

PENYULUHAN HIPERTENSI DAN PENGUKURAN KADAR GULA WANITA  
USIA DIATAS 40 TAHUN PADA LEMBAGA PEMASYARAKATAN PEREMPUAN  
KELAS II A BANDAR LAMPUNG

Rika Yulendasari<sup>1</sup>, Rahma Elliya<sup>2\*</sup>, Helmawati<sup>3</sup>

<sup>1-3</sup>Universitas Malahayati

Email Korespondensi: [elliarahma@gmail.com](mailto:elliarahma@gmail.com)

Disubmit: 28 Agustus 2021

Diterima: 11 April 2022

Diterbitkan: 01 Juli 2022

DOI: <https://doi.org/10.33024/jkpm.v5i7.4960>

### ABSTRACT

*Hypertension is a medical condition with a high number of disease cases occurring in the world. Hypertension cases in the world are estimated to reach 22% of the total world population. Hypertension itself affects 2/3 of patients from low-middle economic countries. Diabetes is a chronic progressive or chronic metabolic endocrine disease, characterized by chronic hyperglycemia (high blood sugar). Indonesia ranks 7th in the number of people with type 2 diabetes, this is according to data from the International Diabetes Federation in 2020. This counseling aims to increase awareness of the inmates of Class II-A Bandar Lampung Women's Prison to be able to live healthy and minimize the impact of disease. . hypertension and diabetes mellitus. Most of the participants were supportive and expected good follow-up from the counselling. In addition, the measurement of sugar levels went according to plan and obtained relatively good results, although there were still almost 30% of the total counseling participants having sugar levels above the average. Participants have a fairly good absorption capacity in this activity, this can be seen from the interest and enthusiasm of the participants towards the continuation of the upcoming series of activities, as well as fostering curiosity in every question asked by participants to the supervisor, the formation of intimacy and atmosphere between participants as well as with extension workers. .*

**Keywords:** *Hypertension, Diabetes Mellitus, Women's Prison, Counseling, Healthy Living*

### ABSTRAK

Hipertensi merupakan kondisi medis dengan jumlah keseluruhan kasus penyakit yang terjadi di dunia bernilai tinggi. Kasus hipertensi di dunia diperkirakan sebesar 22% dari total penduduk dunia. Hipertensi sendiri mentotali 2/3 dari penderitanya berasal dari negara ekonomi menengah ke bawah. Sedangkan diabetes adalah penyakit metabolik endokrin yang kronik progresif atau menahun, ditandai dengan adanya *hiperglikemia kronik* (gula darah tinggi). Indonesia menempati peringkat ke-7 dalam jumlah tertinggi diabetes tipe 2 hal ini melansir data dari International Diabetes Federation pada tahun 2020. Tujuan penyuluhan ini adalah mampu meningkatkan kesadaran para warga binaan Lapas Perempuan Kelas II A Bandar Lampung untuk dapat hidup sehat dan meminimalisir dari dampak penyakit hipertensi dan diabetes mellitus. Sebagian besar peserta

mendukung dan mengharapkan tindak lanjut baik dari penyuluhan. Selain itu pengukuran kadar gula pun berjalan sesuai rencana dan memperoleh hasil yang masih relatif baik meskipun masih terdapat hampir 30% dari jumlah peserta penyuluhan memiliki kadar gula di atas rata-rata. Peserta memiliki daya serap yang cukup baik dalam kegiatan ini, hal ini terlihat dari minat dan antusias peserta untuk lanjutan dari rangkaian kegiatan yang akan datang, serta menumbuhkan semangat ingin tahu dalam setiap pertanyaan yang diajukan oleh peserta kepada mentor, Terjalannya keakraban dan suasana sesama peserta maupun dengan penyuluh.

