

PENYULUHAN TENTANG DIABETES MELLITUS DI WILAYAH KERJA UPT BLUD PUSKESMAS SALO

Rizki Rahmawati Lestari¹, Zurrahmi²

¹Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai, Kampar, Indonesia

² Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai, Kampar, Indonesia
rizkirahmawati48@gmail.com

Abstrak: Diabetes adalah salah satu penyakit yang paling sering diderita dan penyakit kronik yang serius di Indonesia saat ini. Setengah dari jumlah kasus Diabetes Mellitus (DM) tidak terdiagnosa karena pada umumnya diabetes tidak disertai gejala sampai terjadinya komplikasi. Prevalensi penyakit diabetes meningkat karena terjadi perubahan gaya hidup, kenaikan jumlah kalori yang dimakan, kurangnya aktifitas fisik dan meningkatnya jumlah populasi manusia usia lanjut. Dengan makin majunya keadaan sosial ekonomi masyarakat Indonesia serta pelayanan kesehatan yang makin baik dan merata, diperkirakan tingkat kejadian penyakit diabetes mellitus (DM) akan makin meningkat. Dari hasil survey didapatkan jumlah pasien DM di Poli Dewasa Puskesmas Salo menempati urutan kedua dari 10 penyakit terbanyak. Berdasarkan data yang diperoleh pada tahun 2020 jumlah pasien diabetes meningkat menjadi 1256 pasien. Sedangkan data tentang pengetahuan gizi dan pola makan didapat 7 dari 10 orang pasien mengalami diabetes mellitus akibat pengetahuan gizi yang kurang dan pola makan yang kurang baik. Penyakit DM tipe II di Indonesia merupakan penyakit tidak menular atau 2,1% dari seluruh kematian. Mengingat insidensi diabetes mellitus yang terus meningkat dan bahaya komplikasi yang ditimbulkan, maka perlu dilakukan penyuluhan dan pemeriksaan kesehatan tentang penyakit hipertensi termasuk pemeriksaan Kadar Gula Darah (KGD) agar lansia di Wilayah Kerja UPT BLUD Puskesmas Salo dapat memantau kondisi kesehatannya dan mengontrol KGD dengan lebih mudah.

Kata Kunci: *Diabetes Mellitus, Penyuluhan*

Abstract: *Diabetes is one of the most common and serious chronic diseases in Indonesia today. Half of the cases of Diabetes Mellitus (DM) are undiagnosed because in general diabetes is not accompanied by symptoms until complications occur. The prevalence of diabetes is increasing due to changes in lifestyle, an increase in the number of calories eaten, a lack of physical activity and an increasing number of the elderly human population. With the increasingly advanced socio-economic conditions of the Indonesian people as well as better and more equitable health services, it is estimated that the incidence of diabetes mellitus (DM) will increase. From the survey results, it was found that the number of DM patients at the Adult Poly Health Center in Salo was the second of the 10 most diseases. Based on data obtained in 2020 the number of diabetes patients increased to 1256 patients. While data on knowledge of nutrition and eating patterns obtained 7 out of 10 patients with diabetes mellitus due to lack of knowledge of nutrition and poor eating patterns. Type II DM in Indonesia is a non-communicable disease or 2.1% of all deaths. Given the increasing incidence of diabetes mellitus and the dangers of complications, it is necessary to conduct health education and examinations about hypertension, including blood glucose levels (KGD) examinations so that the elderly in the UPT BLUD Work Area of the Salo Health Center can monitor their health conditions and control KGD younger.*

Keywords: *Diabetes Mellitus, Counseling*

Pendahuluan

Diabetes adalah salah satu penyakit yang paling sering diderita dan penyakit kronik

