

PEMBERDAYAAN KADER POSBINDU DALAM PENCEGAHAN PENYAKIT TIDAK MENULAR DI DESA CIAMIS KABUPATEN LAMPUNG UTARA

Heni Apriyani^{1✉}, Ihsan Taufiq², Sono³, Deni Metri⁴, Hasti Primadilla⁵, Haris Kadarusman⁶,
Amrul Hasan⁷, Agus Sutopo⁸

Corresponding author: heniapriyani31@gmail.com

¹ Jurusan Keperawatan, Poltekkes Kemenkes Tanjungkarang, Indonesia

² Jurusan Keperawatan, Poltekkes Kemenkes Tanjungkarang, Indonesia

³ Jurusan Keperawatan, Poltekkes Kemenkes Tanjungkarang, Indonesia

⁴ Jurusan Keperawatan, Poltekkes Kemenkes Tanjungkarang, Indonesia

⁵ Jurusan Keperawatan, Poltekkes Kemenkes Tanjungkarang, Indonesia

⁶ Jurusan Sanitasi Lingkungan, Poltekkes Kemenkes Tanjungkarang, Indonesia

⁷ Jurusan Sanitasi Lingkungan, Poltekkes Kemenkes Tanjungkarang, Indonesia

⁸ Jurusan Sanitasi Lingkungan, Poltekkes Kemenkes Tanjungkarang, Indonesia

Genesis Naskah: 31-01-2024, *Revised:* 19-02-2024, *Accepted:* 21-02-2024, *Available Online:* 27-02-2024

Abstrak

Penyakit Tidak Menular menjadi masalah kesehatan yang berpengaruh tidak saja pada aspek pembiayaan kesehatan, namun juga mengganggu produktivitas. Prevalensi penyakit Hipertensi dan Diabetes Mellitus terus meningkat di dunia, termasuk di Indonesia. Desa Ciamis, terletak di kecamatan Sungkai Utara Kabupaten Lampung Utara, merupakan salah satu desa di wilayah kerja Negara Ratu. Berdasarkan profil Puskesmas Negara Ratu tahun 2019 prevalensi penyakit tidak menular masuk ke dalam 10 macam penyakit tertinggi, dimana Hipertensi menempati urutan 5 sedangkan Diabetes Mellitus pada urutan ke 10. Peran aktif Kader Posbindu menjadi sangat penting dalam pengendalian Hipertensi dan DM. Tujuan kegiatan adalah meningkatkan pengetahuan dan ketrampilan Kader Posbindu dalam pengendalian Hipertensi dan DM. Metode pelaksanaan melalui Pelatihan Kader Posbindu di Desa Ciamis, Kecamatan Sungkai Utara Kabupaten Lampung Tengah. Hasil dan Simpulan menunjukkan bahwa 100% Kader Posbindu memiliki Pengetahuan yang Baik tentang Hipertensi dan DM, dan memiliki ketrampilan untuk mengukur Indeks Massa Tubuh, Mengukur Tekanan Darah dan Mengukur Kadar Gula Darah secara sederhana.

Kata Kunci : Pemberdayaan kader, pencegahan penyakit tidak menular

EMPOWERMENT OF POSBINDU CADRES IN THE PREVENTION OF NON-COMMUNICABLE DISEASES IN DESA CIAMIS KABUPATEN LAMPUNG UTARA

Abstract

Non-Communicable Diseases are a health problem that not only affects aspects of health financing, but also disrupts productivity. The prevalence of hypertension and diabetes mellitus continues to increase in the world, including in Indonesia. Desa Ciamis, located in Kecamatan Sungkai Utara, Kabupaten Lampung Utara, is one of the villages in the Negara Ratu working area. Based on the profile of Puskesmas Negara Ratu in 2019, the prevalence of non-communicable diseases is in the 10 highest types of disease, where hypertension is in 5th place while Diabetes Mellitus is in 10th place. The active role of Posbindu cadres is very important in controlling hypertension and DM. The aim of the activity is to increase the knowledge and skills of Posbindu cadres in controlling hypertension and DM. The implementation method is through Posbindu Cadre Training in Desa Ciamis, Kecamatan Sungkai Utara, Kabupaten Lampung Utara. Results and Conclusions show that 100% of Posbindu Cadres have Good Knowledge about Hypertension and DM, and have the skills to measure Body Mass Index, Measure Blood Pressure and Measure Blood Sugar Levels simply.