**Kata Kunci:** Hipertensi, Diabetes Mellitus, Lapas Perempuan, Penyuluhan, Hidup sehat

## 1. PENDAHULUAN

Jumlah penderita penyakit hipertensi terus mengalami peningkatan terutama diusia dewasa, terlihat dari nilai 594 juta penderita di tahun 1975 mengalami kenaikan di tahun 2015 sebesar 1,13 miliar data ini berasal dari Organisasi Kesehatan Dunia (WHO). Diperkirakan 1 dari 5 perempuan mengalami hipertensi dan 1 dari 4 laki-laki juga mengalami hipertensi dan 75% dari penderita hipertensi berasal dari negara ekonomi menengah kebawah. Sedangkan persentase diabetes mellitus dan gangguan endokrin menyumbang sebesar 6% dari angka kematian di dunia berdasarkan *Institute for Health Metrics and Evaluation (IHME)* tahun 2017. Hipertensi dan diabetes mellitus berperan serta dalam penyebab angkat kematian (Sudargo, T., Freitag, H., Kusmayanti, N. A., & Rosiyani, F. 2018).

Satuan Tugas Penanganan COVID-19 per tanggal 13 Oktober 2020, memperoleh akurasi dari total kasus yang terkonfirmasi positif COVID-19, sebagian besar dari pasien covid memiliki penyakit penyerta sebagai alasan memperburuk kondisi pasien. Terhitung hipertensi menyumbang persentase sebesar 50,5% dan diabetes mellitus sebesar 34,5% dari total pasien yang berjumlah 1.488 (Marzuki, I., Bachtiar, E., Zuhriyatun, F., Purba, A. M. V., Kurniasih, H., Purba, D. H., ... & Airlangga, E. 2021).

Istilah medis menyebutkan hipertensi merupakan penyakit tekanan darah tinggi. Kondisi ini mampu menimbulkan berbagai komplikasi kesehatan yang membahayakan kondisi kesehatan seseorang. Selain itu hipertensi juga meningkatkan risiko terjadinya penyakit stroke, jantung bahkan kematian. Sedangkan diabetes adalah penyakit kronis atau yang berlangsung dalam jangka panjang yang ditandai dengan meningkatnya kadar gula darah (glukosa) hingga diatas nilai normal (Ridwan, M. 2017).

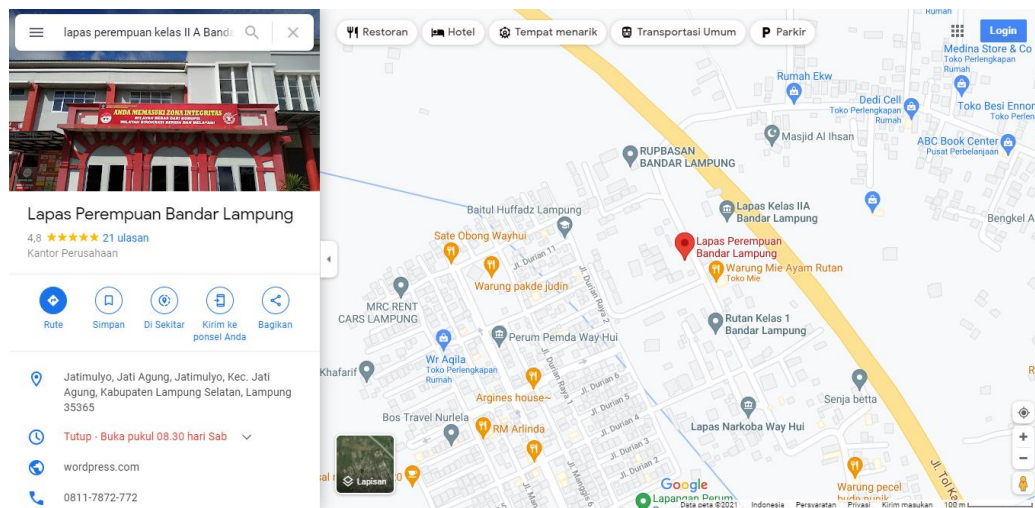
Berdasarkan hasil survei awal diperoleh bahwa pengetahuan dan perilaku warga binaan di Lapas Perempuan Kelas II A Bandar Lampung telah mengetahui secara umum mengenai penyakit hipertensi dan diabetes mellitus dan pengetahuan ini masih sangat kurang bila dibandingkan dengan akibat yang akan terjadi bila terjangkit penyakit ini meskipun kedua penyakit ini tergolong tidak menular. Salah satu faktor penyebabnya adalah tenaga kesehatan kurang mendistribusikan informasi terkait penyakit ini ke warga binaan. Salah satu langkah nyata yang dapat dilakukan oleh tenaga kesehatan berupa mengedukasi dan memberdayakan warga binaan mengenai pengetahuan penyakit hipertensi dan diabetes mellitus baik itu berupa pengertian, tanda, gejala dan penyebab serta pencegahan dan perawatan. Hal ini diperlukan sebagai strategi intervensi keperawatan komunitas melalui pendidikan

kesehatan dan pemberdayaan bagi warga binaan saat masih berada di dalam Lapas maupun sudah kembali ditengah masyarakat (Nurmala, I., & KM, S. 2020).

