

PELATIHAN KADER POSBINDU DALAM PENATALAKSANAAN PENDERITA DIABETES MELITUS DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS

Rumentalia Sulistini, Devi Mediarti, Syokumawena

Jurusan Keperawatan, Poltekkes Kemmenkes Palembang
rumentalia@poltekkespalembang.ac.id

Abstract

Diabetes Mellitus sufferers around the world are increasing every year so this requires special attention from the public. The results of the registration of cadres stated that there were still many DM sufferers who did not carry out routine control while the existing cadres had not received training in managing DM, especially Physical Exercise. Community service activities have been carried out in three stages, namely preparation, training and assistance for cadres. The target of posbindu cadres in the working area of Puskesmas 1 Ulu and Puskesmas Merdeka were 29 people. The results of the activities included the availability of training media, increased cadre knowledge and the implementation of home visits. The importance of this activity requires continuous training or refresher of cadres so that the quality of life for diabetics increases.

Keywords: training, diabetes mellitus, cadres

Abstrak

Penderita Diabetes Melitus seluruh dunia meningkat setiap tahunnya sehingga hal ini memerlukan perhatian khusus dari masyarakat. Hasil pencatatan kader menyatakan bahwa masih banyak penderita DM yang tidak melakukan kontrol rutin sementara kader yang ada belum mendapatkan pelatihan dalam melakukan penatalaksanaan DM khususnya Latihan Fisik. Kegiatan pengabdian Masyarakat telah dilaksanakan dalam tiga tahapan yaitu Persiapan, Pelatihan dan pendampingan Kader. Sasaran Kader Posbindu di Wilayah Kerja Puskesmas 1 Ulu dan Puskesmas Merdeka berjumlah 29 orang. Hasil kegiatan diantaranya tersedia media pelatihan, pengetahuan kader meningkat dan terlaksananya kunjungan rumah. Pentingnya kegiatan ini maka perlu dilakukan pelatihan atau penyegaran kader yang berkelanjutan sehingga kualitas hidup penderita diabetes meningkat.

Kata kunci: pelatihan, diabetes melitus, kader

PENDAHULUAN

Diabetes Melitus (DM) memiliki prevalensi yang terus mengalami peningkatan di seluruh dunia setiap tahunnya. Sehingga permasalahan DM perlu mendapatkan perhatian khusus dari masyarakat. Indonesia tahun 2000 memiliki 8,4 juta

penduduk menderita DM dan diestimasi tahun 2030 meningkat menjadi 21,3 juta penduduk (Kemenkes RI, 2019). Penyakit DM ini masih merupakan penyebab kematian Utama di Indonesia. Prevalensi DM berdasarkan usia > 15 tahun yang terendah terdapat terdapat 1,4 % pada tahun 2018 di Sumatera Selatan. Dan prevalesi Rutin pemeriksa

Kadar Gula Darah (KGD) menurut tahun 2018 di Sumatera Selatan masih 0,8%. (Kemenkes RI, 2019). Rutin artinya jika anggota Rumah Tangga (ART) memeriksa gula darah sesuai petunjuk dokter (bagi ART yang pernah didiagnosis Diabetes Melitus oleh dokter)

Survey Pendahuluan dengan melakukan wawancara kepada Pengelola Program Posbindu Penyakit Tidak Menular (PTM) wilayah Kerja Puskesmas Merdeka dan 1 Ulu menyatakan bahwa kegiatan Posbindu sejak Maret 2020 terhenti sementara dikarenakan kasus Covid-19 dan pemantauan penderita DM kembali dimulai Oktober 2020. Hasil pencatatan Kader beberapa penderita tidak rutin melakukan kunjungan ke Posbindu PTM yang ada di wilayah tempat tinggal.

Buku Pintar Kader Posbindu yang telah telah dirancang untuk memberikan Panduan bagi kader dalam mengenal, mendeteksi sedini mungkin penyakit Tidak menular khususnya Diabetes (Kemenkes, 2019). Namun dalam praktiknya masih banyak kader yang belum memahami penanganan Penderita DM, sehingga perlu dilaksanakannya Pelatihan bagi Kader Posbindu dalam penatalaksanaan pasien DM khususnya latihan Fisik.

METODE

Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat dilaksanakan dengan melalui tiga tahapan sebagai berikut :

1. Persiapan Media Pembelajaran Kader : Video Latihan Fisik dan Booklet yang akan digunakan pada pelatihan kader. Booklet berisikan latihan fisik dengan 10 gerakan dalam posisi duduk (Sulistini et al., 2000)

2. Pelatihan Kader Posbindu PTM di dua Wilayah

Puskesmas dengan demonstrasi dan redemonstrasi Latihan Fisik.

3. Pendampingan Kader dalam Pendataan dan Pengelolaan Penderita DM dalam mengajarkan Latihan Fisik.

Sasaran pada Kegiatan ini adalah Kader Posbindu PTM di 2 wilayah Kerja Puskesmas yaitu Puskesmas 1 Ulu dan Puskesmas Merdeka. Dengan Jumlah Kader 29 orang dengan rincian sebagai berikut 10 kader Posbindu PTM wilayah Kerja Puskesmas 1 Ulu dan 19 Kader Posbindu PTM Puskesmas Merdeka.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian Masyarakat ini dibagi dalam tahapan Persiapan, pelatihan Kader dan Pendampingan Kader.

Persiapan

Pada masa persiapan dilakukan pembuatan Video Latihan Fisik dengan melibatkan Mahasiswa sebagai pemeraga Latihan dalam video, pengambilan gambar dan dokumentasi. Video ini kemudian dipublikasi dalam bentuk Youtube <https://youtu.be/b8sVYngBnWE> sehingga memudahkan Kader dan Penderita untuk mengakses, disediakan juga dalam bentuk e-book (Sulistini et al., 2000).

