

Pemeriksaan Gula Darah Sewaktu Bagi Kader Asadana Semesta Tabanan

**Desak Made Firsia Sastra Putri^{1*}, Desak Gede Yenny Apriani², I Gede Nyoman
Ardi Supartha³,**

¹. Pogram Studi S1 Keperawatan STIKES Advaita Medika Tabanan, ^{2,3} Program Studi
Profesi Ners STIKES Advaita Medika Tabanan

e-mail: firshasastra86@gmail.com ¹, yennyapriani2004@gmail.com

* Penulis Korespondensi: E-mail: firshasastra86@gmail.com

Abstract

A person is more at risk of developing blood sugar disease (type 2 DM) due to the following factors. someone who is over 45 years old, has a family history of type 2 diabetes, rarely does physical activity or exercise, is overweight or obese, suffers from prediabetes, suffers from high cholesterol, and suffers from high blood pressure (hypertension). A blood sugar test is an examination that is absolutely necessary to diagnose type 1 or type 2 diabetes. The results of blood sugar measurements will show whether a person has diabetes or not. Patients must control their blood sugar in a disciplined manner through a healthy diet so that blood sugar does not increase above normal. The aim of this service to society is to determine current blood sugar levels and provide knowledge to Asadana Semesta Tabanan cadres. The solution given is to check blood sugar levels and provide information about DM disease. The results were that most were at normal values and only six people had blood sugar above 200 mg/dl. It was concluded that it is important to carry out examinations and provide information about DM disease so that they carry out routine examinations

Keywords: blood sugar, examintaton

Abstract

Seseorang lebih berisiko terkena penyakit gula darah (DM tipe 2) yang memiliki faktor-faktor sebagai berikut. seseorang yang memiliki usia lebih dari 45 tahun, tahun, memiliki keluarga dengan riwayat diabetes tipe 2, jarang beraktivitas fisik atau berolahraga, memiliki berat badan berlebih atau obesitas, menderita prediabetes, menderita kolesterol tinggi, serta menderita tekanan darah tinggi (hipertensi). Tes gula darah merupakan pemeriksaan yang mutlak dilakukan untuk mendiagnosis diabetes tipe 1 atau tipe 2. Hasil pengukuran gula darah akan menunjukkan apakah seseorang menderita diabetes atau tidak. Pasien harus mengontrol gula darahnya secara disiplin melalui pola makan sehat agar gula darah tidak meningkat hingga di atas normal. Tujuan PkM ini adalah mengetahui kadar gula darah sewaktu serta memberikan pengetahuan kepada para kader Asadana Semesta Tabanan. Solusi yang diberikan adalah melakukan pemeriksaan kadar gula darah serta memberikan informasi tentang penyakit DM. Hasil PkM ini adalah sebagian besar berada pada nilai yang normal dan hanya enam orang yang memiliki gula darah di atas 200 mg/dl. Diperoleh kesimpulan bahwa penting dilakukan pemeriksaan serta pemberian informasi mengenai penyakit DM agar rutin melakukan pemeriksaan.

Kata kunci: gula darah, pemeriksaan

PENDAHULUAN

Diabetes melitus berasal dari kata diabetes dan melitus yang mana diabetes memiliki arti terus mengalir dikarenakan penderita diabetes akan mengalami kondisi sering minum dan banyak mengeluarkan urin. Sedangkan melitus berarti manis, hal ini dikarenakan air kencing atau urin yang dikeluarkan mengandung gula. Maka dari itu, penyakit ini disebut dengan diabetes melitus atau kencing manis. 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 (Marewa, 2015).

Kadar gula darah adalah terjadinya suatu peningkatan setelah makan dan mengalami penurunan di waktu pagi hari bangun tidur. Bila seseorang dikatakan mengalami hyperglycemia apabila keadaan kadar gula dalam darah jauh diatas nilai normal, sedangkan hypoglycemia suatu keadaan kondisi dimana seseorang mengalami penurunan nilai gula dalam darah dibawah normal (Rudi 2013). Kadar gula darah merupakan peningkatan glukosa dalam darah. Konsentrasi terhadap gula darah atau peningkatan glukosa serum diatur secara ketat di dalam tubuh. Glukosa dialirkan melalui darah merupakan sumber utama energi untuk sel-sel tubuh

Menurut Depkes (2008) ada macam-macam pemeriksaan gula darah, yaitu:

- a. Gula darah sewaktu Suatu pemeriksaan gula darah yang dilakukan setiap waktu tanpa tidak harus memperhatikan makanan terakhir yang dimakan
- b. Gula darah puasa dan 2 jam setelah makan Suatu pemeriksaan gula darah yang dilakukan pasien sesudah berpuasa selama 8-10 jam, sedangkan pemeriksaan gula darah 2 jam sesudah makan yaitu pemeriksaan yang dilakukan 2 jam dihitung sesudah pasien menyelesaikan makan.

Berdasarkan wawancara singkat dari peserta didapatkan data bahwa mereka jarang melakukan pemeriksaan gula darah dan ada yang mengatakan tidak pernah sama sekali. Hal ini menjadikan ini sebagai fokus permasalahan prioritas yang perlu untuk dipecahkan. Sebagai salah satu solusi untuk permasalahan ini adalah melakukan PkM sebagai tindakan nyata kepada masyarakat untuk lebih mengenal tentang penyakit DM dan melakukan pencegahan melalui pemeriksaan secara rutin.

