

Diabetes Mellitus Health Counseling in Jetis Village, Bondowoso

Penyuluhan Kesehatan Diabetes Mellitus di Desa Jetis, Bondowoso

Leni Agustin¹, Siti Riskika¹, Yuana Dwi Agustin¹

¹ Prodi DIII Keperawatan, Universitas Bondowoso, Indonesia

Korespondensi:

Leni Agustin

lenikarim86@gmail.com

Abstract:

An increase in the prevalence of diabetes mellitus (DM) sufferers has occurred throughout the world, where Indonesia ranks 4th for the number of DM sufferers worldwide. This is certainly a phenomenon that needs serious attention from the government and society. Diabetes mellitus is a chronic disease characterized by uncontrolled blood sugar levels that can cause permanent damage to organs such as the eyes, heart, kidneys, and blood vessels. Diabetes mellitus is possible for everyone to suffer from, both those with a hereditary history of suffering from DM and those who do not have a hereditary history. Activities carried out in preparation, implementation, and evaluation. The activity method used is a lecture equipped with leaflet media where a discussion then follows the activity. The activity results showed that the implementation of counseling went smoothly, with an explanation of the material regarding definitions, patient criteria, risk factors, ways to prevent management, and the introduction of blood sugar measuring devices. The very high enthusiasm of the participants in asking questions was obtained by 90% of the participants asking questions, with each questioner asking one to four questions. Participants proposed to carry out the follow-up of diabetes mellitus counseling in the form of blood sugar checks which would be carried out at the next study meeting. The conclusion is that education in the form of counseling has formed positive perceptions related to awareness of the importance of preventing and controlling diabetes mellitus.

Keywords: *counseling; diabetes mellitus*

Abstrak:

Peningkatan prevalensi penderita diabetes melitus (DM) telah terjadi di seluruh dunia, dimana Indonesia menempati posisi urutan ke-4 dari jumlah penderita DM di dunia. Hal ini tentu menjadi sebuah fenomena yang perlu mendapatkan perhatian yang serius dari pemerintah maupun dari masyarakat. Diabetes melitus merupakan penyakit kronis yang ditandai dengan kadar gula darah yang tidak terkontrol dapat menimbulkan kerusakan organ seperti mata, jantung, ginjal, serta pembuluh darah yang bersifat permanen. Diabetes melitus dimungkinkan diderita oleh setiap orang baik yang memiliki riwayat keturunan menderita DM maupun tidak memiliki Riwayat keturunan. Kegiatan dilakukan dalam 3 tahap yakni: persiapan, pelaksanaan dan evaluasi. Metode yang digunakan adalah ceramah yang dilengkapi dengan media leaflet dimana kegiatan kemudian dilanjutkan dengan diskusi tentang penyakit. Hasil kegiatan diperoleh bahwa pelaksanaan penyuluhan berjalan dengan lancar dengan penjelasan materi tentang definisi, kriteria penderita, faktor resiko, cara pencegahan cara penatalaksanaan dan pengenalan alat pengukur gula darah. Antusiasme peserta yang sangat tinggi dalam mengajukan pertanyaan diperoleh sebanyak 90% peserta mengajukan pertanyaan dengan masing-masing penanya menanyakan satu hingga empat pertanyaan. Peserta mengajukan agar dilaksanakan tindak lanjut dari penyuluhan diabetes mellitus berupa pemeriksaan gula darah yang akan dilaksanakan pada pertemuan pengajian berikutnya. Kesimpulannya adalah edukasi dalam bentuk penyuluhan telah mampu membentuk persepsi yang positif terkait dengan kesadaran pentingnya pencegahan dan pengendalian penyakit diabetes melitus.

