

Edukasi Masyarakat terhadap Penyakit Diabetes Militus di Posyandu Lansia Kelurahan Margorejo, Kota Metro

Supardi¹, Ludiana² & Anik Inayati⁴
^{1,2,3} FIKES Universitas Dharma Wacana
*Jalan Kenanga No. 6, Kota Metro, Indonesia
*Korespondensi: supardibmw@gmail.com

Abstrak

Diabetes mellitus is disease chronic requiring maintenance long medical, with method control level sugar blood for the occurrence complications of diabetes The 2014 Sample Registration Survey stated that diabetes is becoming murderer number three in Indonesia. Then, the prevalence of diabetes in Indonesia tends to increased, namely from 5.7 % in 2007 to 6.9 % in 2013. More astonishing again, like released Ministry Health (Ministry of Health), 2/3 of diabetics (term for sufferer diabetes) in Indonesia does not know himself have diabetes. Objective devotion public This For give knowledge to public for guard his health so that no caught DM disease, and if has hit How the solution care for sugar his blood in normal range so his life become more quality. Activity done during two One month in the village Margorejo South Metro District. Results activity obtained happen improvement knowledge DM disease pre-post education, where as many as 37 participants (82.2%) were knowledgeable good. education health capable increase knowledge DM disease about How method apply pattern life and pattern healthy eating. Education should done education health in a way sustainable for the sake of creation more optimal health.

Kata kunci: DM, society, education health

1. ANALISIS SITUASI

Diabetes mellitus merupakan penyakit kronis yang membutuhkan perawatan medis yang lama, dengan cara mengendalikan kadar gula darah untuk terjadinya komplikasi diabetes (ADA, 2015). Diabetes tipe 2 merupakan kelompok penyakit methabolik dengan karakteristik hiperglikemia yang disebabkan oleh kerja insulin, sekresi insulin atau kedua duanya (PERKENI, 2015)

Angka kejadian penderita diabetes mellitus pada tahun 2015 di seluruh dunia mencapai 415 juta jiwa, dan diperkirakan pada tahun 2040 jumlah penderita diabetes mellitus menjadi 642 juta jiwa (WHO, 2016). Menurut Internasional Diabetes Mellitus Federation (IDF) penderita diabetes mellitus di Indonesia menempati urutan ke-7 di seluruh dunia dengan 8,5 juta jiwa dan urutan ke-6 untuk kasus kematian sebelum berumur 70 tahun.

Prevalensi DM terkait usia menurut Fan, Wenjun (2017) sekitar 9,1 persen di Asia Tenggara, sekitar 7,3 persen di Eropa, sekitar 3,8 persen di Afrika, sekitar 10,7 persen di Timur Tengah dan Afrika Utara, sekitar 9,6 persen di Amerika Selatan dan Tengah, sekitar 11,5 persen di Amerika Utara dan Karibia, dan sekitar 8,8 persen di Pasifik Barat.

Sample Registration Survey 2014 menyatakan diabetes menjadi pembunuh nomor tiga di Indonesia. Kemudian, prevalensi diabetes di Indonesia cenderung meningkat, yaitu dari 5,7% tahun 2007, menjadi 6,9% tahun 2013. Lebih mencengangkan lagi, seperti dirilis Kementerian Kesehatan (Kemenkes), 2/3 diabetesi (sebutan untuk penderita diabetes) di Indonesia tidak mengetahui dirinya memiliki diabetes.

Penyakit mematikan ini masih menjadi persoalan serius dunia, termasuk Indonesia. Indonesia merupakan negara yang berada di urutan ke-4 dengan prevalensi diabetes tertinggi di dunia setelah India, China, dan Amerika Serikat. Bahkan jumlah pengidap diabetes terus mengalami peningkatan dari tahun ke tahun. Data WHO memperkirakan jumlah penderita diabetes melitus (DM) tipe 2 di Indonesia akan meningkat signifikan hingga 21,3 juta jiwa pada 2030 mendatang.

