

PENINGKATAN KUALITAS HIDUP MELALUI DETEKSI DINI PENYAKIT DEGENERATIF MELALUI PEMERIKSAAN TEKANAN DARAH DAN GLUKOSA DARAH

Eva Inayatul Faiza^{1*}, Riski Akbarani², Indah Mauludiyah³

^{1,2,3}STIKes Kendedes Malang, Indonesia

*Korespondensi: eva.inayatul@yahoo.com

ABSTRACT

Background: Degenerative diseases are still a health problem that must be paid attention to. This disease can be prevented by early detection so as to minimize the risk factors that cause it. Various government efforts have been made to prevent and treat degenerative diseases, one of which is early detection of disease through regular blood pressure checks and blood sugar checks. Community service is to improve the quality of life through early detection of degenerative diseases through blood pressure and blood glucose checks. **Method:** Community service method using free blood pressure and blood glucose checks and providing counseling about degenerative diseases. Community service recommendations for 37 people carried out on August 23 2024. **Results:** Most blood pressure and blood glucose examination results were within normal limits. **Conclusion:** Community service activities were carried out smoothly and we hope that this activity can pay attention to the quality of life, especially related to degenerative diseases.

Keywords: *early detection, degenerative disease, quality of life*

ABSTRAK

Latar Belakang: Penyakit degeneratif masih menjadi masalah kesehatan yang harus diperhatikan. Penyakit ini dapat dicegah dengan cara deteksi dini sehingga dapat meminimalkan factor-faktor resiko penyebabnya. Berbagai upaya pemerintah sudah dilakukan guna pencegahan dan pengobatan penyakit degenerative, salah satunya dengan deteksi dini penyakit melalui pemeriksaan tekanan darah dan pemeriksaan gula darah secara berkala. **Tujuan:** pengabdian masyarakat adalah meningkatkan kualitas hidup melalui deteksi dini penyakit degeneratif melalui pemeriksaan tekanan darah dan glukosa darah. **Metode:** Metode pengabdian Masyarakat dengan menggunakan pemeriksaan gratis tekanan darah dan glukosa darah serta memberikan konseling tentang penyakit degenerative. Saran pengabdian Masyarakat sebanyak 37 orang yang dilaksanakan 23 Agustus 2024. Hasil: Hasil pemeriksaan tekanan darah dan glukosa darah Sebagian besar dalam batas normal. **Kesimpulan:** Kegiatan pengabdian Masyarakat terlaksanan dengan lancar dan berharap dengan kegiatan ini dapat memperhatikan kualitas hidup khususnya terkait penyakit degeneratif.

Kata kunci: deteksi dini, penyakit degeratif, kualitas hidup

PENDAHULUAN

Meningkatnya kejadian penyakit degeneratif tidak terlepas dari dampak yang ditimbulkan akibat perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi. Perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi yang pesat memberikan dampak munculnya beragam produk yang memberikan kemudahan-kemudahan dalam hidup manusia. Dikutip dari laporan World Health Organization (WHO), penyakit degeneratif telah menambah peliknya kondisi kesehatan sebagian negara di dunia, yang selama ini didera permasalahan banyaknya kasus penyakit menular dan infeksi yang tergolong non degeneratif. Banyak negara mengalami kerugian hingga miliaran dolar akibat penyakit degeneratif. Oleh karena itu dibutuhkan langkah konkret untuk menanggulangnya. Hingga akhir tahun 2005 saja penyakit degeneratif telah menyebabkan kematian hampir 17 juta orang di seluruh dunia. Jumlah ini menempatkan penyakit degeneratif menjadi penyakit pembunuh manusia terbesar (Suirakka, 2016).

Penyakit degeneratif dapat mempengaruhi kualitas hidup manusia yang menderitanya, banyak aktivitas yang terganggu karena tidak bisa dilakukan dengan maksimal. Berbagai upaya dilakukan untuk menekan resiko timbulnya penyakit degenerative. Lansia memiliki resiko jauh lebih besar mengalami penyakit khususnya penyakit degeneratif. Penyakit ini dikenal sebagai chronic disease yaitu penyakit dengan gejala yang terjadi secara bertahap dan jangka panjang, yang mana penyakit yang dapat mempengaruhi kualitas dan produktivitas hidup seseorang (Nisak et al., 2018).