Kata Kunci: penyuluhan; diabetes mellitus

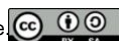
Submitted: 15-05-2023

Revised: 22-05-2023

Accepted: 23-05-2023

DOI: <https://doi.org/10.53713/jcemty.v1i1.67>

This work is licensed under CC BY-SA License



PENDAHULUAN

Diabetes Mellitus telah mengakibatkan banyak kematian prematur di seluruh dunia, khususnya di Indonesia dengan angka kejadian yang terus meningkat dari waktu ke waktu. Pemecahan masalah kesehatan dalam mewujudkan hidup sehat bagi setiap penduduk yang bertujuan untuk mewujudkan derajat kesehatan yang optimal merupakan salah bentuk dari salah satu pilar dalam pembangunan kesehatan Indonesia. Adanya beragam masalah kesehatan yang terjadi di masyarakat salah satunya dipengaruhi oleh perilaku gaya hidup seperti pola makan, kebiasaan olahraga, faktor stres, maupun pengaruh lingkungan kerja.

Diabetes Melitus (DM) merupakan penyakit gangguan metabolik menahun yang dikarakteristikan dengan kekurangan dari hormon insulin, resistensi insulin atau keduanya, menghasilkan gula darah yang tinggi dan gangguan metabolik lainnya. Peningkatan glukosa secara terus menerus karena defisiensi insulin yang melibatkan metabolisme karbohidrat, protein dan lipid dapat berakibat pada adanya komplikasi makrovaskular, mikrovaskular dan neurologis berakibat pada munculnya resiko tinggi penyakit kardiovaskuler, penyakit ginjal, pecahnya pembuluh darah, serangan jantung, stroke, ulkus kaki, infeksi, amputasi dan resiko keseluruhan (Roglic *et al.*, 2005; WHO, 2013, dalam Pariani, 2021). Sehingga Diabetes Melitus juga dikenal dengan "*silent killer*" dimana seringkali seseorang tidak menyadari bahwa telah menderita diabetes mellitus, sehingga berdampak kepada terlambatnya penanganan dalam pemberian pengobatan maupun perawatan dan bahkan baru diketahui setelah mengalami komplikasi. Selain sebagai silent killer, diabetes mellitus juga disebut sebagai "*mother of disease*" karena diabetes mellitus menjadi induk atau ibu dari penyakit-penyakit lainnya seperti penyakit jantung dan pembuluh darah, hipertensi, stroke, gagal ginjal dan juga kebutaan (Anani, S, 2012).

Prevalensi penderita penyakit Diabetes Mellitus telah menunjukkan angka kenaikan yang signifikan di seluruh dunia. WHO (2013) memperkirakan peningkatan jumlah DM akan meningkat tiga kali lipat dari tahun 2000 hingga tahun 2030 di seluruh dunia. Berdasarkan data Daniel *et al.* (2011) dan International Diabetes Federation (IDF) (2013) menunjukkan bahwa 347 juta orang menderita DM dan sekitar 5,1 juta orang telah meninggal dan telah terjadi pengeluaran Kesehatan sebesar 548 USD miliar. Organisasi International Diabetes Federation (IDF) pada tahun 2019 membuat daftar 10 negara yang menduduki peringkat teratas dengan jumlah penderita diabetes mellitus yakni Cina, India, Amerika Serikat, Pakistan, Brazil, Meksiko dan Indonesia. Negara Indonesia menduduki peringkat ke -7 dengan jumlah penderita diabetes mellitus terbanyak di dunia % (P2PTM Kemenkes RI, 2020).

Berdasarkan data dari Balitbangkes (2020) menunjukkan bahwa 4,8% dari penduduk Indonesia telah mengonsumsi lebih dari 50 gram gula per orang per hari dimana jenis makanan manis yang terbanyak yang dikonsumsi oleh penduduk Indonesia adalah gula pasir (13,6%), permen dan coklat (2,8%) serta sirup (1,2%). Hal yang juga turut menyumbang kejadian diabetes mellitus

adalah mayoritas penderita diabetes mellitus terlambat menyadari kondisi kesehatannya dan baru memeriksakan diri ke dokter pada saat telah terjadi komplikasi akibat penyakit diabetes mellitus. Hal telah ini menunjukkan bahwa tingkat kesadaran masyarakat akan bahaya penyakit diabetes mellitus yang masih rendah, dimana posisi utama terjadi di lapisan masyarakat kalangan awam sebesar 60%, yang tidak menyadari bahwa dirinya telah menderita penyakit diabetes (CDC, 2011).