Pelatihan kader

Pelatihan dilaksanakan pada tanggal 20 November 2020 untuk Wilayah kerja Puskesmas 1 Ulu dan 28 November 2020 di Wilayah Kerja Puskesmas Merdeka. Sasaran adalah kader Pengelola Pos Binaan Terpadu (Posbindu) PTM di masing masing wilayah Puskesmas. Kegiatan di hadiri Pengelola Posbindu PTM di Wilayah Kerja Puskesmas masing – masing.

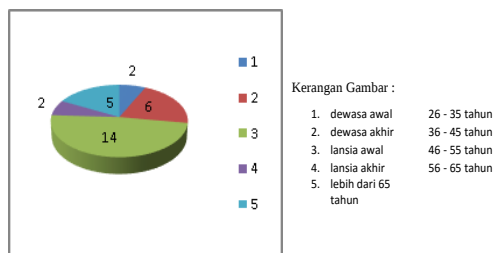


Gambar 1 Pelatihan Kader di Wilayah kerja Puskesmas 1 Ulu
(<https://youtu.be/oq3v95i2zv4>)



Gambar 2. Pelatihan Kader di Wilayah Kerja Puskesmas Merdeka
(<https://youtu.be/2MEoMtfTX4A>)

Peserta Pelatihan untuk Wilayah Kerja Puskesmas 1 Ulu di ikuti oleh 10 Kader dari 2 Posbindu yang ada di Wilayah Kerja tersebut. Peserta pelatihan Wilayah Kerja Puskesmas Merdeka diikuti oleh 19 orang Kader Posbindu dari 5 Posbindu yang ada di Wilayah Kerja tersebut.



Gambar 1. Usia Kader

Pelatihan di laksanakan diawali dengan Pretes untuk melihat kemampuan kader sebelum dilakukan Pelatihan. Pemberian Materi tentang Konsep Diabetes Melitus dan Demonstrasi Latihan Fisik . Evaluasi

dalam bentuk Post test dan Demonstrasi latihan dilakukan di akhir Pelatihan.

Tabel 1. Perbedaan rata – rata pengetahuan Kader sebelum dan setelah Pelatihan

Variabel	Mean	SD	SE	p value
Pengetahuan				
Sebelum	8.04	2,822	0.533	0,0005
Sesudah	11.93	2,734	0,517	

Pelatihan kader memberikan peningkatan Pengetahuan sebelum dan setelah pelatihan pada Kader Pos Pembinaan Terpadu (Posbindu) terlihat pada tabel 1. Peningkatan rata rata jawaban benar pada Post Test.

Pendampingan Kader

Tahapan selanjutnya Pendampingan Kader dalam melakukan Pendataan Kembali penderita Diabetes Melitus yang ada di Wilayah Kerja Posbindu dan pendampingan dalam mengelola penderita Diabetes Melitus khususnya Diet dan Latihan Fisik.



Gambar 3. Pendampingan Kader

Penatalaksanaan DM dapat dilakukan dengan menerapkan pola hidup sehat diantaranya adalah aktivitas fisik. Aktivitas fisik yang dianjurkan setiap harinya dengan rentang waktu 30 - 50 menit atau 150 menit / minggu (Soelistijo et al., 2019). Kadar gula darah yang tidak terkontrol pada penderita DM disebabkan kurang optimalnya penerapan berbagai pilar pengendalian seperti penyuluhan, latihan fisik, modifikasi life style dan

terapi (Adnyana, 2006). Untuk itu program pelatihan, monitoring dan evaluasi sangat penting dilakukan pada kader Posbindu sehingga nantinya seluruh penderita DM m

SIMPULAN

Kesimpulan pada kegiatan Pengabdian Masyarakat adalah sebagai berikut :

1. media pelatihan dengan media e-book dan video
2. Pelatihan Kader Posbindu yang dilakukan telah meningkatkan pengetahuan kader dan kader mampu mendemostrasikan latihan fisik
3. Penderita Diabetes melitus yang telah dikunjungi oleh kader berjumlah 19 orang pada saat Pendampingan Kader.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terimakasih disampaikan kepada Poltekkes Kemmekes Palembang yang telah memberikan bantuan dana dalam pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat di kedua wilayah Puskesmas tersebut.

DAFTAR PUSTAKA

- Adnyana, L. (2006). Kualita Hidup Penderita Diabetes Melitus di RSUD Daerah Cianjur. Penyakit Dalam, 7(September), 186–193.
- Kemenkes. (2019). Buku Pintar Kader Posbindu. Buku Pintar Kader Posbindu, 1–65.
- Kemenkes RI. (2019). Hari Diabetes Sedunia Tahun 2018. Pusat Data Dan Informasi Kementrian Kesehatan RI, 1–8.

Soelistijo, S. A., Lindarto, D., Decroli, E., Permana, H., Sucipto, K. W., Kusnadi, Y., Budiman, & Ikhsan, R. (2019). Pedoman pengelolaan dan pencegahan diabetes melitus tipe 2 dewasa di Indonesia 2019. Perkumpulan Endokrinologi Indonesia, 1–117. <https://pbperkeni.or.id/wp-content/uploads/2020/07/Pedoman-Pengelolaan-DM-Tipe-2-Dewasa-di-Indonesia-eBook-PDF-1.pdf>

Sulistini, R., Mediarti, D., & Syokumawena. (2000). LATIHAN FISIK PENDERITA.