

Pendidikan Kesehatan Pada Masyarakat Tentang Diabetes Melitus Di Wilayah Kerja Puskesmas X Kota Bengkulu

Health Education Counseling In The Community About Diabetes Mellitus In The Working Area Of Puskesmas X In Bengkulu

Nurlindawati¹⁾, Tari Puspita²⁾, dan Maria³⁾

¹⁾²⁾³⁾ Program Studi Kesehatan Masyarakat, STIKes Bhanti Husada, Bengkulu, Indonesia

*Email Korespondensi : watilinda22011@gmail.com

Abstrak

Diabetes dapat menyebabkan masalah berbagai organ, dengan ulkus diabetikum akibat neuropati yang paling umum, jadi masyarakat harus dididik tentang perawatan kesehatan kaki dan senam kaki untuk mencegah ulkus diabetikum. Tujuan pengabdian masyarakat ini adalah untuk meningkatkan kesadaran masyarakat tentang diabetes mellitus. Metode yang digunakan dalam Kegiatan ini ceramah, diskusi. Leaflet adalah alat yang digunakan untuk membantu penyampaian materi. Untuk mengetahui seberapa efektif kegiatan ini, apersepsi dilakukan untuk mengukur tingkat pengetahuan peserta. Setelah kegiatan selesai, diberikan pertanyaan untuk melakukan evaluasi. Hasil pengabdian masyarakat menunjukkan bahwa metode edukasi efektif meningkatkan pengetahuan responden tentang diabetes mellitus.

Kata Kunci: *Penyuluhan; pengetahuan; Diabetes Melitus; Pasien DM.*

Abstract

Diabetes can cause problems with various organs, with diabetic ulcers due to neuropathy being the most common, so the public must be educated about foot health care and foot exercises to prevent diabetic ulcers. The aim of this community service is to increase public awareness about diabetes mellitus. The method used in this activity is lecture, discussion. Leaflets are tools used to help deliver material. To find out how effective this activity was, an apperception was carried out to measure the participants' level of knowledge. After the activity is complete, questions are asked to carry out evaluation. The results of community service show that the educational method is effective in increasing respondents' knowledge about diabetes mellitus.

Keywords: *Extension; knowledge; Diabetes mellitus; DM patient*

PENDAHULUAN

Diabetes mellitus adalah salah satu masalah kesehatan yang paling umum di dunia. Perawatan medis yang berkelanjutan diperlukan untuk diabetes mellitus, suatu kondisi yang kompleks dan menahun yang memerlukan pengendalian gula darah dan strategi pengurangan risiko dari berbagai faktor (ADA, 2020). Prevalensi diabetes mellitus meningkat secara global teristimewa menjadi perhatian di negara Asia. Perkiraan secara global 366 juta individu yang diabetes mellitus. Penyakit tidak menular (PTM) terus berlangsung dan menjadi masalah besar kesehatan masyarakat di dunia yang bertanggung jawab terhadap kematian dan kesakitan. PTM menjadi kematian dan kecatatan di seluruh penjuru dunia.

Berdasarkan data dari International Diabetes Federation (IDF) menunjukkan jumlah penderita diabetes di dunia pada tahun 2021 mencapai 537 juta. Angka ini diprediksi akan terus meningkat mencapai 643 juta pada tahun 2030 dan 783 juta pada tahun 2045. Menurut IDF, Indonesia menduduki peringkat kelima negara dengan jumlah diabetes terbanyak dengan 19,5 juta penderita di tahun 2021 dan diprediksi akan menjadi 28,6 juta pada 2045 (IDF, 2021). Data dari Dinas Kesehatan Kota Bengkulu kasus diabetes mellitus tahun 2023 sebanyak 3.746 orang yang tersebar di wilayah kerja puskesmas Bengkulu. Adapun faktor terjadinya penyakit DM ini difaktorkan karena keturunan dan pola makan yang tidak teratur, dan masyarakat memakan makanan siap saji yang mana menggunakan pengawet dan gula buatan.

Diabetes tipe 2 adalah jenis diabetes yang paling umum di Indonesia dan sangat erat terkait dengan pola makan dan gaya hidup yang tidak sehat. Satu pasien muncul setiap 19 detik. Muncul satu pasien baru, dan setiap enam detik, ada satu pengidap diabetes yang meninggal dunia (Hugeng dan Santos, 2017).

Diabetes tipe 2 merupakan penyakit multifaktorial dengan komponen genetik dan lingkungan yang sama kuat dalam proses timbulnya penyakit tersebut. Pengaruh faktor genetik terhadap penyakit ini dapat terlihat jelas dengan tingginya penderita diabetes yang berasal dari orang tua yang memiliki riwayat diabetes melitus sebelumnya. Diabetes melitus tipe 2 sering juga disebut diabetes life style karena penyebabnya selain faktor keturunan, faktor lingkungan meliputi usia, obesitas, resistensi insulin, makanan, aktifitas fisik, dan gaya hidup penderita yang tidak sehat juga berperan dalam terjadinya diabetes ini. Perkembangan diabetes melitus tipe 2 yang lambat, sering kali membuat gejala dan tanda-tandanya tidak jelas.

