

EDUKASI PENCEGAHAN PENYAKIT DIABETES MELLITUS PADA MASYARAKAT KELURAHAN BUJEL KEDIRI

* Nur Fahma Laili¹ , Datin An' Nisa Sukmawati², Neni Probosiwi³
^{1,2,3}Fakultas ilmu Kesehatan, Universitas Kadiri

*Korespondensi : nurfahmalaili@unik-kediri.ac.id

ABSTRACT

Diabetes mellitus is a disease whose prevalence continues to increase. The low level of public knowledge about a healthy lifestyle is one of the reasons for the increase in the incidence of the disease. One of the efforts made is to prevent diabetes mellitus by adopting healthy lifestyle habits. The role of family and health workers is very important in the success of therapeutic management. So it is necessary to conduct education on the prevention and treatment of diabetes mellitus in the Bujel village. In addition to education, this service activity includes checking blood sugar levels so that residents of the Bujel sub-district take preventive measures early on. The service method is carried out including the pre test activity, then an educational explanation on the prevention of diabetes mellitus is carried out, then a post test. Selain itu juga dilakukan pemeriksaan kadar gula darah. Results of checking blood sugar levels There were 18 people with blood sugar levels > 200 mg/dl, The results of community service activities obtained an average value before education was 65, while the average value after education is 75. This shows that there has been an increase in participants' understanding of knowledge between before and after education.

Keywords: *Diabetes mellitus, Education, Prevention*

ABSTRAK

Diabetes mellitus merupakan salah satu penyakit yang jumlah prevalensinya terus meningkat. Rendahnya pengetahuan masyarakat untuk pola hidup sehat menjadi salah satu penyebab peningkatan angka kejadian penyakit tersebut. Salah satu upaya yang dilakukan adalah melakukan pencegahan penyakit diabetes mellitus dengan melakukan kebiasaan pola hidup sehat. Peran serta keluarga dan tenaga kesehatan sangatlah penting dalam keberhasilan manajemen terapi. Maka perlu dilakukan edukasi pencegahan dan penanganan diabetes mellitus di kelurahan Bujel, selain edukasi kegiatan pengabdian ini termasuk kegiatan pemeriksaan kadar gula darah agar warga kelurahan Bujel melakukan pencegahan sejak dini . metode pengabdian dilaksanakan meliputi kegiatan pre test, lalu dilakukan penjelasan edukasi pencegahan diabetes mellitus, kemudian post test. Selain itu juga dilakukan pemeriksaan kadar gula darah . Hasil pemeriksaan kadar gula darah Terdapat 18 orang dengan hasil kadar pemeriksaan gula darah >200mg/dl Hasil kegiatan pengabdian didapatkan nilai Rata-rata nilai sebelum dilakukan edukasi yaitu 65, sedangkan rata-rata nilai setelah dilakukan edukasi adalah 75 Hal ini menunjukkan telah terjadi peningkatan pemahaman pengetahuan peserta antara sebelum dan sesudah dilakukan edukasi.

Kata kunci: Diabetes mellitus, Edukasi, Pencegahan

PENDAHULUAN

Diabetes Melitus (DM) masih menjadi momok sistem kesehatan di berbagai negara di dunia. Penyakit yang satu ini tidak hanya menimbulkan korban jiwa, tetapi juga menyebabkan kecacatan dan kondisi kesakitan dalam jangka panjang. Diabetes mellitus merupakan penyakit yang ditandai dengan peningkatan kadar glukosa darah yang secara terus menerus sehingga dapat bersifat komplikasi jangka panjang dan jangka pendek (Bilous *et al.*, 2014). Hal ini kemudian berakibat pada tingginya pembiayaan kesehatan untuk mencegah dan mengatasi dampak dari penyakit diabetes melitus (Ambiyanti nurul *et al.*, 2019). Peran apoteker di komunitas dapat berdampak positif dan memberikan bukti nyata dalam mengurangi angka kejadian dan angka kesakitan pasien diabetes melitus.

Hasil Riset Kesehatan Dasar tahun 2018 menunjukkan bahwa prevalensi diabetes melitus di Indonesia prevalensi diabetes melitus di Indonesia berdasarkan diagnosis dokter pada penduduk umur ≥ 15 tahun sebesar 2%. Jumlah penduduk di kota Kediri yang berusia lebih dari 15 tahun berdasar hasil data dari 9 puskesmas kota Kediri adalah 227.437 jiwa. Hasil estimasi penderita diabetes mellitus kabupaten/kota (3,4%) total 7.733 jiwa (Riskesdas, 2018).

