

Upaya Peningkatan Keterampilan Kader Posyandu Lestari 3 Dalam Melakukan Pemeriksaan Kadar Gula Darah, Kolesterol, Asam Urat, Dan Tekanan Darah Secara Mandiri

Efforts to Improve the Skills of Posyandu Lestari 3 Cadres in Checking Blood Sugar, Cholesterol, Uric Acid, and Blood Pressure Independently

Wijonarko^{1*}, Ferry¹

Diploma III Keperawatan, Akademi Keperawatan Bunda Delima, Bandar Lampung

Kata Kunci :

Kader Posyandu, Pemeriksaan kesehatan mandiri, Keterampilan.

ABSTRAK

Kader Posyandu Lestari 3 memiliki peran yang signifikan dalam menyediakan layanan kesehatan masyarakat, terutama dalam pemeriksaan kesehatan preventif. upaya peningkatan keterampilan kader Posyandu Lestari 3 dalam melakukan pemeriksaan kadar gula darah, kolesterol, asam urat, dan tekanan darah secara mandiri. Metode yang digunakan meliputi pelatihan, pendampingan, dan penerapan praktik langsung dalam situasi lapangan. Hasil menunjukkan peningkatan yang signifikan dalam keterampilan kader Posyandu dalam melakukan pemeriksaan kesehatan mandiri, yang berpotensi meningkatkan deteksi dini penyakit kronis dan mendorong pencegahan yang lebih efektif.

Kata Kunci :

Posyandu Cadres, Independent Health Examination, Skills.

ABSTRACT

Posyandu Lestari 3 cadres have a significant role in providing public health services, especially in preventive health examinations. Efforts to improve the skills of Posyandu Lestari 3 cadres in independently checking blood sugar, cholesterol, uric acid and blood pressure levels. The methods used include training, mentoring, and direct practical application in field situations. The results show a significant improvement in Posyandu cadres' skills in conducting self-health checks, which has the potential to improve early detection of chronic diseases and encourage more effective prevention.

Copyright © 2023 Jurnal Pengabdian Masyarakat Bunda Delima
All rights reserved

Corresponding Author:

Wijonarko

Diploma III Keperawatan, Akademi Keperawatan Bunda Delima, Bandar Lampung, Indonesia
Email: wijonarkosigit93@gmail.com

Article history

Received date : 6 Februari 2024
Revised date : 21 Februari 2024
Accepted date : 29 Februari 2024

1. PENDAHULUAN

Diabetes mellitus merupakan suatu penyakit yang ditandai oleh kadar glukosadarah melebihi normal dan gangguan metabolisme karbohidrat, lemak dan protein yang disebabkan kekurangan hormon insulin secara relatif maupun absolut. Bila hal ini dibiarkan tak terkendali dapat terjadi komplikasi metabolik akut maupun komplikasi vaskuler jangka panjang, baik mikroangiopati maupun makroangiopati (Darmono 2007).

Diabetes mellitus perlu diwaspadai karena sifat penyakit yang kronik progresif, jumlah penderita semakin meningkat dan banyak dampak negatif yang ditimbulkan. Diabetes Mellitus (DM) merupakan salah satu masalah kesehatan yang berdampak pada produktivitas dan dapat menurunkan sumber daya manusia. Penyakit ini tidak hanya berpengaruh secara individu, tetapi sistem kesehatan suatu negara (Suyono, 2002). Dampak negatif yang ditimbulkan dari DM cukup besar antaralain, komplikasi kronik pada penyakit jantung kronis, hipertensi, otak, sistem saraf, hati, mata dan ginjal. Diabetes sendiri merupakan penyakit yang disebabkan oleh tingginya kadar gula darah akibat gangguan pada pankreas dan insulin.

Pada tahun 2019 organisasi International Diabetes Federation (IDF) memperkirakan sedikitnya terdapat 463 juta orang penyandang diabetes mellitus (DM) berusia 20-79 tahun di dunia atau setara dengan prevalensi 9,3% dari total penduduk pada usia yang sama. Di Indonesia pada tahun 2019 terdapat 10,7 juta orang penyandang DM sehingga Indonesia berada pada urutan ke-7 sebagai Bustamam et al. 2350 negara dengan penyandang DM terbanyak di dunia. Angka tersebut diprediksi akan meningkat hingga mencapai 678 juta pada tahun 2030 (Kementerian Kesehatan RI, 2020).