yang serius di Indonesia saat ini. Setengah dari jumlah kasus Diabetes Mellitus (DM) tidak terdiagnosa karena pada umumnya diabetes tidak disertai gejala sampai terjadinya komplikasi. Prevalensi penyakit diabetes meningkat karena terjadi perubahan gaya hidup, kenaikan jumlah kalori yang dimakan, kurangnya aktifitas fisik dan meningkatnya jumlah populasi manusia usia lanjut. Dengan makin majunya keadaan sosial ekonomi masyarakat Indonesia serta pelayanan kesehatan yang makin baik dan merata, diperkirakan tingkat kejadian penyakit diabetes mellitus (DM) akan makin meningkat. Penyakit ini dapat menyerang segala lapisan umur dan dari berbagai penelitian epidemiologi di Indonesia di dapatkan prevalensi sebesar 1,5- 2,3% pada penduduk usia lebih besar dari 15 tahun. Melihat pola pertambahan penduduk saat ini diperkirakan pada tahun 2025 nanti akan ada sejumlah 178 juta penduduk berusia di atas 20 tahun dan dengan asumsi prevalensi Diabetes Mellitus sebesar 2%, akan didapatkan 3,56 juta pasien Diabetes Mellitus, suatu jumlah yang besar untuk dapat ditangani sendiri oleh para ahli DM. Oleh karena itu antisipasi untuk mencegah dan menanggulangi timbulnya ledakan pasien DM ini harus sudah dimulai dari sekarang. Dalam hal antisipasi untuk pencegahan DM ini yang sangat perlu diperhatikan adalah dengan memberikan penyuluhan kesehatan pada penderita Diabetes Mellitus. Penyuluhan kesehatan pada penderita diabetes mellitus merupakan suatu hal yang amat penting dalam regulasi gula darah penderita DM dan mencegah atau setidaknya menghambat munculnya penyulit kronik maupun penyulit akut yang ditakuti oleh penderita. Dalam hal ini diperlukan kerjasama yang baik antara penderita DM dan keluarganya dengan para pengelola atau penyuluh yang dapat terdiri dari dokter, perawat, ahli gizi dan tenaga lain. Untuk dapat menyuluh, dengan sendirinya para penyuluh harus benar-benar dapat memahami dan menyadari pentingnya Pendidikan Kesehatan DM serta mampu menyusun serta menjelaskan materi penyuluhan yang hendak disampaikan kepada pasien. Penyuluhan diperlukan karena penyakit diabetes penyakit yang berhubungan dengan gaya hidup.

Pengobatan diabetes memerlukan keseimbangan antara beberapa kegiatan yang merupakan bagian integral dari kegiatan rutin sehari-hari seperti makan, tidur bekerja dan lain-lain. Pengaturan jumlah serta jenis makanan serta olah raga oleh pasien serta keluarganya. Berhasilnya pengobatan diabetes tergantung pada kerja sama antara petugas kesehatan dengan pasien dan keluarganya. Pasien yang mempunyai pengetahuan cukup tentang diabetes, kemudian selanjutnya mengubah perilakunya, akan dapat mengendalikan kondisi penyakitnya sehingga ia dapat hidup lebih lama. Penyuluhan diabetes Mellitus dapat dilakukan untuk pencegahan Primer, Sekunder dan Tersier. Adapun pada penyuluhan pencegahan Primer, dilakukan terhadap orang-orang yang belum menderita DM tetapi

potensial untuk menderita. Untuk pencegahan primer ini tentu saja kita harus mengenal faktor-faktor yang berpengaruh pada timbulnya DM dan berusaha mengeliminasi faktor tersebut. Penyuluhan menjadi sangat penting fungsinya untuk mencapai tujuan ini. Penyuluhan dalam hal pencegahan sekunder adalah dalam mengelola pasien DM, sejak awal kita harus sudah waspada akan kemungkinan komplikasi-komplikasi kronik yang mungkin timbul. Sejauh mungkin kita harus berusaha mencegah timbulnya komplikasi tersebut. Penyuluhan mengenai DM dan pengelolaannya sangat penting untuk mendapatkan ketaatan berobat pasien yang baik dan teratur. Pengaturan sistem rujukan yang baik menjadi sangat penting untuk mem*back up* pelayanan kesehatan primer yang merupakan ujung tombak pengelolaan DM. Dengan demikian akan dapat diharapkan hasil pengelolaan yang sebaik-baiknya, apalagi bila ditunjang pula dengan adanya tata cara pengelolaan baku yang dapat menjadi pegangan bagi para pengelola. Sedangkan pencegahan tersier perlu dilakukan pada pasien DM, kalau komplikasi kronik DM ternyata timbul juga, sehingga dalam hal ini pihak pengelola harus mencegah terjadinya kecacatan lebih lanjut dengan usaha pengelolaan komplikasi sebaik-baiknya dan usaha merehabilitasi pasien sedini mungkin sebelum kecacatan menjadi menetap dan tidak dapat lagi diperbaiki lagi. Dari hasil survey didapatkan jumlah pasien DM di Poli Dewasa Puskesmas Salo menempati urutan kedua dari 10 penyakit terbanyak. Berdasarkan data yang diperoleh pada tahun 2020 jumlah pasien diabetes meningkat menjadi 1256 pasien. Sedangkan data tentang pengetahuan gizi dan pola makan didapat 7 dari 10 orang pasien mengalami diabetes mellitus akibat pengetahuan gizi yang kurang dan pola makan yang kurang baik. Penyakit DM tipe II di Indonesia merupakan penyakit tidak menular atau 2,1% dari seluruh kematian.

