

Upaya Pencegahan Diabetes Mellitus Melalui Edukasi Dan Pemeriksaan Kadar Gula Darah Pada Ibu-Ibu di Wilayah Akademi Keperawatan Bunda Delima

Efforts To Prevent Diabetes Mellitus Through Education And Examination Blood Sugar Levels In Mothers At Territory Nursing Academy Of Bunda Delima

Ida Yatun Khomsah^{1*}, Rahmawati Dian Nurani¹

¹Diploma III Keperawatan, Akademi Keperawatan Bunda Delima, Bandar Lampung

Kata Kunci :

Diabetes Mellitus, Edukasi, Kadar Gula Darah

ABSTRAK

Diabetes Mellitus merupakan suatu kondisi meningkatnya kadar glukosa darah atau dikenal dengan hiperglikemia, munculnya sekumpulan gejala akibat dari penurunan sekresi insulin yang progresif. Pengecekan kadar gula darah belum tentu mengindikasikan seseorang mengalami Diabetes mellitus, tetapi hal ini bisa dilakukan sebagai upaya untuk mengetahui kadar gula darah sehingga dapat mengontrol dan mengantisipasi agar tidak berakibat buruk di masa yang akan datang. Deteksi Diabetes Mellitus dapat dilakukan secara dini dengan pemeriksaan kadar gula darah sewaktu dan edukasi dalam keberhasilan upaya pencegahan munculnya Diabetes Mellitus dan pengendalian kadar gula darah. Tujuan pengabdian kepada masyarakat ini adalah memberikan pengertian kepada masyarakat bahwa diabetes mellitus dapat dicegah dengan rutin melakukan pemeriksaan kadar gula darah. Metode yang dilakukan berupa penyuluhan kesehatan tentang Diabetes Mellitus. Sebelum penyuluhan dimulai peserta diberikan pre-test dengan nilai pre-test rata-rata adalah 60. Setelah post-test rata-rata menjadi 93,3. Terjadi peningkatan pengetahuan kesehatan peserta tentang Diabetes Mellitus.

Kata Kunci :

Diabetes Mellitus, Education, Blood Sugar Levels

ABSTRACT

Diabetes Mellitus is a condition of increased blood glucose levels or known as hyperglycemia, the appearance of a group of symptoms resulting from a progressive decrease in insulin secretion. Checking blood sugar levels does not necessarily indicate that someone has diabetes mellitus, but this can be done as an effort to determine blood sugar levels so that they can control and anticipate so that it does not have bad consequences in the future. Detection of Diabetes Mellitus can be done early by checking blood sugar levels at any time and education on successful efforts to prevent the emergence of Diabetes Mellitus and control blood sugar levels. The aim of this community service is to provide understanding to the public that diabetes mellitus can be prevented by routinely checking blood sugar levels. The method used is health education about Diabetes Mellitus. Before the counseling started, participants were given a pre-test with an average pre-test score of 60. After the post-test the average was 93.3. There was an increase in participants' health knowledge about Diabetes Mellitus.

Copyright © 2023 Jurnal Pengabdian Masyarakat Bunda Delima
All rights reserved

Corresponding Author:

Ida Yatun Khomsah

Diploma III Keperawatan, Akademi Keperawatan Bunda Delima, Bandar Lampung, Indonesia
Email: idasqa.bundel@gmail.com

Article history

Received date : 20 Februari 2024

Revised date : 21 Februari 2024

Accepted date : 29 Februari 2024

1. PENDAHULUAN

Diabetes Mellitus merupakan suatu kondisi meningkatnya kadar glukosa darah atau dikenal dengan hiperglikemia, munculnya sekumpulan gejala akibat dari penurunan sekresi insulin yang progresif (Subrata et al, 2020). Kondisi hiperglikemia karena berkurangnya produksi insulin dan resistensi insulin dalam tubuh memicu terjadinya komplikasi yang dapat menyebabkan kematian (Fatimah, 2015). Widodo & Muzaky (2017) menyatakan bahwa Diabetes Mellitus sebagai suatu penyakit metabolik karakteristik hiperglikemia karena kelainan sekresi insulin, kerja insulin atau keduanya. DM menjadi salah satu penyakit kronik yang terjadi di seluruh negara di Dunia terus mengalami peningkatan jumlah yang signifikan dari tahun ke tahun.

Penduduk di Dunia yang menyandang penyakit Diabetes Mellitus yang diprediksi adanya peningkatan menjadi salah satu ancaman kesehatan global, dimana persentase orang dewasa dengan DM tahun 2015 sebesar 8,5% dan hampir 80% berada di negara berpenghasilan rendah dan menengah (WHO, 2016). *International Diabetes Federation* (2018), mencatat kejadian Diabetes Mellitus sebesar 451 juta orang usia 18-99 tahun pada tahun 2015 dan diperkirakan akan meningkat menjadi 693 juta pada tahun 2045. Perubahan gaya hidup menjadi penyebab terjadinya peningkatan prevalensi Diabetes Mellitus di negara berkembang, salah satunya adalah Indonesia dengan prevalensi yang cukup tinggi.