Diabetes mellitus dapat disebabkan oleh dua faktor yaitu faktor yang dapat diubah dan faktor yang tidak dapat diubah. Faktor yang dapat diubah seperti kebiasaan sehari-hari terkait pola makan, pola istirahat, pola aktivitas dan pengelolaan stress. Sedangkan faktor yang tidak dapat diubah adalah usia, jenis kelamin, dan faktor penyakit keturunan DM. Diabetes mellitus awalnya adalah individu dengan riwayat pre-DM yang membawa gaya hidup yang tidak sehat dalam kebiasaan sehari-hari sehingga mengalami kondisi serius menjadi diabetes melitus. Gaya hidup menjadi salah satu penyebab tertinggi penyakit diabetes mellitus (Nurhidayah *et al.*, 2020).

Pola Hidup merupakan kebiasaan seseorang yang dapat berpengaruh terhadap kesehatan. Dampak pola hidup adalah kebiasaan seseorang/perilaku yang dilakukan sejak mereka remaja seperti kebiasaan merokok, kurangnya aktivitas fisik, kebiasaan konsumsi alkohol. Sehingga kondisi ini lama kelamaan dapat munculnya terjadi resiko diabetes mellitus (Silalahi Limsah, 2019).

Peran serta keluarga merupakan dukungan, sikap, tindakan untuk individu dapat memberikan dampak positif terhadap keberhasilan penatalaksanaan DM sehingga dapat menghindari penyakit dari komplikasi dan meningkatkan kualitas

hidup penderita diabetes mellitus (Setyowati Novita & Santoso Puguh, 2019). Selain keluarga apoteker mempunyai peran besar dalam meningkatkan kualitas hidup pasien Diabetes mellitus terkait dengan pelayanan informasi obat (PIO), konseling dan pelayanan kefarmasian di rumah (home care) khususnya terkait aspek mengenai obat DM yang digunakan (Kamba vyani, 2021) sehingga dalam hal ini apabila dilakukan secara sinergis akan dapat meningkatkan kepatuhan dan kualitas hidup pasien.

Apoteker sebagai garda terdepan dalam pelayanan kefarmasian terutama di komunitas memiliki peran yang penting dalam mengatasi penyakit diabetes melitus. Di negara-negara maju, apoteker di komunitas, melalui pendekatan asuhan kefarmasian, berperan dalam mengidentifikasi (*identification*), menilai (*assessment*), mengedukasi (*education*), memberi rujukan (*referral*) dan melakukan pemantauan keberhasilan terapi (*monitoring*) kepada pasien diabetes melitus. Informasi dan Edukasi tentang penyebab dan cara penanggulangan pencegahan penyakit sangat diperlukan masyarakat, agar dapat melakukan tindakan pencegahan diabetes mellitus adalah melalui pola hidup bersih dan sehat (Ayu galih dan Syarifudin M., 2019).

METODE PELAKSANAAN

Kegiatan Pengabdian masyarakat ini dilaksanakan pada tanggal 18 Juni 2022 di Kelurahan Bujel Kota Kediri. Sasaran dalam kegiatan ini adalah masyarakat kelurahan Bujel yang berjumlah 45 orang.

Metode pelaksanaan dalam rangka untuk melaksanakan edukasi dengan metode penyuluhan langsung dan pelaksanaan pengecekan kesehatan kadar gula darah, adapun pelaksanaan pengabdian yaitu adalah sebagai berikut :

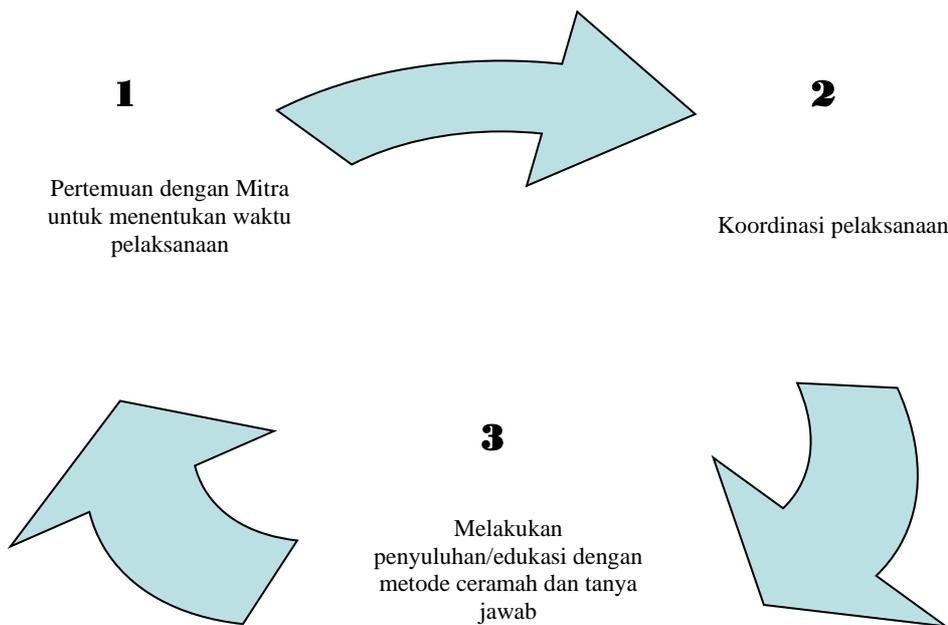
1. Tahapan Persiapan
 - a. Melakukan koordinasi survei awal dengan mitra (kelurahan Bujel) untuk pelaksanaan Program edukasi pencegahan diabetes mellitus
 - b. Melakukan persiapan semua peralatan atau kebutuhan untuk menjalankan program
 - c. Koordinasi dengan mitra untuk penentuan tanggal dan waktu pelaksanaan kegiatan edukasi

