

## Penyuluhan Kadar HbA1C Pada Pasien Diabetes Melitus Prolanis Upaya Sehat di Klinik Bandar Lor Kota Kediri

dr. Hartati Tuna, M.Kes., Sri Wahyuni, S.St., M.imun<sup>2</sup>., Gabriella Putri Suryani

#Fakultas Teknologi dan Manajemen kesehatan

hartati\_tuna@yahoo.com

### ABSTRAK

Pemeriksaan HbA1c merupakan pemeriksaan sebagai monitoring kedisiplinan pasien diabetes dalam mengendalikan gula darah. HbA1c (*hemoglobin A1c*) atau *Glycated Hemoglobin* adalah hemoglobin yang berikatan dengan glukosa (gula) didalam darah, secara alami glukosa akan saling mengikat dengan hemoglobin yang berada dalam sel darah merah. Pada HbA1c bisa mengukur rata-rata kadar gula darah penderita diabetes mellitus selama tiga bulan jadi pasien anpa terpengaruhi oleh puasa atau makan sebelum pemeriksaan. Pasien diabetes mellitus biasanya akan menjalani pemeriksaan HbA1c pertama kali sebagai patokan awal dan akan diulang dalam waktu 6 bulan. Kegiatan pengabdian ini dilakukan untuk memberikan penyuluhan mengenai manfaat dan pentingnya pemeriksaan HbA1C untuk mengetahui kedisiplinan pasien dalam mengendalikan kadar gula darah. Berdasarkan hasil penyuluhan di Klinik Bandar Lor Kediri didapatkan pasien 52 pasien mengerti mengenai manfaat pemeriksaan HbA1C dan 21 pasien belum mengerti mengenai manfaat pemeriksaan HbA1C. Sehingga diperlukan peningkatan pengetahuan pasien sehingga dapat meningkatkan kedisiplinan nilai kadar gula darah

**Kata Kunci:** Pemeriksaan HbA1c, diabetes mellitus, pengendalian kadar gula.

### 1. PENDAHULUAN

Diabetes melitus merupakan penyakit degeneratif yang berlangsung lama atau kronis serta ditandai dengan kadar gula darah (glukosa) yang tinggi atau diatas nilai normal. Glukosa yang menumpuk di dalam darah akibat tidak diserap sel tubuh dengan baik dapat menimbulkan berbagai gangguan organ tubuh. Jika diabetes tidak dikontrol dengan baik, dapat timbul berbagai komplikasi yang membahayakan nyawa penderita diabetes mellitus.

Penyakit diabetes mellitus merupakan penyakit yang mengharuskan pasiennya disiplin menjaga pola makan serta rajin minum obat. Untuk dapat mengendalikan diabetes mellitus maka perlu dilakukan pemeriksaan gula darah puasa / gula darah sewaktu, tetapi pemeriksaan tersebut kurang tepat apabila digunakan untuk memantau seberapa disiplin penderita diabetes mellitus dalam menjaga gaya hidup dan kadar gula darahnya. Dokter sangat menyarankan penderita diabetes mellitus untuk melakukan pemeriksaan HbA1c dalam hal pengontrolan dan pengendalian kadar gula darahnya.

HbA1c (*hemoglobin A1c*) atau *Glycated Hemoglobin* adalah hemoglobin yang berikatan dengan glukosa (gula) didalam darah, secara alami glukosa akan saling mengikat dengan hemoglobin yang berada dalam sel darah merah. Jumlah HbA1c memang seimbang dengan kadar gula darah, jadi semakin tinggi kadar gula darah, maka kadar HbA1c akan semakin meningkat, HbA1c bisa mengukur rata-rata kadar gula darah penderita diabetes mellitus selama tiga bulan, dimana nilai normal kadar HbA1C antara 5,7% sampai 6,4% (Forum Diagnosticum, 2011).

Pemeriksaan HbA1c bisa memonitor kedisiplinan pasien diabetes dalam mengendalikan gula darah. Pasien diabetes mellitus biasanya akan menjalani pemeriksaan HbA1c pertama kali sebagai patokan awal dan akan diulang dalam waktu 6 bulan. Jika kadar gula darah penderita diabetes mellitus terkendali dengan baik selama tiga bulan, maka kadar HbA1c akan menurun dibandingkan

6 bulan sebelumnya, jika penderita diabetes mellitus tidak disiplin menjaga pola makan yang baik dan rutin minum obat, maka kadar HbA1c akan tetap tinggi.

