

Pemberdayaan Kader Posyandu Lansia Sebagai Pelaksana Pemantauan Gula Darah Mandiri (PGDM) Untuk Deteksi Dini Penyakit Diabetes Melitus (DM) di Desa Gayam, Sukoharjo

Dewi Setyoningsih¹, Fatimah Wari Nurjanah², Tri Wahyuniastuti³

¹ITB AAS Indonesia / Sukoharjo ² ITB AAS Indonesia / Sukoharjo ³ ITB AAS Indonesia / Sukoharjo

¹⁾dewisetyoningsih@gmail.com, ²⁾fatimahwn@gmail.com,

²⁾3wahyuniastuti@gmail.com

Abstrak

Penyakit diabetes melitus (DM) adalah salah satu penyakit degeneratif yang menjadi penyebab angka kematian tertinggi selain penyakit jantung, stroke dan ginjal. Menurut International Diabetes Federation (IDF), jumlah penderita diabetes melitus (DM) di Indonesia pada tahun 2021 adalah 19,5 juta orang. Angka kejadian komplikasi pada pasien DM sekitar 15% terjadi pada DM tipe 1 dan 85% pada DM tipe 2. Komplikasi tersebut bisa bersifat kronis maupun akut. Deteksi dini diabetes melitus tidak cukup hanya dilakukan tenaga Kesehatan tetapi membutuhkan Kader Kesehatan yang dianggap paling dekat dengan masyarakat. Pengabdian ini bertujuan untuk memberikan pengetahuan kepada kader posyandu mengenai pentingnya Pemantauan Gula Darah Mandiri PGDM dan memberikan pelatihan melaksanakan PGDM. Metode pelaksanaan menggunakan metode ceramah, tanya jawab, diskusi dan demonstrasi. Kegiatan pengabdian dilakukan pada bulan Juli sampai dengan Agustus 2024 di desa Gayam, Sukoharjo. Hasil dari kegiatan ini peserta berperan secara aktif dan dapat mempraktikkan kembali cara pemeriksaan gula darah sewaktu.

Kata kunci: Diabetes Melitus, Pemantauan Gula Darah Mandiri, Kader

Abstract

Diabetes mellitus (DM) is a degenerative disease that causes the highest death rate apart from heart disease, stroke and kidney disease. According to the International Diabetes Federation (IDF), the number of diabetes mellitus (DM) sufferers in Indonesia in 2021 is 19.5 million people. The incidence of complications in DM patients is around 15% in type 1 DM and 85% in type 2 DM. These complications can be chronic or acute. Early detection of diabetes mellitus is not enough for health workers alone but requires Health Cadres who are considered closest to the community. This service aims to provide knowledge to posyandu cadres about the importance of PGDM Independent Blood Sugar Monitoring and provide training in implementing PGDM. The implementation method uses lecture, question and answer, discussion and demonstration methods. Service activities will be carried out in July and August 2024 in Gayam village, Sukoharjo. As a result of this activity, participants played an active role and were able to practice checking blood sugar at any time.

Keywords: Diabetes Mellitus, Independent Blood Sugar Monitoring, Cadres

Pendahuluan

Penyakit diabetes melitus (DM) adalah salah satu penyakit degeneratif yang menjadi penyebab angka kematian tertinggi selain penyakit jantung, stroke dan

ginjal. Menurut International Diabetes Federation (IDF), jumlah penderita diabetes melitus (DM) di Indonesia pada tahun 2021 adalah 19,5 juta orang. Jumlah ini menempatkan Indonesia sebagai negara dengan jumlah penderita DM tertinggi kelima di dunia. IDF memprediksikan bahwa jumlah penderita DM di Indonesia akan meningkat menjadi 28,6 juta pada tahun 2045. Hal ini dikarenakan prevalensi DM di Indonesia yang tinggi dan jika tidak segera ditangani, jumlah penderita akan terus meningkat. Angka kejadian komplikasi pada pasien DM sekitar 15% terjadi pada DM tipe 1 dan 85% pada DM tipe 2. Komplikasi tersebut bisa bersifat kronis maupun akut (Istiyawanti, 2019). Berdasarkan data Riskesdas 2018, diabetes menyebabkan 3,7 juta kematian di Indonesia. Tingginya angka kematian yang disebabkan oleh penyakit diabetes mellitus salah satunya diakibatkan oleh efek kronis yang muncul sebagai komplikasi organ lain (Hermayunita, 2019).

