Jurnal Kesehatan Pengabdian Masyarakat
Vol 4., No. 2 Oktober 2023, pp. 41 – 44
ISSN 2746-1491 (Online)
41

Penyuluhan Diabetes Mellitus pada Komunitas PROLANIS sebagai Upaya Peningkatan Pengetahuan

Adelia Pradipta [a,1*], Indah Falsafi [a,2],

[a] Poltekkes Kemenkes Yogyakarta, Indonesia, Jalan Tata Bumi No 3, Banyuraden, Gamping, Sleman 55293
[b] Puskesmas Depok III, Jl. Komp. Colombo No.50A, Caturtunggal, Depok, Sleman

[1] praditaadelia2212@gmail.com*, [2] falsafi81@gmail.com
*korespondensi penulis

Informasi artikel

Sejarah artikel:
Diterima : 2 Agustus 2023
Revisi : 29 September 2023
Dipublikasikan : 30 September 2023

Kata kunci:
Penyuluhan
Diabetes Mellitus
Lansia

ABSTRAK

Penyakit tidak menular merupakan penyebab kematian utama di seluruh dunia dan di Indonesia. Penyakit tidak menular seperti hipertensi, diabetes mellitus, masalah gigi-mulut merupakan penyakit terbanyak pada lanjut usia. Diabetes mellitus (DM) adalah gangguan metabolisme yang menyebabkan hiperglikemia kronis. Tujuan kegiatan ini adalah untuk memberikan edukasi mengenai faktor risiko diabetes mellitus, pengaturan makan dan pentingnya aktivitas fisik pada lansia. Sasaran dalam kegiatan ini adalah lansia peserta PROLANIS diabetes mellitus di wilayah kerja Puskesmas Depok III. Metode yang digunakan adalah penyuluhan dan diskusi serta tanya jawab. Hasil penyuluhan didapatan bahwa setelah dilakukan kegiatan penyuluhan didapatkan hasil pengetahuan lansia meningkat. Dengan demikian pemberian penyuluhan dapat meningkatkan pengetahuan lansia mengenai diabetes mellitus.

Keyword:
Education
Diabetes Mellitus
Elderly

ABSTRACT

Non- communicable disease are the main cause of death troughout the world an in Indonesia. Non-communicable diseases such as hypertension, diabetes mellitus, dental and oral problems are the most common diseases in the elderly. Diabetes mellitus (DM) is a metabolic disorder that causes chronic hyperglycemia. The aim of this activity is to provide education regarding risk factors for diabetes mellitus, eating management and the importance of physical activity ini the elderly. The targets of this activity is elderly PROLANIS diabetes mellitus participants in the Puskesmas Depok III. The methods used are counseling and discussion and question and answer. The result if the counseling showed that after the outreach activities were carried out, the knowledge of the elderly increased. Therefore providing education can increase the elderly's knowledge about diabetes mellitus.

This is an open access article under the CC–BY-SA license.

Pendahuluan

Penyakit tidak menular (PTM) merupakan penyebab kematian utama di seluruh dunia dan di Indonesia. WHO (World Health Organization) menyebutkan pada tahun 2019, 44% atau tujuh dari sepuluh penyebab kematian dunia disebabkan oleh PTM. WHO memprediksi bahwa tahun 2030 akan ada 52 juta jiwa kematian pertahun karena PTM. Proses penuaan pada lansia sebagai akumulasi dari kerusakan pada tingkat seluler dan molekuler yang terjadi dalam waktu lama seringkali dikaitkan dengan PTM. Berbagai studi telah menunjukkan usia merupakan salah satu faktor risiko tidak menular. Semakin bertambah usia permasalahan seperti fisik, jiwa, spiritual, ekonomi dan sosial kemungkinan akan semakin meningkat. Masalah kesehatan akibat proses degeneratif merupakan salah satu permasalahan yang

sangat mendasar pada lanjut usia. Penyakit tidak menular seperti hipertensi, diabetes mellitus, masalah gigi-mulut merupakan penyakit terbanyak pada lanjut usia(1).

