

Mengenal Penyakit Diabetes Melitus di Dusun Lonrae Desa Nepo Kecamatan Polewali Kabupaten Polewali Mandar

Ade Kartikasari Sebba¹, Sri Agusty Putri², Wardawati³, Ahmad rifai⁴

^{1,2,3,4} Prodi Studi S1 Kesehatan Masyarakat, STIKES Bina Bangsa Majene

e-mail : adesebba@gmail.com

Abstrak

Diabetes Melitus (DM) saat ini menjadi salah satu ancaman kesehatan global karena kecenderungan angka insidensi dan prevalensi DM yang terus meningkat. Di Indonesia, kasus diabetes mencapai 1,7% pada 2023 dan menurut tipenya yang terbanyak adalah diabetes tipe 2 dan lebih banyak dialami penderita lansia. Sebanyak 2/3 orang dengan diabetes di Indonesia tidak mengetahui dirinya memiliki diabetes, dan berpotensi untuk mengakses layanan kesehatan dalam kondisi terlambat. Oleh karena itu, pendekatan berbasis masyarakat yaitu dengan upaya promotif kepada masyarakat untuk mengenali penyakit DM saat ini menjadi prioritas. Tujuan pengabdian untuk meningkatkan pengetahuan tentang diabetes melitus melalui kegiatan sosialisasi. Kegiatan pengabdian dilakukan secara tatap muka. Penyuluhan dengan metode ceramah menggunakan *power point* dilanjutkan dengan tanya jawab tentang penyakit DM sebagai evaluasi dari pengabdian. Hasil pengabdian menunjukkan bahwa kegiatan pengabdian berjalan dengan baik. Dari monitoring dan evaluasi terlihat bahwa pelaksanaan penyuluhan berjalan sebagaimana yang diharapkan dimana peserta antusias menjawab pertanyaan yang diajukan pemateri dan hampir sebagian besar peserta aktif melontarkan pertanyaan. Masyarakat yang sebelumnya tidak memahami tentang DM namun dengan penyuluhan yang dilakukan, masyarakat mulai mengenali apa itu DM dan bagaimana pencegahannya. Saran dari kegiatan ini, diharapkan kegiatan *updating knowledge* di masyarakat mengenai kesehatan bisa secara rutin terus terlaksana agar masyarakat sadar akan pentingnya kesehatan.

Kata kunci: diabetes melitus, penyuluhan Kesehatan, pencegahan

Abstract

Diabetes Mellitus (DM) is currently a global health threat because the incidence and prevalence of DM continue to increase. In Indonesia, diabetes cases will reach 1.7% in 2023 and according to type, the most common type is type 2 diabetes which is more common in elderly patients. As many as 2/3 of people with diabetes in Indonesia do not know they have diabetes, and have the potential to access health services too late. Therefore, a community-based approach, namely promotional efforts to recognize DM disease, is currently a priority. The service aims to increase knowledge about diabetes mellitus through outreach activities. Service activities are carried out face-to-face. Extension using the lecture method PowerPoint followed by questions and answers about DM disease as an evaluation of service. The results of the service show that the service activities went well. From monitoring and evaluation, it can be seen that the implementation of the counseling went as expected, with participants enthusiastically answering questions asked by the presenters and almost the majority of participants actively asking questions. People previously did not understand about diabetes mellitus. Still, with the education carried out by the community, they began to recognize what DM was and how to prevent it. Suggestions from this activity, it is hoped that the activity updating knowledge in the community regarding health can continue to be carried out routinely so that people are aware of the importance of health.

Keywords: Diabetes Mellitus, Health Education, prevention

PENDAHULUAN

Diabetes melitus merupakan penyakit metabolik yang ditandai dengan adanya kenaikan gula darah disebabkan oleh terganggunya hormon insulin yang memiliki fungsi untuk menjaga homeostasis tubuh dengan cara menurunkan kadar gula dalam darah. Diabetes merupakan salah satu dari empat prioritas Penyakit Tidak Menular dan merupakan penyebab utama terjadinya kebutaan, serangan jantung, stroke, gagal ginjal dan amputasi kaki. Sebanyak 80% kejadian Diabetes dapat dicegah sehingga perlu dilakukan upaya pencegahan dari sekarang. Dengan tatalaksana pengobatan yang optimum, diabetes dapat dikontrol dan orang dengan diabetes dapat berumur panjang dan hidup sehat (Perkeni, 2021).