Penyakit degenerative dapat mempengaruhi kualitas hidup penderitanya. Pencegahan terhadap penyakit degenerative dapat dilakukan sebelum terdiagnosa maupun sesudah terdiagnosa. Pencegahan yang dapat dilakukan dengan meningkatkan kesadaran akan faktor resiko, menjauhi faktor resiko dan melakukan cek Kesehatan secara teratur. Peningkatan kesadaran dapat dilakukan dengan edukasi baik secara langsung maupun menggunakan teknologi. Edukasi dapat meningkatkan motivasi pasien terkait dengan kepatuhan manajemen diri (Rochmawati, 2019). Adapun tujuan pengabdian masyarakat adalah meningkatkan kualitas hidup melalui deteksi dini penyakit degeneratif melalui pemeriksaan tekanan darah dan glukosa darah.

METODE

Metode Pengabdian Masyarakat yang digunakan adalah pemeriksaan tekanan darah dan glukosa darah pada Masyarakat. Lokasi yang dipilih adalah wilayah Kelurahan Polowijen Kecamatan Blimbing Malang. Populasi pengabdian Masyarakat adalah 37 orang. Untuk mencapai tujuan yang sudah ditetapkan maka kegiatan dilakukan dengan pendekatan dibawah ini:

Tahap Persiapan

- a. Penyusunan proposal
- b. Mengurus perijinan kegiatan
- c. Koordinasi dengan Klinik Kendedes dan Dinas Kesehatan Kota Malang
- d. Koordinasi dengan Kelurahan Polowijen dan Kader Kesehatan
- e. Final check persiapan pelaksanaan pengabdian

Tahap Pelaksanaan

- a. Menentukan peserta yang mendaftar agar dapat dimasukkan pada kelompok pengabdian Masyarakat
- b. Menyiapkan tempat dan fasilitas penyelenggaraan kegiatan. Ruangan luas dan ber AC dilengkapi dengan tempat duduk yang nyaman.
- c. Meyiapkan tempat pemeriksaan dan alat-alat Kesehatan untuk pemeriksaan tekanan darah dan glukosa darah
- d. Menyiapkan leaflet penyakit degenerative untuk konsultasi hasil pemeriksaan
- e. Melakukan pemeriksaan tekanan darah dan glukosa darah
- f. Pendekatan diskusi: memberikan kesempatan untuk Masyarakat mengajukan pertanyaan terkait penyakit degenaratif

Tahap Akhir

- a. Melakukan evaluasi pelaksanaan kegiatan pelayanan pemeriksaan tekanan darah dan glukosa darah yang telah dilakukan
- b. Menyampaikan hasil pengabdian Masyarakat ke Klinik Kendedes dan Dinas Kesehatan Kota Malang
- c. Mengatur tindak lanjut yang diperlukan
- d. Menulis laporan kegiatan pengabdian masyarakat

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pengabdian Masyarakat ini telah mendapatkan izin dari Dinas Kesehatan Kota Malang dan Klinik Kendedes Malang, telah koordinasi dengan kelurahan Polowijen Kecamatan Blimbing dan didapatkan kesempatan kegiatan pengabdian Masyarakat ini dilakukan pada tanggal 23 Agustus 2024. Tujuan dari kegiatan pengabdian Masyarakat ini adalah meningkatkan kualitas hidup melalui deteksi dini penyakit degeneratif melalui pemeriksaan tekanan darah dan glukosa darah.

Adapun dokumentasi kegiatan yang telah dilakukan yaitu:



Gambar 1: Pengisian Daftar Hadir; Gambar 2: Ruang Tunggu Pemeriksaan; Gambar 3: Pemeriksaan Tekanan Darah; Gambar 4: Pemeriksaan Glukosa Darah; Gambar 5: Konsultasi hasil pemeriksaan; Gambar 6: Pelaksanaan Kegiatan; Gambar 7: Foto Bersama

