



---

## EDUKASI PENGENDALIAN DAN PENCEGAHAN KOMPLIKASI PADA KASUS DM DI PUSKESMAS KARANG TALIWANG

**Dewi Nur Sukma Purqoti**

STIKES Yarsi Mataram

**Dian Istiana**

STIKES Yarsi Mataram

**Zaenal Arifin**

STIKES Yarsi Mataram

**Baiq Ruli Fatmawati**

STIKES Yarsi Mataram

**Ilham**

STIKES Yarsi Mataram

*Korespondensi penulis :Purqotidewi87@gmail.com*

**Abstract.** *Diabetes mellitus (DM) is one of the non-communicable diseases that are commonly found in society today, this disease has increased the number of cases very rapidly from year to year. Therefore, one intervention is needed to prevent and control DM, one of which is how to control blood sugar levels so that complications do not easily occur. Method: This community service method is carried out in the form of providing health education about controlling blood sugar levels and preventing complications in DM cases by means of lectures and distributing leaflets after that followed by questions and answers and discussions. Results and Conclusions: from the results of the service, it can be concluded that Health Education with lecture methods and distributing leaflets can increase public knowledge about controlling blood sugar levels and preventing DM complications, so that the community is expected to be able to implement blood sugar level control and prevention of complications in the DM case itself.*

**Keywords:** *Diabetes mellitus, Health Education, prevention*

**Abstrak** Penyakit diabetes mellitus (DM) Merupakan salah satu penyakit tidak menular yang banyak dijumpai di masyarakat saat ini, penyakit ini mengalami kenaikan jumlah kasus yang sangat pesat dari tahun ke tahun. Oleh karena itu dibutuhkan satu intervensi untuk mencegah dan mengendalikan penyakit DM ini salah satunya bagaimana mengontrol kadar gula darah agar tidak mudah terjadi komplikasi. **Metode:** Metode pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan dalam bentuk pemberian pendidikan kesehatan tentang pengendalian kadar gula darah dan pencegahan komplikasi pada kasus DM dengan cara Ceramah dan membagikan leaflet setelah itu dilanjutkan dengan tanya jawab dan diskusi. **Hasil dan Simpulan:** dari hasil pengabdian dapat disimpulkan bahwa Pendidikan Kesehatan dengan metode ceramah dan membagikan leaflet dapat meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang pengendalian kadar gula darah dan pencegahan komplikasi DM, sehingga masyarakat diharapkan mampu menerapkan pengendalian kadar gula darah dan pencegahan terhadap komplikasi pada kasus DM itu sendiri.

**Kata kunci :** Diabetes mellitus, Pencegahan, Pendidikan Kesehatan

### PENDAHULUAN

Penyakit tidak menular (PTM ) menjadi masalah kesehatan masyarakat yang cukup besar di Indonesia pada saat ini. Secara epidemiologi terjadi pergeseran pada penyakit yaitu dari penyakit menular ke penyakit tidak menular yang secara global meningkat di dunia dan secara nasional telah menduduki sepuluh besar penyakit penyebab kematian dengan kasus terbanyak. Salah satu penyakit yang mengalami kasus terbanyak adalah Diabetes Melitus (DM) (Kinasih dkk, 2020).

Keberhasilan upaya pengendalian PTM perlu adanya dukungan baik dari pemerintah, swasta,

organisasi profesi, organisasi kemasyarakatan dan seluruh lapisan masyarakat. STIKES Yarsi Mataram sebagai salah institusi pendidikan kesehatan sangat mendukung upaya pencegahan dan pengendalian PTM tersebut, salah satunya melalui kegiatan pengabdian. Pengabdian yang akan dilakukan ini sebagai tindak lanjut dari salah satu upaya pencegahan dan pengendalian PTM yang telah ditetapkan oleh Kemenkes yaitu terkait riset PTM.

Diabetes melitus (kencing manis) merupakan salah satu dari penyakit PTM yang ada, merupakan penyakit menahun, yang angka kejadiannya semakin meningkat dari tahun ke tahun. Tidak ada satu Negara di dunia yang terbebas dari penyakit ini, demikian pula di Indonesia (Mirnawati dkk, 2018). Diabetes melitus (DM ) merupakan suatu kelompok penyakit metabolic dengan karakteristik hiperglikemia yang terjadi karena kelainan sekresi insulin, kerja insulin atau kedua-duanya (Pamela, et al., 2019). Diabetes melitus adalah penyakit metabolic yang di tandai dengan kadar gula darah yang tinggi (hiperglikemia) yang disebabkan oleh gangguan pada sekresi insulin atau gangguan kerja insulin atau keduanya. Penyebab diabetes melitus diklasifikasikan menjadi 4 kelompok, yaitu diabetes melitus tipe 1, diabetes melitus tipe 2, DM gestasional, dan DM tipe lain. Yang paling umum adalah diabetes melitus tipe 2. Jumlah diabetes melitus tipe 2 semakin meningkat dikarenakan pola hidup semakin tidak sehat, misalnya pola makan yang tidak sehat serta kurang melakukan aktifitas fisik (Dr. Yuliannisa, 2022).

Pada tahun 2022, International Diabetes Federation (IDF) mencatat 537 juta orang dewasa (umur 20-79 tahun ) atau dari 10 orang hidup dengan diabetes melitus di seluruh dunia. Diabetes juga menyebabkan 6.7 juta kematian atau 1 tiap 5 detik. Tiongkok menjadi Negara dengan jumlah orang dewasa pengidap diabetes terbesar di dunia. 140.87 juta penduduk Tiongkok hidup dengan diabetes melitus pada 2021. Selanjutnya, India tercatat memiliki 74.19 juta pengidap diabetes melitus, Pakistan 32.96 juta, dan Amerika Serikat 32.22 juta. Indonesia berada di posisi kelima dengan jumlah pengidap diabetes sebanyak 19.47 juta. Dengan jumlah penduduk sebesar 179.72 juta, ini berarti prevalensi diabetes di Indonesia sebesar 10,6%. IDF mencatat 4 dari 5 orang pengidap diabetes (81%) tinggal di Negara berpendapatan rendah dan menengah. Ini juga yang membuat IDF memperkirakan masih ada 44% orang dewasa pengidap diabetes melitus yang belum didiagnosis (Pahlevi, 2021).

Berdasarkan data yang diperoleh dari Dinas Kesehatan Provinsi NTB (2022) jumlah kasus penderita diabetes melitus di NTB sebanyak 64.544 penderita diabetes melitus. Di kota mataram tercatat sebanyak 8.741 penderita diabetes melitus. (Dinas Kesehatan Provinsi NTB, 2022).

Upaya pencegahan dan pengendalian faktor risiko DM antara lain dapat dilakukan melalui 1) advokasi, kerjasama, bimbingan dan manajemen pengendalian penyakit DM; 2) promosi, pencegahan dan pengurangan faktor risiko melalui pemberdayaan masyarakat; 3) penguatan kapasitas dan kompetensi layanan kesehatan, serta kolaborasi sektor swasta dan professional serta 4) penguatan surveilans, pengawasan dan riset terkait penyakit DM.

Berdasarkan hal tersebut, kegiatan pengabdian tentang Upaya pengendalian dan pencegahan komplikasi pada kasus DM melalui Pendidikan Kesehatan di Puskesmas karang taliwang ini dilaksanakan.

## **METODE**

Metode pengabdian kepada masyarakat yang dilakukan dalam bentuk pendidikan kesehatan tentang Pengendalian kadar gula darah dan pencegahan komplikasi pada kasus DM dengan metode

ceramah dan pemberian leaflet kemudian dilanjutkan dengan rangkaian tanya jawab dan diskusi. Penyampaian materi ini dilakukan melalui metode ceramah dengan pertimbangan bahwa menyampaikan materi tentang kesehatan yang dilengkapi dengan beberapa gambar serta adanya kesempatan audien untuk bertanya dirasakan lebih efektif dalam meningkatkan pemahaman peserta. Kegiatan ini dilaksanakan pada hari sabtu 01 April 2023 jam 09.00 wita, bertempat di puskesmas karang taliwang.

## **HASIL**

### **Gambaran Umum Tempat Pengabdian**

Puskesmas Karang Taliwang adalah salah satu Puskesmas dari 11 Puskesmas yang ada di wilayah Kota Mataram, yang terletak paling tengah dari Kota Mataram, terletak di Kecamatan Cakranegara yang merupakan pusat perdagangan/ekonomi berlokasi di Jalan Ade Irma Suryani Karang Taliwang Cakranegara, Nusa Tenggara Barat. Puskesmas Karang Taliwang merupakan institusi dibawah Dinas Kesehatan Kabupaten/Kota dan menjadi ujung tombak keberhasilan pembangunan kesehatan di wilayah Kabupaten / Kota. Untuk itu harus ada upaya-upaya tertentu, dengan inovasi atau strategi spesifik Puskesmas dalam menyelesaikan masalah kesehatan yang ada, khususnya di wilayah kerjanya masing-masing. Dan dengan melalui penilaian atau evaluasi untuk melihat tingkat keberhasilan atau kegagalan pelaksanaannya. Wilayah puskesmas karang taliwang merupakan salah satu wilayah kerja yang ada di kota mataram dengan angka kasus DM yang besar.

### **Hasil pelaksanaan kegiatan pengabdian**

Berdasarkan hasil pengamatan yang dilakukan terdapat peningkatan pengetahuan tentang cara pengendalian kadar gula darah setelah diberikan Pendidikan Kesehatan pada masyarakat beresiko tinggi. Menurut Notoatmojo (2010) Pengetahuan merupakan hasil pengideraan manusia atau hasil tahu seseorang terhadap obyek melalui indera yang dimilikinya (mata, hidung, telinga dan sebagainya). Sedangkan Penyakit Diabetes melitus (DM ) merupakan suatu kelompok penyakit metabolic dengan karakteristik hiperglikemia yang terjadi karena kelainan sekresi insulin, kerja insulin atau kedua-duanya (Pamela, et al., 2019).

Kadar gula darah di pengaruhi oleh beberapa faktor seperti usia, jeis kelamin, penyakit lain, makanan, latihan fisik, obat hipoglikemia oral, insulin emosi dan stres (Pramowardhani, 2018). Perempuan memiliki resiko lebih besar untuk menderita Diabetes Melitus, daripada laki-laki, karena secara fisik perempuan memiliki peluang peningkatan indeks masa tubuh yang lebih besar sindroma siklus bulanan (premenstrual syndrome).

Gambar 1. Kegiatan penyampaian materi



Pendidikan kesehatan merupakan suatu upaya atau kegiatan untuk menciptakan perilaku masyarakat yang kondusif untuk kesehatan. Artinya, masyarakat menyadari atau mengetahui bagaimana cara memelihara kesehatan dan menghindari atau mencegah hal-hal yang merugikan kesehatan (Notoatmodjo, 2012). Pemberian pendidikan kesehatan tentang pengendalian kadar gula darah dan pencegahan komplikasi pada kasus DM dilakukan dengan menggunakan metode ceramah disertai media leaflet, sehingga segala pesan atau informasi yang disampaikan dapat diterima dengan baik dan jelas oleh pendengar.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Wahdini (2013), yang meneliti Pengaruh Penyuluhan Oleh Tenaga Pelaksana Gizi dengan Metode Ceramah Disertai Media Poster dan Leaflet Terhadap Perilaku Ibu dan Pertumbuhan Balita Gizi Kurang di Kecamatan Tanjung Beringin, dengan kesimpulan bahwa penyuluhan dengan metode ceramah disertai media poster dan penyuluhan dengan metode ceramah disertai media leaflet dapat meningkatkan pengetahuan dan sikap ibu balita

Gambar 2. Kegiatan pelaksanaan kegiatan



Pengetahuan tentang kesehatan mencakup apa yang diketahui oleh seseorang terhadap cara-cara memelihara kesehatan, seperti pengetahuan tentang penyakit menular, pengetahuan tentang faktor-faktor yang terkait dan atau mempengaruhi kesehatan, pengetahuan tentang fasilitas pelayanan kesehatan dan pengetahuan untuk menghindari kecelakaan. Perilaku kesehatan merupakan segala bentuk pengalaman dan interaksi individu dengan lingkungannya, khususnya yang menyangkut pengetahuan dan sikap tentang kesehatan, serta tindakannya yang berhubungan dengan kesehatan. Perilaku kesehatan sebagai perilaku untuk mencegah penyakit pada tahap belum menunjukkan gejala (asymptomatic stage).