Dari hasil survey dan pemeriksaan gula darah acak dan wawancara yang dilakukan oleh tim pengabdian kepada 4 orang warga Gayam didapatkan kadar gula darah lebih dari 200 mg/dl, dan mereka tidak menyadari bahwa kadar gula darah lebih dari 200mg/dl merupakan ciri awal menderita DM. Dari hasil wawancara dari responden mereka belum mengetahui apa itu pengertian, tanda gejala, jenis diet, komplikasi, dan pentingnya monitoring pengobatan tentang penyakit DM. Kurangnya pengetahuan masyarakat tentang deteksi dini dan monitoring penyakit DM akan menyebabkan penanganan terlambat sehingga dapat menyebabkan komplikasi yang serius. Dengan demikian sangat dibutuhkan peningkatan pengetahuan masyarakat tentang DM.

Pemantauan gula darah mandiri dapat dilaksanakan oleh tenaga yang telah mendapatkan edukasi dari tenaga kesehatan terlatih. Kesadaran penderita DM di Desa Gayam, Sukoharjo untuk selalu memantau kadar gula darahnya seringkali tidak dapat dilaksanakan karena tidak memiliki keterampilan melaksanakan pemantauan gula darah mandiri (PGDM). Guna memfasilitasi penderita DM agar pelaksanaan pemantauan gula darah mandiri tepat waktu, diperlukan tenaga pelaksana yang dekat dengan masyarakat yaitu kader kesehatan di lingkungan tersebut. Lima orang perwakilan kader posyandu diberikan penyuluhan tentang pentingnya PGDM dan diberikan pelatihan melaksanakan PGDM. Kegiatan penyuluhan dan pelatihan dilaksanakan di Balai Warga yang berlokasi di Taman Pakujoyo, Gayam, Sukoharjo.

Metode Penelitian/Pengabdian

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilaksanakan di Desa Gayam, Sukoharjo. Kegiatan ini dilakukan selama 2 bulan yaitu mulai bulan Juli- Agustus 2024 Adapun bentuk kegiatannya meliputi:



1. Edukasi kepada kader posyandu lansia di Desa Gayam, Sukoharjo tentang cara, interpretasi hasil dan manfaat PGDM bagi pasien diabetes melitus.
2. Pelatihan penggunaan glukometer sebagai alat untuk PGDM bagi kader posyandu lansia di desa Gayam, Sukoharjo.
3. Pendampingan kader untuk melaksanakan pemeriksaan gula darah dalam kegiatan posyandu lansia di desa Gayam, Sukoharjo.

4. Evaluasi kinerja kader posyandu lansia dalam melaksanakan PGDM di Desa Gayam, Sukoharjo. Evaluasi dilaksanakan untuk menilai keberhasilan edukasi dan pelatihan dalam meningkatkan pengetahuan dan keterampilan kader dalam melaksanakan PGDM. Untuk penilaian tersebut akan diberikan kuesioner. Evaluasi juga bertujuan untuk melihat cakupan pelaksanaan PGDM yang dilaksanakan oleh kader posyandu lansia. Penilaian cakupan dinilai berdasarkan jumlah pasien diabetes melitus yang memanfaatkan kader posyandu dalam PGDM.

