

EDUKASI PEMERIKSAAN GULA DARAH ACAK DAN TEKANAN DARAH PADA PASIEN POLI PENYAKIT DALAM RS ISLAM SURABAYA

Effendi¹, Rusdianingsih², Budhi Setianto³, Akas Yekti Pulih Asih⁴, Agus Aan Adriansyah⁵, Nikmatus Sa'adah⁶, Difran Nobel Bistara⁷, Eppy Setiyoati⁸

^{1,2}Medical of Faculty, Universitas Nahdlatul Ulama Surabaya

^{3,4,5}Departement of Health, Faculty of public health, Universitas Nahdlatul Ulama Surabaya,

⁶Department of Nursing, Faculty of Nursing and midwifery, Universitas Nahdlatul Ulama Surabaya.

^{7,8}Prodi S1 Kedokteran Gigi Fakultas Kedokteran Gigi Institut Ilmu Kesehatan Bhakti Wiyata Kediri.

effendi@unusa.ac.id, rusdianingsing@unusa.ac.id, budhisetianto@yahoo.com, akasyektipulihasih@unusa.ac.id, adriansyah@unusa.ac.id, nikmatus.saadah@iik.ac.id, difrannobel@unusa.ac.id, eppysetiyoati@unusa.ac.id

ABSTRAK

Diabetes merupakan penyakit tidak menular yang sangat berbahaya, penyakit ini merupakan ibu dari seluruh penyakit. Kasus diabetes menduduki kunjungan tertinggi di Poli Rawat Jalan RS Islam Surabaya terutama di poli penyakit dalam. Perlu diadakan edukasi terkait pentingnya menjaga kadar gula darah dan tekanan darah kepada seluruh penderita diabetes. Pengabdian masyarakat ini memiliki dua kegiatan adalah edukasi melalui siaran radio yang diadakan di radio suara muslim Surabaya 93,8 dan edukasi secara one on one kepada setiap pasien yang berobat di RS Islam Surabaya. Dari kegiatan pengabdian masyarakat ini dapat disimpulkan bahwa Siaran radio yang dilaksanakan sangat memberikan manfaat kepada seluruh pendengar terkait pentingnya memeriksa kadar gula darah acak dan mengukur tekanan darah pada penderita diabetes setiap bulan, sehingga bias terkontrol dan terpantau secara rutin dan Pemantauan tekanan darah dan kadar gula sangat memberikan kepuasan kepada pasien yang berobat di Poli Penyakit Dalam RS Islam Surabaya dan edukasi yang diberikan oleh dokter maupun perawat sangat memberikan manfaat.

Kata Kunci : Gula Darah Acak, Tekanan Darah, Pemeriksaan, Poli Penyakit Dalam

PENDAHULUAN

Diabetes Mellitus (DM) merupakan kelompok penyakit metabolik dengan karakteristik meliputi hiperglikemia yang terjadi akibat kelainan insulin, kerja insulin, atau kombinasi dari kelainan insulin dan kerja insulin (Sugiarta & Darmita, 2020). Penyakit Tidak Menular (PTM), termasuk Diabetes, saat ini telah menjadi ancaman serius kesehatan global. Dikutip dari data WHO 2016, 70% dari total kematian di dunia dan lebih dari setengah beban penyakit. 90-95% dari kasus Diabetes adalah Diabetes Tipe 2 yang sebagian besar dapat dicegah karena disebabkan oleh gaya hidup yang tidak sehat (Grace Y Irene, Kuswinarti, 2020). Diabetes menyebabkan 1,5 juta kematian pada tahun 2012. Gula darah yang lebih tinggi dari batas maksimum mengakibatkan tambahan 2,2 juta kematian, dengan meningkatkan risiko penyakit kardiovaskular dan lainnya. Empat puluh tiga persen (43%) dari 3,7 juta kematian ini terjadi sebelum usia 70 tahun. Persentase kematian yang

disebabkan oleh diabetes yang terjadi sebelum usia 70 tahun lebih tinggi di Negara Negara berpenghasilan rendah dan menengah daripada di negara-negara berpenghasilan tinggi (Widiastuti, 2020).