Diabetes Melitus saat ini menjadi salah satu ancaman Kesehatan global, karena kecenderungan angka insidensi dan prevalensi DM yang terus meningkat. Data di dunia menjelaskan bahwa pada tahun 2015 sebanyak 415 juta jiwa menderita diabetes dan diperkirakan pada tahun 2040 akan meningkat menjadi 642 juta jiwa. Dengan kata lain, 1 dari 11 orang dewasa menderita diabetes di tahun 2015 dan diperkirakan 1 dari 10 orang dewasa akan menderita diabetes di tahun 2040. Persentase penderita diabetes yang tidak terdiagnosis (45%), yang sebagian besar adalah penderita diabetes tipe 2 (Magliano DJ, Boyko EJ, 2021).

Prevalensi diabetes global pada tahun 2019 diperkirakan sebesar 9,3% (463 juta orang), meningkat menjadi 10,2% (578 juta) pada tahun 2030 dan 10,9% (700 juta) pada tahun 2045. Prevalensi lebih tinggi di daerah perkotaan (10,8%) daripada daerah pedesaan (7,2%), dan di negara-negara berpendapatan tinggi (10,4%) daripada negara-negara berpendapatan rendah (4,0%). Satu dari dua (50,1%) orang yang hidup dengan diabetes tidak tahu bahwa mereka menderita diabetes (Saeedi P, Petersohn I, *et al*, 2019). Sedangkan menurut Magliano DJ, Boyko EJ, 2021 mengungkapkan bahwa diperkirakan 537 juta orang menderita diabetes, dan angka ini diproyeksikan mencapai 643 juta pada tahun 2030, dan 783 juta pada tahun 2045.

Pada tahun 2015, Indonesia menempati peringkat ke tujuh dunia di dunia untuk prevalensi penderita diabetes tertinggi di dunia bersama dengan China, India, Amerika Serikat, Brazil, Rusia dan Meksiko dengan jumlah estimasi orang dengan diabetes sebesar 10 juta (IDF Atlas 2015). Data RISKESDAS, 2018 menjelaskan prevalensi DM secara Nasional adalah 8,5 persen atau sekitar 20,4 juta orang Indonesia terdiagnosis DM (Riskesdas, 2018).

Laporan *Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023* dari Kementerian Kesehatan (Kemenkes) menunjukkan, prevalensi DM pada semua usia penduduk Indonesia mencapai 1,7% pada 2023. Menurut tipenya, terbanyak adalah diabetes tipe 2 sebanyak 50,2% dari total sampel (n) tertimbang sebesar 14.935 orang. Jenis tersebut lebih banyak dialami penderita lansia, yakni 65-74 tahun sebesar 52,5%; 55-64 tahun sebesar 51,8%; dan 75 tahun ke atas sebesar 50,8% (Erlina F.S.,2024). Sebanyak 2/3 orang dengan diabetes di Indonesia tidak mengetahui dirinya memiliki diabetes, dan berpotensi untuk mengakses layanan kesehatan dalam kondisi terlambat (sudah dengan komplikasi) (Kementerian Kesehatan, 2016).

Terdapat beberapa faktor yang menjadi penyebab tingginya kasus diabetes melitus di masyarakat beserta komplikasi yang ditimbulkannya. Faktor-faktor tersebut diantaranya adalah gejala-gejala diabetes melitus sangat bervariasi Hal inilah yang masih

belum dipahami oleh masyarakat. Gaya hidup yang tidak disadari oleh masyarakat sedangkan pengetahuan yang masih minim terkait penyakit diabetes melitus membuat masyarakat menjadi berisiko terhadap diabetes melitus serta kesadaran untuk melakukan pemeriksaan rutin/berkala ke pelayanan kesehatan mengakibatkan kejadian diabetes melitus masih tinggi.