Penderita Diabetes Mellitus dapat diderita dan terjadi pada siapa saja, meskipun penderita tidak memiliki riwayat keturunan Diabetes Mellitus dalam keluarga. Namun demikian, seseorang dengan Riwayat keluarga menderita Diabetes Mellitus perlu perhatian yang lebih serius disbanding tidak memiliki faktor Riwayat keturunan dalam keluarga. Selain faktor Riwayat keturunan, faktor risiko lainnya adalah obesitas, kolesterol yang tinggi, hipertensi serta kurangnya aktifitas fisik. Seseorang dengan usia lebih dari 40 tahun yang juga disertai dengan kegemukan akan semakin memiliki risiko untuk menderita penyakit Diabetes (CDC, 2011). Pada Riskesdas 2018, prevalensi diabetes mellitus pada wanita lebih tinggi dibandingkan pria dengan jumlah perbandingan Wanita sebesar 1,78%, dan pria sebesar 1,4% (P2PTM kementerian RI, 2020).

Pemerintah Indonesia, telah menetapkan upaya dalam pengendalian diabetes mellitus menjadi salah satu upaya pelayanan Kesehatan standar dengan melakukan pemeriksaan kadar gula darah minimal sekali dalam satu bulan, pemberian edukasi serta terapi farmakologi dan bahkan rujukan Kesehatan apabila diperlukan. Dengan demikian harapan negara adalah semua penderita diabetes mellitus bisa terkontrol serta menerima tatalaksana yang baik sehingga dapat menghindari terjadi komplikasi penyakit yang lebih serius (P2PTM Kemenkes RI, 2020). Pengetahuan adalah domain yang penting dalam terbentuknya tindakan seseorang dimana perilaku yang berdasarkan pada pengetahuan akan lebih langgeng jika dibandingkan dengan perilaku yang tidak berdasarkan pada oleh pengetahuan (Notoatmodjo, 2007, dalam Purwati *et al.*, 2020). Pengetahuan juga akan membantu penderita diabetes mellitus dalam mengatasi kondisi kesehatannya, mencegah agar tidak terjadi komplikasi. Sehingga dengan demikian program Pendidikan Kesehatan dalam bentuk penyuluhan menjadi salah satu solusi yang tidak kalah penting dalam mengatasi permasalahan diabetes mellitus ini.

Berdasarkan latar belakang tersebut, maka kegiatan pengabdian masyarakat dalam bentuk penyuluhan kesehatan tentang diabetes mellitus ini dilaksanakan dengan melibatkan dan bekerjasama dengan warga beserta perangkat desa ketua RT setempat. Dengan demikian, diharapkan kegiatan ini dapat meningkatkan pengetahuan maupun wawasan masyarakat terkait dengan penyakit diabetes mellitus.

METODE PELAKSANAAN

Kegiatan penyuluhan kesehatan di desa Jetis dilaksanakan pada tanggal 7 Mei 2023 yang bertempat di Musholla bapak Amsari. Kegiatan penyuluhan Kesehatan dilakukan bersamaan dengan kegiatan rutin *Yaasiin*-an ibu-ibu yang memang rutin dilaksanakan setiap satu minggu sekali. Adapun kegiatan yang dilaksanakan meliputi edukasi tentang Penyakit Diabetes Melitus dengan metode ceramah dengan menggunakan alat bantu media *leaflet* kesehatan. Prosedur penyuluhan kesehatan mengenai Penyakit Diabetes Melitus dilakukan dalam tahapan sebagai berikut:

1. Tahap Persiapan

Tahap persiapan kegiatan meliputi kegiatan pembuatan leaflet, persiapan tempat pelaksanaan kegiatan, persiapan konsumsi dan persiapan lainnya. Pembuatan leaflet dimulai pada hari minggu tanggal 7 Mei 2023. Kategori peserta penyuluhan Kesehatan adalah ibu-ibu warga yang tergabung dalam kelompok pengajian rutin yang dilaksanakan dalam kurun waktu satu minggu satu kali yakni setiap minggu malam pada pukul 19.00 WIB.