Provinsi Lampung merupakan salah satu dari 34 provinsi dengan prevalensi Diabetes Mellitus berdasarkan diagnosis dokter pada penduduk >15 tahun dengan persentase <0,9% pada tahun 2013 namun mengalami peningkatan persentase kejadian Diabetes Mellitus menjadi 1,5% pada tahun 2018 (Kemenkes, 2018). Diabetes Mellitus Tipe 2 merupakan diabetes yang paling banyak ditemui, yaitu sekitar 90-95% dari seluruh tipe diabetes yang ada (IDF, 2018). Melalui pengendalian faktor resiko, pasien dengan DM dapat hidup dengan normal seperti faktor yang dapat dirubah yaitu pola makan, aktifitas, dan stres. Selain itu, cara yang dapat dilakukan untuk mendeteksi potensi mengalami Diabetes Mellitus yaitu dengan pengecekan kadar gula darah.

Pengecekan kadar gula darah belum tentu mengindikasikan seseorang mengalami Diabetes mellitus, tetapi hal ini bisa dilakukan sebagai upaya untuk mengetahui kadar gula darah sehingga dapat mengontrol dan mengantisipasi agar tidak berakibat buruk di masa yang akan datang. Penataksanaan Diabetes Mellitus jika kurang tepat bisa berakibat terhadap komplikasi seperti luka kaki atau ulkus diabetikum yang merupakan kerusakan

integritas kulit atau meluasnya infeksi sampai jaringan kulit bawah, tendon, otot bahkan tulang. Faktor yang mempengaruhi adanya ulkus diabetikum yaitu neuropati, lama menderita Diabetes Mellitus, PAD, perawatan kaki tidak teratur dan penggunaan alas kaki yang tidak tepat (Widodo et al, 2017).

Deteksi Diabetes Mellitus dapat dilakukan secara dini dengan pemeriksaan kadar gula darah sewaktu, keberhasilan upaya pencegahan munculnya Diabetes Mellitus dan pengendalian kadar gula darah pada pasien Diabetes Mellitus tergantung pada perilaku masyarakat. Perubahan perilaku menuju pola hidup sehat dalam upaya pengendalian dan pencegahan Diabetes Mellitus secara benar akan dapat diwujudkan jika masyarakat memiliki pengetahuan yang cukup tentang diabetes Mellitus. Pengetahuan dibutuhkan guna untuk membentuk sikap dan tindakan seseorang. Pendidikan kesehatan merupakan aplikasi atau penerapan pendidikan dalam bidang kesehatan, dimana kegiatan untuk memberikan dan meningkatkan pengetahuan, sikap, praktik pada individu, kelompok atau masyarakat dalam memelihara dan meningkatkan kesehatan sendiri (Notoatmojo, 2018). Kurangnya pemahaman masyarakat akan pengetahuan peningkatan dan pencegahan penyakit Disebabkan karena kurangnya informasi dari tenaga kesehatan. Langkah nyata yang dapat dilakukan tenaga kesehatan salah satunya adalah edukasi dan pemberdayaan masyarakat mengenai pengetahuan penyakit Diabetes Mellitus meliputi pengertian, penyebab, tanda dan gejala serta pencegahan dan perawatan.

Hasil wawancara kader yang dilakukan bahwa Masyarakat lingkungan Akper Bunda Delima belum pernah mengikuti kegiatan penyuluhan terkait pencegahan Diabetes Mellitus. Peran perawat sebagai edukator sangat penting untuk mengedukasi memberikan informasi yang jelas tentang penyakit tersebut, hal yang dapat dilakukan berupa ketidaktahuan masyarakat berubah menjadi tahu lalu bertahap menjadi mau bahkan mampu secara mandiri dalam mengendalikan faktor yang menyebabkan masalah kesehatan tersebut. Pertimbangan situasi yang terjadi saat ini, maka perlunya menyelenggarakan pendidikan kesehatan dan pemeriksaan kadar glukosa darah sebagai upaya pencegahan penyakit Diabetes Mellitus agar terjadi adanya tingkat kesadaran masyarakat dan keluarga tentang cara bagaimana mencegah penyakit Diabetes Mellitus.

Manfaat dari program pengabdian ini diharapkan Masyarakat dapat melakukan pencegahan pada penyakit Diabetes Mellitus. Dengan mengikuti kegiatan ini diharapkan Masyarakat lebih maengetahui bagaimana pencegahan penyakit Diabetes Mellitus.

