

**PROGRAM KEMITRAAN MASYARAKAT STIMULUS PENINGKATAN KESADARAN
HIDUP SEHAT PENDERITA PENYAKIT DEGENERATIF DI DESA PESISIR**
*THE STIMULUS COMMUNITY PARTNERSHIP PROGRAM IMPROVING THE AWARENESS OF
HEALTHY LIFE of DEGENERATIVE DISEASE IN COAST VILLAGE*

Yeanneke Liesbeth Tinungki, Mareike Doherty Patras, Nansy Delia Pangandaheng

Program Studi Keperawatan, Politeknik Negeri Nusa Utara

Email: mareikepatras68@gmail.com

Abstrak: Penyakit Degeneratif adalah Penyakit kronis yang memengaruhi banyak organ dan jaringan, mulai dari sistem saraf pusat (otak dan sumsum tulang belakang), tulang dan sendi, serta pembuluh darah dan jantung. Penyakit Degeneratif termasuk Penyakit Tidak menular (PTM). PTM yang termasuk di dalamnya Hipertensi, Diabetes Melitus dan Gout Arthritis. Kasus Hipertensi dan Gout Arthritis menduduki kasus terbanyak di Kampung Beeng Laut ini dan berdasarkan hasil wawancara terhadap beberapa penderita yang mengalami hipertensi, sebagian besar tidak terlalu memahami asupan makanan yang harus di konsumsi, tingkat pendidikan tergolong rendah dan jarang terpapar dengan sumber informasi atau penyuluhan kesehatan. Tujuan kegiatan ini adalah memberikan informasi dan pemeriksaan kesehatan tentang penyakit degeneratif agar masyarakat dapat menghindari factor pencetus, mengetahui kondisi kesehatan masyarakat setempat sehingga apabila masyarakat telah menderita penyakit degeneratif dapat melanjutkan proses pengobatan. Metode pelaksanaan yaitu persiapan, penyuluhan, pemeriksaan kesehatan dan konseling. Hasil kegiatan adalah Tim PKMS dapat melaksanakan koordinasi dengan baik dengan mitra sekaligus melakukan analisis situasi, penyuluhan kesehatan berjalan baik sehingga masyarakat mengerti tentang penyakit degenerative, pemeriksaan kesehatan didapatkan mengidap Hipertensi sejumlah 13 orang, Hiperglikemia sejumlah 8 orang dan peningkatan *Urid Acid* sejumlah 12 orang. Kesimpulan kegiatan ini adalah proses sosialisasi, penyuluhan dan pemeriksaan serta konseling berjalan dengan baik sesuai dengan yang diharapkan. Saran kepada masyarakat agar dapat terus meningkatkan kesehatannya dengan menjaga pola hidup sehat dan mengendalikan penyakit degenerative.

Kata kunci: Hidup Sehat, penyakit degeneratif, Desa Pesisir

Abstract: *Degenerative Diseases are chronic diseases that affect many organs and tissues, starting from the central nervous system (brain and spinal cord), bones and joints, as well as blood vessels and heart. Degenerative Diseases including Non-communicable Diseases (PTM). PTM which include Hypertension, Diabetes Mellitus and Gouty Arthritis. Hypertension case occupy the most cases in this village and based on the result of interview with several patient who have hypertension, most of them do not really understand the food intake that must be consumed, tlow level of education and they were rarely exposed to sources of information or health education. The activity objectives was given information and examination of public health if public can avoid the trigger factor, know condition of health if public after suffer of degenerative desease can continue process of medicine. The method of implementation were preparation, give information, examination of health and counseling. The result of implementation is PKMS team can doing coordination well with partners and do it situation analysis, give information of health runs well so public understand about degenerative desease, examination of helath show that of Hipertension total 13 people. Hiperglikemia were 8 people and enhancement of Urid Acid total were 12 people. Conclusion of activities process of socialization, give information and examination and counseling run well as expected. The suggestion is continue to improve health with keep healthy lifestyles and control of degenerative disease.*