Oleh karena itu, dalam upaya menurunkan prevalensi DM yang semakin meningkat dari tahun ke tahun, peran dari berbagai pihak terkait sangatlah diharapkan. Pentingnya edukasi kepada pasien dan keluarganya untuk memberikan pemahaman mengenai perjalanan penyakit, pencegahan dan penatalaksanaan. Pendekatan berbasis masyarakat yaitu dengan upaya promotif kepada masyarakat untuk mengenali penyakit diabetes melitus saat ini menjadi prioritas.

Dusun Lanrae merupakan salah satu dusun yang terdapat di desa Nepo Kecamatan Wonomulyo Kabupaten Polewali Mandar. Berdasarkan data yang ada di desa Nepo jumlah Kepala Keluarga (KK) di Dusun Lanrae tahun 2024 adalah sebesar 105 KK. Dari identifikasi awal dilapangan, lebih dari 50% penduduknya pendidikannya merupakan pendidikan rendah yaitu tidak sekolah sebanyak 97 orang (29,9%), tidak tamat SD/MI 57 orang (17.6%) dan tamat SD/MI sebanyak 93 orang (28.7%) dengan pekerjaan utama penduduknya adalah ibu rumah tangga dan sebagai petani.

Oleh karena itu, dengan gambaran tersebut, sangatlah penting dilakukan pemberian edukasi kesehatan yaitu tentang diabetes melitus di dusun Lanrae Desa nepo Kecamatan Wonomulyo, sehingga masyarakat dapat meningkatkan pengetahuannya tentang diabetes dan bagaimana pencegahannya.

METODE

Kegiatan pengabdian dilakukan dengan observasi langsung ke Masyarakat. Adapun tahapan dalam kegiatan pengabdian ini yaitu: survey awal dan identifikasi kondisi lokasi. Adapun persiapan yang dilakukan pada kegiatan pengabdian ini yaitu: kesiapan pemerintah desa untuk menerima tim pengabdian, kesiapan fasilitas yang mendukung kegiatan, kesepakatan waktu pelaksanaan dan penyusunan materi penyuluhan dari tim pengabdi. Metode penyuluhan yang digunakan yaitu metode ceramah menggunakan *power point* dilanjutkan dengan diskusi dan tanya jawab tentang penyakit diabetes melitus. Promosi Kesehatan merupakan bentuk pendidikan kesehatan dan intervensi yang dirancang untuk memudahkan perubahan perilaku dan lingkungan yang kondusif bagi lingkungan (Mustikawati et al., 2021). Metode tanya jawab digunakan oleh tim pengabdian sebagai evaluasi. Jadi, tim pengabdian mengajukan pertanyaan kepada masyarakat mengenai materi yang telah di paparkan untuk mengetahui sejauh mana masyarakat memahami dan mengenali penyakit diabetes melitus.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Gambaran Pelaksanaan Kegiatan

Pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat dengan judul “*Mengenal Penyakit Diabetes Melitus*” bertujuan untuk mengedukasi masyarakat di wilayah dusun Lanrae Desa Nepo selaku mitra dalam pengabdian ini bertujuan agar masyarakat dapat memahami tentang penyakit diabetes melitus. Sebelum dilakukan sosialisasi, tim PKM melakukan diskusi bersama dengan mitra tentang permasalahan yang dihadapi untuk mencari solusi. Tim PKM menyampaikan langkah-langkah yang akan dilaksanakan sebagai realisasi dari solusi permasalahan mitra. Tim PKM dan mitra kemudian menyepakati waktu dan tempat pelaksanaan pelatihan dan pendampingan tersebut.