2. Tahap Pelaksanaan

Teknis pelaksanaan dilaksanakan secara teratur sesuai dengan rencana yang sudah disiapkan. Namun ada penguluran waktu dari rencana, hingga acara baru dimulai pada pukul 19.30 WIB. Susunan acara yang dilakukan antara lain pembacaan surat yasin, tahlil, dan sholawat secara bersama-sama dalam waktu kurang lebih 30 menit. Setelah selesai pengajian, barulah dilaksanakan kegiatan penyuluhan. Kegiatan penyuluhan berjalan lancar dengan diawali salam, kemudian perkenalan, pembagian leaflet, dan kemudian dilanjutkan dengan presentasi materi tentang penyakit diabetes mellitus. Peserta sangat aktif dalam kegiatan penyuluhan yang dibuktikan pada saat sesi diskusi sekitar 90% peserta mengajukan pertanyaan dengan sangat antusias. Dengan demikian, hasil akhir dari penyuluhan ini terlihat dari banyaknya peserta yang antusias bertanya.

3. Evaluasi

a. Struktur

Peserta yang hadir sebanyak 21 orang dengan waktu pelaksanaan serta setting tempat pelaksanaan telah sesuai dengan yang direncanakan dan tidak ada kendala yang berarti.

b. Proses Pelaksanaan

Dalam pelaksanaan kegiatan terjadi keterlambatan pelaksanaan kegiatan dari yang telah dijadwalkan, karena kegiatan pukul 19.30 s/d 20.50 wib. Terjadi keterlambatan saat akan dimulai acara, karena menunggu kehadiran peserta lain. Diskusi saat penyuluhan sangat menarik karena bahasa yang digunakan komunikatif menyesuaikan dengan bahasa sehari-hari (Bahasa madura). Adapun media yang digunakan, membuat peserta lebih antusias

dalam bertanya serta banyak berbagi pengalaman sehari-hari pada saat sesi diskusi. Secara keseluruhan, peserta mampu memahami materi penyuluhan yang diberikan.

c. Hasil

Peserta penyuluhan mendapatkan informasi tentang penyakit diabetes mellitus, dan telah mengetahui tentang definisi Diabetes Mellitus, faktor resiko, cara pencegahan, serta cara penatalaksanaannya.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penyuluhan kesehatan tentang Diabetes Mellitus dengan metode ceramah dilakukan untuk menyampaikan informasi secara umum dan general tentang penyakit diabetes mellitus. pembahasan yang disampaikan meliputi definisi diabetes mellitus, kriteria penderita diabetes mellitus, faktor resiko munculnya penyakit diabetes mellitus, cara pencegahan diabetes mellitus, serta cara penatalaksanaan penyakit diabetes mellitus. Selain materi tentang penyakit, juga diperkenalkan alat yang dapat digunakan untuk mengukur kadar gula darah, serta pemberian terapi injeksi insulin pada penderita diabetes Mellitus. Setelah dilakukan penyuluhan tentang penyakit diabetes mellitus, kemudian dilanjutkan dengan sesi diskusi dengan pemberian pertanyaan oleh peserta kepada pemateri. Pemberian penyuluhan juga dijelaskan terkait penatalaksanaan penyakit nonfarmakologi Diabetes Mellitus yakni berupa edukasi perubahan gaya hidup, diantaranya menjaga berat badan tetap ideal (menghindari obesitas), menghindari makanan dengan koletsrol tinggi, serta manajemen faktor resiko stres.



