

Edukasi Pencegahan dan Pengendalian Diabetes Melitus

Nur Wahyuni Munir^{1*}, Safruddin², Andi Yuliana³

^{1,2,3}Program Studi Ilmu Keperawatan, Universitas Muslim Indonesia

*Corresponding Author

(Nur Wahyuni Munir)

Email: nurwahyuni.munir@umi.ac.id

Alamat: Jl. Urip Sumoharjo Km. 5
Kampus Universitas Muslim Indonesia
Makassar

History Artikel

Received: 17-11-2022

Accepted: 28-02-2023

Published: 28-02-2023

Abstrak

Diabetes Mellitus (DM) adalah penyakit kronis multisistem yang berhubungan dengan produksi insulin yang abnormal, gangguan penggunaan insulin, atau keduanya. Edukasi tentang DM bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan sebagai upaya pencegahan DM. Materi edukasi tentang pengertian, tanda gejala, nilai pemeriksaan glukosa darah, dan upaya pencegahan dan pengendalian DM. Metode yang digunakan, yaitu ceramah dan diskusi, Media yang digunakan, yaitu leaflet, banner, soal pretest dan posttest. Hasil kegiatan pengabdian ini menunjukkan terjadi peningkatan pengetahuan kategori baik sebesar 42% sebelum dan setelah dilakukan penyuluhan. Disarankan untuk pengabdian berikutnya dapat dilakukan di komunitas sehingga dapat dilakukan demonstrasi seperti senam kaki diabetik untuk pasien DM.

Kata Kunci: Diabetes melitus; Pencegahan; Pengendalian; Glukosa darah

Abstract

Diabetes Mellitus (DM) is a multisystem chronic disease associated with abnormal insulin production, impaired insulin use, or both. Education about DM aims to increase knowledge as an effort to prevent DM. Educational material about understanding, signs and symptoms, blood glucose test values, and efforts to prevent DM. The methods used are lectures and discussions. The media used are leaflets, banners, pretest and posttest questions. The results of this community service activity showed an increase in knowledge in the good category by 42% before and after counseling was carried out. It is recommended for the next service in the community so that they can demonstrate directly how to process traditional medicines for dyspepsia.

Keywords: Diabetes mellitus; Prevention; Control: Blood glucose

Pendahuluan

Diabetes Mellitus (DM) adalah penyakit kronis multisistem yang berhubungan dengan produksi insulin yang abnormal, gangguan penggunaan insulin, atau

keduanya (Lewis et al., 2014). Data World Health Organization (2018) menunjukkan sebanyak 422 juta orang dewasa mengalami DM dan sebanyak 1,6 juta meninggal karena DM setiap tahunnya.(2)

Adapun di Indonesia, prevalensi DM sebesar 6,7% (International Diabetes Federation, 2018). Berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar tahun 2018, Provinsi Sulawesi Selatan mengalami kenaikan prevalensi DM berdasarkan diagnosis dokter pada penduduk umur ≥ 15 tahun sejak tahun 2013-2018 (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2018).

Diabetes memiliki 2 tipe yakni diabetes melitus tipe 1 yang merupakan hasil dari reaksi autoimun terhadap protein sel pulau pankreas, kemudian diabetes tipe 2 yang disebabkan oleh kombinasi faktor genetik yang berhubungan dengan gangguan sekresi insulin, resistensi insulin dan faktor lingkungan seperti obesitas, makan berlebihan, kurang makan, olahraga dan stres, serta penuaan (Lestari et al., 2021). Olahraga atau aktivitas fisik berguna sebagai pengendali kadar gula darah dan penurunan berat badan (Bataha, 2016).

Pemeriksaan untuk diabetes melitus yang dapat dilakukan yaitu: pemeriksaan gula darah sewaktu (GDS), pemeriksaan gula darah puasa (GDP), pemeriksaan gula darah 2 jam prandial (GD2PP), pemeriksaan HbA1c, dan pemeriksaan toleransi glukosa oral (TTGO). Pada anamnesis, sering didapatkan keluhan khas diabetes berupa poliuria, polidipsi, polifagia dan penurunan berat badan yang tidak jelas penyebabnya. Keluhan lain yang sering disampaikan adalah lemah badan, kesemutan, gatal, mata kabur, disfungsi ereksi dan pruritus vulvae. Adapun kadar gula darah puasa normal yaitu < 126 mg/dl dan gula darah sewaktu < 200 mg/dl (Widodo, 2014).