Diabetes mellitus (DM) adalah gangguan metabolisme yang menyebabkan hiperglikemia kronis, suatu kondisi patogenesis yang dapat mencakup kerusakan sekresi dan/atau kerja insulin. Diabetes mellitus merupakan salah satu masalah dalam sistem kesehatan yang memerlukan data global karena diperkirakan akan terjadi peningkatan yang signifikan. World Health Organization menyebutkan bahwa terjadi peningkatan penderita Diabetes Mellitus sebesar 8,5% pada populasi orang dewasa, yakni tercatat 422 juta orang menderita Diabetes Mellitus di dunia(2). American Diabetes Association (ADA) mengemukakan bahwa terdapat satu orang terdiagnosis penyakit Diabetes Mellitus tiap 21 detik, atau hampir separuh dari populasi orang dewasa di Amerika Serikat mengidap penyakit ini(3).

Kementerian Kesehatan RI (2020) menyatakan bahwa persentase penyakit tidak menular mencapai angka 69,91%(4). Riskesdas, 2018 (Riset Kesehatan Dasar) menunjukkan bahwa dibandingkan Riskesdas 2013 prevalensi penyakit tidak menular mengalami peningkatan khususnya penyakit Diabetes Mellitus dari 6,9% menjadi 8,5%(5). Indonesia menduduki peringkat keempat, dengan prevalensi 8,6% dari total populasi terhadap kasus Diabetes Melitus. Di wilayah Puskesmas Depok III prevalensi kasus diabetes mellitus mencapai 26,66%.

Meningkatnya penderita diabetes mellitus disebabkan oleh beberapa hambatan dalam penatalaksanaan penyakit diabetes mellitus ini. Sebagian besar hambatan yang dialami adalah pengaruh kognitif dan perilaku Kurangnya pengetahuan atau keterampilan dalam manajemen diabetes dapat menyebabkan pengendalian kadar gula darah yang tidak efektif dan sulit dikendalikan sehingga menyebabkan terjadi peningkatan kadar gula darah(6).

Penatalaksanaan diabetes mellitus ini membutuhkan waktu yang lama dan berkesinambungan. Perkumpulan Endokrinologi Indonesia (PERKENI,2021) menyatakan terdapat lima pilar yang menjadi upaya pengobatan diabetes mellitus yaitu edukasi, terapi nutrisi, latihan fisik, terapi farmakologi, dan kontrol kadar gula darah. Penatalaksaan ini bertujuan untuk menjaga kadar glukosa darah dalam batasan normal dan mencegah penyakit lainnya yang akan muncul. Mengacu pada lima pilar yang disebutkan oleh Perhimpunan Endokrinologi Indonesia (PERKENI). Salah satu intervensi yang akan diberikan yaitu edukasi dan latihan fisik(7).

Pengetahuan merupakan informasi yang diketahui atau disadari oleh seseorang. Pentingnya memiliki banyak pengetahuan khususnya dalam penanganan penyakit diabetes mellitus ini dapat membantu petugas kesehatan dalam melaksanakan upaya promotif, preventif, dan kuratif pada penderita diabetes mellitus. Terdapat dua faktor yang dapat mempengaruhi pengetahuan yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal terdiri dari pendidikan, pekerjaan, dan umur. Sedangkan faktor eksternal terdiri dari lingkungan dan sosial budaya.

Penyuluhan merupakan suatu bentuk intervensi atau upaya yang ditujukan kepada perilaku responden agar perilaku tersebut menjadi kondusif atau terkontrol khususnya pada penderita diabetes mellitus mengenai manajemen diabetes mellitus yang baik dan benar, sehingga dapat meningkatkan pengetahuan dalam hidup sehat. Adapun penyuluhan ini bertujuan untuk mengubah perilaku responden atau masyarakat dari perilaku yang tidak sehat menjadi perilaku yang sehat. Penyuluhan dapat efektif jika penyuluh melakukan

pendekatan kepada responden untuk menyesuaikan budaya sehingga terjadi interaksi yang efektif serta penyampaian informasi dapat tersampaikan kepada responden tanpa adanya kesalahpahaman.

Metode

Metode yang dilakukan pada pengabdian kepada masyarakat ini adalah dengan penyuluhan dan diskusi. Jadwal kegiatan mengikuti jadawal kegiatan PROLANIS Diabetes Mellitus di Puskesmas Depok III. Selama tahap persiapa dilakukan dengan menentukan topik dan metode penyuluhan, dilanjutkan dengan pembuatan media berupa *Power Point* dan leaflet, serta persiapan alat.