Data Riskesdas 2018 menunjukkan prevalensi DM usia ≥ 15 tahun berdasarkan hasil pemeriksaan darah sebesar 8,5% atau sekitar 20,4 juta orang Indonesia didiagnosis DM. Prevalensi DM tersebut meningkat dibandingkan dengan data Riskesdas tahun 2013, yaitu sebesar 6,9%. Pada Riskesdas 2018 diagnosis DM ditegakkan bila kadar glukosa darah puasa ≥ 126 mg/dl, atau glukosa darah 2 jam pasca pembebanan ≥ 200 mg/dl, atau glukosa darah sewaktu ≥ 200 mg/dl dengan gejala sering lapar, sering haus, sering buang air kecil, dan berat badan turun (Kementerian Kesehatan RI, 2018).

Upaya untuk mencegah dan mengendalikan DM di Indonesia bertujuan untuk memastikan individu yang sehat tetap sehat, individu dengan faktor risiko dapat mengontrol faktor risiko tersebut agar tidak menjadi DM, dan penyandang DM dapat mengontrol penyakitnya untuk mencegah terjadinya komplikasi. Pencegahan dan pengendalian DM dilakukan melalui pendekatan edukatif, deteksi dini faktor risiko, dan tatalaksana yang sesuai standar medis (Kementerian Kesehatan RI, 2020).

Posyandu merupakan salah satu bentuk Upaya Kesehatan Masyarakat (UKM) yang berfokus pada promotif dan preventif dalam pengendalian Penyakit Tidak Menular (PTM) dengan melibatkan partisipasi aktif masyarakat dalam berbagai tahap, mulai dari perencanaan, pelaksanaan dan pemantauan, dan evaluasi (Kementerian Kesehatan RI, 2019). Partisipasi masyarakat dalam posbindu melibatkan kegiatan deteksi dini dan pemantauan faktor risiko PTM. Posbindu harus dilaksanakan secara terpadu, rutin, dan berkala. Posbindu dilaksanakan oleh kader yang bersedia untuk menyelenggarakan kegiatan posbindu dan telah mendapatkan pelatihan atau fasilitasi untuk melakukan pemantauan faktor risiko PTM (Kementerian Kesehatan RI, 2012).

Kader posyandu berperan sebagai garda terdepan dalam upaya pencegahan dan pengendalian PTM, termasuk DM di Indonesia. Melalui kegiatan posbindu, deteksi dini menjadi prioritas untuk mengidentifikasi individu yang berisiko terkena DM. Salah satu metode yang dilakukan adalah pemeriksaan kadar gula darah oleh kader yang telah mendapatkan pelatihan memadai. Jika terdapat individu dengan masalah DM, kader dapat memberikan edukasi mengenai gaya hidup sehat, melakukan intervensi terhadap faktor risiko yang ada, atau merujuk individu tersebut ke Puskesmas untuk penanganan lebih lanjut (Kementerian Kesehatan RI, 2020). Bernas:

Mengingat peran strategis kader posyandu tersebut, penting bagi kader untuk memiliki pengetahuan dan keterampilan yang cukup terkait dengan upaya pencegahan dan pengendalian DM. Meskipun latar belakang pendidikan kesehatan tidak dimiliki oleh sebagian besar kader Posyandu Lestari 3, mereka dapat meningkatkan pengetahuan dan keterampilannya melalui edukasi dan pelatihan agar dapat memberikan kontribusi berarti di wilayahnya Akper Bunda Delima merupakan salah satu institusi kesehatan yang berada di Kota Bandar Lampung, mempunyai program kesehatan untuk mencegah dan meningkatkan kesehatan warga kota Bandar Lampung Akper Bunda Delima Bandar Lampung sebagai sebuah Institusi yang melaksanakan Tri Dharma perguruan tinggi bermaksud melakukan pengabdian masyarakat.

Posyandu Lestari 3 merupakan bagian integral dari sistem kesehatan masyarakat di banyak wilayah. Kader Posyandu memainkan peran penting dalam menyediakan layanan kesehatan dasar dan pencegahan penyakit. Dalam konteks pemeriksaan kesehatan mandiri, kader Posyandu memiliki potensi besar untuk meningkatkan kesadaran dan deteksi dini penyakit kronis seperti diabetes, penyakit jantung, dan penyakit ginjal dengan melakukan pemeriksaan kadar gula darah, kolesterol, asam urat, dan tekanan darah.