Keyword: *Healthy life, degenerative disease, Coast Village*

PENDAHULUAN

Penyakit Tidak Menular diantaranya adalah Hipertensi, Diabetes mellitus dan Gout Arthritis. Menurut World Health Organization (WHO) tahun 2013, hipertensi memberikan kontribusi untuk hampir 9,4 juta kematian akibat penyakit kardiovaskuler setiap tahun. Hal ini juga meningkatkan risiko penyakit jantung koroner sebesar 12% dan meningkatkan risiko stroke sebesar 24% (Damayanti, dkk, 2018).

Jumlah penderita hipertensi akan terus meningkat seiring dengan jumlah penduduk yang bertambah pada tahun 2025 mendatang diperkirakan sekitar 29% warga dunia atau sekitar 1,6 miliar orang dewasa terkena hipertensi. Prevalensi hipertensi di Indonesia cukup tinggi yakni mencapai 25,8%. Hipertensi merupakan penyebab kematian nomor 3 setelah stroke dan tuberkulosis, dimana proporsi kematiannya mencapai 6,7% dari populasi kematian pada semua umur di Indonesia (Risksdas, 2018).

Prevalensi Hipertensi di Sulawesi Utara sangat tinggi. Menurut hasil Riskesdas tahun 2018 Sulawesi Utara menempati urutan pertama penyakit hipertensi tertinggi dari seluruh Propinsi yang ada di Indonesia yakni 13,2%. Di Kabupaten Kepulauan Sangihe tahun 2017 angka kejadian hipertensi mencapai 80,85% dan menempati urutan kedua penyakit terbanyak sesudah TB paru yang berjumlah 176.43 per 100.000 penduduk (Risksdas, 2018).

Jumlah penderita Diabetes Melitus (DM) di dunia dari tahun ke tahun terjadi peningkatan. Data *International Diabetes Federation* (IDF) tahun 2014 menunjukkan jumlah penderita DM terjadi peningkatan dari 366 juta jiwa di tahun 2011 menjadi 387 juta jiwa di tahun 2014 dan diperkirakan akan bertambah menjadi 592 juta jiwa pada tahun 2035. Menurut Mustafa (2016) pada tahun 2014 jumlah kematian yang terjadi sebanyak 4,9 juta jiwa dimana setiap tujuh detik terdapat satu kematian dari penderita DM di dunia.

Di Sulawesi Utara Diabetes Melitus merupakan penyakit menonjol ke-5 (lima) dari 10 (sepuluh) penyakit menonjol berdasarkan STP berbasis Puskesmas tahun 2016 yakni 3.652 jumlah kasus.

Sedangkan Data WHO 2013 menunjukkan Sulawesi Utara berjumlah 2,4% kasus dengan Jenis DM yang paling banyak diderita dan prevalensinya terus meningkat adalah DM tipe 2.

Kampung Beng Laut merupakan salah satu kampung dari 9 kampung di Kecamatan Tabukan Selatan Tengah berjarak 9 Km kearah utara dari Ibukota Kecamatan berada ditengah laut mempunyai luas wilayah 80 hektar dan terbagi atas dua dusun atau lendongan.



Gambar 1. Pantai Pulau Beeng Laut

Berdasarkan hasil wawancara terhadap beberapa penderita yang mengalami hipertensi, sebagian besar tidak terlalu memahami asupan makanan yang harus dikonsumsi, tingkat pendidikan tergolong rendah dan jarang terpapar dengan sumber informasi atau penyuluhan kesehatan yang harusnya dilakukan oleh petugas kesehatan atau kader posyandu. Adapula penderita yang mengatakan agak repot kalau harus membuat makanan yang terpisah dari anggota keluarga lainnya, bahkan sebagian besar penderita tidak terlalu peduli dengan hipertensi yang dideritanya karena belum mengganggu aktivitas sehari-hari dan beranggapan tekanan darahnya akan normal kembali dalam beberapa hari walaupun tidak minum lagi obat hipertensi.

