatkan 16,19% menderita keduanya. Diharapkan setelah kegiatan ini, warga Desa Batusari merubah gaya hidup menjadi lebih sehat sehingga warga Desa Batusari tidak menderita penyakit yang diakibatkan oleh gaya hidup.

## DAFTAR PUSTAKA

- Aprianti, Mahpolah, & Ruslan, A. (2009). Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Kadar Gula Darah Sesaat pada Penderita Diabetes Mellitus di Wilayah Kerja Puskesmas Gambut Kecamatan Gambut Kab. Banjar Tahun 2008. *Jurnal 'Al 'Ulum Vol. 42, No. 4, 27-32.*
- Azizah, & Ma'rifatul, L. (2011). *Keperawatan Lanjut Usia*. Yogyakarta: Graha Ilmu. Kemenkes. (2018). *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2017*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Perkeni. (2015). *Konsensus Pengelolaan dan Pencegahan Diabetes Mellitus Tipe 2 di Indonesia*. Jakarta: PB PERKENI.
- Sylvestris, A. (2014). Hypertension and Retinopathy Hypertension. *Med Journal Vol. 10, No.1, 1-9.*

- Tarigan, Zulhaida, & Syarifah. (2018). Pengaruh Pengetahuan, Sikap dan Dukungan Keluarga Terhadap Diet Hipertensi di Desa Hulu Kecamatan Pancur Batu Tahun 2016. *Jurnal Kesehatan Vol. 11 No.1*, 9-17.
- Winta, A., Erni, S., & Ning Arti, W. (2018). Hubungan Kadar Gula Darah dengan Tekanan Darah pada Lansia Penderita Diabetes Tipe 2. *Jurnal Ners dan Kebidanan Vol. 5 No. 2*, 163-171.