Data Umum Responden

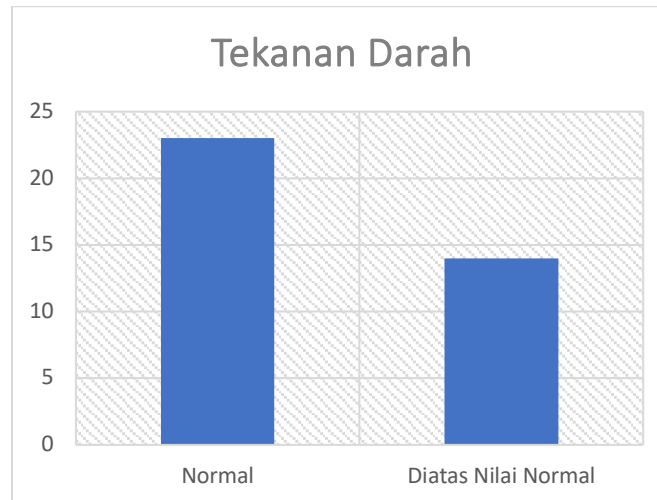
Tabel 1. Karakteristik Responden

Usia	Frekuensi	%
Dewasa (19-44 Tahun)	14	37,83
Pra Lansia (45-59) Tahun	21	56,75

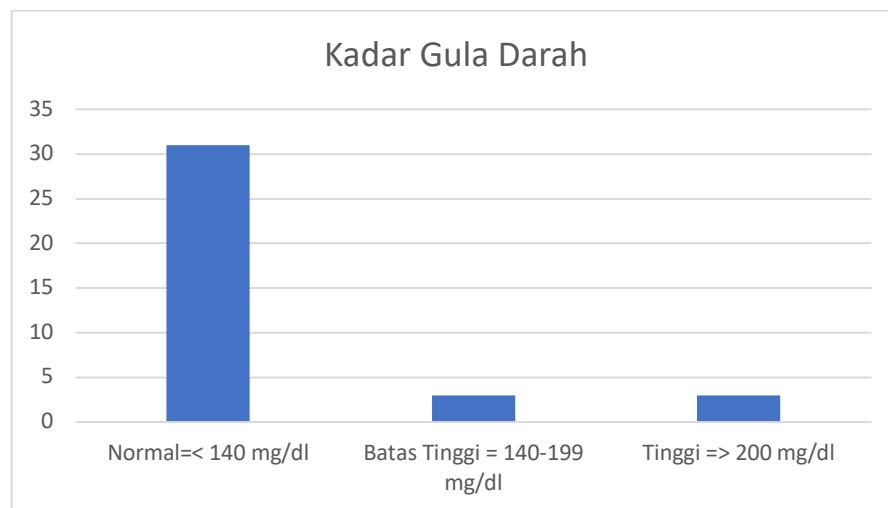
Lansia (>59 Tahun)	2	5,42
Jumlah Total	37	100
Jenis Kelamin	Frekuensi	%
Laki-Laki	13	35,13
Perempuan	24	64,87
Jumlah Total	37	100
Pendidikan	Frekuensi	%
SD/SLTP	1	2,71
SMA/Sederajat	13	35,13
Sarjana	23	62,16
Jumlah Total	37	100

Dari tabel 1 menunjukkan bahwa usia responden yang mengikuti pemeriksaan tekanan darah dan glukosa darah sebagian besar pada rentang usia 45-59 tahun sebanyak 21 orang (56,75%). Usia yang bertambah menyebabkan organ-organ vital mengalami penurunan fungsi kerja dan berdampak pada hormon insulin yang cenderung tidak peka terutama pasien dengan usia diatas 40 tahun (Hasdianah, 2012). Penyakit degenerative yang semula hanya dialami oleh para lansia dengan usia 50 tahun keatas, namun kenyataannya penyakit degenerative sudah banyak ditemukan pada usia 30-40 tahun. Pencegahan penyakit degeneratif bisa dicegah dengan cara skrining atau deteksi kesehatan pada usia diatas 30 tahun. Sebagian besar penderita penyakit degeneratif tidak mempunyai keluhan, maka satu-satunya cara untuk mendeteksi mereka adalah dengan melakukan skrining pemeriksaan tekanan darah dan kadar gula darah secara rutin. Seseorang yang melakukan seteksi dini secara teratur dapat dijadikan sebagai upaya pencegahan agar progresivitas penyakit hipertensi dan Diabetes tidak berlanjut sampai menimbulkan kecacatan ataupun kematian (Kemenkes RI, 2012). Berdasarkan jenis kelamin pada responden paling banyak adalah Perempuan yaitu 24 orang (64,87%). Menurut penelitian (Boku, 2019) menyatakan bahwa jenis kelamin tidak berpengaruh terhadap kenaikan atau penurunan kadar gula darah pada penderita diabetes mellitus tipe 2 karena baik pria maupun wanita memiliki risiko yang sama besar mengalami penyakit diabetes mellitus dan kadar gula darah menurut jenis kelamin sangat bervariasi serta yang membedakan yaitu karena faktor-faktor lain yang