Keywords: Empowerment cadre, non-communicable diseases

Pendahuluan

Badan kesehatan dunia (WHO) tahun 2022 melaporkan bahwa 74% penyebab kematian semua umur di dunia adalah karena penyakit tidak menular (WHO, 2022). Data di Indonesia menunjukkan bahwa Penyakit Tidak Menular (PTM) menjadi penyebab kematian utama pada tahun 2016, sebanyak 73%. Kematian karena penyakit kardiovaskuler 35%, kanker 12%, penyakit paru kronis 6%, dan Diabetes Mellitus 6% (Arifin et al., 2022).

Angka kejadian PTM sejak tahun 2010 mulai meningkat di Indonesia. Tingginya angka PTM di Indonesia menjadi tantangan kesehatan yang penting, karena berdampak terhadap produktivitas dan pembiayaan kesehatan. Pola makan, pola asuh, pola gerak dan pola makan seperti tinggi kalori, rendah serat, tinggi garam, tinggi gula dan tinggi lemak diikuti gaya hidup *sedentary lifestyle*, memilih makanan *junk food*/siap saji, ditambah dengan kurangnya aktivitas fisik, stress dan kurangnya istirahat memicu timbulnya penyakit Hipertensi, Diabetes Mellitus, Obesitas, Kanker, Jantung, dan Hiperkolesterol di kalangan Masyarakat Indonesia (Kemenkes, 2022).

Desa Ciamis terletak di Kecamatan Sungkai Utara Kabupaten Lampung Utara, dan termasuk dalam wilayah kerja Puskesmas Negara Ratu. Data register Puskesmas menunjukkan bahwa angka kejadian Hipertensi dan Diabetes Mellitus cukup tinggi. Sebagian besar penduduk desa Ciamis bekerja sebagai petani, pekebun dan peternak. Berdasarkan wawancara dengan aparat desa, partisipasi masyarakat cukup baik, termasuk kunjungan lansia ke Posbindu yang selalu ramai. Hal ini menunjukkan bahwa desa Ciamis memiliki

potensi untuk mengembangkan desa, termasuk mengembangkan perilaku kesehatan.

Pos Pembinaan Terpadu (Posbindu) Penyakit Tidak Menular (PTM) merupakan bentuk peran serta masyarakat dalam upaya deteksi dini, pemantauan dan pengendalian faktor risiko PTM yang dilaksanakan secara terpadu, rutin, dan periodik serta mandiri dan berkesinambungan (Griana et al., 2021).

Terdapat 10 (sepuluh) orang perempuan kader Posbindu di desa Ciamis. Kader Posbindu merupakan relawan yang memiliki kemampuan lebih dibandingkan masyarakat yang lain, sehingga dapat memberi pengaruh ke masyarakat lainnya.

Tujuan kegiatan pengabdian kepada masyarakat adalah meningkatkan pengetahuan dan ketrampilan kader posbindu dalam melakukan deteksi dini penyakit tidak menular, khususnya Hipertensi dan Diabetes Mellitus.

Metode Pelaksanaan

Perencanaan kegiatan dimulai setelah diadakan pertemuan dengan kepala desa, bidan desa dan aparat desa. Pada saat penjajakan, disepakati bahwa kegiatan pengabdian masyarakat dilakukan bersamaan kegiatan Posbindu di desa Ciamis. Kegiatan dilaksanakan sebanyak 3 (tiga) kali berupa ceramah, diskusi dan demonstrasi. Kegiatan dilaksanakan di Balai Desa Ciamis. Melalui komunikasi dengan kepala desa dan bidan desa, tim pengabdian melakukan koordinasi terkait persiapan tempat dan undangan untuk para kader Posbindu.

Kegiatan pertama pada hari Kamis (14 September 2023), dari Pukul 09.00 s.d 12.00 WIB. Pada pertemuan pertama ini, dilakukan sosialisasi tim Pengabmas yang dihadiri oleh Kepala Puskesmas, Koordinator Posbindu Puskesmas, Bidan Desa dan Aparat Desa. Tim Pengabdi memberikan bantuan Posbindu Kit yang diterima oleh Bidan Desa. Selanjutnya dilakukan pre tes pengetahuan tentang penyakit tidak menular, khususnya Hipertensi dan Diabetes Mellitus. Anggota tim pengabdi, Heni Apriyani, membagikan soal kepada kader. Pada kesempatan tersebut peningkatan pengetahuan dilakukan melalui Kegiatan Pelatihan Kader Posbindu Desa Ciamis. Kegiatan berupa ceramah dan diskusi, berisi materi tentang Petunjuk Teknis Posbindu, Perawatan Hipertensi dan Diabetes Melitus. Petunjuk teknis Posbindu disampaikan oleh Haris Kadarusman, Perawatan Hipertensi oleh Ihsan Taufiq, dan materi Diabetes Mellitus oleh Deni Metri.