Berdasarkan hal tersebut maka diperlukan perubahan perilaku baik dari tenaga kesehatan maupun dari masyarakat. Strategi perubahan perilaku adalah dengan memberikan informasi tentang cara menghindari penyakit dan meningkatkan pengetahuan masyarakat. Diharapkan dengan pengetahuan yang diperoleh tersebut dapat menimbulkan kesadaran di antara masyarakat untuk berperilaku sesuai dengan perilaku sehat.

## **KESIMPULAN**

Berdasarkan pengabdian yang dilakukan pada Hari sabtu tanggal 1 April 2023 yang bertempat di puskesmas karang taliwang, dapat disimpulkan bahwa Pendidikan Kesehatan dengan metode ceramah dan membagikan leaflet dapat meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang cara

pengendalian kadar gula darah dan pencegahan komplikasi pada kasus DM, sehingga masyarakat diharapkan mampu melakukan pencegahan dan penanganan terhadap DM itu sendiri.

#### DAFTAR REFERENSI

- Dinas Kesehatan Provinsi NTB. (2022, Agustus 30). Pelayanan Kesehatan Penderita Diabetes Melitus (DM) Menurut Kabupaten/Kota Provinsi Nusa Tenggara Barat. *Sumber : Seksi Penyakit Tidak Menular, Jiwa dan Npza*, 1
- Dr. Yuliannisa, S. (2022, April 18). *Mengenal Lebih Dekat Diabetes Melitus*. Retrieved Desember 12, 2022, from herminahospitals: [herminahospitals.com/id/articles/mengenal-lebih-dekat-diabetes-melitus](https://herminahospitals.com/id/articles/mengenal-lebih-dekat-diabetes-melitus)
- Kinasih, A., Mangalik, G., & Oktafiani, E. (2020). Pengaruh Senam Low Impact Terhadap Kadar Gula Darah Pada Lansia Dengan Riwayat. *Sains Olahraga : Jurnal Ilmiah Keolahragaan*, *IV*, 13-23.
- Mamonto, S. F., Rompas, S., & Karundeng, M. (2014). Pengaruh pendidikan kesehatan terhadap tingkat pengetahuan dan sikap remaja tentang penyakit menular seksual di SMK Fajar Bolaang Mongondow Timur. *Jurnal Keperawatan*, *2*(2).
- Mirawati, Harliani, & Semana, A. (2018). Efektivitas Senam Aerobik Terhadap Kadar Gula Darah Pada Penderita Diabetes Melitus Tipe II Di Puskesmas Mamajang Kota Makassar. *Jurnal Media Keperawatan : Politeknik Kesehatan Makassar*, *9*, 101-105.
- Notoatmodjo, S., & Sarwono, S. Pengantar Ilmu Perilaku Kesehatan. Jakarta: Badan Penerbit Kesehatan Masyarakat Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Indonesia. 1985.
- Notoatmodjo, Soekidjo. 2003. Pendidikan Dan Perilaku Kesehatan. Rineka Cipta. Jakarta
- Pahlevi, R. (2021, November 22). *Jumlah Penderita Diabetes Melitus Indonesia Terbesar Kelima Di Dunia*. Retrieved Desember 11, 2022, from Kata Data: <https://databoks.katadata.co.id/datapublish/2021/11/22/jumlah-penderita-diabetes-indonesia-terbesar-kelima-di-dunia>
- Pamela, D. S., Pahlemy, H., Fitriansyah, A., Suratini, S., Jerubu, B. D., Khristanti, C. R., et al. (2019). *Pedoman Pelayanan Kefarmasian Pada Diabetes Melitus*.
- Pramowardhani, A. (2018). Pengaruh Senam Aerobik Terhadap Penurunan Kadar Gula Darah Pada Penderita Diabetes Tipe 2 Di Desa Dukuhlor Kecamatan Sindang Agung kabupaten Kuningan Tahun 2018. *Fakultas Ilmu Kesehatan : Jurnal Ilmiah*, 8-20.
- Purqoti, D. N. S., Arifin, Z., Istiana, D., Ilham, I., Fatmawati, B. R., & Rusiana, H. P. (2022). Sosialisasi konsep penyakit Diabetes Mellitus untuk meningkatkan pengetahuan Lansia tentang Diabetes Mellitus. *ABSARA: Jurnal Pengabdian Pada Masyarakat*, *3*(1), 71-78.