

**PENYULUHAN DIABETES MELLITUS TERHADAP LANSIA DI
POSYANDU LANSIA KURNIA ABADI I PEKON WONODADI
WILAYAH KERJA PUSKESMAS GADINGREJO PRINGSEWU**

Nofita¹, Arini Fauziah Susanti¹, Chusairil Pasa²

¹Program Studi Farmasi Universitas Malahayati

²Dinas Kesehatan Kabupaten Pringsewu

ABSTRACT

The elderly experience physical and mental setbacks that cause many consequences, such as macrovascular and microvascular complications. About 50% of elderly people experience glucose intolerance with normal fasting blood sugar levels. Diabetes Mellitus (DM) in the elderly occurs due to the onset of insulin resistance in the elderly due to many factors. DM in the elderly is generally asymptomatic, this is what causes the diagnosis of DM in the elderly is often a bit late. Therefore, it is necessary to conduct counseling activities on diabetes mellitus with the aim of increasing the understanding of the elderly about the importance of preventing diabetes mellitus and improving healthy living behavior in the elderly, improve the health status of the elderly and the elderly are able to know the importance of selecting healthy food for consumption and increasing the knowledge and attitudes of the elderly regarding diabetes mellitus. Counseling using the lecture, discussion, question and answer method. There is a significant influence on the elderly after and before counseling. Thus counseling can provide increased knowledge regarding diabetes mellitus.

Keywords : *diabetes mellitus, elderly, counseling*

ABSTRAK

Lansia mengalami kemunduran fisik dan mental yang menimbulkan banyak konsekuensi, seperti komplikasi makrovaskular maupun mikrovaskular. Sekitar 50% lansia mengalami intoleransi glukosa dengan kadar gula darah puasa normal. Diabetes Mellitus (DM) pada lansia terjadi karena timbulnya resistensi insulin pada usia lanjut yang disebabkan oleh banyak faktor. DM pada lansia umumnya bersifat asimtomatik, inilah yang menyebabkan diagnosis DM pada lansia seringkali agak terlambat. Oleh karena itu perlu dilakukan kegiatan penyuluhan tentang penyakit diabetes mellitus dengan tujuan untuk meningkatkan pemahaman lansia tentang pentingnya pencegahan diabetes mellitus serta meningkatkan perilaku hidup sehat pada lansia, meningkatkan status kesehatan pada lansia serta lansia mampu mengetahui pentingnya memilih makanan yang sehat untuk dikonsumsi dan meningkatkan pengetahuan dan sikap lansia mengenai penyakit diabetes mellitus. Penyuluhan menggunakan metode ceramah, diskusi dan tanya jawab. Terdapat pengaruh yang signifikan terhadap lansia sesudah dan sebelum penyuluhan. Dengan demikian penyuluhan dapat memberikan peningkatan pengetahuan berkaitan tentang diabetes mellitus.

Kata kunci : diabetes mellitus, lansia, Penyuluhan

1. PENDAHULUAN

Seiring dengan penambahan usia, lansia mengalami kemunduran fisik dan mental yang menimbulkan banyak konsekuensi. Selain itu, kaum lansia juga mengalami masalah khusus yang memerlukan perhatian antara lain lebih rentan terhadap komplikasi makrovaskular maupun mikrovaskular (Kurniawan, 2010).

Pada saat ini, jumlah usia lanjut (lansia, berumur >65 tahun) di dunia diperkirakan mencapai 450 juta orang (7% dari seluruh penduduk dunia), dan nilai ini diperkirakan akan terus meningkat. Sekitar 50% lansia mengalami intoleransi glukosa dengan kadar gula darah puasa normal (Rochmah, 2007).

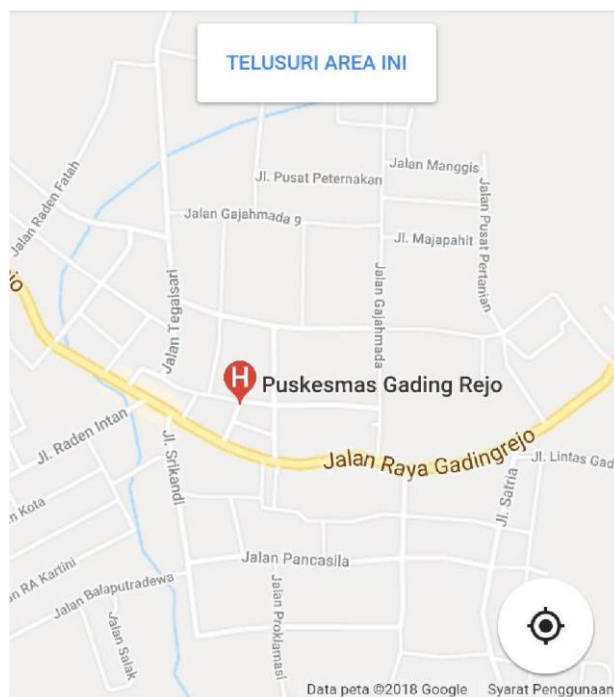
Diabetes Mellitus (DM) pada lansia terjadi karena timbulnya resistensi insulin pada usia lanjut yang disebabkan oleh 4 faktor : pertama adanya perubahan komposisi tubuh, faktor yang kedua adalah turunnya aktivitas fisik, faktor ketiga adalah perubahan pola makan pada usia lanjut faktor keempat adalah perubahan neurohormonal, khususnya *Insulin Like Growth Factor-1* (IGF-1) dan dehydroepandrosteron (DHtAS) plasma (Rochmah, 2006).