Gambar 1. Tim Pengabdi sedang memberikan materi tentang Perawatan Hipertensi dan Diabetes Mellitus

Kegiatan ini diselingi dengan diskusi membahas permasalahan yang dirasakan para kader saat melakukan Posbindu. Jumlah kader yang hadir sebanyak 10 (sepuluh) orang perempuan warga desa Ciamis.



Gambar 2. Tim Pengabdi melakukan pelatihan cara mengukur lingkar perut

Kegiatan kedua, dilaksanakan pada Rabu, 20 September 2023, berupa demonstrasi cara mengukur tinggi badan, berat badan, lingkar perut, menghitung Indeks Massa Tubuh (IMT), cara mengukur tekanan darah menggunakan Tensimeter digital dan pengukuran kadar gula darah secara sederhana menggunakan Glukotest. Tim pengabdi yang melatih adalah Hasti Primadilla, Agus Sutopo, Sono dan Amrul Hasan melakukan demonstrasi penggunaan alat, dilanjutkan dengan redemonstrasi oleh para kader. Redemonstrasi dilakukan oleh para kader terhadap sesama kader dan terhadap perangkat desa yang hadir.



Gambar 3. Pengabdi mendampingi saat Kader Posbindu melakukan pemeriksaan

Saat kegiatan ketiga pada Selasa, 10 Oktober 2023, pengabdi mendampingi para kader Posbindu melakukan deteksi dini Hipertensi dan

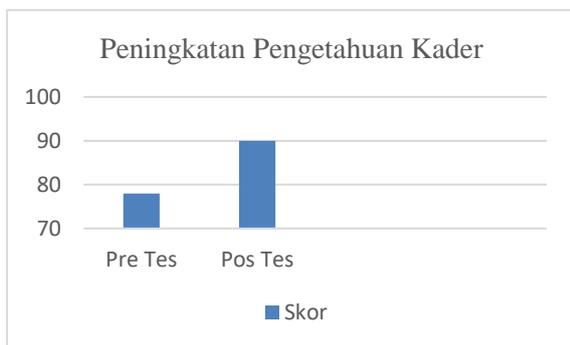
Diabetes Mellitus. Tim pengabdian melakukan pendampingan saat kader melakukan pengukuran tinggi badan, berat badan, lingkar perut, mengukur tekanan darah dan gula darah sewaktu. Semua kader diberi kesempatan bergiliran melakukan pengukuran. Selanjutnya dilakukan post tes terhadap kader, tentang penyakit tidak menular.



Gambar 4. Kader Posbindu melakukan pemeriksaan kadar GDS menggunakan Glukotest

Hasil dan Pembahasan

Kegiatan pelatihan kader diikuti oleh 10 orang perempuan kader Posbindu. Salah satu kegiatan pelatihan kader adalah Pre tes dan Post tes tentang perawatan Hipertensi dan Diabetes Mellitus. Soal yang diujikan sebanyak 12 soal pilihan ganda, dengan hasil sebagai berikut :



Gambar 5. Hasil Pre Tes dan Post Tes

Berdasarkan gambar diatas, terlihat bahwa pengetahuan kader posbindu di Desa Ciamis, mengalami peningkatan saat post tes. Skor Pre Tes adalah 78, sedangkan Skor Post Tes adalah 90.

Dapat disimpulkan bahwa terjadi peningkatan pengetahuan kader posbindu di Desa Ciamis. Menurut Mustika Sari & Ardianto (2021), pengetahuan yang baik tentang penyakit tidak menular dapat menurunkan risiko penyakit tidak menular. Para kader Posbindu dapat menjadi agent perubahan bagi masyarakat sekitarnya. Kader Posbindu adalah tenaga masyarakat yang telah dilatih, dan dibentuk dalam suatu forum komunikasi alih teknologi dan pelayanan bimbingan kesehatan masyarakat oleh dan untuk masyarakat yang mempunyai nilai strategis dalam mengembangkan sumber daya manusia sejak dini (Sengkey et al., 2017). Bahkan, tidak hanya memiliki pengetahuan tentang PTM, hendaknya kader Posbindu juga menerapkan gaya hidup sehat sebagai perilaku sehari-hari.

Kegiatan peningkatan ketrampilan kader Posbindu adalah redemonstrasi cara pengukuran Indeks Massa Tubuh (IMT), pengukuran lingkar perut, pengukuran tekanan darah dan pemeriksaan gula darah, dengan hasil berikut :

Tabel 1. Kemampuan Kader Posbindu Melakukan Deteksi Dini PTM pada Lansia

No	Kekampuan Kader yang Diamati	Jumlah (%)
1	Mengukur Tekanan Darah	100 %
2	Menghitung IMT	100 %
3	Mengukur Lingkar Perut	100%
4	Mengukur GDS	100 %

Penyakit tidak menular (PTM) adalah penyakit atau kondisi medis yang tidak dapat ditularkan dari satu individu ke individu lainnya. Mayoritas PTM terjadi di negara berpendapatan rendah dan menengah. Berdasarkan data WHO, PTM merupakan penyebab dari 68% kematian di dunia

pada tahun 2012. PTM merupakan tantangan dalam dunia kesehatan, dan diperkirakan akan terus meningkat angka kejadiannya (Cahya Adhania et al., 2018). Secara global penyakit tidak menular (PTM) menjadi penyebab kematian nomor satu .

Hipertensi dan Diabetes Mellitus dapat dicegah melalui Deteksi dini PTM dan menjadi hal penting yang harus disosialisasikan kepada masyarakat. Melalui deteksi dini, komplikasi penyakit dapat dicegah. Sehingga upaya preventif dan promotif adalah hal penting dalam pengendalian PTM. Deteksi dini dapat dilakukan melalui pengukuran indeks massa tubuh (IMT), pengendalian lingkaran perut, tekanan darah, dan gula darah sewaktu (GDS).

Indeks massa tubuh (IMT) merupakan rasio dari BB (kg) dengan TB (m²) (Eir et al., 2000). Peningkatan IMT atau tingginya angka IMT berkorelasi dengan kejadian Penyakit jantung Koroner. Berat badan dalam kategori normal maupun berat badan yang bertambah setelah usia 18 tahun berisiko meningkatkan PJK pada wanita (Tuminah, 2000).

Lingkar perut Lingkar adalah pengukuran yang dilakukan di sekitar perut setinggi pusar. Pakar kesehatan biasanya menggunakan pengukuran perut untuk mengetahui apakah seseorang memiliki masalah kesehatan terkait berat badan. Ukuran normal lingkaran perut pada laki-laki adalah 90 cm dan 80 cm pada perempuan. Septyaningrum & Martini (2014) menyebutkan bahwa ukuran lingkaran perut berhubungan dengan kadar gula darah seseorang. Begitu pula penelitian yang dilakukan oleh (Hita et al., 2022), bahwa status

gizi dan lingkaran perut memiliki pengaruh yang signifikan dan positif terhadap tekanan darah dengan pengaruh sebesar 67%.

Tekanan darah yang tinggi disebut juga dengan istilah hipertensi. Tekanan darah pada orang yang mengalami tekanan darah tinggi atau lebih banyak dikenal hipertensi ialah sistolik ≥ 140 mmHg dan tekanan diastolik ≥ 90 mmHg. Pengukuran tekanan darah dilakukan untuk menjadi penentu apakah seseorang memiliki risiko Hipertensi. Tekanan darah merupakan faktor penting dalam menunjang tingkat kesehatan setiap individu. Individu yang memiliki status gizi yang buruk dan tekanan darah yang tinggi akan menyebabkan terjadinya resiko penyakit seperti serangan jantung, stroke, gangguan ginjal, hingga disfungsi seksual (Hita et al., 2022).

Pemeriksaan gula darah sewaktu (GDS) dan tekanan darah adalah salah satu upaya untuk melakukan deteksi dini sehingga masyarakat dapat melakukan pencegahan (Selano et al., 2020).

Kader yang mampu melakukan deteksi PTM akan menurunkan risiko komplikasi. Pendapat ini sesuai dengan kegiatan pengabdian masyarakat yang dilakukan oleh Lestari, dkk pada tahun 2000, bahwa penyelenggaraan Posbindu PTM terbukti meningkatkan pengetahuan dan ketrampilan kader, dan terdapat pengaruh peningkatan kemampuan kader dalam mengelola Posbindu (Lestari et al., 2020).

Kesimpulan dan Saran

Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat melalui skema PPDM di Desa Ciamis kecamatan Sungkai Utara, khususnya wilayah kerja

Puskesmas Negara Ratu, Kabupaten Lampung Utara telah meningkatkan pengetahuan, ketrampilan dan kemampuan kader posbindu dalam melakukan penngendalian Penyakit Tidak Menular, khususnya Hipertensi dan DM. Kader mampu melakukan tindakan deteksi dini PTM, yaitu mengukur IMT, mengukur tekanan darah, mengukur lingkar perut dan mengukur gula darah dengan alat Glukotest.

Puskesmas Negara Ratu dan pemerintah desa Ciamis hendaknya terus membina kader Posbindu, khususnya dalam pengendalian dan pencegahan PTM : Hipertensi dan Diabetes Mellitus.

Daftar Pustaka

- Arifin, H., et.al. (2022). Analysis of Modifiable, Non-Modifiable, and Physiological Risk Factors of Non-Communicable Diseases in Indonesia: Evidence from the 2018 Indonesian Basic Health Research. *Journal of Multidisciplinary Healthcare*, 15(September), 2203–2221. <https://doi.org/10.2147/JMDH.S382191>
- Cahya Adhania, C., Wiwaha, G., & Fianza, P. I. (2018). Prevalensi Penyakit Tidak Menular pada Fasilitas Kesehatan Tingkat Pertama di Kota Bandung Tahun 2013-2015. In *204 JSK* (Vol. 3).
- Eir, M., Tampfer, J. S., Nn, J. O. A., Anson, E. M., Imm, R. B. R., Alter, W., & Illett, C. W. (2000). *Primary Prevention of Coronary Heart Disease in Women Through Diet and Lifestyle Background Many lifestyle-related risk factors for.*
- Griana, T. P., Rachma, L. N., & Gaffar, H. D. (2021). Pembentukan dan Pelatihan Kader Posbindu PTM Berbasis Masjid di Kecamatan Turen Kabupaten Malang. *JPPM (Jurnal Pengabdian Dan Pemberdayaan Masyarakat)*, 5(2), 211. <https://doi.org/10.30595/jppm.v5i2.7473>
- Hita, et. al (2022). Status Gizi dan Lingkar Perut: Apakah Memiliki Pengaruh Terhadap Tekanan Darah? *Jurnal Marathon*, 1(1), 15. <https://doi.org/10.26418/jmrthn.v1i1.59024>
- Kemkes. (2022, July 31). *Penyakit Tidak Menular*. Kementerian Kesehatan RI.
- Lestari, et. Al. (2020). Pemberdayaan kader Kesehatan dalam Mencegah Penyakit Tidak Menular Melalui Posbindu PTM. *Jurnal Adimas* (4) 1.
- Selano, M. K., Marwaningsih, V. R., & Setyaningrum, N. (2020). Pemeriksaan Gula Darah Sewaktu

- (GDS) dan Tekanan Darah kepada Masyarakat. *Indonesian Journal of Community Services*, 2(1), 38. <https://doi.org/10.30659/ijocs.2.1.38-45>
- Sengkey, Y., Palandeng, H. M. F., & Monintja, T. C. N. (2017). Pengetahuan Kader Posbindu terhadap Penyakit Diabetes Melitus. *E-CliniC*, 5(1). <https://doi.org/10.35790/ec1.5.1.2017.15904>
- Septyaningrum, N., & Martini, S. (2014). Lingkar perut mempunyai hubungan paling kuat dengan kadar gula darah. *Jurnal Berkala Epidemiologi*, 2(1), 48–58.
- Tuminah (2000). The Relationship of The Body Mass Index, Waist Circumference, Blood Pressure and Lipid Profile with A Coronary Heart Disease : data Analysis Study of Risk factors for Communicable Disease in Bogor City. *Penelitian Gizi Makanan*, 2020 (1).
- WHO. (2022, September 16). *Non Communicable Disease*. WHO.