PENYULUHAN DIABETES MELLITUS DI PUSKESMAS RAWAT INAP SUKARAJA BANDAR LAMPUNG

Rian Hazni¹, Ricki Gustiawan², Zulfian³, Sri Maria Puji Lestari⁴, Resti Arania⁵, Ni Putu Sudiadnyani⁶

^{1,2}Mahasiswa Fakultas Kedokteran Umum Universitas Malahayati ³⁻⁶Dosen Fakultas Kedokteran Umum Universitas Malahayati

Email: haznirian1@gmail.com

ABSTRAK

Menurut World Health Organization (WHO) tahun 2011 jumlah penderita diabetes melitus di dunia 200 juta jiwa, Indonesia menempati urutan keempat terbesar dalam jumlah penderita diabetes melitus di dunia setelah India, Cina,dan Amerika Serikat. Pada tahun 2011,terdapat sekitar 5,6 juta penduduk Indonesia yang mengidap diabetes mellitus. Sementara itu di Dinas Kesehatan Provinsi Lampung tercatat bahwa pada tahun 2014 persentase penderita DM tipe II sejumlah 1,5% per 100.000 atau sebanyak 5.560. Tujuan dari kegiatan ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan akan pentingnya menjaga kesehatan untuk mencegah terjadinya Diabetes Mellitus. Metode yang digunakan dalam kegiatan ini yaitu penyuluhan kepada masyarakat yang mengunjungi Puskesmas Rawat Inap Sukaraja Bandar Lampung. Pelaksanaan kegiatan dibantu oleh mahasiswa FK Universitas Malahayati Bandar Lampung pada 22 Desember 2020. Hasil dari kegiatan ini adalah meningkatnya pengetahuan masyarakat sehingga dapat disimpulkan bahwa penyuluhan pada masyarakat sangat efektif.

Kata Kunci: Penyuluhan, Diabetes Melitus, Masyarakat

ABSTRACT

According to the World Health Organization (WHO) in 2011 the number of diabetes mellitus sufferers in the world was 200 million people, Indonesia was fourth in the number of diabetes mellitus sufferers in the world after India, China and the United States. In 2011, there were approximately 5.6 million Indonesians who had diabetes mellitus. Meanwhile in the Lampung Provincial Health Office, it was recorded that in 2014 the proportion of people with type II DM was 1.5% per 100,000 or as much as 5,560. The purpose of this activity is to increase knowledge about maintaining health to prevent Diabetes Mellitus. The method used in this activity was counseling to the public who visited the Sukaraja Bandar Lampung Puskesmas. Implementation of activities assisted by students of FK Malahayati University in Bandar Lampung on December 22, 2020. The result of this activity is public knowledge so it can be ignored that community education is very effective.

Keywords: Counseling, Diabetes Mellitus, community

1. PENDAHULUAN

Diabetes Melitus (DM) adalah penyakit gangguan metabolik menahun yang lebih dikenal sebagai pembunuh manusia secara diamdiam atau "Silent killer". Seringkali manusia tidak menyadari apabila orang tersebut telah menyandang diabetes, dan seringkali mengalami keterlambatan dalam menanganinya sehingga banyak terjadi komplikasi. Diabetes juga dikenal sebagai "Mother of Disease" karena merupakan induk atau ibu dari penyakit-penyakit lainnya seperti hipertensi, penyakit jantung dan pembuluh darah, stroke, gagal ginjal dan kebutaan. (Anani, S, 2012). Berdasarkan survei yang dilakukan Badan Kesehatan Dunia atau World Health Organization (WHO) tahun 2011 jumlah penderita diabetes melitus di dunia 200 juta jiwa, Indonesia menempati urutan keempat terbesar dalam jumlah penderita diabetes melitus di dunia setelah India, Cina,dan Amerika Serikat. Pada tahun 2011,terdapat sekitar 5,6 juta penduduk Indonesia yang mengidap diabetes melitus (Jasmani, J, 2017). (Anggraeni, I, 2018).

Pada pasien DM, kemampuan tubuh untuk bereaksi dengan insulin dapat menurun, atau pankreas dapat menghentikan sama sekali produksi insulin. Keadaan ini menimbulkan hiperglikemia yang dapat mengakibatkan komplikasi metabolik akut seperti diabetes ketoasidosis dan sindrom hiperosmolar non ketotik. Hiperglikemia jangka panjang dapat ikut menyebabkan komplikasi mikrosirkuler yang kronis seperti penyakit ginjal dan mata, serta komplikasi neuropati seperti penyakit saraf. Diabetes juga disertai peningkatan insidens penyakit makrovaskuler yang mencakup infark miokard, stroke dan penyakit vaskuler perifer (Oxyandi, M. 2014).