Metode pengabdian masyarakat pada kader yang digunakan adalah dengan ceramah, tanya jawab, diskusi dan demonstrasi. Prosedur dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini dimulai dari permohonan izin dari Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat untuk menyelenggarakan pelatihan bagi kader di desa Gayam, Sukoharjo, oleh pihak kampus ITB AAS Indonesia. Kegiatan pertama diawali dengan registrasi kehadiran kader, setiap tamu undangan mendapat leaflet sesuai dengan materi yang akan disampaikan. Kegiatan kedua perkenalan dari narasumber dan para peserta dilanjutkan menyampaikan tujuan dari kegiatan pengabdian masyarakat berupa penyegaran kader serta diberikan kuesioner untuk pengukuran pengetahuan sebelum diberikan penyuluhan (pre test). Setelah itu diberikan materi tentang penyakit diabetes melitus dan cara mendeteksi kadar gula darah. Setelah diberikan ceramah, sesi berikutnya adalah diskusi antara kader dengan narasumber. Kemudian dilakukan demonstrasi pemeriksaan gula darah dengan menggunakan alat glukometer. Kedepannya kader diminta untuk melakukan pemeriksaan langsung pada peserta posyandu lansia. Langkah selanjutnya adalah memberikan kuesioner kembali untuk mengukur pengetahuan kader setelah diberikan penyuluhan (post test). Alat dan media yang digunakan pada pengabdian masyarakat ini adalah Kuesioner, kartu pemeriksaan, pensil, laptop, Leaflet. Kuesioner digunakan untuk mengukur pengetahuan kader sebelum dan sesudah dilakukan kelas kader.

Hasil dan Pembahasan

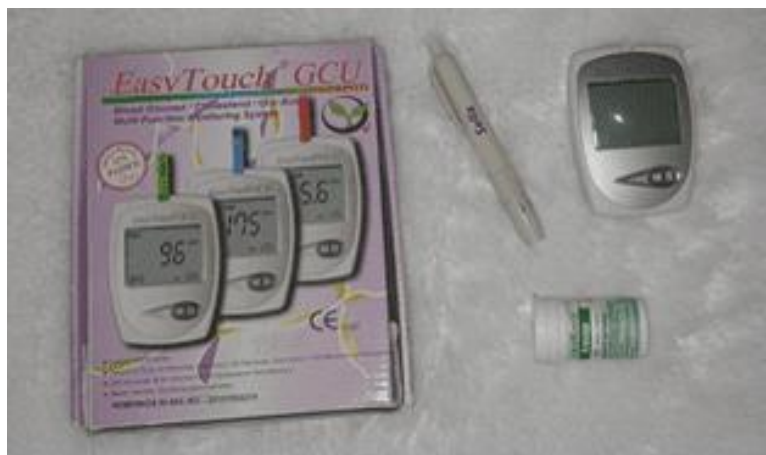
Deteksi dini diabetes melitus diperlukan untuk mendeteksi dini adanya penyakit sehingga dapat dilakukan pencegahan dan penanganan sedini mungkin. Deteksi dini diabetes melitus tidak cukup hanya dilakukan tenaga kesehatan tetapi membutuhkan kader yang dianggap paling dekat dengan masyarakat. Kader kesehatan yaitu tenaga yang berasal dari masyarakat, yang dipilih oleh masyarakat sendiri dan bekerja secara sukarela untuk membantu pelayanan kesehatan di masyarakat. Pemberdayaan kader posyandu lansia diharapkan dapat berperan sebagai pelaksana pemantauan gula darah mandiri (pgmd) sehingga dapat deteksi dini diabetes melitus di desa gayam sukoharjo. Pelaksanaan PGMD melalui beberapa tahapan yaitu

Pada bulan Juli meliputi

1. Edukasi kepada kader posyandu lansia di Desa Gayam, Sukoharjo. Materi yang disampaikan adalah tentang diabetes melitus dan pentingnya pemeriksaan glukosa darah dalam manajemen atau tatalaksana penyakit diabetes melitus. selain tentang pengertian gula darah, efek samping, makanan sumber gula darah, cara pengukuran, interpretasi hasil pemeriksaan. Edukasi pada kader posyandu lansia di desa gayam kabupaten sukoharjo di hadiri waktu oleh 6 orang kader posyandu. Sebelum pemberian materi terlebih dahulu dilakukan pretest secara tertulis. Pemberian edukasi pada kader dilakukan dengan menggunakan metode ceramah, tanya jawab dan diskusi sehingga selain

mendapat materi baru kader dapat menyampaikan pendapat, ide dan pengalaman yang pernah di temui di masyarakat.