DM pada lansia umumnya bersifat asimtomatik, walaupun ada gejala, seringkali berupa gejala tidak khas seperti kelemahan, letargi, perubahan tingkah laku, menurunnya status kognitif atau kemampuan fungsional (antara lain delirium, demensia, depresi, agitasi, mudah jatuh, dan inkontinensia urin). Inilah yang menyebabkan diagnosis DM pada lansia seringkali agak terlambat (Burduli, 2009). Oleh karena itu perlu dilakukan kegiatan penyuluhan tentang penyakit diabetes mellitus kepada masyarakat umumnya dan khususnya kepada lansia untuk memberikan pengetahuan tentang diabetes mellitus. Sehingga dapat meningkatkan setatus kesehatan lansia serta mencegah atau bahkan dapat mengurangi angka kejadian diabetes mellitus pada lansia.

Tujuan dari penyuluhan ini untuk meningkatkan pemahaman lansia tentang pentingnya pencegahan diabetes mellitus serta meningkatkan perilaku hidup sehat pada lansia, meningkatkan status kesehatan pada lansia serta lansia mampu mengetahui pentingnya memilih makanan yang sehat untuk dikonsumsi dan meningkatkan pengetahuan dan sikap lansia mengenai penyakit diabetes mellitus.

2. MASALAH

Dari data Puskesmas Gadingrejo tahun 2017, Pada klasifikasi penyakit endokrin dan nutrisi penyakit yang paling sering dialami dan memiliki angka tertinggi yaitu Diabetes Mellitus Tidak Tergantung Insulin (NIDDM) dan paling banyak dialami pada usia lansia. Oleh karena itu saya memilih diabetes mellitus sebagai materi pada KKN ini, karena melihat angka kejadian penyakit yang cukup tinggi.



Gambar 1. Peta lokasi Puskesmas Gadingrejo

3. METODE

Subyek dalam kegiatan pengabdian ini adalah seluruh lansia yang menjadi anggota di posyandu Kurnia Abadi I di Pekon Wonodadi Gadingrejo Pringsewu. Penyuluhan ini menggunakan metode diskusi, ceramah dan tanya jawab. Pada tahap awal dilakukan pengenalan mengenai apa itu diabetes mellitus dan sejauh apa pengetahuan tentang diabetes mellitus. Setelah itu dilakukan penyuluhan tentang diabetes mellitus seperti penjelasan tentang etiologi patofisiologi, gejala dan tanda, fakto resiko, cara pencegahan diabetes serta tatalaksana pada penyakit diabetes mellitus. Setelah itu dilakukan sesi pengukuran gula darah kemudian sesi tanya jawab serta pembagian hadiah hiburan.

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Penyuluhan tentang diabetes mellitus di wilayah kerja puskesmas Gadingrejo berjalan dengan lancar. Peserta yang hadir sekitar 20 orang lansia. Berikut gambar pelaksanaan penyuluhan :



Gambar 2. Penyuluhan tentang diabetes mellitus pada lansia

Pengetahuan lansia meningkat, yang awalnya tidak menyadari tanda dan gejala diabetes mellitus menjadi lebih memahami. Rerata peningkatan hasil sebelum dan sesudah dilakukan penyuluhan sekitar 55%. Hal ini tergolong cukup baik. Adanya variasi dari karakteristik lansia menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi pencapaian peningkatan pengetahuan.

Kegiatan pengabdian masyarakat awalnya mengalami hambatan. Hal ini terjadi karena sulitnya menumpulkan lansia tepat pada waktu yang telah ditetapkan, pemilihan istilah-istilah medis dan pemilihan kalimat yang sederhana agar dapat di pahami dengan baik oleh para lansia. Namun hal itu dapat diatasi dengan baik.

5. KESIMPULAN

Kesimpulan yang dapat diambil dari uraian kegiatan pengabdian kepada masyarakat di wilayah kerja Puskesmas Gadingrejo Pringsewu yaitu adanya peningkatan pengetahuan lansia tentang diabetes mellitus dengan rerata peningkatan sebesar 55%.

DAFTAR PUSTAKA

- Kurniawan, Indra. 2010. Diabetes mellitus tipe 2 pada usia lanjut. *Maj.Kedokteran Indonesia* 60 : 12.
- Rochmah W. Diabetes Mellitus pada Usia Lanjut. 2007. In: Sudoyo AW, Setiyohadi B, Alwi I, Simadibrata M, Setiati S, editors. *Buku Ajar Ilmu Penyakit Dalam*. 4th ed. Jakarta: Pusat Penerbitan IPD FKUI 1915-18.
- Subramaniam I. 2005. Gold JL. Diabetes Mellitus in Elderly. *J Indian Acad Geri* 2:77-81