Diabetes Mellitus disebut dengan the silent killer karena penyakit ini dapat mengenai semua organ tubuh dan menimbulkan berbagai macam keluhan. Penyakit yang akan ditimbulkan antara lain gangguan penglihatan mata, katarak, penyakit jantung, sakit ginjal, impotensi seksual, luka sulit sembuh dan membusuk/gangren, infeksi paru-paru, gangguan pembuluh darah, stroke dan sebagainya. Tidak jarang, penderita DM yang sudah parah menjalani amputasi anggota tubuh karena terjadi pembusukan. Untuk menurunkan kejadian dan keparahan dari Diabetes Melitus tipe 2 maka dilakukan pencegahan seperti modifikasi gaya hidup dan pengobatan seperti obat oral hiperglikemik dan insulin (Depkes, 2005. Dalam fatimah, 2015)

Dukungan keluarga diyakini memiliki pengaruh terhadap kualitas hidup penderita DM. Keluarga merupakan bagian penting dari seseorang begitu pula dengan penderita DM. Penderita DM tipe 2 diasumsikan memiliki masa-masa sulit seperti berbenah diri, sering mengontrol gula darah, pola makan, dan aktivitas. Noviarini dkk (2013), mengungkapkan bahwa salah satu faktor yang dapat meningkatkan kualitas hidup adalah adanya dukungan keluarga, pola diet sehat, dan aktivitas fisik. Dukungan keluarga dan kepedulian dari orang- orang terdekat penderita diabetes mellitus memberikan kenyamanan, perhatian, kasih sayang, dan motivasi pencapaian kesembuhan dengan sikap menerima kondisinya.

Melihat bahwa Diabetes Mellitus akan memberikan dampak terhadap kualitas sumber daya manusia dan peningkatan biaya kesehatan yang cukup besar, maka sangat diperlukan program pengendalian Diabetes Mellitus Tipe 2. Diabetes Mellitus Tipe 2 bisa dicegah, ditunda kedatangannya atau dihilangkan dengan mengendalikan faktor resiko (Kemenkes, 2010). Tingginya prevalensi Diabetes Melitus tipe 2 disebabkan oleh faktor risiko yang tidak dapat berubah misalnya jenis kelamin, umur, dan faktor genetik yang kedua adalah faktor risiko yang dapat diubah misalnya kebiasaan merokok tingkat pendidikan, pekerjaan,

aktivitas fisik, kebiasaan merokok, konsumsi alkohol, Indeks Masa Tubuh, lingkar pinggang (Fatimah, 2015). Penelitian- penelitian yang telah dilakukan sebelumnya menyatakan bahwa demografi, faktor perilaku dan gaya hidup, serta keadaan klinis atau mental berpengaruh terhadap kejadian DM Tipe 2 (Irawan, 2010). Berdasarkan analisis data Riskesdas tahun 2007 yang dilakukan oleh Irawan, didapatkan bahwa prevalensi DM tertinggi terjadi pada kelompok umur di atas 45 tahnun sebesar 12,41%. Analisis ini juga menunjukan bahwa terdapat hubungan kejadian DM dengan faktor risikonya yaitu jenis kelamin, status perkawinan, tingkat pendidikan, pekerjaan, aktivitas fisik, kebiasaan merokok, konsumsi alkohol, Indeks Masa Tubuh, lingkar pinggang, dan umur. Sebesar 22,6% kasus DM Tipe 2 di populasi dapat dicegah jika obesitas sentral diintervensi (Irawan,2010).

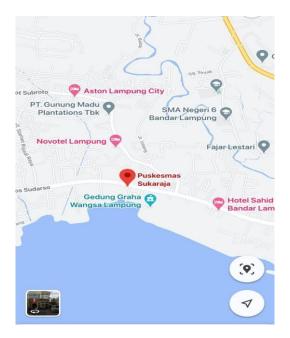
Menurut konsensus Perhimpunan Endoktrinologi Indonesia (PERKENI, 2011), pilar pengendalian DM meliputi latihan jasmani, terapi gizi medis, intervensi farmakologis, dan edukasi. Keberhasilan proses kontrol terhadap penyakit DM salah satunya ditentukan oleh kepatuhan pasien dalam mengelola pola makan atau diet sehari-hari. Hal ini agar mencegah timbulnya komplikasi dari penyakit DM. Prinsip pengaturan makan pada penderita DM hampir sama dengan anjuran makan untuk masyarakat umum yaitu makanan yang seimbang dan sesuai dengan kebutuhan kalori dan zat gizi masing-masing individu. Penderita diabetes melitus perlu ditekankan pentingnya keteraturan makan dalam hal jadwal makan, jenis dan jumlah makanan, terutama pada mereka yang menggunakan obat penurun glukosa darah atau insulin.