2. Pelatihan penggunaan glukometer sebagai alat untuk PGDM bagi kader posyandu lansia di desa Gayam, Sukoharjo. Kegiatan pelatihan dilakukan dengan metode praktikum. kepada para kader ditunjukkan demonstrasi langkah-langkah pemeriksaan gula darah dengan glukometer. untuk mempermudah kegiatan praktik kader dibagi menjadi tiga kelompok dengan masing masing kelompok terdiri dari 2 peserta. tiap kelompok kader didampingi oleh 1 orang pengabdi yaitu dosen kebidanan ITB AAS Indonesia. Sebelum melakukan pemeriksaan dengan glukometer terlebih dahulu kita perkenalkan alat-alat yang akan digunakan. Komponen alat-alatnya yaitu berupa glukometer, alat tusukan jari (lancet) dan kapas alkohol. Tenaga kesehatan mendemonstrasikan cara pemeriksaan pada pasien. selama pelaksanaan pelatihan juga ditekankan untuk melaksanakan tindakan pencegahan infeksi .



Gambar 1. Alat Pemeriksaan Gula Darah

3. Pendampingan kader untuk melaksanakan pemeriksaan gula darah dalam kegiatan posyandu lansia di desa Gayam, Sukoharjo. Jadwal pelaksanaan posyandu di Desa Gayam Sukoharjo adalah setiap minggu pertama di awal bulan. kegiatan pendampingan dilaksanakan setelah kegiatan pelatihan. Setelah mendapatkan demonstrasi pemeriksaan gula darah semua kader posyandu lansia di desa gayam antusias dan mau mencoba melakukan pemeriksaan langsung kepada peserta posyandu lansia. penyediaan reagen/stik gula darah dilakukan secara swadaya oleh masyarakat.

Dari hasil evaluasi didapatkan hasil tingkat pengetahuan dan keterampilan kader posyandu lansia desa Gayam Sukoharjo meningkat. Pada bulan Agustus dilakukan evaluasi pengetahuan berupa *post test* dan pendampingan kader dalam posyandu Lansia di desa Gayam Sukoharjo dengan hasil terjadi peningkatan pengetahuan setelah mendapatkan edukasi dan kader telah mampu melakukan pemeriksaan gula darah secara mandiri.

Pemberian edukasi berupa ceramah, simulasi dan demonstrasi dan pendampingan terbukti efektif meningkatkan pengetahuan dan keterampilan kader di desa Gayam Sukoharjo. Peningkatan pengetahuan melalui metode ceramah terbukti dapat meningkatkan pengetahuan (Akbar et al., 2021). Sedangkan upaya peningkatan keterampilan diperlukan perpaduan dengan metode lain agar lebih efektif. Perpaduan metode ceramah, simulasi dan demonstrasi dalam pemberian materi peningkatan keterampilan akan dapat membantu untuk menyampaikan informasi menjadi lebih efektif kepada sasaran (Asriwati, 2021).

Setelah mendapatkan pendampingan kader di desa Gayam Sukoharjo diharapkan terjadi peningkatan pelayanan kader sehingga derajat kesehatan masyarakat Gayam Sukoharjo akan meningkat. Peningkatan keterampilan kader akan meningkatkan kompetensi kader dalam memberikan pelayanan (Sulaiman et.al., 2018)

Kesimpulan dan Saran

Kesimpulan

Pengetahuan kader di desa Gayam Sukoharjo meningkat setelah mendapatkan edukasi melalui teknik ceramah, tanya jawab dan diskusi. Peningkatan keterampilan kader di peroleh setelah dilakukan demonstrasi dan bimbingan. Untuk memastikan tingkat pemahaman kader dilakukan evaluasi pemahaman kader pada jadwal posyandu berikutnya.

setelah diberikan pelatihan pemeriksaan gula darah mandiri pada kader posyandu desa Gayam, Sukoharjo. diharapkan dapat dilaksanakan secara berkelanjutan sehingga masyarakat lebih mudah untuk melakukan pemantauan karena ketersediaan alat dan tenaga terlatih di lingkungan terdekat.

