

## **Edukasi Pencegahan Penyakit Diabetes Melitus pada Lansia di Kelurahan Kota Matsum III kota Medan Sumatera Utara**

**Hildaini Fatma<sup>1</sup> Des Suryani<sup>2</sup>**

<sup>1</sup>Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara

<sup>2</sup>Bagian Histologi Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah  
Sumatera Utara

**Corresponding Author:** [dessuryani@umsu.ac.id](mailto:dessuryani@umsu.ac.id)

**Abstrak:** Kurangnya pengetahuan masyarakat mengenai faktor risiko penyakit Diabete Melitus, dan gejala awal penyakit ini yang kurang disadari misalnya gejala sering minum, dan sering kencing dianggap suatu yang wajar, menyebabkan penderita penyakit ini sering berobat dengan gejala kerusakan multi organ. Hal ini menjadi foku permasalahan yang dihadapi oleh pemerintah. Walau pemerintah sudah memberikan bantuan berupa kegiatan Program Kesehatan Lanjut Usia di setiap Provinsi namun partisipasi warga untuk memanfaatkannya masih kurang. Kegiatan KKN ini bertujuan memberikan penyuluhan pencegahan penyakit diabetes melitus yang dilaksanakan di Kelurahan Kota Matsum III. Medan, Sumatera Utara. Penyuluhan edukasi dan pencegahan penyakit diabetes melitus ini ditampilkan dalam bentuk presentasi Powerpoint, dimulai dari penjelasan dan dilanjutkan dengan diskusi dan tanya-jawab dengan masyarakat. Antusiasme masyarakat yang positif dari awal sampai akhir kegiatan berlangsung menunjukkan kegiatan ini cukup bermanfaat bagi masyarakat. Kegiatan ini dapat menambah pengetahuan masyarakat mengenai cara menghindari risiko penyakit DM.

**Kata kunci:** diabetes mellitus, edukasi, lansia.

## PENDAHULUAN

Diabetes melitus (DM) merupakan gangguan metabolik kronis yang ditandai dengan peningkatan kadar gula darah atau hiperglikemia yang membuat gangguan sekresi insulin dan resistensi dari insulin. DM tidak hanya terjadi pada usia tua saja, melainkan anak muda dan anak-anak juga dapat terkena penyakit DM. Seseorang dikatakan menderita penyakit DM jika kadar gula darah 2 jam setelah makan >200 mg/dl, sedangkan kadar gula darah puasa >126mg/dl.<sup>1</sup>

Pada tahun 2017 kasus DM menurut *International Diabetes Federation* 425juta orang.<sup>2</sup> Pada tahun (2019) terprediksi peningkatan penyakit DM di wilayah Indonesia dari 10,7 juta pada tahun 2019 menjadi 13,7 juta pada 2030. Berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) pada tahun 2018 prevalensi penyakit DM yang sudah terdiagnosis oleh dokter pada usia  $\geq 15$  tahun sekitar 2%.<sup>3</sup> Adapun profil kesehatan Provinsi Sumatera Utara pada tahun 2018 prevalensi penderita DM sebanyak 202.872 jiwa, sedangkan penderita DM yang mendapat pelayanan kesehatan yang sesuai dengan standar sebanyak 135.892 jiwa (67%).<sup>4</sup>

Penyakit DM adalah penyakit kronis yang mengancam kehidupan penderitanya melalui kerusakan berbagai macam organ tubuh. DM dapat menyebabkan kerusakan pada sistem saraf, jantung, gangguan pada sistem kemih dan gangguan sistem endokrin.<sup>5</sup> DM tipe 2 adalah tipe diabetes melitus yang sering terjadi pada lansia. Kejadian DM ini ditandai dengan adanya ketidakseimbangan kadar insulin dengan sensitivitas insulin, sehingga terjadilah penurunan fungsi dari kerja insulin dalam tubuh.<sup>6</sup> Ketika kondisi pankreas mengalami gangguan dalam memproduksi insulin, maka glukosa tidak bisa masuk ke sel maka glukosa di dalam darah meningkat dan terjadilah penyakit DM.<sup>7</sup>