METODE PELAKSANAAN

Program yang telah disepakati untuk menyelesaikan permasalahan prioritas, meliputi:

1. Pemeriksaan kadar gula darah sewaktu secara gratis
2. Pemberian informasi tentang penyakit DM

HASIL dan PEMBAHASAN

Kegiatan ini dilaksanakan dalam satu hari, yaitu pada hari Jumat, 31 Maret 2023 pukul 15.00-18.00 WITA. Sasaran dalam kegiatan ini adalah seluruh kader dari

Koperasi Asadana Semesta Tabanan. Kegiatan diawali dengan penjajakan lokasi kegiatan serta melakukan koordinasi untuk penentuan waktu dan tempat pelaksanaan kegiatan. Disepakati kegiatan dilakukan pada hari Jumat, 31 Maret 2023 bertempat di balai banjar Jaga Satru Kediri. Peserta yang hadir sebanyak 55 orang yang terdiri dari 50 perempuan dan 5 laki-laki. Rentang usia antara 30-69 tahun.

Cara pemeriksaan yang dilakukan adalah dimulai dengan pemeriksaan tekanan darah pasien menggunakan tensi manual, kemudian dilakukan pemeriksaan gula darah sewaktu (GDS). Cara menggunakan alat glucometer yaitu, dengan mengambil sampel darah dengan lancet yang dimasukkan ke dalam lancet pen. Kemudian tempelkan sampel darah secukupnya pada strip tes gula darah yang terpasang pada glukometer. Ketika strip dimasukan dalam glukometer, glukosa dalam darah akan bereaksi dengan enzim yang terdapat pada strip. Reaksi tersebut dapat menciptakan arus listrik yang terhubung ke glukometer. Intensitas arus listrik tersebut setara dengan kadar glukosa dalam darah sehingga hasilnya bisa diketahui. Pada saat pemeriksaan gula darah dilakukan wawancara untuk mengetahui apakah pasien memiliki penyakit keturunan atau penyakit yang dialami. Setelah dilakukan semua pemeriksaan, selanjutnya diberikan pendidikan kesehatan bagi anggota masyarakat tentang pola hidup sehat dan bersih serta menjaga gizi yang seimbang. Untuk anggota masyarakat yang memiliki hasil pemeriksaan gula darah sewaktu (GDS) dan tekanan darah diatas normal maka dianjurkan untuk segera memeriksakan diri ke layanan kesehatan terdekat untuk mencegah komplikasi yang akan terjadi.

Pukul 15.00 WITA peserta sudah mulai berdatangan. Peserta melakukan absensi dan anamnesa oleh tim kesehatan dan mahasiswa STIKES Advaita Medika Tabanan. Sebelum dilakukan pemeriksaan dilakukan senam sehat selama 15 menit dipandu oleh instruktur senam. Setelah istirahat dilakukan pemanggilan bagi peserta yang akan dilakukan pemeriksaan gula darah. Pemeriksaan dilakukan oleh 4 mahasiswa dengan dua alat sehingga proses pemeriksaan bisa lebih menghemat waktu dan tidak perlu lama mengantri. Setelah selesai pemeriksaan peserta diberitahukan hasilnya serta diberikan informasi tentang penyakit DM. Banyak peserta yang juga mengajukan pertanyaan dan langsung diberikan respon yang tepat oleh tim kesehatan.

Berdasarkan hasil pemeriksaan didapatkan hasil yaitu 89% memiliki kadar gula yang sebagian besar pada kategori normal namun di sini perlu juga diberikan pengetahuan tentang penyakit DM agar bisa dilakukan pencegahan. Bagi peserta yang angka kadar gulanya di atas normal dianjurkan untuk melakukan pemeriksaan lanjutan untuk mendapatkan terapi yang tepat.

Evaluasi kegiatan

Secara umum kegiatan berjalan dengan lancar dan sesuai rencana. Terdapat hambatan pada waktu pelaksanaan namun sudah dapat diselesaikan dengan penjadwalan berulang sehingga kegiatan telah berlangsung. Keberlanjutan kegiatan ini perlu dilakukan pada lingkup masyarakat yang lebih luas.

KESIMPULAN

Kegiatan pemeriksaan gula darah sewaktu pada kader Asadana Semesta Tabanan memberikan dampak positif. Peserta memiliki pemahaman lebih tentang penyakit DM dan pentingnya pencegahan serta pengobatannya. Diharapkan kegiatan serupa dilakukan pada lingkup masyarakat yang lebih luas dengan melibatkan pihak sponsorhip.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih disampaikan kepada LPPM STIKES Advaita Medika Tabanan serta pihak Koperasi Asadana Semesta Tabanan yang telah memberikan kami para dosen dan mahasiswa untuk melakukan kegiatan PkM.

DAFTAR PUSTAKA

1. Kunoli, Firdaus. et al. (2021). Laporan Kegiatan Pengabdian Masyarakat: Pengukuran Kadar Gula Darah Lansia Di Posyandu Lansia Btn Citra Pesona Indah Talise Valanguni. Jurnal Kolaboratof Sains. Volume 04, Nomor 12, Desember 2021.
2. Marewa, L. W. (2015). Kencing Manis (Diabetes Mellitus) di Sulawesi Selatan. Jakarta: Yayasan Obor Indonesia
3. Rudi (2013) 'Gambaran Kadar Gula Darah Pada Lansia Di Puskesmas Teluk Nibung Kota Tanjungbalai', 6–16
4. Winardi. (2019). Gambaran Kadar Kolesterol Total pada Penderita Diabetes Mellitus (DM) di Rumah Sakit Umum Daerah Oku Timur. Palembang: Jurusan Analis Kesehatan Politeknik Kesehatan Palembang.