Puskesmas X memiliki 15 pasien diabetes, menurut observasi dan wawancara. Hal ini jelas terkait dengan kurangnya pengetahuan tentang pola makan dan gaya hidup yang sehat. Oleh karena itu, berdasarkan masalah di atas, kami membuat kesimpulan bahwa pentingnya pemberian pendidikan kesehatan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan masyarakat tentang diabetes mellitus.

METODE PELAKSANAAN

Metode yang digunakan dalam kegiatan ini adalah metode ceramah. Pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan pada bulan November 2024. Sasaran kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah masyarakat yang berada di Wilayah kerja Puskesmas X dimana jumlah peserta sejumlah 15 peserta. Peserta yang terlibat diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan terkait DM.

Metode pendekatan yang dilakukan dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah :

1. Metode Ceramah : Metode ini bertujuan untuk memberikan pengetahuan tentang DM. Dalam ceramah diuraikan tentang pengertian DM dan contoh - contoh perilaku yang Penyebab DM. Ceramah dilakukan dengan banyak gambar menarik, video dan beberapa lagu yang bertema pola hidup sehat.

2. Metode tanya jawab atau diskusi : Setelah sesi ceramah, kemudian dilanjutkan dengan sesi tanya jawab yang bertujuan untuk mengetahui tingkat pemahaman masyarakat tentang DM.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Gambaran Umum Responden

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan dalam bentuk pendidikan kesehatan.

Tabel 1.

Distribusi Frekuensi Responden

Karakteristik	Jenis kelamin	%
Jenis kelamin		
Laki-laki	5	33,3
Perempuan	10	66,7
Total	15	100,0
Usia		
40-50 Tahun	4	26,7
51-59 Tahun	11	73,3
Total	15	100,0

Tabel. 1 menunjukkan bahwa dari 15 responden, 10 Perempuan, atau 66,6%, dan 11 laki-laki, atau 33,3%, berusia 51-59 tahun.

Beberapa faktor dapat menyebabkan gula darah meningkat, seperti usia, jenis kelamin, kurang berolah raga, bertambahnya jumlah makanan yang dikonsumsi, meningkatnya stres, dan efek pengobatan atau penggunaan steroid.

Hal ini sejalan dengan teori LeMone, Priscilla. (2016), yang menyatakan bahwa diabetes meningkat seiring usia, terutama pada orang berusia lebih dari empat puluh tahun. Ini karena pada usia ini intoleransi sel pankreas terhadap produksi insulin meningkat (sunjaya dalam Endriyanto, Hasneli, & Dewi, 2013). DM tipe 2 biasanya didiagnosis pada orang dewasa dan orang-orang dari suku tertentu. Ini adalah jenis DM yang tidak bergantung pada insulin dan biasanya didiagnosis pada orang dewasa berusia lebih dari empat puluh tahun.

Tabel 2.

Hasil Uji Beda Tingkat Pengetahuan sebelum dan sesudah Edukasi

Pengetahuan	Pre test	Post test
	%	%
Baik	10,9	95,5
Cukup	15,6	4,5
Kurang	73,5	0
Jumlah	15 (100%)	

Berdasarkan tabel. 2 Hasil pre-test tentang perawatan dan senam kaki bagi penderita diabetes mellitus sebagian besar pada tingkat pengetahuan kurang, yaitu 73,5%, dan hasil post-test pada tingkat pengetahuan baik, yaitu 95,5%, menurut tabel 2. Hasil evaluasi menunjukkan bahwa penyuluhan membantu meningkatkan pengetahuan.

Ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Yolanda Septia Fajri pada tahun 2017 berjudul "Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Pengetahuan dan Sikap Dalam Pencegahan Hipoglikemia Pada Pasien Diabetes Mellitus Di Puskesmas Andalas". Hasilnya menunjukkan bahwa ada pengaruh pemberian pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan dan sikap dalam pencegahan hipoglikemia pada pasien diabetes mellitus, dengan p-value 0,000 ($p \leq 0,05$). Pendidikan kesehatan telah meningkatkan pengetahuan pasien diabetes melitus, meningkatkan keyakinan mereka terhadap diabetes.

Tatalaksana menyeluruh diperlukan untuk penderita diabetes melitus dengan kadar glukosa darah yang tidak terkontrol untuk mencegah komplikasi. Menurut Perkeni (2019), ada lima pilar utama dalam pengobatan diabetes melitus: pendidikan, terapi nutrisi medis, latihan fisik, terapi farmakologis, dan pemantauan glukosa darah mandiri (Soelistijo et al., 2019). Tidak hanya materi pendidikan tingkat awal dan tingkat lanjutan, tetapi juga instruksi tentang perawatan kaki.

Mereka yang mendapatkan perawatan kaki pada diabetes harus melakukan apa yang disarankan dokter dan mematuhi. Pendidikan adalah komponen yang mempengaruhi kepatuhan. Pendidikan yang buruk menyebabkan pengetahuan yang rendah, yang pada gilirannya menyebabkan kurangnya kesadaran tentang pengobatan, yang pada gilirannya akan menyebabkan komplikasi (Maulida & Hermino, 2020).

Edukasi kesehatan diharapkan dapat memengaruhi perilaku mitra, termasuk perubahan pengetahuan. Dengan memberikan pembelajaran kepada responden, terjadi perubahan dari yang belum mengetahui menjadi mengetahui dan dari yang belum memahami menjadi memahami. Tujuan dari edukasi kesehatan adalah untuk meningkatkan kesadaran peserta tentang pentingnya melakukan aktivitas fisik setiap hari, terutama bagi penderita diabetes melitus dan anggota masyarakat Tomang yang berisiko terkena diabetes melitus. Target jangka pendek kegiatan ini adalah untuk meningkatkan kesadaran peserta edukasi kesehatan akan pentingnya berolahraga dan melakukan aktivitas fisik setiap hari. Manfaat kegiatan untuk mitra, yang berarti peserta didik dapat melakukannya sendiri berolahraga serta aktivitas fisik yang baik dalam kehidupan sehari-hari. Target jangka panjang adalah menurunkan angka kejadian diabetes melitus serta komplikasinya.

KESIMPULAN

Pelaksanaan Pengabdian Masyarakat (PKM) dilaksanakan di Wilayah kerja Puskesmas X pada pasien rawat jalan DM. Partisipasi dan dukungan dari masyarakat cukup tinggi sehingga berjalan dengan baik dan lancar. Program yang telah dilaksanakan semoga bermanfaat baik pasien rawat jalan serta Masyarakat yang ikut berpartisipasi terutama dalam mengendalikan kadar gula darah yang baik.

Berdasarkan pengabdian ini dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh pendidikan kesehatan terhadap perilaku pasien diabetes mellitus. Oleh karena itu pendidikan kesehatan menjadi hal yang sangat penting dalam upaya pencegahan peningkatan kualitas hidup dan pengendalian kadar gula darah yang baik

DAFTAR PUSTAKA

- ADA (American Diabetes Association). (2020). Classification and diagnosis of diabetes: Standards of Medical Care in Diabetes-2020. *Diabetes Care*, 43(January), S14-S31 <https://doi.org/10.2337/dc20-S002>
- Dinkes Kota Bengkulu. (2023). Profil Dinas Kesehatan Kota Bengkulu 2022. Bengkulu : Dinas Kesehatan Kota Bengkulu.
- Dinkes Provinsi Bengkulu. (2023). Profil Kesehatan Provinsi Bengkulu 2022. Bengkulu : Dinas Kesehatan Provinsi Bengkulu
- Hasbullah dkk. (2020). Pengaruh Senam Terhadap Penurunan Kadar gula darah sewaktu pada Pasien Diabetes Mellitus. *Jurnal Media Keperawatan: Politeknik Kesehatan Makassar*. <http://journal.poltekkesmks.ac.id/ojs2/index.php/mediakeperawatan/article/view/1763/pdf>
- Hugeng Maya, & Santos Y. (2017). *Merdeka Diabetes*. Jakarta : Penerbit Bhuana Ilmu Populer.
- IDF. (2017). *International Diabetes Federation Diabetes Atlas 8th*.
- Lewis, S. L., Bucher, L., Heitkemper, M. M., Harding, M. M., Kwong, J., & Roberts, D. (2016). *Medical- Surgical Nursing-E-Book: Assessment and Management of Clinical Problems, Single Volume*. Elsevier Health Sciences
- Malkawi AM. 2012. The effectiveness of physical activity in preventing type 2 diabetes in high risk individuals using well-structure d interventions: asystematicreview. *Journal of Diabetology*. 2012; 1(2):1-7.

- Putri NHK, Isfandiari MA. (2013). Hubungan empat pilar pengendalian dm tipe 2 dengan rerata kadar gula darah. *Journal Universitas Airlangga*. 2(1):234-43.
- Ratnawati, D. I., & Insiyah, I. (2017). Pengaruh Senam Kaki Terhadap Penurunan Resiko Neuropati Perifer Dengan Skor Diabetic Neuropathy Examination Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Di Puskesmas Sibela Kota Surakarta. (Jkg) *Jurnal Keperawatan Global*, 2(2), 86–90. <https://doi.org/10.37341/jkg.v2i2.37>
- Seid, A., & Tsige, Y. (2015). Knowledge, Practice, and Barriers of Foot Care among Diabetic Patients Attending Felege Hiwot Referral Hospital, Bahir Dar, Northwest Ethiopia. *Advances in Nursing*