Berbagai faktor bisa menjadi risiko menderita penyakit DM. Perkeni menyebutkan ada faktor yang bisa dihindari dan ada faktor yang tidak dihindari. Adapun faktor yang tidak dapat dihindari adalah genetik, usia, jenis kelamin. Sedangkan faktor yang dapat dihindari gaya hidup tidak sehat, kurangnya aktivitas fisik, istirahat yang kurang, pola makan yang tidak sehat, dan stres. Seharusnya masyarakat mengetahui faktor tersebut sehingga dapat melakukan upaya preventif penyakit DM.<sup>8</sup>

Posyandu lansia adalah bentuk pelayanan kesehatan yang lebih mengutamakan upaya peningkatan kesehatan dan pencegahan terhadap penyakit. Kegiatan posyandu dilakukan untuk pemeriksaan kesehatan rutin, memberikan edukasi dan informasi mengenai pencegahan penyakit dengan mengajak lansia untuk menerapkan polahidup sehat, bukan untuk pengobatan bagi lansia yang sakit.

Posyandu lansia adalah pos pelayanan terpadu untuk masyarakat usia lanjut di suatu wilayah tertentu yang sudah disepakati, digerakkan oleh masyarakat dimana usia lanjut bisa mendapatkan pelayanan kesehatan. Kegiatan posyandu lansia menitik beratkan pada upaya promotif dan preventif.<sup>7</sup>

Kelurahan Kota Matsum III, Kecamatan Medan Kota, Kota Medan, Sumatera Utara telah memiliki 7 posyandu lansia yang aktif. Sedangkan kesadaran masyarakat untuk mengikuti program posyandu ini masih kurang, kegiatan KKN edukasi pencegahan penyakit DM di acara perwiridan ibu-ibu ini bertujuan untuk menambah ilmu pengetahuan masyarakat yang berada di Kelurahan Kota Matsum III agar masyarakat lebih peduli akan pentingnya kesehatan diri sendiri, memanfaatkan fasilitas kesehatan yang disediakan pemerintah seperti melakukan

kontrol rutin pengecekan kadar gula darah, tekanan darah, cek kolesterol yang dilaksanakan setiap bulan.

## **METODE**

Kegiatan ini merupakan kegiatan pengabdian kepada masyarakat, yang dilakukan setelah melaksanakan analisis situasi kondisi masyarakat, dilanjutkan dengan mengurus izin kegiatan kelurah dan ketua perwiran. Kegiatan penyuluhan edukasi dan pencegahan penyakit DM pada lansia di Kelurahan Kota Matsum III yang diselenggarakan pada bulan Agustus 2022 di rumah salah seorang warga. yang ditargetkan kepada seluruh anggota perwiridan yang hadir berjumlah 40 orang. Kegiatan ini dilaksanakan dengan bantuan Lurah dan para kepala lingkungan di Kelurahan Kota Matsum III. Kegiatan ini dilakukan dengan penyuluhan kesehatan, dilanjutkan dengan sesi tanya jawab dengan seluruh anggota perwiridan.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat edukasi dan pencegahan penyakit DM pada lansia di Kelurahan Kota Matsum III telah terlaksana dengan lancar pada tanggal 25 Agustus jam 14.00-16.00 wib, jumlah masyarakat yang hadir sebanyak 40 orang. Edukasi yang diberikan yaitu edukasi dan pencegahan penyakit DM pada lansia di Kelurahan Kota Matsum III, berupa pengertian dari penyakit DM, faktor resiko penyakit DM, bagaimana komplikasi dari penyakit DM, bagaimana upaya pencegahan dari penyakit DM secara umum dan menurut ajaran islam.

Selama berlangsungnya kegiatan diskusi setelah pemberian edukasi, terlihat bahwa masih banyak masyarakat, terutama anggota yang hadir dalam acara perwiridan, yang masih kurang memahami risiko dan komplikasi DM. Dengan demikian mereka kurang memperhatikan

upaya preventif penyakit DM, kurang memiliki rasa ingin tahu mengenai dampak dan resiko penyakit DM. Begitu pula dengan faktor gaya hidup, pemilihan jenis-jenis makanan yang dapat mendukung seseorang menderita diabetes mellitus. belum sepenuhnya di pahami oleh masyarakat. Kegiatan pengabdian ini dapat menambah pengetahuan masyarakat tentang risiko DM dan bahayanya, sehingga mereka dapat melakukan upaya preventif terhadap penyakit ini secara mandiri.