Diabetes Self-Management Education (DSME) yang diberikan kepada pasien DM menunjukkan peningkatan sikap dalam pencegahan ulkus kaki diabetik di RSD Tidore Kepulauan (Munir et al., 2021). Kegiatan pengabdian sebelumnya menunjukkan peningkatan pengetahuan peserta tentang penyakit diabetes melitus, antusiasme peserta dalam mengikuti latihan senam kaki diabetik dan pemeriksaan kadar gula darah. Sebelum diberikan penyuluhan, sebanyak 80% peserta memiliki pengetahuan yang kurang dan setelah diberikan penyuluhan terjadi peningkatan menjadi 90% peserta telah

memiliki pengetahuan yang baik (Munir & Taqiah, 2021).

RS Ibnu Sina Makassar tepatnya pada Ruang Assafii adalah ruang rawat inap interna dan bedah. Pada seminggu terakhir bulan November 2021 terdapat pasien DM yang dirawat di ruangan tersebut. Berdasarkan hasil wawancara di ruangan tersebut, beberapa pasien dan keluarganya tidak mengetahui tanda gejala dan pencegahan DM, oleh karena itu, kegiatan pengabdian yang akan dilakukan terkait edukasi pencegahan dan pengendalian DM pada pasien dan keluarganya.

Metode

Metode yang digunakan, yaitu ceramah dan diskusi. Kegiatan ini dilaksanakan selama satu hari pada hari Jumat tanggal 29 November 2021. Kegiatan penyuluhan kesehatan dilakukan di Ruang Rawat Inap Assafii RS Ibnu Sina Makassar pukul 10.00 s/d 11.00 WITA. Sebelum dilakukan penyuluhan, setiap peserta diberikan *pre-test* dan di akhir sesi diadakan *post-test*. Media yang digunakan adalah banner dan *leaflet*. Tim Pelaksana berperan sebagai narasumber dan fasilitator saat kegiatan berlangsung. Peserta yang hadir pada kegiatan ini sebanyak 12 orang pasien dan atau keluarganya, 5 orang mahasiswa Profesi Ners Universitas Muslim Indonesia, kepala ruangan, dan tim dosen pengabdian.

Hasil dan Pembahasan

Kegiatan dibuka oleh Kepala Ruangan kemudian tim pengabdian memperkenalkan diri. Selanjutnya dilakukan *pre-test* tentang edukasi pencegahan DM kepada peserta penyuluhan. Kemudian ketua tim pengabdian melakukan penyuluhan kesehatan tentang pencegahan DM dan diakhiri dengan diskusi tanya jawab dengan pasien dan atau keluarga pasien yang ikut serta dalam kegiatan. Penyuluhan ini berisi tentang pengertian DM, tanda dan gejala DM, nilai pemeriksaan glukosa darah, dan upaya pencegahan dan pengendalian DM. Materi yang diberikan sesuai dengan yang ada pada soal *pre-test*, sehingga setelah

penyuluhan berakhir kemudian diberikan *post-test* dengan soal yang sama.

Tabel 1. Distribusi Pengetahuan Sebelum dan Setelah Penyuluhan

Pengetahuan	Pre-Test		Post-Test	
	n	%	n	%
Baik	4	33	9	75
Kurang	8	67	3	25
Jumlah	12	100	12	100

Tabel 1 menunjukkan terjadinya peningkatan pengetahuan peserta terkait pencegahan DM. Sebelum diberikan penyuluhan, sebanyak 67% pasien dan atau keluarga pasien memiliki pengetahuan yang kurang dan setelah diberikan penyuluhan, sebanyak 75% pasien dan atau keluarga pasien telah memiliki pengetahuan yang baik. Hal ini menunjukkan bahwa terjadi peningkatan pengetahuan kategori baik sebesar 42% sebelum dan setelah dilakukan penyuluhan.

Hasil kegiatan ini sejalan dengan kegiatan pengabdian yang dilakukan dengan durasi 45 menit tentang *Diabetes Self-Management Education* (DSME) kepada pasien Prolanis di Puskesmas Parangloe Kabupaten Gowa, Sulawesi Selatan dengan hasil peningkatan pengetahuan penderita DM sebesar 63,4% tentang definisi, klasifikasi, tanda dan gejala, faktor risiko, komplikasi DM, diet, latihan jasmani, jenis dan manfaat obat yang diberikan, perawatan kaki, serta 96% mampu melakukan senam kaki diabetik (Asnaniar & Munir, 2020). Hal ini sejalan dengan penelitian yang menunjukkan ada pengaruh DSME terhadap peningkatan pengetahuan dalam pencegahan ulkus kaki diabetik di RSD Tidore Kepulauan (Amir & Munir, 2021). Penelitian lainnya juga menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan setelah diberikan Diabetes Self-Management pada pasien diabetes melitus tipe 2 di wilayah kerja Puskesmas Antang Kota Makassar (Munir & Asnaniar, 2020).