Studi yang dilakukan Sunjaya (2009) menemukan bahwa kelompok umur yang paling banyak menderita diabetes mellitus adalah kelompok umur 45-52 (47,5%). Selain itu, jenis kelamin, pekerjaan juga menjadi faktor resiko untuk terkena penyakit DM. Aktivitas fisik dapat mempengaruhi kadar gula darah, merokok juga merupakan salah satu faktor yang mengakibatkan kadar gula darah tidak terkendali (Trisnawati,2013).

Berdasarkan permasalahan yang ada pada masyarakat dan untuk meningkatkan pengetahuan akan pentingnya menjaga kesehatan untuk mencegah terjadinya Diabetes Mellitus, maka program Kuliah Kerja Lapangan ini difokuskan untuk menyelenggarakan penyuluhan Kesehatan sebagai upaya pencegahan Diabetes Mellitus dengan sasaran Masyarakat yang mengunjungi Puskesmas Rawat Inap Sukaraja Bandar Lampung.

2. MASALAH

Alasan kami memilih Puskesmas Sukaraja Bandar Lampung sebagai tempat penyuluhan pada kegiatan ini adalah Diabetes Mellitus berada di urutan ke-3 penyakit terbanyak di Puskesmas Sukaraja Bandar Lampung. Berdasarkan hasil pre survey data rekam medik Puskesmas Sukaraja pada kasus baru dengan total 109 kasus yaitu 45 laki-laki dan 64 perempuan dan pada kasus lama dengan total 273 kasus yaitu 153 laki-laki dan 120. Sehingga diharapkan setelah diberikan penyuluhan pada kegiatan ini masyarakat dapat mengetahui dan mengevaluasi diri mengenai pentingnya menjaga kesehatan dan olahraga teratur untuk mencegah Diabetes Mellitus.



Gambar 2.1 Lokasi Penyuluhan Puskesmas Sukaraja Bandar Lampung

3. METODE

Kegiatan pengabdian masyarakat di Puskesmas Rawat Inap Sukaraja dilaksanakan pada tanggal 22 Desember 2020 bertempat di halaman depan Puskesmas Rawat Inap Sukaraja. Kegiatan yang dilaksanakan meliputi penyuluhan kesehatan Penyakit Diabetes Melitus. Kegiatan penyuluhan kesehatan mengenai Penyakit Diabetes Melitus dilakukan melalui tahapan sebagai berikut:

1. Tahap Persiapan

Tahap persiapan dari kegiatan adalah pembuatan pamflet, persiapan tempat dan alat - alat lainnya. Pembuatan pamflet dimulai pada hari minggu tanggal 20 Desember 2020. Peserta pada kegiatan ini adalah masyarakat yang mengunjungi Puskesmas Sukaraja Bandar Lampung.

2. Tahap Pelaksanaan

Teknis pelaksanaan dilaksanakan 1x pertemuan yang dibantu oleh 1 dosen pembimbing dan 10 orang mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Malahayati Bandar Lampung. Kegiatan pelaksanaan dimulai pada pukul 09.00 WIB. Penyluhan dilaksanakan pada tanggal 22 Desember 2020 yaitu diadakan pembukaan dan pembagian pamflet kepada masyarakat yang mengunjungi Puskesmas Rawat Inap Sukaraja Bandar Lampung dan mengisi daftar hadir. Kegiatan berjalan dengan lancar dihadiri oleh 20 orang. Media yang digunakan adalah pembagian pamflet dan presentasi dengan menjelaskan isi pamflet. Peserta aktif saat kegiatan dapat dilihat dari antusias peserta saat diskusi. Hasil akhir dari pengabdian ini dapat dilihat banyaknya peserta yang antusias bertanya.

3. Evaluasi

a. Struktur

Peserta hadir sebanyak 20 orang. Waktu pelaksanaan dan setting tempat sudah dilaksanakan sesuai dengan rencana dan perlengkapan yang dilakukan untuk penyuluhan sudah tersedia dan sudah digunakan sebagaimana mestinya. Diskusi saat penyuluhan menarik karena bahasa yang digunakan komunikatif, selain itu media yang digunakan meningkatkan antusias peserta untuk bertanya dan berbagi pengalaman saat sesi diskusi. Peserta dapat memahami materi penyuluhan yang diberikan.

b. Proses

Pelaksanaan kegiatan pukul 09.00 s/d 11.00 wib. Sesuai dengan jadwal yang telah direncanakan.

c. Hasil

Peserta menjadi lebih mengetahui klasifikasi Diabetes Mellitus, faktor resiko, pencegahan, dan penatalaksanaannya.