Poli Penyakit Dalam RS Islam Surabaya buka setiap hari, kunjungan pasien terbanyak di poli penyakit dalam adalah Penderita Diabetes. Untuk memberikan manfaat pengetahuan dan selalu mengingatkan kembali terkait pentingnya menjaga gula darah perlu diadakan edukasi secara terus menerus kepada pasien penderita diabetes. Tujuan dari pengabdian ini adalah (1) memberikan edukasi secara menyeluruh kepada masyarakat kepada masyarakat melalui siaran Radio, (2) melakukan edukasi dengan metode ceramah secara *one on one* kepada penderita.

METODE

Dalam pengabdian masyarakat ini ada 2 kegiatan agenda besar.

1. Siaran Radio di Suara Muslim 93,8 Surabaya

- Materi Siaran : Pentingnya Pemeriksaan Kadar Gula Darah Acak Untuk Penderita Diabetes
- Sasaran Kegiatan: Adalah pendengar Bincang Medika yang diadakan setiap Sabtu jam 08.00 – 09.30 di Radio Suara Muslim Surabaya
- Tujuan Kegiatan :Memberikan Pemahaman Kepada Pendengar Tentang Pentingnya Memeriksa Kadar Gula Darah Acak
- Metode Pelaksanaan : Siaran Radio.

2. Edukasi di Poli Rawat Penyakit Dalam RS Islam Surabaya

- Materi Edukasi : Leaflet
- Sasaran Kegiatan: Setiap pasien yang berkunjung ke Poli Penyakit Dalam RS Islam Surabaya
- Tujuan kegiatan : Memberikan edukasi kepada setiap pasien Poli Penyakit Dalam Surabaya
- Metode Pelaksanaan : Ceramah langsung secara berkelompok / *One on One*/ memberil edukasi leaflet.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Siaran Radio

Radio Suara Muslim 93.8 bekerjasama dengan RS Islam Surabaya untuk mengadakan bincang medika setiap hari Sabtu pada minggu ke tiga. Tujuan dari acara ini adalah untuk memberikan edukasi kepada masyarakat dengan tema yang berbeda. Sebagai media promosi di media social maka dibuatlah brosur/ leaflet sebagai mana berikut. Brosur / leaflet ini akan di publish di Instagram, Facebook, Whatsup dan Youtube Chanel.



Gambar 1 Brosur/ Leaflet Talk Show Edukasi di Radio Suara Muslim 93,8 Surabaya

Radio merupakan salah satu alat komunikasi yang masih eksis saat ini. Di tengah serbuan era digital, radio masih tetap hidup di zaman milenial. Pemanfaatan radio yang digunakan untuk melestarikan nilai budaya bangsa Indonesia mulai menipis karena pesatnya perkembangan teknologi dan derasnya arus globalisasi di Indonesia (Nirwana, 2020) Meski jumlah pendengar radio di Indonesia mengalami penurunan dari tahun ke tahun, akan tetapi mengingat radio adalah media penyiaran komunikasi massa, maka radio tetap berfungsi sebagai media informasi, pendidikan, hiburan yang sehat, kontrol, dan perekat sosial (Innayah & Susanti, 2016).



Gambar 2 Pelaksanaan Talkshow Edukasi di Radio Suara Muslim 93,8 Surabaya

Hasil rekaman siaran radio akan di unggah dalam chanel youtube(Sabarudin et al., 2020). Channel YouTube merupakan Brand>Nama Saluran atau channel yang berisi Konten video YouTube merupakan situs berbagi video milik Google, Artinya untuk masuk ke akun YouTube, sehingga akan semakin banyak masyarakat yang akan melihat tayangan tersebut(Vainy et al., 2019).



<https://www.youtube.com/watch?v=CyQr47IdJn8>

Gambar 3 Upload Youtube Chanel

2. Edukasi di Poli Penyakit Dalam

Glukometer atau alat cek gula darah adalah perangkat digital yang berfungsi menghitung kadar glukosa di dalam darah. Tensimeter digital sendiri adalah alat yang digunakan untuk mengukur tekanan darah seseorang secara digital.



Gambar 4 Tensi Meter dan Alat Pemeriksaan Gula Darah Acak

Leaflet adalah salah satu alat promosi yang sangat umum digunakan oleh suatu badan usaha, baik perusahaan maupun perorangan, dalam kegiatan promosi dan pemasaran yang mereka lakukan(Vainy et al., 2019). Umumnya dalam mempromosikan suatu usaha, leaflet akan berisikan informasi spesifik atas satu jenis produk atau jasa diantara beberapa produk atau jasa yang anda tawarkan, meskipun banyak juga yang memanfaatkan leaflet untuk memperkenalkan keseluruhan produk atau layanan dari suatu usaha tersebut. Bentuk paling umum dari leaflet adalah adanya lipatan pada selembar kertas tersebut, yang dilipat menggunakan teknik rel sehingga kertas tidak retak dan pecah pada bagian lipatannya(Herman et al., 2020).



Gambar 5 Poster/Leaflet yang digunakan untuk media edukasi

Pengukuran tekanan darah dilakukan setiap pasien sebelum perikas ke dokter hal ini ditujukan untuk mengkontrol tekanan darah dan sebagai pengukuran untuk memudahkan control tekanan pada pasien. Penggunaan tensimeter digitas sekarang sering dipakai untuk pengukuran tekanan darah. Langkah – langkah

dalam mengukur tekanan darah dengan digitas (1) Gunakan manset sesuai ukuran, dan letakkan pada lengan pasien, pastikan alat sudah terkalibrasi secara rutin (2) Pengukuran tekanan darah pasien harus kedalam posisi rileks dan nyaman, (3) Tempat yang nyaman untuk pasien tidak bising, (4) Tunggu minimal 5 menit setelah merasa nyaman, kemudian lakukan pengukuran, (5) Duduk dengan rileks dengan posisi kakik menapak pada lantai tidak menggantung, (6) lengan tangan bersandar di meja/kursi, tidak menggantung (7) Pengukuran tekanan darah dilakukan 2 kali, beri jarak 1 menit sebelum pengukuran berikutnya, (8) Pengukuran dilakukan pada waktu (9) Catat setiap kali pengukuran tekanan darah dilakukan.



Gambar 6 Pemeriksaan Tekanan Darah

Pemeriksaan kadar gula darah adalah suatu pengukuran langsung terhadap keadaan pengendalian kadar gula darah pasien pada waktu tertentu saat dilakukan pengujian. Kadar gula darah sewaktu Pemeriksaan yang dilakukan untuk mengetahui kadar gula darah sebelum dilakukan puasa ataupun setelah mengkonsumsi makanan biasanya digunakan untuk mendeteksi awal diabetes mellitus. Pemeriksaan gula darah sewaktu dilakukan tanpa persiapan yang bertujuan untuk melihat kadar gula darah sesaat tanpa puasa dan tanpa pertimbangan waktu setelah makan. Persiapan sampel tes glukosa darah yaitu (Nurayati & Adriani, 2017) : (1) Pengambilan sampel sebaiknya dilakukan pada

pagi hari. (2) Sampel tes sering atau dikontrol DM : plasma vena, serum/darah kapiler. Sampel tes diagnostik : plasma vena. (c) Sampel plasma stabil kurang dari 1 jam. Bila lebih dari 1 jam akan mengakibatkan konsentrasi glukosa turun. (d) Sampel serum stabil kurang dari 2 jam.

Persiapan untuk alat yang digunakan secara umum harus memenuhi syarat-syarat: (1) . Kering (2) Bersih (3) Tidak megandung bahan kimia atau deterjen (4) Terbuat dari bahan yang tidak mengubah zat-zat yang ada pada spesimen (5) Mudah dicuci dar bekas spesimen sebelumnya (6) Pengambilan specimen untuk pemeriksaan biakan harus menggunakan peralatan yang steril. Pengambilan spesimen yang bersifat invasif harus menggunakan peralatan yang steril dan seakali pakai buang (Setyawan & Sono, 2015).



Gambar 7 Pemeriksaan Gula Darah Acak

Ceramah adalah Cara yang yang digunakan dalam menyampaikan pesan kesehatan dan informasi kepada individu, kelompok dan masyarakat secara lisan. Metode ini baik untuk sasaran yang berpendidikan tinggi maupun rendah (Nurul Riau Dwi Safitri, 2016).