Berdasarkan perubahan demografi pada masyarakat tanpa mempertimbangkan perubahan gaya hidup, diperkirakan penderita diabetes mellitus akan meningkat. Saat ini upaya pencegahan dan penanggulangan penyakit tersebut sudah menempati skala prioritas utama dalam pelayanan kesehatan, diketahui dampak negatif yang ditimbulkannya cukup besar antara lain komplikasi. Mengingat insidensi diabetes mellitus yang terus meningkat dan bahaya komplikasi yang ditimbulkan, maka perlu dilakukan penyuluhan dan pemeriksaan kesehatan tentang penyakit hipertensi termasuk pemeriksaan Kadar Gula Darah (KGD) agar lansia di Wilayah Kerja UPT BLUD Puskesmas Salo dapat memantau kondisi kesehatannya dan mengontrol KGD dengan lebih mudah.

Metode

Sasaran dalam kegiatan ini adalah para lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Salo berjumlah 25 orang. Metode pelaksanaan yang dilakukan dalam kegiatan ini adalah berupa penyuluhan DM dan

diskusi dengan peserta. Kegiatan ini bertempat di Aula Puskesmas Salo pada tanggal 17 Desember 2021. Media yang digunakan untuk mempermudah pelaksanaan penyuluhan adalah menggunakan infokus dan Laptop dimana materi penyuluhan berbentuk *Powerpoint* kepada para audiens. Metode yang dilaksanakan merupakan suatu rangkaian tahapan yang disusun secara sistematis, diantaranya :

a. Persiapan

1. Melakukan survey awal dengan Bidan Desa setempat untuk mengetahui kondisi riil Wilayah Kerja Puskesmas Salo terkait kunjungan lansia
2. Membentuk kerjasama dengan pihak Puskesmas Salo
3. Membentuk kerjasama dengan pengisi materi
4. Menyiapkan materi

b. Pelaksanaan

Sosialisasi terkait Diabetes Mellitus pada lansia

c. Evaluasi

Evaluasi ini dilakukan untuk mengetahui apakah kegiatan ini berjalan sesuai yang diharapkan

d. Laporan Akhir

Bertujuan untuk melaporkan hasil kegiatan yang telah dijalankan

Hasil dan Pembahasan

Kegiatan ini diawali pada hari pertama dengan pemeriksaan KGD terhadap lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Salo, dan melakukan pengisian data diri terlebih dahulu serta setelah melakukan pemeriksaan keesokan harinya dilakukan penyuluhan kesehatan terhadap lansia tersebut. Pada sesi penyampaian materi, ternyata banyak lansia yang belum memahami pentingnya melakukan pemeriksaan kesehatan. Hal ini tercermin dari pertanyaan yang diajukan. Oleh karena itu, kegiatan semacam ini sangat diperlukan bagi lansia agar dapat dengan mudah untuk melakukan pemeriksaan kesehatan dan dapat mencegah penyakit yang akan timbul.



Gambar 1. Penyuluhan DM pada Lansia

Kesimpulan

Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM) sudah dilakukan berupa pemeriksaan kesehatan dan penyuluhan kesehatan pada lansia dengan penyampaian materi menggunakan *powerpoint* disertai dengan pembagian *leaflet* ke masing-masing peserta. Dari hasil diskusi dengan Bidan Desa dan Kepala Puskesmas Salo, mulai dari awal survey lokasi, koordinasi dan selama pelaksanaan pengabdian, mereka sangat mengharapkan penyuluhan ini bisa berdampak dalam meningkatkan angka kunjungan lansia di desa setempat. Namun kegiatan ini juga diharapkan tidak berakhir pada kegiatan pengabdian, tetapi bisa dibentuk kerjasama dalam penyebaran informasi tentang Diabetes Mellitus Tipe II dan masalah kesehatan masyarakat lainnya dalam meningkatkan derajat kesehatan masyarakat pada umumnya.

Ucapan Terimakasih

1. Ibu Dewi Anggriani Harahap, selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan
2. Bapak Dr. Musnar Indra Daulay M.Pd selaku Ketua LPPM
3. Ibu dr. Siti Valiani, selaku Kepala Puskesmas Salo yang udah memberikan akses dan dukungan dalam program pengabdian kepada masyarakat

Referensi

- Bruner dan Suddarth. 2001. Buku Ajar Keperawatan Medikal – Bedah. Edisi 8 vol.2. Jakarta: EGC. Copstead C., Lee-Ellen dan Jacquelyn L. Banasik. 2005. Pathophysiology Vol. 1. Elsevier :St. Louis Missouri 63146.
- Corwin, J Elizabeth. 2000. Patofisiologi. Jakarta: EGC.
- Diklat PJT–RSCM. 2008. Buku Ajar Keperawatan Kardiologi Dasar Edisi 4. Jakarta: RSCM.
- Doenges, Marilyn E., dkk. 1999. Rencana Asuhan Keperawatan Pedoman Untuk Perencanaan dan Pendokumentasian Perawatan Pasien. Jakarta: EGC.
- Muttaqin, Arif. 2009. Asuhan Keperawatan Dengan Pasien Gangguan Kardiovaskuler. Jakarta: Salemba Medika.