Kegiatan ini telah diusahakan untuk dibuat menarik, agar para lansia tidak bosan untuk mengikuti kegiatan dengan seksama. Metode yang digunakan dalam kegiatan ini adalah melalui penyuluhan kesehatan dengan pembagian leaflet, ceramah, dan diskusi serta tanya jawab.

Hasil dan Pembahasan

Kegiatan penyuluhan pada penderita Diabetes Mellitus dilakukan pada tanggal 4, 11 dan 18 Oktober 2023 di Aula Puskesmas Depok III. Peserta kegiatan sebanyak 25 orang per tanggal kegiatan. Peserta merupakan peserta PROLANIS DM Puskesmas Depok III. Kegiatan diawali dengan pelaksanaan kegiatan dalam bentuk penyuluhan tentang diet Diabetes Mellitus dengan menggunakan alat bantu berupa *Power Point* bergambar serta leaflet sehigga lebih mudah dimengerti. Materi yang diberikan selama penyuluhan berupa penyebab dan faktor risiko diabetes mellitus, pengaturan makan, dan pentingnya aktivitas fisik bagi lansia dengan diabetes mellitus.

Secara umum pelaksanaan kegiatan berjalan dengan baik dan lancar. Hasil yang didapat dari kegiatan ditunjukkan dengan kurangnya pemahaman lansia mengenai pengaturan makan pada penderita diabetes mellitus. Setelah pelaksanaan penyuluhan, terdapat perbedaan yang sangat signifikan dimana sebagian besar peserta berperan aktif dalam sesi tanya jawab, serta mampu memberikan jawaban terhadap pertanyaan yang diberikan.

Pendidikan kesehatan merupakan proses belajar dari individu, kelompok, masyarakat dari tidak tahu nilai-nilai kesehatan menjadi tahu, dan tidak mampu mengatasi masalah kesehatan menjadi mampu. Pengetahuan terjadi setelah orang melakukan pengindraan terhadap suatu objek tertentu. Pengetahuan kognitif merupakan domain yang sangat penting dalam membentuk tindakan seseorang(8). Hasil dari pengabdian masyarakat ini sesuai dengan teori, dimana para peserta mengalami peningkatan pengetahuan yang ditunjukkan dengan dapat menjawab pertanyaan yang diberikan.

Gambar 1. Dokumentasi Kegiatan Penyuluhan

Kesimpulan

Kegiatan penyuluhan terhadap peserta PROLANIS pada penderita diabetes mellitus di wilayah kerja Puskesmas Depok III sangat memberikan dampak positif bagi masyarakat penderita diabetes mellitus. Berdasarkan hasil kegiatan penyuluhan mendapatkan hasil yang baik ditandai dengan lansia yang aktif bertanya dan dapat menjawab pertanyaan yang diajukan.

Daftar Pustaka

1. Nuraisyah F, Purnama JS, Nuryanti Y, Agustin RD, Desriani R, Putri MU. Edukasi Pencegahan Penyakit Tidak Menular pada Lansia untuk Meningkatkan Kualitas Hidup. PengabdianMu J Ilm Pengabdi Kpd Masy. 2021;6(4):364–8.
2. Organization WH. Definition, Diagnosis and Classification of Diabetes Mellitus and ist Complications. 2018.
3. Association AD. Diabetes Symptoms, Causes, & Treatment ADA. American Diabetes Association; 2022.
4. RI KK. Infodatin Tetap Produktif, Cegah, Dan Atasi Diabetes Melitus 2020. Pusat Data Dan Informasi Kementerian Kesehatan RI; 2020. 1–10 p.
5. RI RKD. Laporan Riskesdas 2018 Nasional. In: Lembaga Penerbit Balitbangkes. 2018.
6. Dahlan N, Bustan MN, Kurnaesih E. Pengaruh Prolanis Terhadap Pengendalian Gula Darah Terkontrol Pada Penderita DM Di Puskesmas Sudiang Kota Makassar. J Ilm Kesehat. 2018;1(April):78–83.
7. Indonesia PE. PERKENI "Pedoman Pengelolaan Dan Pencegahan Diabetes Melitus Tipe 2 Di Indonesia 2021. In: Global Initiative for Asthma. 2021.
8. Notoadmodjo. Pengantar Pendidikan Kesehatan Dan Perilaku Kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta;