

Meningkatkan Kesadaran Dan Edukasi Bahaya Penyakit Diabetes Melitus Di Lingkungan 3 Sitirejo I

Syifa Nadya Azzahra, Elman Boy

Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara

Email korespondensi: elmanboy@umsu.ac.id

Abstrak : Diabetes melitus (DM) adalah penyakit metabolik, yang melibatkan peningkatan kadar glukosa darah. DM memiliki beberapa kategori, termasuk tipe 1 dan tipe 2. Diabetes Melitus adalah penyakit metabolik yang di tandai dengan tingginya kadar glukosa darah (hiperglikemia) sebagai akibat dari kekurangan sekresi insulin, gangguan aktivitas insulin atau keduanya. Glukosa yang menumpuk di dalam darah akibat tidak diserap sel tubuh dengan baik dapat menimbulkan berbagai gangguan organ tubuh. Jika diabetes tidak dikontrol dengan baik, timbul berbagai komplikasi yang membahayakan nyawa penderita Hiperglikemia kronik pada diabetes berhubungan kerusakan jangka panjang, disfungsi atau kegagalan beberapa organ tubuh, terutama mata, ginjal, saraf, jantung, dan pembuluh darah. Metode yang digunakan adalah pendekatan persentase dan demonstrasi pengecekan gula darah. Hasil yang di dapatkan masih banyak masyarakat yang masih minim terhadap kesadaran bahaya dari tinggi nya kadar gula darah. Saran ke depan terhadap penelitian ini semoga didapatkannya peningkatan pengetahuan masyarakat terhadap pentingnya menjaga gula darah.

Kata kunci : diabetes melitus, masyarakat, penyuluhan

PENDAHULUAN

Diabetes Melitus (DM) adalah penyakit yang ditandai dengan terjadinya hiperglikemia dan gangguan metabolisme karbohidrat, lemak, dan protein yang dihubungkan dengan kekurangan secara absolut atau relatif dari kerja dan atau sekresi insulin.¹ Gejala yang dikeluhkan pada penderita Diabetes Melitus yaitu polidipsia, poliuria, polifagia, penurunan berat badan, dan kesemutan. Data epidemiologi global dari *International*

Federation Diabetes (IDF) memperkirakan bahwa 1 dari 11 orang dewasa berusia 20-79 tahun, yaitu 415 juta orang dewasa menderita diabetes melitus tipe 2 pada tahun 2015. Jumlah ini diperkirakan akan meningkat menjadi 642 juta pada tahun 2040. Dalam analisis data *National Health Interview Survey* (2016 dan 2017), prevalensi DM tipe 2 yang terdiagnosis pada orang dewasa di Amerika Serikat adalah 8,5%.¹

Pada tahun 2017, sekitar 462 juta orang terkena diabetes tipe 2, yaitu 6,28% dari populasi dunia. Dari jumlah ini, sebanyak 4,4% berada pada kelompok usia 15-49 tahun, 15% dari kelompok usia 50 sampai 69, dan 22% berusia lebih dari 70 tahun. Tingkat prevalensinya adalah 6059 kasus per 100.000 populasi.^{2 3}

Data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) Kementerian Kesehatan RI, tahun 2016 jumlah penderita DM di Indonesia sudah mencapai angka 9,1 juta jiwa dan diprediksi jumlah ini akan semakin terus bertambah.⁴ Indonesia saat ini berada di urutan ke 7 negara dengan jumlah penduduk tertinggi mengidap DM di dunia. Berdasarkan data dari Riskeddas, 90 % pasien kencing manis terdiagnosis DM tipe 2 dan dari jumlah tersebut sebagian besar tidak menyadari jika mereka mengidap DM sehingga dapat menimbulkan komplikasi.^{3 5}

Upaya pemerintah dalam menangani penyakit DM lebih memprioritaskan upaya preventif dan promotif, dengan tidak mengabaikan upaya kuratif, serta dilaksanakan secara integrasi dan menyeluruh antara pemerintah, masyarakat dan swasta.^{6 7} Berdasarkan survei yang dilakukan oleh penelitian sebelumnya di Puskesmas Teladan Kota Medan terdapat jumlah data penderita penyakit diabetes melitus tipe 2, rawat jalan pada tahun 2019 sebanyak 431 penderita. Untuk pasien rujuk balik ada 100 pasien.⁸ Hal yang mendorong perlunya pengukuran kualitas hidup, khususnya pada penderita DM adalah karena kualitas hidup merupakan salah satu tujuan utama perawatan, karena DM

merupakan penyakit kronis yang belum dapat disembuhkan.⁹ Namun apabila kadar gula darah dapat terkontrol dengan baik, maka keluhan fisik akibat komplikasi akut ataupun kronis dapat dicegah, selain itu, kualitas hidup yang rendah serta problem psikologis dapat memperburuk gangguan metabolik, baik secara langsung melalui reaksi stress hormonal, ataupun secara tidak langsung melalui komplikasi.^{10 11}

Berdasarkan hal tersebut peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai mengingatkan edukasi dari bahaya diabetes melitus di lingkungan 3 kelurahan Sitirejo-I, Kecamatan Medan Kota tahun 2022 dikarenakan penyakit diabetes ini penyakit yang sering terjadi dan sering terjadi komplikasi.

METODE

Pelaksanaan kegiatan ini dilakukan dengan penyuluhan atau sosialisasi kepada masyarakat Lingkungan 3 Kelurahan Sitirejo I pada hari Kamis, 01 September 2022 mengenai meningkatkan kesadaran masyarakat dalam menjaga kesehatan penyakit diabetes melitus. Kegiatan ini dilakukan dengan interaksi aktif antara pembicara dan juga masyarakat dengan metode pendekatan tanya jawab.

Kegiatan penyuluhan ini dilakukan dengan melakukan pemeriksaan gula darah dan dilanjutkan dengan melakukan edukasi kepada masyarakat.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan kegiatan ini dilaksanakan di Lingkungan 3 Sitirejo-I, Medan Kota, Kota Medan, Sumatera Utara. Sebelumnya

pada tanggal 1 September 2022 dilakukan pemeriksaan gratis yang di ikuti oleh 26 warga seperti pada tabel 1.

Tingginya angka hiperglikemia yang terjadi di masyarakat maka perlu dilakukan penyuluhan mengenai penyakit diabetes melitus. Sebelum penyuluhan kami memberikan makanan tambahan seperti kue yang tidak tinggi gula. Setelah itu kami menjelaskan bahwa pentingnya mengontrol gula darah dalam upaya pencegahan diabetes melitus.

Tabel 1. Hasil pemeriksaan kadar gula darah

No	Hasil	Frekuensi	Sampel	Persentase
1	hiperglikemi	13	26	50,0%
2	Hipoglikemi	3	26	11,5%
3	Kadar gula normal	10	26	38,5%

FOTO/GAMBAR



Gambar 1. Kegiatan pemeriksaan gula darah



Gambar 2. Melakukan pemeriksaan door to door pasien diabetes melitus yang sudah terbaring di rumah



Gambar 3. Melakukan edukasi mengenai diabetes mellitus

KESIMPULAN DAN SARAN

KESIMPULAN

Pengetahuan sangat penting untuk mencegah berbagai macam penyakit. Upaya penyuluhan diabetes melitus tentunya dapat menjadi upaya dalam penurunan angka diabetes melitus di Indonesia.

SARAN

Disarankan kepada instansi yang terkait untuk lebih mengoptimalkan peran tenaga kesehatan dalam memberikan penyuluhan tentang kesehatan secara rutin.

DAFTAR PUSTAKA

1. Hestiani DW. Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kepatuhan dalam Pengelolaan Diet pada Pasien Rawat Jalan Diabetes Melitus Tipe 2 Di Kora Semarang. *J Heal Educ.* 2017;2(2):137-145. doi:10.15294/jhe.v2i2.14448
2. Azis WA, Muriman LY, Burhan SR. Hubungan Tingkat Pengetahuan dengan Gaya Hidup Penderita Diabetes Mellitus. *J Penelit Perawat Prof.* 2020;2(1):105-114.

- doi:10.37287/jppp.v2i1.52
3. Bingga IA. Kaitan Kualitas Tidur dengan Diabetes Melitus Tipe 2. *Med Utama*. 2021;2(4):1047-1052.
 4. Goyal R, Jialal I. Diabetes Mellitus Type 2. In: StatPearls. Treasure Island (FL): StatPearls Publishing. 2022.
 5. Zheng, et al. Global aetiology and epidemiology of type 2 diabetes mellitus and its complications. 2017. Macmillan Publishers. doi:10.1038/nrendo.2017.151
 6. World Health Organization. Diagnosis and management of type 2 diabetes (HEARTS-D). Geneva: 2020 (WHO/UCN/NCD/20.1).
 7. PERKENI. Pedoman Pengelolaan dan Pencegahan Diabetes Melitus Tipe 2 di Indonesia. 2021.
 8. Profil Kesehatan Indonesia 2018. Kementerian kesehatan Republik Indonesia 2019.
 9. Bulu, A., Wahyuni, T. D., & Sutriningsih, A. (2019). Hubungan antara Tingkat Kepatuhan Minum Obat dengan Kadar Gula Darah pada Pasien Diabetes Melitus Tipe II. *Nursing News: Jurnal Ilmiah Keperawatan*, 4
 10. Sudoyo, A. W., et.al. (2014). Buku ajar ilmu penyakit dalam. Jilid II Edisi VI. Jakarta: Interna Publishing.
 11. Wardani, E. K., Wijayanti, L., Ainiyah, N. (2019). Pengaruh spa kaki diabetik terhadap kualitas tidur dan sensitivitas kaki penderita diabetes mellitus tipe 2.

Jurnal Ners LENTERA. 7(2): 130-141.