

Kegiatan Penyuluhan Tentang Diabetes Militus di Kelurahan Barombong Kota Makassar

Suprpto

Keywords :

Pengetahuan;
Konseling;
Penyuluhan;
Diabetes Militus

Correspondensi Author

Ilmu keperawatan Akademi
Keperawatan Sandi Karsa Makassar
Jl.Dg.Ramang Lr.6 Blok D/II
Email: atoenurse@gmail.com

History Artikel

Received: November-2018;

Reviewed: Desember-2018

Accepted: Januari-2019

Published: Februari-2019

Abstrak. Tujuan kegiatan ini adalah meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang penyakit Diabetes Militus, meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang penatalaksanaan Diabetes Militus secara nonfarmakologi atau perubahan gaya hidup, serta penggunaan obat Diabetes Militus yang rasional, meningkatkan pengetahuan pola makan/life stile masyarakat untuk menurunkan resiko terkena/pencegahan dan pengobatan penyakit Diabetes Militus. Metode kegiatan ini adalah dengan konseling,ceramah, dan diskusi tentang penyakit diabetes mellitus. Hasil kegiatan ini adalah adanya peningkatan pengetahuan bagi masyarakat tentang penyakit Diabetes Militus, mulai dari penyebabnya, dan penatalaksanaan secara nonfarmakologi.Kesimpulan masyarakat mulai memahami tentang penyakit Diabetes Militus, penyebabnya,serta penatalaksanaan secara nonfarmakologi melalui perubahan gaya hidup pengetahuan masyarakat untuk melakukan pola hidup sehat, pola makan/life style yang dapat dilakukan sendiri di rumah secara sederhana untuk dapat dilaksanakan sebagai salah satu pencegahan dan menjaga kadar gula darah.



This work is licensed under a Creative Commons Attribution
4.0 International License

PENDAHULUAN

Pembangunan kesehatan Indonesia diarahkan guna mencapai pemecahan masalah kesehatan untuk hidup sehat bagi setiap penduduk agar dapat mewujudkan derajat kesehatan yang optimal. Masalah kesehatan dapat dipengaruhi oleh pola hidup, pola makan, lingkungan kerja, olahraga dan stres. Perubahan gaya hidup terutama di kota-kota besar, menyebabkan meningkatnya prevalensi penyakit degeneratif, seperti penyakit jantung, hipertensi, hiperlipidemia, diabetes melitus dan lain-lain (Waspadji, Sarwono dkk, 2009).

Diabetes Melitus merupakan penyakit menahun yang ditandai oleh kadar gula darah yang tinggi dan gangguan metabolisme pada umumnya, yang pada perjalanannya bila tidak dikendalikan dengan baik akan menimbulkan berbagai komplikasi baik yang akut maupun yang menahun. Kelainan dasar dari penyakit ini ialah kekurangan hormon insulin yang dihasilkan oleh pankreas, yaitu kekurangan jumlah dan atau dalam kerjanya (Isnati, 2007).

Jumlah Penderita diseluruh dunia Jumlah penderita di seluruh dunia tahun 1998 yaitu \pm 150 juta, tahun 2000 yaitu \pm 175,4

juta diperkirakan tahun 2010 yaitu \pm 279 juta (Waspadji, Sarwono dkk, 2009).

Berdasarkan data Prevalensi penyakit Diabetes Militus di Indonesia berdasarkan diagnosis oleh tenaga kesehatan adalah 0,7% sedangkan prevalensi Diabetes Militus (D/G) sebesar 1,1%. Data ini menunjukkan cakupan diagnosis Diabetes Militus oleh tenaga kesehatan mencapai 63,6%, lebih tinggi dibandingkan cakupan penyakit asma maupun penyakit jantung. Prevalensi nasional Penyakit Diabetes Melitus adalah 1,1% (berdasarkan diagnosis tenaga kesehatan dan gejala) (Kemenkes, 2015).