2. Tahapan Pelaksanaan

- a. Kegiatan edukasi dilakukan dengan pengisian pre test untuk menggali pemahaman awal masyarakat terkait pencegahan diabetes mellitus
- b. Melakukan penyuluhan kepada masyarakat Kelurahan Bujel kota Kediri melalui metode ceramah dan tanya jawab dengan sasaran peserta 40 masyarakat kelurahan Bujel

3. Tahapan Evaluasi

- a. Kegiatan evaluasi dilakukan dengan pengisian post test untuk menggali pemahaman akhir masyarakat terkait penjelasan penyuluhan yang telah disampaikan sehingga masyarakat bisa memahami dengan baik dan dapat diterapkan dalam lingkungan keluarga. Selama pelaksanaan pengabdian masyarakat ini, mitra akan menyediakan sumber daya manusia (SDM).



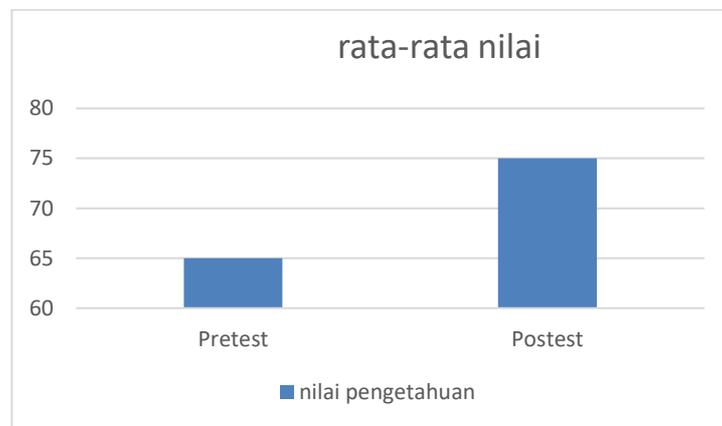
Gambar 1. Tahapan Pelaksanaan Pengabdian

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pengabdian masyarakat dilakukan pada masyarakat kelurahan Bujel Kota Kediri sebanyak 45 orang. Metode pengabdian masyarakat dengan menggunakan metode ceramah dan tanya jawab. Sebelum dilakukan edukasi kesehatan terlebih dahulu melakukan pretes kepada warga kelurahan Bujel. Setelah itu tim pengabdi

memberikan materi terkait edukasi pencegahan diabetes mellitus untuk mengukur tingkat pemahaman warga. Adapun penjelasan materi yang disampaikan meliputi definisi diabetes mellitus, kriteria seseorang dikatakan diabetes mellitus, penyebab terjadinya diabetes mellitus dan juga diperkenalkan type alat digunakan untuk mengukur kadar gula darah acak.

Pada pengabdian masyarakat kelurahan Bujel Kota Kediri juga dilakukan pengukuran kadar gula darah. Terdapat 18 orang dengan hasil kadar pemeriksaan gula darah >200mg/dl yang menderita penyakit diabetes mellitus namun tidak sadar akan penyakit tersebut, mereka hanya mengeluhkan gejala lemas, mudah lelah.



Gambar 1. Evaluasi nilai pretest dan posttest



Gambar 2. Edukasi Pencegahan Diabetes

Hasil data diatas merupakan hasil analisa data yang dilakukan nilai pretest dan posttest peserta edukasi dikelurahan Bujel. Pada Gambar 1 Hasil diketahui telah terjadi peningkatan pemahaman terkait upaya pencegahan penyakit diabetes. Rata-rata nilai sebelum dilakukan edukasi yaitu 65, sedangkan rata-rata nilai

setelah dilakukan edukasi adalah 75. Hal ini menunjukkan telah terjadi peningkatan pemahaman pengetahuan peserta antara sebelum dan sesudah dilakukan edukasi. Semakin pengetahuan seseorang baik maka semakin seseorang tersebut dapat meningkatkan kepatuhan pencegahan terhadap penyakit yang merupakan kunci keberhasilan manajemen DM (Rissa mexsi M *et al.*, 2022).