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Metode pelaksanaan kegiatan ini dilaksanakan pada tanggal 22 Desember 2020 di Puskesmas Rawat Inap Sukaraja Bandar Lampung. Sasaran kegiatan ini ditujukan pada masyarakat yang mengunjungi Puskesmas Rawat Inap Sukaraja Bandar Lampung. Alat-alat yang digunakan pada kegiatan ini adalah pamflet, mic, dan sound yang digunakan sebagai media penyuluhan Diabetes Mellitus. Dan metode yang digunakan adalah presentasi dan tanya jawab mengenai Diabetes Mellitus.

Kegiatan ini diikuti oleh dosen pembimbing yaitu dr. Zulfian., Sp.PK dan 10 mahasiswa Universitas Malahayati diantaranya: Rian Hazni NPM 17310238, Richard E Langingi NPM 17310239, Ricki Gustiawan NPM 17310240, Rima Puspita Sari NPM 17310241, Rinna Dwi Yustika NPM 17310242, Rio Risamasu NPM 17310243, Ririn Afriana NPM 17310244, Riska Diana Putri NPM 17310245, Risna Hidayanti NPM 17310246, Rival Riansyah NPM 17310247.

Evaluasi pelaksanaan penyuluhan dilakukan sebelum dan setelah intervensi melalui sesi diskusi dan tanya jawab yang menunjukkan terjadi peningkatan pengetahuan masyarakat mengenai Diabetes Mellitus. Teknik penyuluhan dengan menyebarkan pamflet juga dianggap efektif untuk meningkatkan pengetahuan peserta, hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Ditha Prasanti (2018) bahwa adanya pemanfaatan media komunikasi yang digunakan dalam penyebaran informasi kesehatan kepada masyarakat.

Berikut gambar pelaksanaan penyuluhan:







5. KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang mengunjungi Puskesmas Rawat Inap Sukaraja Bandar Lampung dapat berjalan dengan baik dan benar. Peserta sangat aktif, antusias dan dapat bekerjasama dengan baik. Hasil dari kegiatan ini adalah meningkatnya pengetahuan peserta dalam mencegah Diabetes Mellitus.

6. DAFTAR PUSTAKA

- Anani, S. (2012). Hubungan Antara Perilaku Pengendalian Diabetes dan Kadar Glukosa Darah Pasien Rawat Jalan Diabetes Melitus (Studi Kasus di RSUD Arjawinangun Kabupaten Cirebon). *Jurnal Kesehatan Masyarakat Universitas Diponegoro*, 1(2), 18753.
- Anggraeni, I., & Alfarisi, R. (2018). Hubungan aktifitas fisik dengan kadar gula darah puasa pada penderita diabetes melitus tipe ii di rumah sakit umum daera DR.H. Abdul Moeloek. *Jurnal Dunia Kesmas*, 7(3).
- Fatimah, R. N. (2015). Diabetes melitus tipe 2. Jurnal Majority, 4(5).
- Hestiana, D. W. (2017). Faktor-faktor yang berhubungan dengan kepatuhan dalam pengelolaan diet pada pasien rawat jalan diabetes mellitus tipe 2 di Kota Semarang. *JHE (Journal of Health Education)*, 2(2), 137-145.
- Irawan, Dedi. (2010). Prevalensi dan Faktor Risiko Kejadian Diabetes Melitus Tipe 2 di Daerah Urban Indonesia (Analisa Data Sekunder Riskesdas 2007). Thesis Universitas Indonesia
- Jasmani, J., & Rihiantoro, T. (2017). Edukasi dan kadar glukosa darah pada pasien diabetes. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Sai Betik*, 12(1), 140-148.
- Kementerian Kesehatan. (2010). Petunjuk Teknis Pengukuran Faktor Risiko Diabetes Melitus.
- Noviarini, P.D., Prabowo, H. (2013). Hubungan antara Dukungan keluarga dengan Kualitas Hidup pada Pecandu Narkoba yang sedang menjalani Rehabilitasi. Jurnal Psikologi 5(1): pp. 116-122.
- Oxyandi, M. (2014). Analisis Determinan Perilaku Pasien dalam Pencegahan Komplikasi Penyakit Diabetes Mellitus (Doctoral dissertation, Universitas' Aisyiah Yogyakarta).
- Pratama, E,R. (2018). Pengalaman Hidup Pasien Diabetes Melitus Studi Fenomenologi [online]
 Dari:http://jki.ui.ac.id/index.php/jki/article/view/205 [16 Juli 2019]
- Trisnawati, S. K., & Setyorogo, S. (2013). Faktor risiko Kejadian diabetes melitus tipe II di puskesmas kecamatan cengkareng Jakarta Barat Tahun 2012. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 5(1), 6-11.