Perumusan masalah Penduduk usia produktif yaitu umur 30-50 tahun, di mana umur tersebut seseorang banyak melakukan aktivitas sebagai penggerak roda perekonomian keluarga. Peningkatan pengetahuan dan ketrampilan warga khususnya usia produktif sangat penting dalam menunjang keberhasilan upaya peningkatan kualitas kesehatan warga masyarakat. Berdasarkan analisa situasi, permasalahan yang dapat dirumuskan antara lain: (1) Pengetahuan masyarakat mengenai penyakit Diabetes Militus, pencegahan, dan penatalaksanannya secara nonfarmakologis atau perubahan gaya hidup, serta penggunaan obat Diabetes Militus yang rasional masih rendah; (2) Rendahnya pengetahuan tentang pola makan (*life Stily*) warga untuk mengendalikan kadar gula darah.

Untuk mengatasi permasalahan tersebut akan dilaksanakan kegiatan penyuluhan dan pelatihan bagi warga masyarakat Barombang khusus yang menderita penyakit Diabetes Militus tentang pencegahan, penatalaksanaan secara nonfarmakologis serta penggunaan obat dan tentang pola makan untuk mengendalikan kadar gula dalam darah.

METODE

Tahap Persiapan, dilakukan untuk melakukan sosialisasi tentang rencana pelaksanaan kegiatan kepada masyarakat dikelurahan Barombang Kota Makassar, tahap pelaksanaan, Kegiatan ini dilaksanakan pada tahap ini adalah: melaksanakan konseling terhadap pasien tentang pengetahuan masyarakat tentang penyakit Diabetes Militus, pencegahan, dan penatalaksanannya secara nonfarmakologis

atau perubahan gaya hidup, serta penggunaan obat Diabetes Militus yang rasional masih rendah, melaksanakan pelatihan bagi kader dan masyarakat penderita diabetes millus tentang pemeriksaan kadar gula darah dasar, mengukur berat badan bagi penderita penyakit diabetes mellitus.

HASIL DAN PEMBAHASAN



Gambar 1. Salah satu warga memberikan pertanyaan pada kegiatan penyuluhan



Gambar 2. Peserta pada kegiatan memberikan pertanyaan tentang materi pada kegiatan penyuluhan

Ceramah tentang Diabetes Militus

Ceramah dilakukan untuk menyampaikan informasi secara umum tentang penyakit Diabetes Militus. Penjelasan yang disampaikan meliputi definisi Diabetes Militus, kriteria seseorang dapat dikatakan Diabetes Militus.

Diperkenalkan juga berbagai type alat yang digunakan untuk mengukur kadar gula darah. Beberapa penyebab Diabetes Militus yang meliputi gangguan hormonal (insulin), diet, obesitas dan kehamilan dalam menimbulkan Diabetes Militus.

Setelah dilakukan penyuluhan tentang penyakit diabetes mellitus, kemudian dilakukan evaluasi dengan membagi pertanyaan dalam bentuk kuesioner hasil adanya peningkatan pengetahuan bagi masyarakat khususnya yang mengikuti kegiatan tersebut.

Hal ini sama dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh (Anani, 2012) menyatakan bahwa ada hubungan yang bermakna antara kebiasaan minum obat, aktivitas fisik, olahraga dan kebiasaan makan dengan kadar glukosa darah pasien diabetes mellitus¹.

Hal ini sesuai penelitian sebelumnya oleh (Nanang Muhibuddin dkk, 2016) menyatakan dalam skala interval dan dianalisis menggunakan Regresi Linier berganda. Tingkat kesalahan (α) 5% (0,05). Hubungan pengetahuan keluarga dengan terkontrolnya kadar gula darah ($b = -0.29$; $CI_{95\%} = -0.53$ s/d -0.05 ; $p = 0.017$ (30,1%)). Hubungan sikap keluarga dengan terkontrolnya kadar gula darah ($b = -0.125$; $CI_{95\%} = -0.22$ s/d -0.03 ; $p = 0.012$ (31,1%)). Hubungan pengetahuan dan sikap keluarga dengan terkontrolnya kadar gula darah $p = 0,001$ (37%) terkontrolnya kadar gula darah pada pasien Diabetes Mellitus tipe-2 dipengaruhi oleh faktor pengetahuan dan sikap. Ada hubungan pengetahuan dan sikap keluarga dengan terkontrolnya kadar gula darah pada pasien diabetes mellitus tipe-2 (Nanang Muhibuddin dkk, 2016).