Posyandu Lestari 3 adalah sebuah program yang bertujuan untuk mengembangkan keterampilan kader dalam melakukan pemeriksaan kesehatan secara mandiri. Dalam program ini, kader Posyandu Lestari 3 diharapkan dapat melakukan pemeriksaan kadar gula

darah, kolesterol, asam urat, dan tekanan darah secara mandiri. Namun, kadang-kadang kader Posyandu Lestari 3 masih membutuhkan pendampingan dalam melakukan pemeriksaan kesehatan, seperti dalam pemeriksaan gula darah

2. METODE PELAKSANAAN

Studi ini menggunakan pendekatan pelatihan dan pendampingan bagi kader Posyandu Lestari 3. Pelatihan berfokus pada peningkatan pemahaman tentang prosedur pemeriksaan, interpretasi hasil, dan tindak lanjut yang tepat. Pendampingan dilakukan melalui praktik langsung di Posyandu dan supervisi oleh tenaga kesehatan yang terlatih.

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan di Posyandu Lestari kelurahan Tanjung Raya Bandar Lampung, hal ini dikarenakan masih banyak kader posyandu dan masyarakat belum mengetahui cara pemeriksaan gula darah, kolesterol, asam urat dan tekanan darah. Target kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah kader dan masyarakat kelurahan Tanjung Raya Bandar Lampung. Luaran yang diharapkan dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah peserta kegiatan yang terdiri dari kader posyandu dan masyarakat mampu melakukan pemeriksaan kadar gula darah, kolesterol, asam urat dan tekanan darah secara mandiri.

Kader posyandu dan masyarakat masih banyak yang belum mengetahui cara melakukan pemeriksaan kadar gula darah, kolesterol, asam urat dan tekanan darah secara mandiri di wilayah posyandu lestari 3 kelurahan Tanjung Raya. Masih banyak belum mengetahui cara pemeriksaan. Hal ini dapat dilakukan dengan memberikan informasi yang jelas dan cara pemeriksaan kadar gula darah, kolesterol, asam urat dan tekanan darah secara mandiri di wilayah posyandu lestari 3 kelurahan Tanjung Raya secara mandiri.

Dengan kegiatan tersebut diharapkan kader posyandu dan masyarakat dapat melakukan pemeriksaan kadar gula darah, kolesterol, asam urat dan tekanan darah.

Metode kegiatan ini dilakukan dengan metode pemeriksaan kesehatan dan penyuluhan. Kegiatan pengabdian ini dimaksudkan untuk membantu kader posyandu dan masyarakat Tanjung Raya. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat di wilayah Posyandu lestari 3 kelurahan Tanjung Raya meliputi beberapa tahap pelaksanaan, yaitu :

1. Tahap Persiapan

Tahap ini seluruh peserta kegiatan mengisi daftar hadir.

2. Pembukaan kegiatan Pengabdian Masyarakat

Pembukaan kegiatan, penyampaian informasi dan pemeriksaan kesehatan

3. Pelaksanaan Kegiatan.

Dilakukan dengan metode pemeriksaan kesehatan dan edukasi

4. Kegiatan Akhir

Kegiatan diakhiri dengan sambutan penutupan.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Setelah intervensi, kader Posyandu menunjukkan peningkatan yang signifikan dalam keterampilan mereka dalam melakukan pemeriksaan kadar gula darah, kolesterol, asam urat, dan tekanan darah secara mandiri. Mereka lebih percaya diri dalam mengoperasikan peralatan, memahami hasil pemeriksaan, dan memberikan saran atau rujukan yang sesuai kepada individu yang diperiksa.



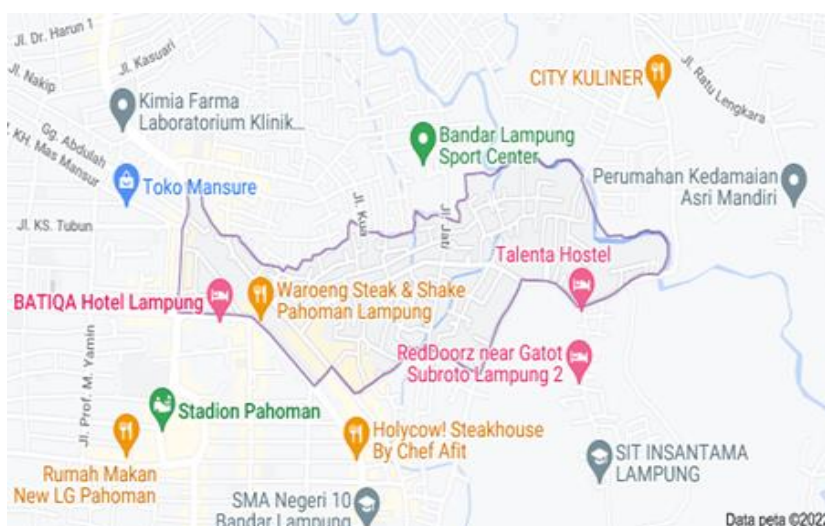
Gambar 1. Suasana Persiapan Pengabdian di Posyandu Lestari 3