Peran tenaga kesehatan sebagai fasilitator dan edukator memegang peranan *urgent* dalam mengedukasi guna memberikan informasi dengan jelas terkait penyakit tersebut. Tenaga kesehatan diharapkan mampu membimbing secara persuasif kepada warga binaan agar ketidaktahuan berubah menjadi tahu. Kemudian bertahap menjadi mau bahkan mampu secara mandiri dalam mengendalikan faktor yang menyebabkan masalah kesehatan tersebut. Dan berbagai alasan diatas kami tertarik untuk dapat melakukan edukasi kepada warga binaan Lembaga Pemasyarakatan Kelas II A Bandar Lampung.

## 2. MASALAH

Lembaga Pemasyarakatan Perempuan Kelas IIA Bandar Lampung merupakan lingkungan tempat kami bekerja dan juga berdasarkan data yang kami peroleh terjadi peningkatan kasus hipertensi dan diabetes mellitus dan hal ini pula yang mendorong kami untuk mengambil permasalahan ini sebagai kegiatan pengabdian. Pada tahun 2018 jumlah kasus hipertensi yaitu 15 pasien dan diabetes mellitus 10 pasien, pada tahun 2019 jumlah kasus hipertensi yaitu 18 pasien dan diabetes mellitus 14 pasien, pada tahun 2020 jumlah kasus hipertensi yaitu 22 pasien dan diabetes mellitus 19 pasien. Selain itu pengetahuan warga binaan yang berada di Lapas Perempuan tersebut masih tergolong sangat sedikit. Dan yang menjadi tujuan dasar dari penyuluhan ini adalah agar para warga binaan sadar akan penting nya hidup sehat dan mampu mengedukasi tentang masalah kesehatan.



Gambar 1 Peta Lokasi Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat.

### 3. METODE

#### a. Persiapan

Tahap persiapan penyuluhan tentang penyakit hipertensi dan pengukuran gula darah diabetes mellitus pada wanita diatas 40 tahun di Lembaga Pemasarakatan Perempuan Kelas IIA Bandar Lampung berupa publikasi/sosialisasi dan administrasi serta persiapan alat dan bahan untuk pengukuran kadar gula,.

#### b. Tahap Pelaksanaan

Penyuluhan ini akan diselenggarakan dengan izin dari Kepala Lapas Perempuan Kelas II A Bandar Lampung karena melibatkan warga binaan nya. Kemudian akan dilanjutkan dengan edukasi mengenai penyakit hipertensi dan diabetes mellitus serta terakhir akan dilakukan pengukuran kadar gula darah.

#### c. Evaluasi

Warga binaan yang terlibat sebagai peserta penyuluhan sebanyak 30 (tiga puluh) orang dengan kriteria yang telah ditentukan yaitu berusia di atas 40 tahun. Dan evaluasi ini sendiri dimaksudkan mampu untuk melihat perkembangan dari hasil kegiatan yang dilaksanakan, mampu memahami kendala, serta memahami cara penanganannya sehingga program pengabdian dilakukan secara maksimal Penyuluhan penyakit Hipertensi dan pengukuran gula darah diabetes mellitus

### 4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan telah dilaksanakan di aula Lapas Perempuan Kelas II A Bandar Lampung dan berlangsung dengan baik. Penyuluh memberikan sosialisasi secara umum tentang penanganan awal jika terjadi Hipertensi, dan melakukan pengukuran gula darah diabetes mellitus kepada Warga Binaan Pemasarakatan dan terjalin kerjasama yang baik dengan peserta penyuluhan. Keberagaman tanggapan yang diperoleh dari peserta sangat beragam dan sebagian besar peserta mendukung dan mengharapkan tindak lanjut baik dari penyuluh. Selain itu pengukuran kadar gula pun berjalan sesuai rencana dan memperoleh hasil yang masih relatif baik meskipun masih terdapat hampir 30% dari jumlah peserta penyuluhan memiliki kadar gula di atas rata-rata.



