

Upaya Peningkatan Kesehatan di Dusun Sentul RW 03, Sidoagung, Godean, Yogyakarta

Dhea Risky Amalia^{1,*}, Nida Zharifatun Azzahra¹, Syelina Dwi Ariyanti², Ellyda Rizki Wijhati²

¹Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta

²Kebidanan, Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta

*Korespondensi E-mail: ellyda_wijhati@unisayogya.ac.id

Abstrak

Salah satu permasalahan yang terdapat di Masyarakat Padukuhan Sentul RW 03 kalurahan Sidoagung, Godean, Sleman, Yogyakarta adalah mengenai Penyakit Tidak Menular. Penyakit tidak menular adalah penyakit atau kondisi medis yang tidak dapat ditularkan dari satu individu ke individu lainnya. Sasaran pada pemeriksaan Kesehatan ini yaitu lansia dan dewasa mengingat pemeriksaan kesehatan ini bisa sebagai awal dari peningkatan kesehatan masyarakat. Tujuan dari pemeriksaan kesehatan berupa pengecekan tekanan darah, gula darah, dan asam urat ini sebagai deteksi dini penyakit tidak menular berupa hipertensi, diabetes, dan asam urat. Upaya peningkatan kesehatan masyarakat, yaitu setiap kegiatan/dan serangkaian kegiatan untuk memelihara dan meningkatkan derajat kesehatan masyarakat dalam bentuk peningkatan kesehatan dan pencegahan penyakit oleh pemerintah dan/masyarakat. Pemeriksaan dilakuakn setelah kegiatan jalan sehat sebagai peringatan HUT RI yang diikuti oleh banyak warga dan yang mengikuti pemeriksaan kesehatan sebanyak 87 orang. Kegiatan ini diharapkan memeberikan manfaat terhadap masyarakat khususnya di padukuhan Sentul.

Kata Kunci: Peningkatan Kesehatan, Penyakit Tidak Menular, Pemeriksaan Kesehatan

Abstract

One of the problems that exists in the Padukuhan Sentul Community RW 03 kalurahn Sidoagung, Godean, Sleman, Yogyakarta is regarding Non-Communicable Diseases (PTM). Non-communicable diseases (PTM) are diseases or medical conditions that cannot be transmitted from one individual to another. . The targets for this health examination are the elderly and adults considering that this health examination can be the start of improving public health. The aim of the health examination is to check blood pressure, blood sugar and uric acid as early detection of non-communicable diseases such as hypertension, diabetes and gout. Efforts to improve public health, namely every activity/and series of activities to maintain and improve the level of public health in the form of improving health and preventing disease by the government and/the community. The examination was carried out after a health walk to commemorate the Republic of Indonesia's Independence Day which was attended by many residents and 87 people took part in the health examination. This activity is expected to provide benefits to the community, especially in the Sentul hamlet.

Keywords: Health Improvement, Non-Communicable Diseases, Health Checks

Pendahuluan

Masalah yang saat ini dihadapi dalam pembangunan kesehatan salah satunya adalah terjadinya pergeseran pola penyakit dari penyakit menular ke penyakit tidak menular. Prevalensi penyakit tidak menular yang tinggi membawa dampak terhadap menurunnya produktifitas dan gangguan pada pemenuhan aktivitas sehari-hari (Kemenkes, 2019). Laporan dari WHO menunjukkan bahwa PTM sejauh ini merupakan penyebab utama kematian di dunia, yang mewakili 63% dari semua kematian tahunan. PTM membunuh lebih dari 36 juta orang setiap tahun. Hipertensi merupakan salah satu penyakit tidak menular yang menjadi masalah kesehatan penting di seluruh dunia karena prevalensinya yang tinggi dan terus meningkat. (Utama & Feranita, 2018). Angka prevalensi Penyakit Tidak Menular (PTM) yang berada di atas rata-rata nasional. Menurut data Riskeddas 2018 capaian prevalensi beberapa Penyakit Tidak Menular diantaranya prevalensi Diabetes Melitus di DIY 4,5% sementara angka Nasional 2,4%, untuk Hipertensi di DIY 10,7%.

Penyakit tidak menular muncul dari kombinasi faktor risiko yang tidak dapat dimodifikasi dan faktor risiko yang dapat dimodifikasi. Fakor risiko yang tidak dapat dimodifikasi oleh individu adalah usia, jenis kelamin, dan genetika. Sedangkan faktor risiko yang dapat dimodifikasi adalah faktor yang

dapat diubah melalui keadaran individu itu sendiri dan intervensi sosial. Empat perilaku umum diatas (merokok, konsumsi alkohol, pola makan yang buruk, dan kurangnya aktivitas fisik) menyebabkan gangguan metabolik berupa peningkatan tekanan darah, kelebihan berat badan/obesitas, tingginya kadar glukosa darah, dan peningkatan kadar kolesterol yang berpengaruh terhadap kejadian penyakit tidak menular. (Warganegara & Nur, 2016)

Hipertensi merupakan salah satu penyakit yang paling umum ditemukan dalam praktik kedokteran primer. Menurut NHLBI (National Heart, Lung, and Blood Institute), satu dari tiga pasien menderita hipertensi. Hipertensi atau tekanan darah tinggi adalah peningkatan tekanan darah sistolik lebih dari 140 mmHg dan tekanan darah diastolik lebih dari 90 mmHg pada dua kali pengukuran dengan selang waktu lima menit dalam keadaan cukup istirahat/tenang (Wirakhmi & Novitasari, 2021). Prevalensi hipertensi nasional sebesar 25,8% dengan orang yang mengalami hipertensi hanya 1/3 yang terdiagnosis sedangkan 2/3 tidak terdiagnosis dan 0,7% orang yang terdiagnosis tekanan darah tinggi dengan memiliki kebiasaan meminum obat hipertensi. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar penderita hipertensi tidak menyadari menderita hipertensi (Kemenkes RI, 2017).

Penderita diabetes melitus yang memiliki aktifitas fisik yang rendah memiliki resiko intoleransi glukosa 2,7 kali lebih tinggi dibandingkan mereka yang memiliki aktifitas fisik yang tinggi. Aktivitas fisik dan olahraga secara signifikan meningkatkan konduksi kecepatan saraf, fungsi sensorik perifer dan distribusi tekanan pada kaki. Selain itu, tingkat kejadian ulkus pada pasien diabetes mellitus yang melakukan aktifitas fisik lebih rendah dibandingkan pasien yang tidak melakukan aktifitas fisik. Data ini menunjukkan bukti bahwa aktivitas fisik dan olahraga adalah intervensi non-farmakologis yang efektif untuk meningkatkan kualitas hidup pasien dengan diabetes (Matos et al., 2018).

Upaya peningkatan kesehatan masyarakat, yaitu setiap kegiatan/dan serangkaian kegiatan untuk memelihara dan meningkatkan derajat kesehatan masyarakat dalam bentuk peningkatan kesehatan dan pencegahan penyakit oleh pemerintah dan/masyarakat. (Habib Rachmat, 2018; Umayana et al., 2015). Upaya rutin pemeriksaan tekanan darah dan memahami faktor risiko yang menjadi pencetus gangguan kardiovaskuler, perlu dilakukan juga dari lingkungan dunia pendidikan khususnya kampus kesehatan dan kedokteran (Umayana et al., 2015). Skrining DM adalah suatu cara untuk mendeteksi penyakit diabetes mellitus tipe 2 untuk mereka yang tidak mempunyai keluhan / asimtomatik. Sekitar 50% dari penderita DM tidak mempunyai keluhan, maka satu-satunya cara untuk mendeteksi mereka adalah dengan melakukan skrining (Diabetes Care., 2015).

Tujuan dari kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah melakukan skrining awal penderita hipertensi, penderita asam urat dan penderita diabetes mellitus serta sebagai upaya peningkatan kesadaran masyarakat terkait deteksi dini penyakit hipertensi, asam urat dan diabetes melitus.

Metode

Sasaran pemeriksaan kesehatan dalam rangka program kerja dari KKN 66 UNISA ini adalah warga Dusun Sentul RW 03, Sidoagung, Godean, Yogyakarta yang mengikuti kegiatan jalan sehat pada HUT kemerdekaan ke- berjumlah 87 peserta. Metode pelaksanaan kegiatan yang dilakukan yaitu pemeriksaan Tekanan Darah, Gula Darah Sewaktu, dan Asam Urat yang dilakuakn secara gratis.

Metode program kegiatan Cek Kesehatan Tekanan Darah, Gula Darah, dan Asam Urat ini menggunakan 2 metode yaitu pemeriksaan dini dan juga setelah itu warga bisa mendapatkan tambahan pengetahuan dengan bertanya mengenai keluhan yang dirasakan. cek kesehatan ini diberikan pada warga usia 30-65 tahun atau pralansia, untuk pengetahuan yang didapatkan warga yang mengikuti cek kesehatan mengenai tekanan darah, asam urat, dan gula darah, yang berisikan informasi batasan normal tekanan darah, asam urat, dan gula darah serta gejala dan tahap pencegahannya. Tujuan cek kesehatan ini adalah menjadikan warga sentul ada perubahan perilaku yang sehat, dan menambah pengetahuan sehingga warga bisa peduli lagi terhadap kesehatan terutama pada tekanan darah, gula darah dan asam urat.

Adapun tahapan kegiatan cek kesehatan tekanan darah, asam urat dan gula darah di Padukuhan Sentul RW 03 sebagai berikut:

1. Perijinan
Menindak lanjuti surat permohonan untuk pelaksanaan penyuluhan dan cek kesehatan bagi warga Sentul.
2. Koordinasi dengan Ketua RT dan RW
Koordinasi dilakukan dengan ketua RW 03 Padukuhan Sentul, Sidoagung, Godean, Yogyakarta untuk persetujuan pengadaan kegiatan pemeriksaan kesehatan.
3. Peminjaman dan pengadaan alat
Memberikan Surat perijinan peminjaman alat ke kampus dan juga membeli stick gula darah serta asam urat.
4. Pemeriksaan kesehatan
Pemeriksaan kesehatan kepada warga yang dilakukan meliputi tekanan darah, asam urat dan glukosa darah.
5. Daftar Hadir
Mengisi daftar hadir yang berisikan nama, usia, hasil cek kesehatan tekanan darah, asam urat dan glukosa darah
6. Pencatatan hasil cek kesehatan
Hasil pemeriksaan dicatat pada kartu hasil yang dibagikan kepada warga yang telah dilakukan pemeriksaan .
7. Sesi Pemberian Pengetahuan

Hasil dan Pembahasan

Kegiatan pemeriksaan kesehatan dilaksanakan pada tanggal 20 Agustus 2023 yang bertempat di depan masjid Padukuhan Sentul rw 03 Sidoagung Godean Yogyakarta. Kegiatan ini dilakukan oleh makasiswa KKN Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta dan dihadiri oleh 87 peserta dari yang remaja sampai lansia dan dilaksanakan setelah melakukan jalan sehat dalam rangka memperingati HUT RI ke-78. Warga menyambut dengan baik dan antusias terhadap kegiatan tersebut ditandai dengan banyaknya pertanyaan yang berkaitan dengan kondisi kesehatan mereka saat ini.

Jalan sehat sendiri mempunyai manfaat seperti meningkatkan sirkulasi darah dalam tubuh dan menjaga hati agar tetap aktif dan sehat. Selain itu untuk penderita hipertensi jalan sehat mampu mengontrol tekanan darah dan melawan hipertensi atau tekanan darah tinggi. Menurut kemenkes RI, 2019 berjalan kaki dapat membantu menurunkan kadar gula darah dan menurunkan resistensi insulin. Adapun jenis pemeriksaan kesehatan yang dilakukan adalah cek tekanan darah, cek gula darah, dan cek asam urat. Tujuan dari dilakukan pemeriksaan kesehatan ini adalah untuk mengontrol kondisi kesehatan dengan meningkatkan kesadaran masyarakat pentingnya melakukan pemeriksaan secara rutin. Hasil dari pemeriksaan kesehatan warga sentul yang menderita hipertensi sebanyak 29 orang, 20 orang asam urat, 18 guladarah tinggi, dan 20 dalam batas normal. Dari hasil pemeriksaan kesehatan ini maka perlu disarankan bagi warga yang hasil pemeriksaanya tinggi untuk melakukan pemeriksaan lebih lanjut.

Adapun promosi kesehatan yang dilakukan oleh Mahasiswa KKN UNISA 2023 didusun Sentul adalah dengan metode pemeriksaan tekanan darah tentang hipertensi dan faktor risiko terjadinya hipertensi. Metode ini bertujuan memberikan pengetahuan mengenai hipertensi kepada masyarakat supaya masyarakat dapat melakukan upaya pencegahan penyakit hipertensi. Informasi yang didapatkan dari pemeriksaan ini yaitu dapat memberikan pengaruh jangka pendek sehingga dapat menghasilkan perubahan atau peningkatan pengetahuan. Semakin meningkatnya pengetahuan pasien tentang hipertensi akan mendorong seseorang untuk berperilaku yang lebih baik dalam mengontrol hipertensi sehingga tekanan darahnya tetap terkendali, pengetahuan pasien mengenai hipertensi juga berpengaruh pada kepatuhan pasien dalam melakukan pengobatan. Seiring dengan meningkatnya pengetahuan tentang hipertensi maka dapat melakukan penatalaksanaan penyakitnya sehingga pasien menjadi lebih baik.