Pemberian sosialisasi dilaksanakan di rumah kepala Dusun Lanrae dengan jumlah peserta penyuluhan sebanyak 29 peserta diantaranya masyarakat Dusun Lanrae sebanyak 14 peserta dan mahasiswa sebanyak 15 peserta. Kegiatan dilakukan pada hari Sabtu tanggal 3 Agustus Tahun 2024. Adapun materi yang disampaikan diantaranya: besaran masalah diabetes melitus sehingga menjawab mengapa kita penting untuk mengenali penyakit tersebut, apa itu diabetes melitus, gejala diabetes melitus, kadar gula darah normal, faktor risiko diabetes melitus, bahaya gula darah yang tidak terkontrol dan terakhir bagaimana pencegahan penyakit diabetes melitus.

Sosialisasi berjalan dengan interaktif, pemateri dari tim pengabdian seringkali memberikan pertanyaan kepada peserta sosialisasi untuk mengetahui sejauh mana mereka mengenal penyakit diabetes melitus ini yang umumnya dikenal dengan istilah penyakit “Kencing Manis atau Penyakit Gula” di masyarakat. Melalui kegiatan ini diketahui hanya sebagian kecil masyarakat yang mengenali apa itu penyakit DM, gejala, penyebab/ faktor risiko dan bagaimana pencegahannya. Namun setelah dilakukan penyuluhan, masyarakat mulai mengenali sebagian besar tentang DM, baik itu definisi, gejala, faktor risiko dan bagaimana pencegahan diabetes melitus.

Pendekatan berbasis masyarakat yaitu dengan upaya promotif kepada masyarakat untuk mengenali penyakit diabetes melitus saat ini menjadi prioritas. Dengan pengetahuan yang baik tentang diabetes oleh Masyarakat, sehingga diharapkan dapat mencegah terjadinya penyakit diabetes di Masyarakat. Penemuan yang sama oleh Felicia Angelina & Velma Herwanto (2022) dengan menggunakan uji *chi-square* didapatkan hubungan yang signifikan antara pengetahuan dengan sikap dan perilaku pencegahan diabetes melitus. Hasil yang sama juga dikemukakan oleh Suaib dkk, (2024) yang menunjukkan kegiatan edukasi dalam suatu pengabdian dapat meningkatkan pengetahuan peserta penyuluhan tentang diabetes melitus sehingga akan mempengaruhi perilaku masyarakat dalam pencegahan diabetes melitus.

Adapun dokumentasi yang terekam selama proses pengabdian berlangsung di Dusun Lanrae sebagai berikut:



Monitoring dan Evaluasi

Sebagai bentuk monitoring dan evaluasi, tim pengabdian kemudian melakukan komunikasi interaktif untuk mengamati sejauh mana peserta memahami materi yang di bawaikan. Dari pemantauan dan evaluasi yang dilakukan terlihat bahwa pelaksanaan penyuluhan berjalan sebagaimana yang diharapkan dimana peserta antusias menjawab pertanyaan yang diajukan pemateri dan hampir sebagian besar peserta aktif melontarkan pertanyaan.

Kendala yang Dihadapi

Pelaksanaan kegiatan PKM ini berjalan sangat lancar dengan memberikan pengetahuan yang lebih baik bagi para peserta. Kendala yang dihadapi pada saat dilapangan adalah hampir semua peserta tidak mengenali penyakit diabetes melitus yang pencegahannya bisa dilakukan sendiri di rumah untuk menjaga kadar gula darah, kebiasaan dari mereka masih banyak yang merokok sehingga perubahan perilaku di masyarakat memang sangat diperlukan, kemudian kesadaran mereka untuk datang ke fasilitas kesehatan untuk memeriksakan kadar gula mereka sangat rendah dikarenakan kesibukan sehingga masyarakat tidak mengetahui kadar gula mereka sehingga untuk pelaksanaan pengabdian selanjutnya sangat memungkinkan agar sosialisasi dirangkaikan dengan pemeriksaan kesehatan dalam hal ini pengecekan gula darah kepada peserta sosialisasi.