Gambar 2. Foto Kegiatan Penyuluhan



Gambar 3. Kegiatan Penyuluhan

## 5. KESIMPULAN

Kegiatan berupa Penyuluhan Tentang Penyakit hipertensi dan pengukuran gula darah diabetes mellitus pada wanita diatas 40 tahun di Lembaga Pemasarakatan Perempuan Kelas II A Bandar Lampung telah berlangsung dengan baik dan diikuti oleh peserta sebanyak 30 orang yang merupakan Warga Binaan.

Kegiatan penyuluhan telah dilaksanakan dan memperoleh beberapa kesimpulan yaitu Peserta memiliki daya serap yang cukup baik dalam kegiatan ini, hal ini terlihat dari minat dan antusias peserta untuk lanjutan dari rangkaian kegiatan yang akan datang, serta menumbuhkan semangat ingin tahu dalam setiap pertanyaan yang diajukan oleh peserta kepada mentor,

Terjalannya keakraban dan suasana sesama peserta maupun dengan penyuluh. Dan diharapkan edukasi mengenai penyakit hipertensi dan diabetes mellitus mampu menjadi wawasan tambahan bagi para warga binaan apabila mereka telah berbaur dalam masyarakat luas.

## 6. DAFTAR PUSTAKA

- Amalia. F. (2013). Hubungan Lamanya Menderita Penyakit Diabetes Melitus Tipe 2 Terhadap Tingkat Depresi Pada Pasien Poli Penyakit Dalam RSD Dr. Soeban di Jember.
- Anani, S. (2012). Hubungan antara Perilaku Pengendalian Diabetes kadar Glukosa Darah pasien Rawat jalan Diabetes mellitus (Studi Kasus di RSUD Arjawinangun Kabupaten Cirebon). *Medicine Journal Indonesia* Vol.20 No.4:466-478.
- Arisman. (2011). *Diabetes Mellitus : Dalam Buku Ajar Ilmu Gizi Obesitas dan Diabetes Mellitus dan Dislipidemia*. Jakarta: EGC. Aziz, A. H., 2007. *Metode Penelitian Keperawatan dan Teknik Analisa Data*. Jakarta: Salemba Merdeka.
- Arikunto, S. (2010). *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*. (Edisi Revisi). Jakarta : Rineka Cipta
- Balammal., G., Muneeshwari, K. & Khan, P. H. (2012). *Recent Trends In Insulin Drug*
- Baradero, M., Dayrit, M. W. & Siswadi, Y. (2009). *Klien Gangguan Endokrin: Seri Asuhan Keperawatan*. 1 ed. Jakarta: EGC.
- Bidjuni, H., & Lolong, J. (2016). Hubungan Kejadian stress dengan Penyakit Hipertensi penyantunan Lanjut Usia Senjah Cerah Kecamatan Mapanget Kota Manado. *Jurnal Keperawatan*, 1-5.
- Marzuki, I., Bachtiar, E., Zuhriyatun, F., Purba, A. M. V., Kurniasih, H., Purba, D. H., ... & Airlangga, E. (2021). *COVID-19: seribu satu wajah*. Yayasan Kita Menulis.
- Ridwan, M. (2017). *Mengenal, mencegah, mengatasi silent killer, "HIPERTENSI"*. Hikam Pustaka.
- Saing, J. H. (2016). Hipertensi Pada Remaja. *Sari Pediatri*, 159-165. Seke, P. A.
- Saputra, M. H., Muhith, A., & Ferdiansyah, A. (2017). Analisis Sistem Informasi Faktor Resiko Hipertensi Berbasis Posbindu Di Dinas Kesehatan Kabupaten Sidoarjo . *Prosiding Seminar Nasional Hasil Penelitian Dan Pengabdian Masyarakat Seri Ke-1* , 7-17.
- Saputra, O., & Anam, K. (2016). Gaya Hidup Sebagai Faktor Risiko Hipertensi Pada Masyarakat Pesisir Pantai. *Jurnal Majority*, 118-123.
- Sudargo, T., Freitag, H., Kusmayanti, N. A., & Rosiyani, F. (2018). *Pola makan dan obesitas*. UGM press.