2. METODE PELAKSANAAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan di wilayah Akper Bunda Delima Bandar Lampung, hal ini dikarenakan masyarakat belum pernah mendapatkan edukasi tentang pencegahan penyakit Diabetes Mellitus dan belum pernah ada screening untuk pemeriksaan kadar gula darah. Target kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah Ibu-Ibu di wilayah Akper Bunda Delima. Luaran yang diharapkan dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah peserta dapat meningkatkan pengetahuan, dalam pemcegahan penyakit diabetes mellitus.

Pengabdian telah terlaksana pada hari Kamis, 3 Agustus 2023 di Aula Akademi Keperawatan Bunda Delima. Peserta dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah Ibu- Ibu wilayah lingkungan Akper Bunda Delima yang berjumlah 15 orang.

Metode dan rancangan pengabdian yang dilakukan melalui beberapa tahapan, yaitu peserta mengisi daftar hadir dan diberikan kuesioner sebagai pretest untuk mengetahui pemahaman awal, selanjutnya dimulai untuk melakukan penyuluhan kesehatan tentang pencegahan Diabetes Mellitus dan pemeriksaan kadar gula darah pada Ibu-Ibu di wilayah Akper Bunda Delima.

Pemateri menyampaikan terkait definisi, faktor resiko, penyebab, tanda-gejala, pencegahan Diabetes Mellitus. Kemudian dilakukan evaluasi terhadap hasil penyuluhan yang telah diberikan dengan melakukan post-test, memberikan leaflet Diabetes Mellitus untuk dapat dibaca kembali di rumah.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian masyarakat yang dilaksanakan pada hari Kamis, 3 Agustus 2023 pukul 11.00 WIB sejumlah 15 orang berjalan dengan baik dan lancar. Pengabdian ini ditujukan kepada ibu-ibu lingkungan wilayah Akademi Keperawatan Bunda Delima yang memiliki faktor resiko terkena Diabetes Mellitus. Pada saat pertemuan, sebelum penyuluhan kesehatan semua peserta diberikan terlebih dahulu pre-test tentang pemahaman peserta tentang Diabetes Mellitus. Diperoleh hasil nilai pre-test rata-rata peserta sebelum dilakukan penyuluhan adalah 60. Dalam hal ini berarti mayoritas peserta belum memahami hal-hal yang erat kaitannya dengan Diabetes Mellitus.



Gambar 1. Pemberian pre-test kepada peserta



Gambar 2. Penyampaian materi

Setelah pre-test selesai dilakukan, selanjutnya pemateri memberikan materi kepada peserta dan peserta sangat antusias dan responsif baik pada saat penyampaian materi, maupun saat tanya jawab.



Gambar 3. Screening Pemeriksaan Kadar Gula



Gambar 4. Pemberian Post Test kepada peserta

Setelah selesai dilakukan penyampaian materi, peserta dilakukan screening diabetes mellitus dengan melakukan pemeriksaan kadar gula darah, sesi tanya jawab, dilakukan evaluasi terhadap hasil penyuluhan dengan kembali diberikan post-test kepada para peserta. Diperoleh hasil nilai post-test rata-rata peserta adalah 93,3 yang artinya terjadi peningkatan skor rata-rata terhadap pengetahuan peserta tentang Diabetes Mellitus. Dari nilai tersebut terdapat peningkatan nilai rata-rata 33,2. Untuk presentasi peningkatan pengetahuan dan pemahaman terhadap materi penyuluhan menunjukkan peningkatan sebesar 55,5 %. Secara keseluruhan penyuluhan yang di mulai dari pre-test dan post- test memberikan dampak positif.

Dengan adanya penyuluhan kesehatan ini, peserta menjadi lebih paham tentang hal apa saja yang berkaitan dengan Diabetes Mellitus sebagai upaya pencegahan. Sebelum peserta meninggalkan ruangan, pemateri telah melakukan pemeriksaan kadar gula darah kepada seluruh peserta.

Peningkatan pengetahuan ini dikarenakan adanya edukasi yang diberikan oleh peneliti berupa audiovisual, kasus serta tanya jawab. Penyediaan bahan edukasi yang informatif dan menarik, sebagai pendukung yang sangat kuat dalam memberikan edukasi (Sari & Yamin, 2018). Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian yang dikemukakan oleh Carolina (2018) berpendapat bahwa metode peningkatan pengetahuan seperti media massa, metode penyuluhan melalui media seperti leaflet, flifchat, dan metode lainnya dapat digunakan.