METODE PELAKSANAAN

Metode yang diterapkan, Tahap pertama melakukan persiapan berupa pendekatan kepada Pemerintah untuk pengumpulan informasi dan menyampaikan rencana kegiatan PKMS. Tahap kedua melaksanakan penyuluhan kesehatan, tahap ketiga melakukan pemeriksaan kesehatan dan konseling. Setelah itu tim PKMS melakukan evaluasi kegiatan. Pelaksanaan kegiatan mulai bulan Januari sampai dengan bulan Maret 2020 di Kantor Kampung Beeng Laut Kecamatan Tabukan Selatan Tengah.

HASIL DAN PEMBAHASAN

TAHAP PERSIAPAN

Kegiatan PKMS di Kampung Beng Laut merupakan kegiatan pengabdian pada masyarakat yang merupakan salah satu tridharma Perguruan Tinggi yang dilakukan oleh Dosen. Kampung Beeng Laut adalah salah satu kampung dari 9 kampung di Kecamatan Tabukan Selatan Tengah berjarak 9 Km kearah utara dari Ibukota Kecamatan berada ditengah laut mempunyai luas wilayah 80 hektar dan terbagi atas dua dusun atau lendongan. Jumlah penduduk 175 jiwa laki-laki 97 dan perempuan 79 jiwa semua penduduk beragama Kristen Protestan.

Pada Tahap Pertama yaitu Persiapan, Tim PKMS melakukan pengumpulan informasi dilakukan dengan permintaan data kesehatan masyarakat 6 bulan terakhir di Kampung Beeng Laut tahun 2019, Kunjungan langsung ke Beeng Laut. Hasil kunjungan ini dilakukan analisis situasi masyarakat Kampung Beeng laut dan kebutuhan-kebutuhannya.

Dalam tahap persiapan, Tim PKMS juga melakukan persiapan sarana prasarana kegiatan seperti tenaga, alat yang dibutuhkan. Pada tahapan ini ketua pelaksana PKMS berkoordinasi dengan anggota untuk melakukan survey harga alat kesehatan yakni alat pengukuran tekanan darah, alat pengukuran gula darah dan asam urat. Setelah melakukan survey maka dilakukan pemilihan anggota yang dilibatkan dalam pengabdian masyarakat stimulus.

POLITEKNIK NEGERI NUSA UTARA

Dalam Tahapan persiapan juga dilakukan Koordinasi lapangan. Koordinasi lapangan telah dilakukan oleh Tim antara lain dengan: Kapitalaung Kampung Beeng laut, Petugas Puskesmas Kecamatan. Dosen Jurusan Kesehatan Politeknik Negeri Nusa Utara, dan Mahasiswa



Gambar 2. Tim PKMS bersama Kapitalaung Kampung Beeng Laut dan Mahasiswa

TAHAP PENYULUHAN KESEHATAN

Penyuluhan kesehatan bagi masyarakat bertujuan untuk menambah pengetahuan bagi masyarakat dan memberikan informasi tentang kesehatan sehingga peningkatan kualitas hidup masyarakat dapat tercapai. Penyuluhan kesehatan pada lansia antara lain; penyuluhan tentang Perilaku hidup bersih dan sehat, hipertensi, diabetes mellitus, gout artritis dan pembinaan kesehatan bagi masyarakat yang mengalami penyakit degeneratif. Kegiatan ini dihadiri Kapitalaung serta perangkat Kampung dan tokoh agama serta tokoh masyarakat kampung Beeng Laut.



Gambar 3. Penyuluhan Kesehatan

TAHAP PEMERIKSAAN KESEHATAN DAN KONSELING

Tahapan ini mencakup pemeriksaan kesehatan berupa pemeriksaan tekanan darah, pemeriksaan gula darah dan pemeriksaan urid acid. Pemeriksaan kesehatan ini dimaksudkan agar masyarakat dapat mengetahui keadaan atau kondisi kesehatan sendiri dan dilanjutkan dengan konseling apabila terdapat kelainan dalam hasil pemeriksaan kesehatan dan menganjurkan masyarakat untuk melanjutkan proses pengobatan sehingga terjadi peningkatan kualitas hidup. Pemeriksaan kesehatan dilaksanakan pada hari yang sama yakni jumat 7 Februari 2020 setelah selesai penyuluhan kesehatan.

Jumlah masyarakat yang memeriksakan kesehatan di kantor Kapitalaung Kampung Beeng Laut berjumlah 29 org yang terdiri atas: Umur 20-45 tahun berjumlah 10 orang, Umur 46-59 tahun berjumlah 12 orang, ≥ 60 tahun ke atas berjumlah 7 orang.

Masyarakat yang mengalami hipertensi terdiri atas; Grade I (Ringan); Sistolik 130 – 140 mmHg berjumlah 9 orang. Grade II (Sedang): Sistolik 150 mmHg berjumlah 4 orang.

Masyarakat yang mengalami Diabetes Melitus dibuktikan dengan pemeriksaan Gula Darah Sesaat (GDS) >200 mg/dl berjumlah 1 orang. Sedangkan yang mengalami hiperglikemia (GDS >110 mg/dl) berjumlah 8 orang.

Masyarakat yang mengalami peningkatan *urid acid* berjumlah 12 orang.



Gambar 4. Pemeriksaan Kesehatan dan Konseling

Berdasarkan hasil pemeriksaan tekanan darah di Kampung Beeng Laut, penderita Hipertensi grade I (ringan) berjumlah 9 orang (31%) Hipertensi grade II (Sedang) berjumlah 4 orang (14%). Hal ini dapat menunjukkan bahwa hipertensi merupakan masalah kesehatan yang mulai berkembang dan perlu penanganan atau pencegahan seperti melakukan pola hidup sehat agar tidak mengalami komplikasi lebih lanjut. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Imelda, dkk tentang Faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian Hipertensi pada lansia di Puskesmas Air Dingin Lubuk Minturun menunjukkan bahwa meningkatnya tekanan darah dipengaruhi banyak factor seperti jenis kelamin, umur, riwayat keluarga, kebiasaan merokok, dan gaya hidup. Kebiasaan buruk seseorang merupakan ancaman terbesar terhadap kesehatan bagi seseorang seperti gaya hidup yang modern, kerja keras dalam situasi tertekan, dan stress yang berkepanjangan, serta mengatasi stress dengan merokok atau minum minuman yang beralkohol, atau kopi.

Pemeriksaan kesehatan di Pulau Beeng Laut sebagian besar menderita hipertensi ringan sedang. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Agustina dkk (2014) tentang Faktor-faktor yang berhubungan dengan Hipertensi pada lansia diatas Umur 65 tahun bahwa sebagian besar lansia menderita hipertensi ringan yaitu sebanyak 61 orang (70,1%) dan lansia yang menderita hipertensi sedang sebanyak 26 orang (29,9%). Hal ini dapat disimpulkan bahwa hipertensi merupakan masalah yang serius pada lansia di Puskesmas Simpang Tiga dan perlu penanganan atau pencegahan berkaitan dengan hipertensi seperti melakukan pola hidup sehat agar tidak mengalami komplikasi lebih lanjut. Hal ini juga didukung oleh Teori Rusdi dan Isnawati (2009) yang menyatakan bahwa orang yang tekanan darahnya meningkat diatas normal yaitu 140/90 mmHg dapat mengalami resiko kesakitan (*morbiditas*) bahkan kematian (*mortalitas*).

Hasil Pemeriksaan Gula Darah Sesaat masyarakat Pulau Beeng Laut yang mengalami hiperglikemia (GDS >110 mg/dl) berjumlah 8 orang (28%). Hasil

pemeriksaan kesehatan ini sejalan dengan penelitian Muhammad Ibnu Malik dkk bahwa keadaan hiperglikemia dan DM dapat mengakibatkan kerusakan sistemik yang luas pada tubuh. Hal ini disebabkan karena terdapat gangguan metabolisme glukosa, lemak, dan protein sebagai hasil dari defek sekresi insulin maupun gangguan fungsi insulin di perifer. Berbagai komplikasi akut DM yaitu koma hiperglikemia, ketoasidosis dan koma hyperosmolar non-ketotik.

Masyarakat yang mengalami peningkatan *urid acid* (hiperurisemia) berjumlah 12 orang (41%). Hal ini sejalan dengan penelitian Widyanto (2014) dalam penelitian tentang arthritis Gout dan perkembangannya bahwa gangguan metabolisme yang mendasarkan arthritis gout adalah hiperurisemia yang didefinisikan sebagai peninggian kadar urat lebih dari 7,0 ml/dl untuk pria, dan 6,0 ml/dl untuk wanita. Sedangkan defines lain arthritis gout merupakan penyakit metabolik yang sering menyerang pria dewasa dan wanita posmenopause. Hal ini diakibatkan oleh meningkatnya kadar asam urat dalam darah (hiperurisemia) dan mempunyai ciri khas berupa episode arthritis gout akut dan kronik.

KESIMPULAN

Kesimpulan PKMS ini adalah proses sosialisasi terlaksana dengan baik. Penyuluhan kesehatan juga berjalan dengan baik, masyarakat dapat memahami dan mengerti serta begitu antusias untuk bertanya tentang proses penanggulangan penyakit. Pemeriksaan kesehatan telah dilaksanakan sepenuhnya oleh tim pelaksana PKMS sehingga masyarakat dapat mengetahui hasil pemeriksaan kesehatan dan dapat melanjutkan proses pengobatan.

DAFTAR RUJUKAN

- Agustina. Sari, Savita. 2014. *Factor-faktor yang berhubungan dengan Hipertensi pada lansia diatas umur 65 tahun yang berobat di Puskesmas Simpang Tiga Pekan Baru*. Jurnal Kesehatan Komunitas Vol. 2 Nomor 4
- Damayanti Netha, Erna Heryani, Muazir. 2018. *Factor-faktor yang mempengaruhi perilaku penatalaksanaan Hipertensi oleh penderita di Wilayah Kerja Puskesmas Sekernan Ilir Kabupaten Muaro Jambi Tahun 2018*. Jurnal Ners dan Kebidanan <http://jnk.phb.ac.id/index.php/jnk>
- Imelda, Fidiariani Sjaaf, Puspita PAF,T. 2020. *Factor-faktor yang berhubungan dengan kejadian Hipertensi pada lansia di Puskesmas Air Dingin Lubuk Minturun*. Health and Medical Journal Vol. II Nomor 2 Juli
- Kementerian Kesehatan RI. 2018. *Hasil Utama RISKESDAS 2018*. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan
- Kementerian Kesehatan RI. 2019. *Hipertensi Penyakit paling banyak diidap masyarakat*. Kemkes.go.id diakses tanggal 20 Oktober 2020
- Muhammad Ibnu Malik, Ellyza Nasrul, Astermia. (2015). *Hubungan Hiperglikemia dengan Prothrombin Time pada mencit (mus Musculus) yang diInduksi Aloksan*. Jurnal Kesehatan Andalas <http://jurnal.fk.unand.ac.id>
- Mustafa I, 2016. *Determinan Epidemiologi Kejadian Ulkus Kaki Diabetik apada penderita DM di RSUD Dr. Chasan Boesoirie & Diabetes Center Ternate Jurnal Wiyata*, Volume 3 No. 1.
- Widyanto Fandi Wahyu. 2014. *Arthritis gout dan perkembangannya*. Jurnal Vol 10 Nomor 2