Peserta Prolanis Klinik Bandar Lor merupakan pasien dengan diabetes melitus yang mengikuti program BPJS Kesehatan tentang pengendalian penyakit kronis, sehingga setiap bulan pada Klinik Bandar Lor dilakukan pemeriksaan gula darah puasa / gula darah sewaktu. Namun sebagian besar pasien belum disiplin dalam mengendalikan gula darah sehingga diperlukan pemeriksaan HbA1c setiap 6 bulan sekali untuk memonitor kedisiplinan pasien diabetes melitus dalam mengendalikan gula darah.

## 2. METODE PENGABDIAN

### 2.1 Waktu dan Tempat Pengabdian

Kegiatan pengabdian masyarakat dilaksanakan pada hari Minggu, 17 November 2019 pada Pukul 06.00-selesai. Bertempat di Klinik Bandar Lor Kota Kediri. Sasaran dari kegiatan ini adalah peserta prolanis dengan diabetes melitus.

### 2.2 Metode dan Rancangan Pengabdian

Metode Pengabdian dilakukan dengan kuesioner sebelum penyuluhan dan sesudah penyuluhan (*pre* dan *post*) secara langsung di Klinik Bandar Lor Kota Kediri. Kemudian penyuluhan dilakukan secara langsung dengan power point “Manfaat Pentingnya Pemeriksaan HbA1C pada Pasien Diabetes Melitus”. Setelah itu dilanjutkan dengan pengisian kuesioner ulang (*post*) pemaparan materi.

### 2.3 Pengambilan dan Pengolahan Sampel

Metode pengabdian yang digunakan adalah penyuluhan terkait pentingnya pemeriksaan HbA1c pada pasien diabetes melitus dan dilanjutkan dengan pemeriksaan HbA1c.

#### 1. Perencanaan dan Persiapan

Tim pelaksana berkoordinasi dengan pihak Klinik Bandar Lor dan Laboratorium Ultra Medika. Persiapan dilakukan dengan menyiapkan tempat penyuluhan dan tempat pemeriksaan HbA1c.

#### 2. Penyuluhan

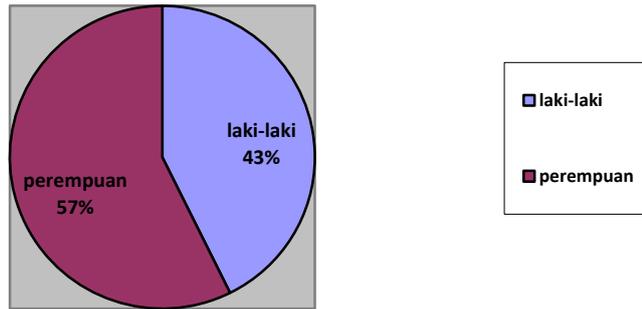
Penyuluhan yang diberikan kepada masyarakat meliputi :

#### 3. Evaluasi Kegiatan

Evaluasi dilaksanakan dengan memberikan kuesioner diakhir penyuluhan. Kuesioner yang diberikan berisi pertanyaan-pertanyaan terkait materi penyuluhan. Metode pemberian kuesioner digunakan sebagai parameter keberhasilan kegiatan pengabdian ini, sedangkan parameter keberhasilan dalam memonitoring pasien diabetes melitus dalam mengendalikan gula darah adalah dengan melihat hasil pemeriksaan kadar HbA1c.

## 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

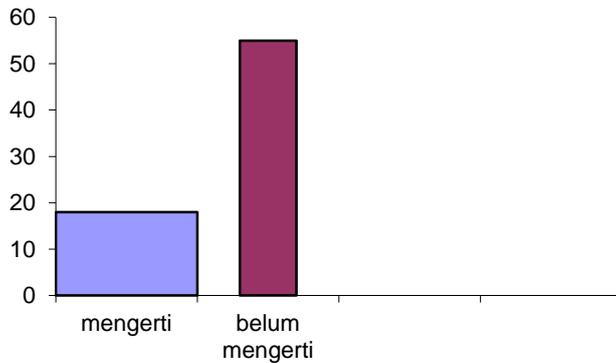
Penyuluhan mengenai pentingnya pemeriksaan HbA1C pada pasien diabetes melitus dilakukan di Klinik Bandar Lor Kota Kediri. Kegiatan ini di ikuti oleh peserta prolanis dengan diabetes melitus di Klinik Bandar Lor sebanyak 73 peserta, dengan profil peserta berdasarkan jenis kelamin yaitu sebagai berikut :



**Gambar 3.1 Profil Peserta Prolanis Diabetes Melitus Berdasarkan Jenis Kelamin**

**3.1 Evaluasi Sebelum Penyuluhan**

Sebelum dilakukan penyuluhan mengenai pentingnya pemeriksaan HbA1C pada pasien prolanis dengan diabetes melitus di Klinik Bandar Lor Kota Kediri, didapatkan hasil sebagai berikut :