Setelah dilakukan pengukuran kadar gula darah, masyarakat dikelurahan Barombong Kota Makassar banyak yang menderita penyakit Diabetes Militus, namun sebagian besar tidak menyadari hal tersebut hanya mengeluhkan gejala lemas, mudah lelah dan menurunnya berat badan. Hal ini sama dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh (Indah Fahmiah, I Nyoman Latra, 2016) menyatakan bahwa salah satu kadar gula darah yang dapat menggambarkan kondisi gula darah seseorang, khususnya penderita DM tipe 2 adalah Gula Darah Puasa (GDP). GDP merupakan kadar gula darah seseorang yang

diukur atau diperiksa setelah menjalani puasa sekitar 10-12 jam (Fahmiah & Latra, 2016)

Oleh karena itu pada pengabdian masyarakat ini dijelaskan terkait penatalaksanaan penyakit Diabetes Militus. Penatalaksanaan meliputi nonfarmakologi atau perubahan gaya hidup, yaitu penurunan berat badan, penurunan asupan garam, serta menghindari faktor resiko (merokok, minum alkohol, hiperlipidemia dan stress).

Hal ini sama sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh (Nurul Alfiani dkk, 2017) menyatakan bahwa Hasil analisis bivariat menunjukkan $p\text{-value} = 0,00$ artinya $p\text{-value} < 0,05$. Artinya ada hubungan antara pengetahuan diabetes mellitus dengan gaya hidup pasien diabetes mellitus. Pengetahuan pasien yang baik akan menjadikan pasien diabetes mellitus menjadi baik.⁷

Hal ini diperkuat dengan hasil penelitian (Rahmawati Umar dkk, 2017) menyatakan dengan menggunakan analisis uji chi-square menunjukkan terdapat hubungan stres dengan citra tubuh ($p = 0,000$). Terdapat hubungan stres dengan citra tubuh pada penderita diabetes mellitus tipe II di Rumah Sakit Pancaran Kasih GMIM Manado (Umar dkk, 2017)

Hal ini sama dengan hasil penelitian (Susanti dkk, 2018) bahwa Hasil uji statistik Spearman Rho $p = 0,000$ ($\alpha = 0,05$) menunjukkan bahwa H_0 ditolak sehinggadapat disimpulkan ada hubungan antara pola makan dengan kadar gula darah pada penderita Diabetes Mellitus di Puskesmas Tembok Dukuh Surabaya. Hasil penelitian ini didapatkan ada hubungan yang kuat antara pola makan dengan kadar gula darah apabila pola makan yang tidak baik seperti yang dianjurkan prinsip 3J maka akan terjadi ketidakstabilan kadar gula darah (Susanti dkk. 2018)

Pada kegiatan ini disampaikan pula cara-cara untuk mengontrol kadar gula darah. Disarankan agar kadar gula darah diperiksa secara teratur, menjaga proporsionalitas berat badan, menjaga pola makan/life style, hindari rokok, minum obat seperti yang sudah diresepkan, sering berkonsultasi dengan dokter dan apoteker, rutin berolahraga, serta hidup secara normal dan bahagia.

Hal ini sesuai dengan hasil penelitian (Janitra, 2018) menyatakan bahwa terdapat hubungan yang bermakna dengan kontrol glukosa darah dengan penurunan vaskularisasi perifer pada pasien DM (p -value 0.010) dan perlu dilakukan diskusi intervensi keperawatan untuk mengontrol kadar glukosa darah (Janitra, 2018)

Faktor Pendorong

Masyarakat dikelurahan Barombong Kota Makassar memiliki warga masyarakat yang potensial sebagai Sumber Daya Manusia yang turut berperan dalam meningkatkan derajat kesehatan keluarga pada khususnya serta masyarakat pada umumnya, peningkatan kesadaran masyarakat untuk memelihara kesehatan melalui penerapan pola hidup sehat, keingintahuan, antusiasme dan partisipasi aktif dari para peserta yang cukup besar dalam mengikuti kegiatan kesehatan ini.