Kegiatan pemberian penyuluhan kesehatan mampu meningkatkan pengetahuan pada sasaran dengan pemberian edukasi melalui penyampaian materi secara langsung dan pemberian media leaflet. Dewanti, SW, Andrajati, R, & Supardi, S. (2015), menyatakan bahwa metode pemberian leaflet kepada pasien dapat meningkatkan efikasi diri, kepatuhan minum obat, dan menurunkan tekanan darah sistolik. Peningkatan pengetahuan masyarakat dan deteksi dini adanya peningkatan tekanan darah menjadi bagian dari upaya pencegahan penyakit hipertensi yang masih menjadi masalah kesehatan masyarakat. Pengetahuan dapat menjadikan seseorang memiliki kesadaran, sehingga akan berperilaku sesuai dengan pengetahuan yang dimiliki. Adapun perubahan perilaku yang dilandasi pengetahuan, kesadaran dan sikap yang positif bersifat langgeng karena didasarkan pada kesadaran sendiri bukan unsur paksaan (Notoatmojo, 2011).

4. KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan dari kegiatan pengabdian ini adalah sebagai berikut :

1. Melalui kegiatan penyuluhan kesehatan dapat meningkatkan pemahaman atau pengetahuan peserta tentang kesehatan penyakit Diabetes Mellitus.
2. Setelah dilakukan penyuluhan mengenai pencegahan diabetes mellitus, kesadaran peserta meningkat dalam menurunkan angka kesakitan.
3. Peserta semangat dan antusias dalam mengikuti kegiatan penyuluhan kesehatan tentang pencegahan Diabetes Mellitus dan mengajukan pertanyaan yang belum dimengerti.

Saran dari kegiatan pengabdian ini adalah sebagai berikut :

1. Peserta dan keluarga agar menjaga pola makan dan pola hidup kesehatan supaya tidak mudah terkena penyakit seperti Diabetes Mellitus.
2. Agar penyuluhan kesehatan tentang Diabetes Mellitus ini menjadi salah satu kegiatan yang bermanfaat dapat menjadi program lanjutan untuk dilaksanakan di tempat yang lainnya.
3. Peserta dan keluarga dapat mempraktikkan kembali di Rumah menggunakan tanaman herbal yang sudah di praktikkan oleh pelaksana penyuluhan kesehatan dengan baik.

5. DAFTAR PUSTAKA

- Dewanti, SW, Andrajati, R, & Supardi, S. (2015). Pengaruh Konseling dan Leaflet Terhadap Efikasi Diri, Kepatuhan Minum Obat, dan Tekanan Darah Pasien Hipertensi di Dua Puskesmas Kota Depok. *Jurnal Kefarmasian Indonesia Vol. 5 No.1 Februari 2015*.<https://doi.org/10.22435/jki.v5i1.3472>
- Dinkes Lampung. (2015). Profil Kesehatan Lampung. <https://dinkes.lampungprov.go.id/wp-content/uploads/2016/06/PROFIL-KESEHATAN>
- Dewi, R. K., & Gz, S. (2014). *Diabetes Bukan Untuk Ditakuti*. Jakarta: FMedia.
- Fatimah, RN. (2015). Diabetes Mellitus Tipe 2. *Majority (Medical Journal of Lampung University)*. 4(5):93-101
- International Diabetes Federation. (2018). *IDF Diabetes research and clinical practice*. Elsevier www.elsevier.com/locate/diabres
- Kemendes RI. (2018). *Hasil utama riset kesehatan dasar (Riskesdas) 2018*. Kementerian kesehatan Republik Indonesia Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan.
- Notoatmojo. (2018). *Promosi kesehatan dan perilaku kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- PERKENI.(2015). *Pengelolaan dan Pencegahan Diabetes Melitus Tipe 2 Di Indonesia*. PB PERKENI.

- Subrata, S. A., Phuphaibul, R., Grey, M., Siripitayakunkit, A., & Piasue, N. (2020). Improving Clinical Outcomes of Diabetic Foot Ulcers by the 3-month self- and family management support programs in Indonesia: A Randomized Controlled trial study. *Diabetes and Metabolic Syndrome: Clinical Research and Reviews*, 14(5), 857-863. <https://doi10.1016/j.dsx.2020.05028>
- Ulfa, N. M., Lubada, E. I., & Darmawan, R. (2020). *Buku Ajar Farmasi Klinis Dan Komunitas: Medication Picture Dan Pill Count Pada Kepatuhan Minum Obat Penderita Diabetes Mellitus Dan Hipertensi*. Penerbit Graniti
- World Health Organization. (2016). "Global Report on Diabetes". Isbn 978:88. <https://doi.org/ISBN 978 92 4 156525 7>
- Widodo, W., & Muzaky, A. (2017). Efektivitas Senam Kaki Dalam Meningkatkan Sirkulasi Tungkai Pada Penderita Diabetes Mellitus. *Community of Publishing In Nursing (Coping)*, ISSN 2303-129889-96
- Widodo, et al. (2017). Pengaruh Tindakan Keperawatan Reduksi Luka Tekan Terhadap Penurunan Resiko Luka Tekan. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Keperawatan*, 13(2). <https://doi.org/10.26753/JIKK.V1312.214>