Survei Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2007 dan 2017 melakukan wawancara untuk menghitung proporsi diabetes melitus pada usia 15 tahun ke atas. Definisinya, sebagai diabetes, jika pernah didiagnosis menderita kencing manis oleh dokter atau belum pernah didiagnosis menderita kencing manis oleh dokter tetapi dalam sebulan terakhir mengalami gejala sering lapar, sering haus, sering buang air kecil dalam jumlah banyak dan berat badan turun. Hasilnya, tahun 2013 meningkat hampir dua kali lipat dibandingkan tahun 2007.

Diabetes sering disebut-sebut sebagai 'ibu' dari berbagai penyakit. Palsunya, diabetes bisa menjadi penyebab dari banyak komplikasi penyakit, seperti penyakit jantung, penyakit ginjal, penyakit pada mata, penyakit pada kaki, penyakit saraf, stroke, dan masih banyak lagi lainnya.

2. METODE PELAKSANAAN

Berdasarkan permasalahan yang dihadapi maka langkah-langkah yang dilakukan untuk mencapai tujuan dan sasaran kegiatan ini adalah diadakannya program kegiatan penyuluhan pada masyarakat Kelurahan Margorejo Kecamatan Metro Selatan Kota Metro. Penyuluhan-penyuluhan kesehatan dilaksanakan pada hari Rabu 10 Januari 2024 oleh mahasiswa dengan dibimbing oleh ketua tim pelaksana

dengan mengikutsertakan peran instansi mitra terkait yaitu Kelurahan Margorejo Kecamatan Metro Selatan Kota Metro. Metode yang digunakan dalam pelaksanaan pengabdian pada masyarakat yaitu ceramah, diskusi, dan pre-tes & pos tes.

3. PELAKSANAAN DAN HASIL

Hasil Penyuluhan

Berdasarkan proses kegiatan mulai dari ceramah, proses pre-tes dan pos tes yang dilakukan oleh peserta, didapatkan hasil sebagai berikut:

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Tingkat Pengetahuan Kader Kesehatan dan Masyarakat

| Tingkat Pengetahuan | PreTest | Post Test |
|---------------------|-----------|-----------|
| Baik | 13 | 37 |
| Cukup | 10 | 8 |
| Kurang | 22 | 0 |
| Total | 45 | 45 |

Sumber: Hasil pengabdian, 2024.

- a) Meningkatnya pengetahuan dan pemahaman ibu-ibu di wilayah Puskesmas Margorejo mengenai Diabetes Millitus menjadi 37 (82.2 %)
- b) Meningkatnya keterampilan masyarakat di wilayah kerja Puskesmas Margorejo dalam melakukan pemilihan makan makanan yang rendah gula, dengan caramempelajari table makanan, pilih buah-buahan sebagai alternatif manis dan hindari makanan dengan label diet dan rendah lemak tetapi mengandung gula tambahan.
- c) Dalam proses kegiatan berlangsung para peserta cukup antusias dengan adanya beberapa pertanyaan yang diajukan oleh para peserta
- d) Jumlah peserta yang hadir dalam proses pengabdian masyarakat ini berjumlah 45 orang.

Pembahasan

Hasil kegiatan PPM secara garis besar mencakup beberapa komponen sebagai berikut:

- a) Keberhasilan target jumlah peserta pelatihan
- b) Ketercapaian tujuan pelatihan
- c) Ketercapaian target materi yang telah direncanakan
- d) Kemampuan peserta dalam penguasaan materi

Target peserta pelatihan seperti direncanakan sebelumnya dalam proposal adalah minimal 40 orang dari masyarakat kelurahan Margorejo, hal ini dikarenakan setiap kali melakukan pertemuan pertemuan jumlah yang Hadir tidak lebih dari 26 orang itu. Sehingga ditargetkan 40 peserta. Selanjutnya dalam pelaksanaannya, ternyata diikuti oleh 45 peserta ibu ibu yang tergabung dalam Posyandu Lansia Kelurahan Margorejo. Dengan demikian dapat dikatakan bahwa target pencapaian kepesertaan telah melampaui dari target. Angka tersebut menunjukkan bahwa kegiatan PPM dilihat dari jumlah peserta yang mengikuti kegiatan dikatakan berhasil/ sukses.



Gambar 1. Kegiatan senam lansia dalam rangkaian kegiatan PKM

Sumber: Dokumentasi pengabdian, 2024.