Gambar 8 Pemberian Edukasi Dengan Metode Ceramah Kepada Pasien

SIMPULAN

- 1) Siaran radio yang dilaksanakan sangat memberikan manfaat kepada seluruh pendengar terkait pentingnya memeriksa kadar gula darah acak dan mengukur tekanan darah pada penderita diabetes setiap bulan, sehingga bias terkontrol dan terpantau secara rutin
- 2) Pemantauan tekanan darah dan kadar gula sangat memberikan kepuasan kepada pasien yang berobat di Poli Penyakit Dalam RS Islam Surabaya dan edukasi yang diberikan oleh dokter maupun perawat sangat memberikan manfaat.

DAFTAR PUSTAKA

- Grace Y Irene , Kuswinarti, M. K. (2020). Understanding Patients with Type 2 Diabetes Mellitus Using Oral Antidiabetic Drugs Gambaran Penderita Diabetes Mellitus tipe 2 dengan Obat Antidiabetik Oral Faculty of Medicine Padjadjaran University *. 2, 2(5), 61–75.
- Herman, H., Citrakusumasari, C., Hidayanti, H., Jafar, N., & Virani, D. (2020). Pengaruh Edukasi Gizi Menggunakan Leaflet Kemenkes Terhadap Perilaku Konsumsi Sayur Dan Buah Pada Remaja Di Sma Negeri 10 Makassar. *Jurnal Gizi Masyarakat Indonesia: The Journal of Indonesian Community Nutrition*, 9(1), 39–50. <https://doi.org/10.30597/jgmi.v9i1.10157>
- Innayah, N., & Susanti, M. (2016). Peran Serta Pendengar dan Lembaga Pemerintah dalam Siaran Radio Pendidikan. *Journal Pekommas*, 1(1), 21.
- Nirwana, P. & O. P. (2020). *Komunikasi Siaran Radio Untuk Mempertahankan Budaya Betawi Di Era Digital Communicating Radio Programs To Preserve Betawi Culture in*. 4(1), 83–91.
- Nurayati, L., & Adriani, M. (2017). Hubungan Aktifitas Fisik dengan Kadar Gula Darah Puasa Penderita Diabetes Melitus Tipe 2. *Amerta Nutrition*, 1(2), 80. <https://doi.org/10.20473/amnt.v1i2.6229>
- Nurul Riau Dwi Safitri, D. Y. F. (2016). Pengaruh Edukasi Gizi Dengan Ceramah dan Booklet Terhadap Peningkatan Pengetahuan dan Sikap Gizi Remaja Overweight. *Journal of Nutrition College*, 4(Jilid 5), 360–367.
- Sabarudin, Mahmudah, R., Ruslin, Aba, L., Nggawu, L. O., Syahbudin, Nirmala, F., Saputri, A. I., & Hasyim, M. S. (2020). Efektivitas Pemberian Edukasi secara Online melalui Media Video dan Leaflet terhadap Tingkat Pengetahuan Pencegahan Covid-19 di Kota Baubau. *Jurnal Farmasi Galenika (Galenika Journal of Pharmacy) (e-Journal)*, 6(2), 309–318. <https://doi.org/10.22487/j24428744.2020.v6.i2.15253>
- Setyawan, S., & Sono. (2015). Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Kadar Glukosa Darah Sewaktu Pada Pasien Diabetes Melitus. *Jurnal Keperawatan*, XI(1), 127–130.
- Sugiarta, I. G. R. M., & Darmita, I. G. K. (2020). Profil penderita Diabetes Mellitus Tipe-2 (DM-2) dengan komplikasi yang menjalani rawat inap di Rumah Sakit Umum Daerah (RSUD) Klungkung, Bali tahun 2018. *Intisari Sains Medis*, 11(1), 7. <https://doi.org/10.15562/ism.v11i1.515>
- Vainy, T. P., Untari, E. K., & Rizkifani, S. (2019). Efektivitas Pemberian Edukasi (leaflet) Terhadap Pengetahuan Swamedikasi Diare Anak Pada Orang Tua Murid Taman Kanak-Kanak Di Kecamatan Pontianak Barat Dan Pontianak Tenggara Tahun 2019-2020. *Jurnal Mahasiswa Farmasi Fakultas Kedokteran UNTAN*, 4(1), 59–66.
- Widiastuti, L. (2020). Acupressure dan Senam Kaki terhadap Tingkat Peripheral Arterial Disease pada Klien DM Tipe 2. *Jurnal Keperawatan Silampari*, 3(2), 694–706. <https://doi.org/10.31539/jks.v3i2.1200>