Rata-rata tes pengetahuan sebelum pelatihan adalah 58,50, sedangkan rata-rata tes pengetahuan setelah pelatihan adalah 80. Berdasarkan hal tersebut dapat disimpulkan bahwa peningkatan yang signifikan dalam keterampilan mereka dalam melakukan pemeriksaan kadar gula darah, kolesterol, asam urat, dan tekanan darah secara mandiri. Pelatihan memberikan hasil yang signifikan terhadap tingkat pengetahuan kader mengenai pemeriksaan kadar gula darah, kolesterol, asam urat dan tekanan darah.



Gambar 2. Suasana Pelaksanaan Pengabdian di Posyandu Lestari 3

Pengabdian ini menunjukkan bahwa pendidikan kesehatan dan pendampingan dapat membantu kader Posyandu Lestari 3 dalam melakukan pemeriksaan kesehatan secara mandiri. Namun, untuk melakukan pemeriksaan gula darah, kadang-kadang kader Posyandu Lestari 3 masih membutuhkan pendampingan. Oleh karena itu, perlu dilakukan pendidikan kesehatan yang lebih spesifik tentang pemeriksaan gula darah dan pendampingan yang lebih efektif. Peningkatan keterampilan kader Posyandu dalam pemeriksaan kesehatan mandiri memiliki dampak positif dalam pencegahan penyakit kronis dan pemantauan kesehatan masyarakat. Dengan mendorong partisipasi aktif kader Posyandu dalam deteksi dini penyakit, dapat diharapkan adanya penurunan angka kesakitan dan kematian terkait penyakit yang dapat dicegah.



Gambar 3. Peta Lokasi Pengabdian Masyarakat

4. KESIMPULAN DAN SARAN

Peningkatan keterampilan kader Posyandu dalam melakukan pemeriksaan kadar gula darah, kolesterol, asam urat, dan tekanan darah secara mandiri adalah langkah positif dalam upaya pencegahan penyakit dan promosi kesehatan masyarakat. Diperlukan komitmen berkelanjutan dalam memberikan pelatihan, dukungan, dan sumber daya yang diperlukan untuk memastikan keberlanjutan dari upaya pengabdian ini.

Pengabdian ini menunjukkan bahwa pendidikan kesehatan dan pendampingan dapat membantu kader Posyandu Lestari 3 dalam melakukan pemeriksaan kadar gula darah, kolesterol, asam urat, dan tekanan darah secara mandiri. Namun, untuk melakukan pemeriksaan gula darah, kadang-kadang kader Posyandu Lestari 3 masih membutuhkan pendampingan. Oleh karena itu, perlu dilakukan pendidikan kesehatan yang lebih spesifik tentang pemeriksaan gula darah dan pendampingan yang lebih efektif.

5. DAFTAR PUSTAKA

Fitrian Rayasari,dkk. Peningkatan Peran Kader Kesehatan Menuju Adaptasi

Kebiasaan Baru pada kelompok Penderita dan Resiko Penyakit Tidak Menular (PTM) di RW 07 Kelurahan Utan Panjang, *Journal of Community Engagement in Health* <http://jceh.org>, Vol.4 No.2. Sep 2021.

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2016). Pedoman Posyandu. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.

Notoatmodjo, S. (2010). Pendidikan dan Perilaku Kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta.

Prabandari, Y. S., & Dewi, A. (2016). Pengetahuan, Sikap, dan Perilaku Kader Posyandu dalam Pencegahan Penyakit Tidak Menular di Kota Semarang. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 4(1), 34-39.

Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2020). InfoDatin: Prevalensi Hipertensi di Indonesia. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.

Sari, D. K., & Nursalam. (2018). Peningkatan Keterampilan Kader Posyandu dalam Deteksi Dini Hipertensi dengan Metode Pelatihan dan Pendampingan. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 21(2), 90-98.

WHO. (2016). Global Report on Diabetes. G