SIMPULAN

Kegiatan pengabdian masyarakat dengan topik “Mengenali Penyakit Diabetes Melitus” di Dusun Lanrae Desa Nepo Kec. Polewali telah terlaksana dengan baik. Dengan adanya kegiatan ini, masyarakat mulai mengenali apa itu diabetes melitus, gejala, faktor risiko dan bagaimana pencegahannya. Sambutan masyarakat sangat baik dan mengharapkan kegiatan serupa dapat dilaksanakan secara rutin. Adapun saran dari kegiatan ini adalah diharapkan kegiatan seperti *updating knowledge* di masyarakat mengenai kesehatan bisa secara rutin terus terlaksana seperti pemeriksaan gula darah di masyarakat secara rutin dengan memanfaatkan posyandu atau posbindu perlu terus digaungkan di masyarakat agar masyarakat sadar dan mau pergi memeriksakan kesehatannya secara berkala.

DAFTAR PUSTAKA

- Erlina F.S. (2024). Diabetes Tipe 2 Paling Banyak Diderita Orang Indonesia Pada Tahun 2023. Retrieved from <https://databoks.katadata.co.id/layanan-konsumen-kesehatan/statistik/66a322ac66f68/diabetes-tipe-2-paling-banyak-diderita-orang-indonesia-pada-2023>
- Erlina F.S. (2024). Prevalensi Diabetes Indonesia Naik Jadi 11,7% pada 2023. Retrieved from <https://databoks.katadata.co.id/layanan-konsumen-kesehatan/statistik/8a95a31a9cb29b4/prevalensi-diabetes-indonesia-naik-jadi-117-pada-2023>
- Felicia Angelina, Velma Herwanto (2022). Hubungan Antara Pengetahuan Dengan Sikap Dan Perilaku Pencegahan Diabetes Mellitus Tipe-2 Pada Kelompok Usia Produktif. *Jurnal Muara Medika dan Psikologi Klinis*. Jakarta; ISSN-L 2797-8230 (Versi Elektronik) Vol 2(2):120-126
- IDF (2015). *IDF Diabetes Atlas Seven edition*: International Diabetes Federation.
- Kementerian Kesehatan (2016). *Diabetes Fakta dan Angka*. Jakarta Retrieved from <https://p2ptm.kemkes.go.id/uploads/2016/11/Diabetes-Fakta-dan-Angka.pdf>
- Kementerian Kesehatan RI (2018). *Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas)*. Jakarta
- Magliano DJ, Boyko EJ (2021). *IDF Diabetes Atlas 10th edition scientific committee* . IDF DIABETES ATLAS [Internet]. 10th edition. Brussels: International Diabetes Federation. Available from: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK581934/>

- Mustikawati, I. S., Puspitaloka, E., & Abna, I. M. (2021). Peningkatan pengetahuan dan sikap mengenai perilaku hidup bersih dan sehat melalui upaya promosi kesehatan di sekolah. *Jurnal Abdimas*, 7 (3): 228.
- PERKENI (2021). Buku Pedoman Pengelolaan dan Pencegahan Diabetes Melitus Tipe 2. di Indonesia. Jakarta <https://pbperkeni.or.id/wp-content/uploads/2021/11/22-10-21-Website-Pedoman-Pengelolaan-dan-Pencegahan-DMT2-Ebook.pdf>
- Saeedi P, Petersohn I, et.al (2019). *Global and regional diabetes prevalence estimates for 2019 and projections for 2030 and 2045: Results from the International Diabetes Federation Diabetes Atlas, 9th edition*. *Diabetes Res Clin Pract.* 2019 Nov;157:107843. doi: 10.1016/j.diabres.2019.107843. Epub 2019 Sep 10. PMID: 31518657.
- Suaib, dkk (2024). Edukasi Pencegahan Tentang Diabetes Melitus Sejak Dini: Pengabdian Masyarakat Di Desa Wonolelo Pleret Bantul. *Perawat Mengabdi (Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat)*. 3(1): 1-8 <https://journal.akperkabpurworejo.ac.id/index.php/pmkep>