## **KESIMPULAN**

Kegiatan pengabdian e dukasi dan pencegahan penyakit diabetes melitus pada lansia di Kelurahan Kota Matsum III memberikan peningkatan pengetahuan tentang upaya preventif yang dapat dilakukan oleh masyarakat dan memberikan dampak positif pada masyarakat. Upaya pencegahan yang disarankan untuk diikuti oleh masyarakat khususnya pada lansia yaitu pemeriksaan kesehatan rutin, memberikan edukasi dan informasi mengenai pencegahan penyakit dengan mengajak lansia untuk menerapkan pola hidup sehat, bukan untuk pengobatan bagi lansia yang sakit.

Kegiatan lanjutan yang berkesinambungan mengenai permasalahan di bidang kesehatan masih sangat diperlukan agar lebih mendorong masyarakat untuk berpikir pentingnya kesehatan bagi diri sendiri, keluarga dan lingkungan sekitar, dan menambah pengetahuan masyarakat, serta masyarakat tersebut memperoleh dampak yang lebih optimal.

Edukasi pada meningkatkan kesadaran masyarakat untuk memanfaatkan fasilitas kesehatan sudah di bentuk di kota maksum III yang sudah disediakan pemerintah. Sehingga posyandu yang sudah terbentuk dapat meningkatkan

cakupan dan kualitas pelayanan kesehatan lansia, khususnya pada aspek peningkatan kesehatan dan pencegahan penyakit pada lanjut usia yang aktif dalam melaksanakan kegiatan dengan kualitas yang baik agar terhindar dari penyakit diabetes mellitus.

### UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Lurah, Kepala Lingkungan dan masyarakat di Kelurahan Kota Matsum III, serta seluruh anggota kelompok kegiatan KKN yang telah terlibat, yang telah membantu dan berpartisipasi dalam melancarkan kegiatan penyuluhan dan edukasi, sehingga kegiatan KKN ini dapat berlangsung dengan lancar.

### REFERENSI

1. Petersmann A, Müller- Wieland D, Müller UA, Landgraf R, Nauck M, Freckmann G, et al. Definition, Classification and Diagnosis of Diabetes Mellitus. *Exp Clin Endocrinol Diabetes*. 2019;127(Suppl1):S1–7.
2. Kusumawati Y. Pengembangan Kegiatan Posyandu Lansia Anthurium Di Surakarta. *WarLPM*. 2017;19(2):125–33.
3. Milita F, Handayani S, Setiaji B. Kejadian Diabetes Mellitus Tipe II pada Lanjut Usia di Indonesia (Analisis Riskesdas 2018) *J Kedokt dan Kesehat*. 2021;17(1):9–20
4. Siregar Ardilla Maya, SriL, Zulfandi. Hubungan Self Care diabetes Dengan Kualitas Hidup Pasien Diabetes Mellitus Di Rumah Sakit Umum Mitra Medika medan Tahun 2020. 2020;1(5):1191–200.
5. Mellitus D, Seksual GF. Medika Kartika : Jurnal Kedokteran dan Kesehatan. *Med Kartika J Kedokteran dan Kesehatan* 2022;4(Volume 5 No 1):507-20
6. Irbah H, Zara N. Analisis Faktor Resiko Pasien Diabetes Mellitus di Puskesmas Dewantara Kecamatan Dewantara Kabupaten Aceh Utara. 2022;1(1):90-5
7. Silvia M, Lilik M, Didik H, Yusetyani. Studi Pola Penggunaan Metronidazole Pada Pasien Dm Tipe 2 Disertai Gangren. *J Chem Inf Model*. 2020;53(9):1689-99.
8. Hardianto D. Telaah Komprehensif Diabetes Mellitus : Klasifikasi, Gejala, Diagnosis, Pencegahan, Dan Pengobatan. *J Bioteknol Biosains Indones*. 2021;7(2):304-310.