Saran

1. Komitmen terhadap Keberlanjutan Program
Berkomitmen untuk menjalankan tugas pemantauan secara konsisten, meskipun terdapat keterbatasan waktu atau sumber daya.
2. Peningkatan Komunikasi dengan Masyarakat
 - a. Menggunakan pendekatan komunikasi yang ramah dan mudah dipahami oleh lansia, terutama terkait penyuluhan tentang manfaat deteksi dini gula darah.
 - b. Melibatkan keluarga lansia dalam kegiatan edukasi untuk meningkatkan dukungan sosial.
3. Pencatatan dan Dokumentasi Data
 - a. Membiasakan mencatat hasil pemantauan gula darah secara sistematis dan rapi.
 - b. Menyediakan buku laporan khusus untuk mempermudah pelacakan riwayat gula darah bagi masing-masing lansia.

Referensi

- Akbar, F., Darmiati, D., Arfan, F., & Putri, A. A. Z. (2021). Pelatihan dan Pendampingan Kader Posyandu Lansia di Kecamatan Wonomulyo. *Jurnal Abdidas 2* (2), 392–397. <https://doi.org/10.31004/abdidas.v2i2.282>
- Asriwati. (2021). Strategi Komunikasi yang Efektif: Communication for Behavioral Impact (COMBI) dalam Pengendalian Demam Berdarah Dengue (N. U. Hikmah, Ed.). Syah Kuala University Press
- Baharuddin, B., Nurulita, A., & Arif, M. (2018). Uji Glukosa Darah Antara Metode Heksokinase dengan Glukosa Oksidase Dan Glukosa Dehidrogenase di Diabetes Melitus. *Indonesian Journal of Clinical Pathology and* <https://doi.org/10.24293/ijcpml.v2i1i2.1102>
- Hermayunita. 2019. Hubungan Self Efficacy Dengan Perawatan Diri Pada Lansia Diabetes Melitus Tipe 2 Di Puskesmas Andalas Padang. Diploma thesis. Universitas Andalas. Sumatra Barat. Diakses di <http://scholar.unand.ac.id/54635/p>
- International Diabetes Federation (IDF). International Diabetic Federation Diabetic Atlas 10th edition. IDF; 2021.
- Istiyawanti, H., Udiyono, A., Ginandjar, P., & Adi, M. S. (2019). Gambaran Perilaku Self Care Management Pada Penderita Diabetes Melitus Tipe 2. *7*, 155–161.
- Kementerian Kesehatan RI. Hasil Utama Riskesdas 2018. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan; 2018.
- Kshanti, I.A.M. et al. (2019) Pedoman Pemantauan Glukosa Darah Mandiri, Perkumpulan Endokrinologi Indonesia. Jakarta: PB. PERKENI.
- Sulaiman, S., Sutandra, L., Vera, Y., & Anggriani, A. (2018). Pendampingan Kader Posyandu Lansia di Suka Raya. *Journal of Dedicators Community*, 2 (2), 116–122. <https://doi.org/10.34001/jdc.v2i2.712>
- Sunarti, & Utami, S. (2019). Peran Kader Kesehatan dalam Pelayanan Posyandu UPTD Puskesmas Kecamatan Sananwetan Kota Blitar. *Jurnal Keperawatan Malang*, 3(2), 94–100. <https://doi.org/10.36916/jkm.v3i2.63>
- Soelistijo, S.A. et al. (2021) Pedoman Pengelolaan dan Pencegahan Diabetes Melitus Tipe 2 Dewasa di Indonesia, PB. PERKENI. Jakarta: PB. PERKENI. Available at: www.ginasthma.org.