Salah satu pertanyaan pasien saat sesi tanya jawab di akhir penyuluhan terkait makanan yang perlu dihindari untuk pencegahan DM. Narasumber kemudian menjelaskan tentang pentingnya menjaga

nutrisi dan pola makan untuk pencegahan DM. Pengaturan nutrisi yang dapat diajarkan pada penderita diabetes melitus dengan mengontrol diet 3J meliputi jumlah, jadwal dan jenis (Simarmata et al., 2021).



Gambar 1. Penyuluhan Kesehatan

Secara umum, kegiatan penyuluhan kesehatan berlangsung dengan lancar. Berdasarkan hasil *pre-test* dan *post-test*, terjadi peningkatan pengetahuan. Pasien dan atau keluarga pasien terlihat antusias dan aktif bertanya serta merespon ketika diberikan pertanyaan oleh narasumber. Seluruh peserta yang hadir juga mengikuti kegiatan dari awal hingga akhir kegiatan berlangsung.

Kesimpulan

Hasil kegiatan pengabdian ini menunjukkan terjadi peningkatan pengetahuan kategori baik sebesar 42% sebelum dan setelah dilakukan penyuluhan. Disarankan untuk pengabdian berikutnya dapat dilakukan di komunitas sehingga dapat dilakukan demonstrasi seperti senam kaki diabetik untuk pasien DM.

Daftar Pustaka

- Asnaniar, W. O. S., & Munir, N. W. (2020). Optimalisasi Self Care Management Diabetes pada Pasien Diabetes Mellitus di Puskesmas Parangloe Kabupaten Gowa. *PengabdianMu: Jurnal Ilmiah Pengabdian Kepada Masyarakat*, 6(1), 9–14. <https://doi.org/10.33084/pengabdianmu.v6i1.1156>
- Bataha, R.G. (2016). Hubungan antara perilaku olahraga dengan kadar gula darah penderita diabetes melitus di wilayah kerja Puskesmas Wolang.

- ejournal Keperawatan. vol. 4(1): 1-7.
Lestari, Zulkarnain, & Sijid, S. A. (2021).
Diabetes Melitus: Review Etiologi,
Patofisiologi, Gejala, Penyebab, Cara
Pemeriksaan, Cara Pengobatan dan
Cara Pencegahan. *UIN Alauddin
Makassar, November, 237–241.*
[http://journal.uin-
alauddin.ac.id/index.php/psb](http://journal.uin-
alauddin.ac.id/index.php/psb)
- Lewis, S.L, Dirksen S.R, Heitkemper M.M,
Bucher L. (2014). *Medical-Surgical
Nursing: Assessment and
Management of Clinical Problems
(Nineth Edition)*. Missouri: Elsevier
Mosby.
- Munir, N. W., & Taqiah, Y. (2021). Pelatihan
Senam Kaki Diabetik dan Penyuluhan
Kesehatan Tentang Diabetes Militus.
Jurnal Global Health Science Group,
vol 1(1), 315–322.
- Musta'in, Weri Veranita, Setianingsih, D. P.
A. (2021). Jurnal Keperawatan &
Kebidanan Jurnal Keperawatan &
Kebidanan. *Jurnal Keperawatan,*
13(1), 213–226.
- Simarmata, P. C., Desi, S., Ulina, E.,
Lestari, A., Karokaro, T. M., &
Serdang, K. D. (2021). *Darah Pasien
Diabetes Melitus.* 1(2), 427–431.
<https://doi.org/10.35451/jpk.v1i2.924>
- Tipe, D. M. (2020). DOI:
<http://dx.doi.org/10.33846/sf11nk434>
Pengetahuan tentang. 11(6), 186–190.
- Widodo, F.Y. (2014). Pemantauan
penderita diabetes mellitus. *Jurnal
Ilmiah Kedokteran.* vol. 3(2): 55- 89.
- World Health Organization. (2018). Global
report on diabetes [Internet].
Available from:
<http://www.who.int/diabetes/en/>
- International Diabetes Federation. (2018).
IDF Western Pacific members:
Indonesia [homepage on the
internet]. Available from:
[https://www.idf.org/our-
network/regions-
members/westernpacific/members/1
04-indonesia.html](https://www.idf.org/our-
network/regions-
members/westernpacific/members/1
04-indonesia.html)
- Kementerian Kesehatan Republik
Indonesia. (2018). Riset kesehatan
dasar 2018 [Internet]. Available
from:
<http://www.depkes.go.id/resources/d>
- <download/general/Hasil%20Riskasda%202018.pdf>