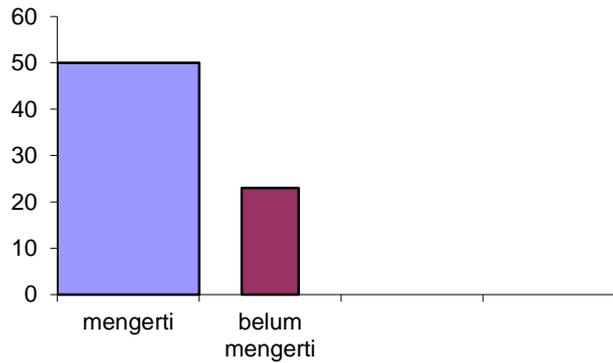


**Gambar 3.2 Presentase Peserta Sebelum Penyuluhan**

Berdasarkan hasil sebelum dilakukan penyuluhan mengenai pentingnya pemeriksaan HbA1C pada pasien prolanis dengan diabetes melitus di Klinik Bandar Lor didapatkan hasil kuesioner sebanyak 18 pasien mampu memahami pentingnya pemeriksaan kadar HbA1C yang dilakukan 6 bulan sekali pada pasien diabetes melitus, sedangkan 55 pasien belum memahami pentingnya pemeriksaan kadar HbA1C. Oleh karena itu diperlukan penyuluhan untuk meningkatkan pengetahuan pasien

**3.2 Evaluasi Hasil Penyuluhan**

Setelah dilakukan penyuluhan mengenai pentingnya pemeriksaan HbA1C pada pasien prolanis dengan diabetes melitus di Klinik Bandar Lor Kota Kediri, didapatkan hasil sebagai berikut :



**Gambar 3.3 Presentase Peserta Hasil Penyuluhan**

Berdasarkan hasil penyuluhan mengenai pentingnya pemeriksaan HbA1C pada pasien prolansis dengan diabetes melitus di Klinik Bandar Lor didapatkan hasil kuesioner sebanyak 52 pasien mampu memahami pentingnya pemeriksaan kadar HbA1C yang dilakukan 6 bulan sekali pada pasien diabetes melitus, sedangkan 21 pasien belum memahami pentingnya pemeriksaan kadar HbA1C. Oleh karena itu diperlukan penyuluhan lanjutan untuk meningkatkan pengetahuan pasien.

#### **4. SIMPULAN, SARAN, DAN REKOMENDASI**

Penyuluhan mengenai manfaat serta pentingnya pemeriksaan kadar HbA1c yang telah dilakukan kepada pasien diabetes melitus prolansis di Klinik Bandar Lor Kota Kediri mampu meningkatkan pemahaman dan pengetahuan terkait manfaat dan pentingnya monitoring kedisiplinan untuk mengendalikan kadar gula darah, sehingga kadar gula darah pasien diabetes melitus dapat terkendali.

Dibuktikan oleh hasil penyuluhan terkait pentingnya pemeriksaan kadar HbA1c ialah sebanyak 52 pasien mengerti terhadap pentingnya pemeriksaan kadar HbA1c, dan pada hasil pemeriksaan kadar HbA1c pasien diabetes melitus didapatkan hasil nilai kadar 7-8% sebanyak 56 pasien dari jumlah seluruh peserta 73 pasien.

#### **5. UCAPAN TERIMA KASIH**

Penulis mengucapkan terima kasih kepada masyarakat warga kota Kediri yang telah bersedia menjadi sampel dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini, juga mengucapkan terima kasih kepada peserta Prolansis Upaya Sehat Klinik Bandar Lor, tim mahasiswa yang turut membantu. Team Klinik Bandar Lor Kota Kediri dan Laboratorium Ultra Medika yang telah memantu terlaksananya kegiatan ini.

#### **6. DAFTAR PUSTAKA**

- Winy. R, (2012). *Faktor – Faktor Yang Berhubungan Dengan Pengendalian Gula Darah Pada Penderita Diabetes Mellitus Tipe II Di Poliklinik Endokrin BLU RSUP Prof. DR. R.D Kandou Manado*. PSIK FK UNSRAT
- American Diabetes Association, (2009). *Diagnosis And Classification Of Diabetes Mellitus*. Diabetes Care 27(SI): 5-10
- Departemen Kesehatan RI, (2015). *Laporan Nasional Riskesdas 2007*. Jakarta: Badan Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan Departemen Kesehatan
- WHO.Global Report on Diabetes.2016
- Kementrian Kesehatan RI Situasi dan Analisis Diabetes.InfoDatin: Pusat Data dan Informasi Kesehatan RI,2014