Salah satu upaya pencegahan penyakit Diabetes mellitus adalah dengan mengubah gaya hidup seperti melakukan aktivitas fisik yaitu olahraga rutin 3-4 kali dalam seminggu, penurunan berat badan bagi obesitas dan pengaturan pola makan, tidak merokok. (Kemenkes, 2013). Dukungan tenaga kesehatan sangat penting dilakukan untuk meningkatkan kepatuhan karena mereka yang mengetahui kondisi kesehatan pasien sehingga pentingnya tenaga kesehatan sebagai edukator, konselor yaitu dokter, perawat dan apoteker dimana mereka memiliki tugas fungsi masing-masing. (Lenny & Fridalina, 2018). Program Pengendalian penyakit kronis (PROLANIS) merupakan program pemerintah yang bekerja sama dengan Puskesmas yang bertujuan untuk mengendalikan, mencegah komplikasi, dan meningkatkan kualitas hidup pasien khususnya untuk pasien Diabetes Mellitus. Dalam hal ini seseorang yang sudah mengalami diabetes mellitus disarankan harus menggunakan obat-obat antidiabetes dengan benar dan baik disertai dengan perubahan pola hidup sehat dan melakukan aktivitas fisik yang cukup dengan begitu kadar glukosa darah dapat dikendalikan (Herdiana Yedi *et al.*, 2019).

DAFTAR PUSTAKA

- Ambianti Nurul , Andayani Tri Murti , Sulistiawaty Endang, (2019). Analisis Biaya Penyakit Diabetes Melitus Sebagai Pertimbangan Perencanaan Pembiayaan Kesehatan, *Jurnal Farmasi Galenika (Galenika Journal of Pharmacy)* 2019; 5(1): 73 – 83.
- Ayu galih A, Syarifudin M., (2019). Peranan Apoteker dalam Pelayanan Kefarmasian pada Penderita Hipertensi, *Jurnal Kedokteran dan Kesehatan*, 15(1): 10-21.
- Bilous, Rudy, Richard Donnelly. (2014). Buku Pegangan Diabetes. Jakarta: Bumi Medika.
- Herdiana yedi, Wardhana yoga widha, Runadi dudi., (2019). Pemeliharaan pola hidup sehat dan pemanfaatan obat untuk pencegahan penyakit diabetes mellitus, *Dharmakarya: Jurnal Aplikasi Ipteks untuk masyarakat*, 18(2):99-100.

- Kamba Vyani, (2021). Peran Apoteker dalam Meningkatkan Kepatuhan Berobat pada Pasien Diabetes Melitus. *Journal of noncommunicable diseases*. 1 (1), 45-50. <http://jurnal.poltekkesgorontalo.ac.id/>
- Kemendes RI. (2013). Diabetes Melitus Penyebab Kematian Nomor 6 di Dunia: Kemendes RI Tawarkan Solusi CERDIK Melalui Posbindu.
- Lenny & Fridalina. (2018). FaktorFaktor yang Berhubungan dengan Kepatuhan Berobat Jalan Pasien Diabetes Melitus Tipe 2. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 85-93
- Nurhidayah, Agustina Venti, Rayanti Rosiana Eva., (2020). Penerapan Perilaku Pencegahan Penyakit Diabetes Mellitus Menggunakan Health Belief Model Di Puskesmas Sidorejo Lor – Salatiga, *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*, 5(2):61-69.
- Risikesdas, (2018). Hasil Riset Kesehatan Dasar (Risikesdas) 2018. Kementerian Kesehatan RI Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian RI.
- Rissa Mexsi, M., Riana Heni Riana., Ikawati Nurul .,Pratiwi Dwi Milla ., Ervinda , Oktaviani Frida Indar ., Puspitasari Iin ., Alfiyanti Nur , Puspitasari Nur Milla Indah ., Saputri Nurul Aini Laila. (2022). Edukasi diabetes mellitus dan cara penggunaan obat antidiabetes sebagai upaya pencegahan penyakit degeneratif, SELAPARANG. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Berkemajuan*, 6(1), 293-297. <https://journal.ummat.ac.id/index.php/jpmb/article/view/7618/4193>
- Setyowati Novita & Santoso Puguh., (2019) Pengaruh Peran Keluarga Terhadap Regulasi Kadar Gula Darah Penderita DM, *Jurnal Perawat Indonesia*, 3(2), 85 – 92.
- Silalahi Limsah, (2019). Hubungan Pengetahuan dan Tindakan Pencegahan Diabetes Mellitus Tipe 2. *Jurnal Promkes: The Indonesian Journal of Health Promotion ad Health Education*. 7(2) 223-232.