Faktor Penghambat

Kebiasaan masyarakat dalam mengkonsumsi makanan yang dapat memicu terjadinya Diabetes Militus serta keengganan masyarakat dalam melaksanakan olahraga secara rutin dengan alasan tidak ada waktu dan biaya bila harus pergi ke pusat kebugaran, ketidaktahuan masyarakat tentang pola makan/life style yang dapat dilakukan sendiri di rumah secara sederhana untuk dapat dilaksanakan sebagai salah satu pencegahan dan menjaga kadar gula darah.

SIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan yang diperoleh dari kegiatan ini antara lain: (1) Masyarakat mulai memahami tentang penyakit Diabetes Militus, penyebabnya, serta penatalaksanaan secara nonfarmakologi melalui perubahan gaya hidup; (2) Pengetahuan masyarakat untuk melakukan pola hidup sehat, pola makan / life style yang dapat dilakukan sendiri di rumah secara sederhana untuk dapat dilaksanakan sebagai salah satu pencegahan dan menjaga kadar gula darah

Saran yang dapat disampaikan dari kegiatan ini adalah: (1) Perlu dilakukan identifikasi penyebab penyakit Diabetes

Militus yang dialami oleh masyarakat dikelurahan Barombong Kota Makassar agar dapat dilakukan penanganan secara lebih tepat berdasarkan penyebab penyakit; (2) Perlu adanya pelatihan atau penyuluhan penyakit lainnya sebagai sarana promosi kesehatan bagi masyarakat dikelurahan Barombong Kota Makassar

DAFTAR RUJUKAN

- Anani, S. (2012). Hubungan Antara Perilaku Pengendalian Diabetes dan Kadar Glukosa. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 466-478.
- Indah Fahmiyah, I Nyoman Latra. (2016). Faktor yang Memengaruhi Kadar Gula Darah Puasa Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 di Poli Diabetes RSUD Dr. Soetomo Surabaya. *JURNAL SAINS DAN SENI ITS*, 2337-3520.
- Isnati. (2007, September). Hubungan Tingkat Pengetahuan Penderita Diabetes Militus Dengan Keterkendalian Gula Darah Di Poliklinik Rs Perjan Dr. M. Djamil Padang. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 1(2), 2.
- Janitra, F. E. (2018). Hubungan Kontrol Glukosa Darah Dengan Penurunan Vaskularisasi Perifer Pada Pasien Diabetes Mellitus. *Jurnal Keperawatan dan Pemikiran Ilmiah*, 18-22.
- Kemenkes. (2015). *Prevalensi Penyakit Diabetes Militus*. Jakarta: Kemenkes.
- Nanang Muhibuddin dkk. (2016). Hubungan Pengetahuan dan Sikap Keluarga dengan Terkendalinya Kadar Gula Darah pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2. *JSK*, 1-7.
- Nurul Alfiani dkk. (2017). Hubungan Pengetahuan Diabetes Melitus Dengan Aya Hidup Pasien Diabetes Melitus Di Rumah Sakit Tingkat II dr. SOEPRAOEN MALANG . *Nursing News*, 390-402.
- Rahmawati Umar dkk. (2017). Hubungan Stres Dengan Citra Tubuh Pada

Suprpto. Kegiatan Penyuluhan tentang diabetes

Penderita Diabetes Melitus Tipe Ii Di Rumah Sakit Pancaran Kasih Gmim Manado. *e-journal Keperawatan (e-Kp)*, 335-445.

Waspadji, Sarwono dkk. (2009). *Pedoman Diet Diabetes Militus*. Jakarta : FKUI.

Susanti dkk. (2018). Hubungan Pola Makan Dengan Kadar Gula Darah Pada Penderita Diabetes Mellitus. *Jurnal Kesehatan Vokasional*, 29-34.