Ketercapaian tujuan penyuluhan kepada peserta secara umum sudah baik, hal ini dapat ditunjukkan bahwa ibu ibu dapat menyebutkan pengertian penyakit Diabetes Millitus, dapat menyebutkan jenis makanan yang akan meningkatkan gula darah, dan kegiatan apa saja yang dapat menurunkan gula dalam darah. Selanjutnya

tinggal melihat lebih jauh apakah setelah mengetahui factor penyebab tingginya gula dalam darah dan cara menurunkannya mereka mau melakukan atau mengimplementasikan secara perilaku untuk hidup sehat.

Kemampuan peserta dilihat dari penguasaan materi dianggap sangat baik hal ini terlihat bagaimana peserta tersebut dapat menyebutkan jenis jenis makanan yang dapat memicu tingginya gula dalam darah. Selanjutnya materi yang disampaikan sangat familier dan merupakan aktivitas sehari hari dalam menyediakan makanan bagi keluarga tinggal memilah dan memilih mana yang tergolong dapat memicu tingginya gula dalam darah

Secara keseluruhan kegiatan penyuluhan dapat dikatakan berhasil. Keberhasilan ini selain diukur dari keempat komponen di atas, juga dapat juga dilihat dari kepuasan peserta setelah mengikuti kegiatan. Bentuk kegiatan berupa penyuluhan kepada peserta. Manfaat yang diperoleh adalah ibu ibu dapat memilah dan memilah bahan makanan yang sehat bagi keluarga mereka dengan demikian kualitas hidup yang lebih baik serta kesehatan bagi keluarga di kelurahan Margorejo dapat terpenuhi.



Gambar 3. Kegiatan senam kaki lansia dalam rangka rangkaian kegiatan PKM
Sumber: Dokumentasi pengabdian, 2024.

4. PENUTUP

Kegiatan pengabdian masyarakat terlaksana dengan tertib dan lancar di Kelurahan Margorejo Kecamatan Metro Selatan dengan dihadiri oleh 45 orang

yang terdiri dari kader dan masyarakat umum. Hasil evaluasi pelaksanaan kegiatan ini lebih dari 80 % peserta dapat menyerap informasi dengan baik. Demonstrasi cara pencegahan dan perawatan DM dapat diikuti oleh semua peserta. Diharapkan pelaksanaan penyuluhan dapat dilakukan secara rutin dan berkesinambungan kepada masyarakat untuk menambah pengetahuan tentang pencegahan Diabetes Mellitus dapat tercapai serta kepada masyarakat yang telah terkena penyakit DM dapat merawat dirinya sendiri dengan menjaga pola hidup sehatnya.

5. DAFTAR PUSTAKA

- American Diabetes Association (ADA). (2012). Diagnosis and Classification of Diabetes Mellitus. *Diabetes Care*, 35 (1). DOI: [10.2337/dc14-S081](https://doi.org/10.2337/dc14-S081)
- Almatsier, S. (2013). *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama
- American Diabetes Association (ADA). (2021). Facilitating behavior change and well-being to improve health outcomes: Standards of medical care in diabetes-2021. *Diabetes Care*, 44(January), 53–72.
- Balitbangkes RI. (2013). *Pokok-pokok Hasil RISKESDAS Indonesia Tahun 2013*. Jakarta: Balitbangkes Kemenkes RI.
- Kemenkes RI (2014). *Indonesia: Sample Registration System 2014*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- PERKENI (2015). *Pengelolaan dan Pencegahan Diabetes Mellitus Tipe 2 di Indonesia*. Jakarta: PERKENI.
- Wenjun, C., Ziwei, F., Guoqiang, H., Mei, H., Xinrong, X., Jiabin, D., & Jianzhong, Z. (2020). The psychological impact of the Covid-19 epidemic on college students in China. *Psychiatry Research*, 287(March 20, 2020), 1–5. <http://www.embase.com/search/results?subaction=viewrecord&from=export&id=L2005406993%0Ahttp://dx.doi.org/10.1016/j.psychres.2020.112934>
- World Health Organization. (2001). *WHO World Health Organization Report 2000*, Geneva: WHO.