mempengaruhi kadar gula darah. Sedangkan berdasarkan Tingkat Pendidikan pada responden paling banyak adalah pada Tingkat Pendidikan sarjana yaitu 23 orang (62,16 %) yang mengikuti kegiatan pemeriksaan tekanan darah dan glukosa darah. Tingkat pendidikan merupakan faktor pendukung mudahnya proses transfer informasi. Tingkat Pendidikan sangat berperan penting sebagai dasar penerimaan informasi tentang pencegahan dan pengobatan penyakit degenerative.



Gambar 8 Hasil tekanan darah



Gambar 9. Hasil Kadar Gula Darah

Berdasarkan diagram diatas didapatkan hasil pemeriksaan tekanan darah paling banyak adalah tekanan darah normal yaitu sebanyak 23 orang (62,16%). Hipertensi atau tekanan darah tinggi merupakan masalah kesehatan yang cukup dominan di negara-negara maju. Di

Indonesia, ancaman hipertensi tidak boleh diabaikan. Hal ini dapat dibuktikan dengan kian hari penderita hipertensi di Indonesia semakin meningkat. Dalam mengendalikan tekanan darah tinggi, ternyata ada beberapa faktor yang menyulitkan, seperti faktor umur, ras namun dengan semakin berubahnya zaman, terapi berkembang pesat baik pengetahuan patofisiologi maupun tentang pengobatannya. Masyarakat mulai tanggap pada akibat hipertensi sehingga dilakukannya upaya mendeteksi hipertensi secara dini sebelum timbul berbagai komplikasi. Hipertensi harus dikendalikan, sebab semakin lama tekanan yang berlebihan pada dinding arteri dapat merusak banyak organ vital dalam tubuh. Tempat-tempat utama yang paling dipengaruhi hipertensi adalah ; pembuluh arteri, jantung, otak, ginjal dan mata (Suirakka, 2016).

Sedangkan pada hasil pemeriksaan kadar gula darah didapatkan Sebagian besar dengan gula darah normal sebanyak 31 orang (83,8%). Diabetes melitus adalah penyakit gangguan metabolik yang disebabkan oleh gagalnya organ pankreas dalam memproduksi hormon insulin secara memadai yang ditandai dengan meningkatnya kadar gula darah (glukosa) didalam tubuh yang melebihi batas normal. Kadar gula darah adalah kandungan gula di dalam aliran darah yang berada di dalam tubuh. Pada masyarakat, diabetes mellitus dikenal sebagai penyakit "kencing manis" karena penderitanya sering kencing dan rasanya manis. Karena manisnya, kencing penderita DM sering dikerumuni semut. Hal ini terjadi karena tingginya kadar gula yang terkandung dalam air kencing penderita. Diabetes mellitus merupakan sekelompok penyakit metabolik yang ditandai dengan meningkatnya kadar gula darah/hiperglikemia akibat jumlah dan atau fungsi insulin terganggu. Beberapa faktor memegang peranan penting dalam perkembangan kasus diabetes mellitus. Kemajuan di bidang teknologi menyebabkan perubahan pada gaya hidup seperti tersedianya berbagai produk teknologi yang memberikan kemudahan sehingga aktivitas manusia menjadi kurang bergerak. Perubahan perilaku dan pola makan yang mengarah pada makanan siap saji dengan kandungan tinggi energi, lemak dan rendah serat berkontribusi besar pada peningkatan prevalensi DM (Suirakka, 2016).

Dengan adanya kegiatan skrining Penyakit tidak menular (PTM) diharapkan menjadi salah satu upaya kesehatan masyarakat yang berorientasi kepada upaya promotif dan preventif dalam pengendalian penyakit tidak menular dengan melibatkan masyarakat mulai dari

perencanaan, pelaksanaan dan monitoring evaluasi sehingga penyakit tidak menular dimasyarakat dapat dicegah (Faiza & Riski, 2025).

SIMPULAN

Kegiatan pengabdian Masyarakat ini berjalan sesuai dengan baik dan lancar. Kegiatan ini didukung Kerjasama STIKes Kendedes Malang dengan Dinas Kesehatan Kota Malang dan Klinik Kendedes Malang. Semua peserta merasakan manfaat dari kegiatan pemeriksaan gratis sehingga tujuan untuk meningkatkan kualitas hidup melalui deteksi dini penyakit degeneratif melalui pemeriksaan tekanan darah dan glukosa darah dapat tercapai.

UCAPAN TERIMA KASIH

Dengan telah berlangsungnya kegiatan pengabdian Masyarakat ini kami mengucapkan terimakasih kepada Dinas Kesehatan Kota Malang dan Klinik Kendedes Malang karena telah mendukung dan pembinaan sehingga pengabdian Masyarakat dapat terlaksana sesuai jadwal dan lancar. Demikian juga kami ucapkan kepada kelurahan Polowijen Kecamatan Blimbing dan seluruh Civitas STIKes Kendedes Malang atas dukungan dan fasilitas yang sudah diberikan. Akhirnya kami team pengabdian berharap apa yang telah kami berikan semoga selalu bermanfaat untuk kesehatan Masyarakat yang lebih luas.

DAFTAR PUSTAKA

- Basu, M, M., N, P., S, P., & S, M. (2019). A pilot study to evaluate home-based screening for the common non-communicable diseases by a dedicated cadre of community health workers in a rural setting in India. *BMC Public Health*. <https://bmcpublihealth.biomedcentral.com/articles/10.1186/s12889-018-6350-%0A4#article-info>
- Boku. (2019). *Faktor-faktor yang Berhubungan Terhadap Kadar Gula Darah Pada Penderita Diabetes Melitus Tipe II di RS PKU Muhammadiyah Yogyakarta*. Universitas Aisyiyah.
- Dinas Kesehatan Kota Malang. (2024). *Profil Kesehatan Kota Malang Tahun 2023*.
- Faiza, E. I., & Riski, A. (2025). Skrining Kesehatan Sebagai Upaya Pencegahan Penyakit Tidak Menular Pada Kelompok PKK Di Kabupaten Malang. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)*, 8(2), 1046–1055. <https://ejurnalmalahayati.ac.id/index.php/kreativitas/article/view/17710/Download>

d Artikel

- Hasdianah. (2012). *Mengenal Diabetes Mellitus Pada Orang Dewasa Dan Anak-Anak Dengan Solusi Herbal*. Nuha Medika.
- Irwan. (2016). *Epidemiologi Penyakit Tidak Menular*. Deepublish YGDI.
- Kemenkes RI. (2012a). *Buletin Jendela Data dan Informasi Kesehatan: Penyakit Tidak Menular*.
- Kemenkes RI. (2012b). *Petunjuk Teknis Posbindu PTM*. Kemenkes RI.
- Kemenkes RI. (2016). "Gerakan Masyarakat hidup Sehat (GERMAS) wujudkan Masyarakat hidup sehat." www.depkes.go.id/article/view/16111500002/germas-wujudkan-indonesia-sehat.html%0A%0A
- Kurniadi, & Nurrahmani. (2015). *Stop! Diabetes. Hipertensi. Kolesterol Tinggi. Jantung Koroner*. Istana Media.
- Nisak, Maimunah, & Admadi. (2018). Upaya Pemberdayaan Masyarakat Melalui Deteksi Dini dan Pengendalian Penyakit Degeneratif pada Lansia di Dsn Karang Pucang, Ds. Ngancar, Kec. Pitu Wilayah Kerja Puskesmas Pitu Kabupaten Ngawi. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Kesehatan*, 4(2), 59–63.
- PTM, D. P. (2019). *Strategi Pencegahan dan Pengendalian PTM di Indonesia*. Kemenkes RI.
- Rochmawati. (2019). Pencegahan Penyakit Degeneratif Melalui Gerakan Sehat Berbasis Masjid (REHATSIMAS). *JPPM (Jurnal Pengabdian Dan Pemberdayaan Masyarakat)*, 3(2).
- Suiraoaka. (2016). *Mengenal, Mencegah Dan Mengurangi Faktor Resiko 9 Penyakit Degenaratif*. Nuha Medika.
- Sutini, N. K., Achjar, K. A. H., Hamdan, Asriani, N., Balebu, D. W., Salam, I., Akbarani, R., Manoppo, J. E., Santoso, R., Faiza, E. I., Suandika, M., Bakhri, S., Ayu, J. D., & Hadi, N. (2023). *Prinsip-Prinsip Pengendalian Penyakit* (H. Akbar (ed.)). CV. Media Sains Indonesia.