Gambar 1. Pemateri Menjawab Pertanyaan



Gambar 2. Pemateri Melakukan Penyuluhan

Dalam kegiatan pelaksanaan, juga disampaikan tentang tata cara mengontrol kadar gula darah agar tetap normal. Teknik penyuluhan dengan menggunakan media leaflet juga telah efektif dan sangat membantu pemateri dalam meningkatkan pengetahuan peserta penyuluhan. Dalam

pelaksanaan kegiatan, peserta sangatlah aktif dalam menanggapi pemateri. Hal ini dibuktikan dengan banyaknya pertanyaan yang diajukan, dengan total sekitar 90% peserta penyuluhan telah mengajukan pertanyaan dengan sangat antusias, dimana masing-masing peserta tidak hanya mengajukan satu pertanyaan, tetapi dua, tiga bahkan empat jenis pertanyaan. Hingga pemateri kewalahan dengan masih banyaknya pertanyaan yang diajukan. Adanya respon peserta yang sangat antusias dalam menanggapi edukasi tentang penyakit diabetes mellitus, membuat peserta belum merasa puas dengan pelaksanaan kegiatan penyuluhan pada saat itu, hingga peserta menginginkan adanya tindak lanjut dari penyuluhan, yakni berupa adanya permintaan terhadap pemeriksaan gula darah pada pertemuan acara pengajian berikutnya yakni pada tanggal 14 Mei 2023.

Berdasarkan evaluasi hasil kegiatan penyuluhan ini, peserta telah memperoleh edukasi yang baik yang dibuktikan dengan adanya permintaan pengukuran kadar gula darah pada pertemuan pengajian berikutnya. Peserta menanggapi edukasi dengan serius dan telah mampu membentuk persepsi yang positif terkait dengan kesadaran akan pentingnya pencegahan dan pengendalian penyakit diabetes melitus melalui pemeriksaan kadar gula darah. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Agustin (2017) yang menyebutkan bahwa persepsi adalah proses aktif dimana seseorang tidak secara pasti menerima setiap peristiwa yang terjadi pada dirinya, tetapi sebaliknya ia akan aktif merasakan tentang apa yang terjadi pada dirinya sehingga makna yang diberikan pada sebuah peristiwa tergantung pada interpretasi yang diberikan padanya (Wood, 2013).

SIMPULAN DAN SARAN

Kegiatan penyuluhan kesehatan tentang diabetes mellitus yang dilaksanakan di desa Jetis telah berjalan dengan baik, lancar dan tidak didapatkan kendala yang berarti. Adapun hasil dari pelaksanaan kegiatan adalah diperoleh antusiasme yang sangat baik, dengan jumlah pertanyaan yang cukup banyak sekitar 90% peserta bertanya, serta adanya permintaan tindak lanjut penyuluhan berupa pemeriksaan gula darah yang akan dilaksanakan pada pertemuan pengajian berikutnya.

REFERENSI

- Agustin, L. (2017). Training Komunikasi Interpersonal Dengan Model Of Structural Reflection (MSR) Terhadap Persepsi Keluarga Klien Tentang Empati Di Intensive Cardiac Care Unit (ICCU). *Jurnal Suara Forikes*, 8(4),167.
- Anani, S. (2012). Hubungan Antara Perilaku Pengendalian Diabetes dan Kadar Glukosa. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 466-478.
- Centers for Disease Control and Prevention (CDC). 2011. School Health Guidelines to Promote Healthy Eating and Physical Activity. *Morbidity and Mortality Weekly Report*, 60(5).
- Kemenkes. (2015). *Prevalensi Penyakit Diabetes Mellitus*. Kemenkes.

- P2PTM Kemenkes (2020). *Tetap produktif, cegah dan atasi diabetes mellitus*. Kemenkes RI.
- Pariani. (2021). *Mengenal Diabetes Mellitus*. CV Jejak
- Purwati, R., Bidjuni, H., & Babakal, A. (2020). Pengaruh Penyuluhan Kesehatan Terhadap Pengetahuan Perilaku Klien Hipertensi Di Puskesmas Bahu Manado. *Jurnal Keperawatan UNSRAT*, 2(2), 108004.
- Wood, J. T. (2013). *Komunikasi Interpersonal : Interaksi Keseharian* (6 ed.). Salemba Medika