Gambar 1. Foto Pemeriksaan Kesehatan di Padukuhan Sentul

Kesimpulan dan Saran

Kegiatan pemeriksaan kesehatan yang dilakukan oleh mahasiswa KKN Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta kepada masyarakat Padukuhan Sentul berjalan dengan baik dan berhasil, hal ini dapat dilihat dari kelancaran acara dan partisipasi aktif masyarakat. Dalam konteks kegiatan ini, dapat disimpulkan bahwa :

1. Peningkatan kualitas kesehatan di Padukuhan Sentul perlu dilakukan melalui pembangunan kesadaran masyarakat.
2. Masyarakat yang menderita penyakit seperti hipertensi, diabetes, dan lainnya perlu melakukan kontrol kesehatan secara teratur di pusat kesehatan terdekat. Hal ini sangat penting karena penyakit-penyakit kronis seperti hipertensi dan diabetes membutuhkan pengelolaan dan tata laksana yang termonitor secara berkala. Dengan melakukan kontrol kesehatan secara rutin.

Ucapan Terima Kasih

Ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya disampaikan kepada LPPM Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta, Pak Duku, serta warga Sentul memberikan informasi - informasi terkait kegiatan dalam Program Pengabdian Masyarakat. Terima kasih disampaikan pula kepada Mahasiswa, Masyarakat dan Aparat Desa, Dosen yang telah mendukung terselenggaranya kegiatan ini.

Daftar Pustaka

- Diabetes Care. (2015). *Evidence tips the scale toward screening for hyperglycemia*. *Diabetes Care*, 38(8), 1399–1401.
- Habib Rachmat, R. H. (2018). *Penguatan upaya kesehatan masyarakat dan pemberdayaan masyarakat bidang kesehatan di Indonesia*. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press. belbuk.com+8belbuk.com+8jurnal.globalhealthsciencegroup.com+8
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (17 Mei 2017). *Sebagian besar penderita hipertensi tidak menyadari kondisinya* [Rilis media]. Jakarta: Biro Komunikasi dan Pelayanan Masyarakat Kemenkes RI.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2019). *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2018*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI. Retrieved from <https://www.kemkes.go.id/>
- Matos, M., Mendes, R., Silva, A. B., & Sousa, N. (2018). *Physical activity and exercise on diabetic foot related outcomes: A systematic review*. *Diabetes Research and Clinical Practice*, 139, 81–90. <https://doi.org/10.1016/j.diabres.2018.02.020>

- Umayana, H. T., & Cahyati, W. H. (2015). Dukungan keluarga dan tokoh masyarakat terhadap keaktifan penduduk ke Posbindu Penyakit Tidak Menular. *Jurnal Kesehatan Masyarakat (KEMAS)*, 11(1), xx–xx. <https://doi.org/10.15294/kemas.v11i1.3521>
journal.unnes.ac.id+1journal.unnes.ac.id+1
- Utama, F., & Rahmiwati, A. (2018). *Gambaran penyakit tidak menular di Universitas Sriwijaya*. Jurnal Kesehatan.
- Warganegara, E., & Nur, N. N. (2016). *Faktor risiko perilaku penyakit tidak menular*. Majority, 5(2), 88–94.
- Wirakhmi, D., & Novitasari, D. (2021). *Pemberdayaan kader pengendalian hipertensi: Studi literatur dan pengukuran tekanan darah dalam praktik kedokteran primer*. Jurnal Altifani, 1(3), 240–248.
- World Health Organization. (2011). *Global status report on noncommunicable diseases 2010*. Geneva: WHO Press. Retrieved from https://www.who.int/nmh/publications/ncd_report2010/en/
- World Health Organization. (2013). *A global brief on hypertension: Silent killer, global public health crisis*. Geneva: WHO Press. Retrieved from <https://www.who.int/publications/i/item/a-global-brief-on-hypertension>
- World Health Organization. (2018). *Noncommunicable diseases*. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/noncommunicable-diseases>