

Edukasi Dalam Meningkatkan Pengetahuan Lansia (Usia Lanjut) Terhadap Kejadian Diabetes Melitus Di Desa Persiapan Kaju

Denisius Umbu Pati¹, Merlin Yohana Selly Boling²

¹ Universitas Kristen Wira Wacana Sumba, Indonesia

² Puskesmas Mahu, Indonesia

Corresponding Author

Nama Penulis: Denisius Umbu Pati

E-mail: denis@unkriswina.ac.id

Abstrak

Diabetes melitus merupakan masalah Kesehatan yang cukup serius dengan kelebihan berat badan menjadi factor resiko bagi banyak penyakit tidak menular. Oleh karena itu sangat penting dilakukan pemeriksaan secara berkala dengan melakukan pemeriksaan antropometri guna mendeteksi peningkatan indeks massa tubuh (IMT) sehingga dapat mencegah terjadinya penyakit tidak menular (PTM) akibat kelebihan berat badan. Metode yang digunakan dalam pelaksanaan kegiatan pengabdian ini adalah workshop atau pemberian materi oleh narasumber dan pemeriksaan atau screaning gula darah (gula sewaktu atau GDS) dengan sasaran pada lansia (usia lanjut) di Desa persiapan Kaju. Hasil dari pre-test pengetahuan masyarakat kurang berjumlah 15 (50%) dan cukup berjumlah 14 (46,7%) dan post-test berjumlah 10 (33,3%) dan baik berjumlah 20 (66,7%), hal ini menunjukkan ada peningkatan yang sangat signifikan terhadap pengetahuan peserta lansia. Berdasarkan hasil pemeriksaan gula darah sewaktu didapatkan hasil dua peserta memiliki Riwayat diabetes melitus. Tim pengabdian berharap penyakit diabetes melitus di desa persiapan kaju dapat dilakukan pencegahan sedini dengan pengetahuan yang ada saat ini dan masyarakat melakukan pola hidup yang sehat.

Kata kunci – Edukasi, Diabetes Melitus, Lansia

Abstract

Diabetes mellitus is a serious health problem with excess weight being a risk factor for many non-communicable diseases. Therefore, it is very important to carry out regular examinations by carrying out anthropometric examinations to detect an increase in body mass index (BMI) so as to prevent the occurrence of non-communicable diseases (NCDs) due to being overweight. The method used in implementing this service activity is a workshop or provision of material by resource persons and examination or blood sugar screening (sugar during or GDS) targeting the elderly (elderly) in the Kaju preparation village. The results of the pre-test on community knowledge were 15 (50%) poor and 14 (46.7%) adequate and 10 (33.3%) post-test and 20 (66.7%) good, this shows there was a very significant increase in the knowledge of elderly participants. Based on the results of the blood sugar examination, two participants had a history of diabetes mellitus. The community service team hopes that diabetes mellitus in Kaju Preparation Village can be prevented as early as possible with current knowledge and the community adopts a healthy lifestyle.

Keywords – Education, Diabetes mellitus, Elderly

PENDAHULUAN

Diabetes merupakan penyakit tidak menular yang serius dimana insulin tidak dapat diproduksi secara maksimal oleh pancreas. Insulin merupakan hormone dalam tubuh yang mengatur glukosa didalam darah. Insulin yang tidak mampu bekerja secara maksimal atau dengan adekuat didalam tubuh maka akan membuat kadar glukosa dalam darah tinggi. Diabetes banyak dialami pada masyarakat Indonesia dan merupakan masalah Kesehatan masyarakat secara nasional dan global (Nasution et al., 2021).

Diabetes melitus merupakan gangguan metabolic pada seseorang yang ditandai dengan adanya peningkatan kadar glukosa dalam darah atau hiperglikemia. Pancreas merupakan kelenjar penghasil insulin yang terletak pada bagian belakang lambung. Didalamnya terdapat pulau *Langerhans pancreas* yang berisi sel alpha yang menghasilkan hormone glucagon dan sel beta yang menghasilkan hormone insulin. Kedua hormone tersebut bekerja secara berlawanan, glukgon meningkatkan glukosa dalam darah sedangkan insulin bekerja mnurunkan kadar glukosa dalam darah (Saryanti & Nugraheni, 2019).

Diabetes melitus merupakan masalah Kesehatan yang cukup serius dengan kelebihan berat badan menjadi factor resiko bagi banyak penyakit tidak menular seperti penyakit kardiovaskular (terutama penyakit jantung dan stroke), gangguan mukuloskeletal, dan kanker. Oleh karena itu sangat penting dilakukan pemeriksaan secara berkala dengan melakukan pemeriksaan antropometri guna mendeteksi peningkatan indeks massa tubuh (IMT) sehingga dapat mencegah terjadinya penyakit tidak menular (PTM) akibat kelebihan berat badan. Selain melakukan pengukuran menggunakan antropometri penting juga melakukan edukasi terhadap masyarakat guna masyarakat mengenal dan memahami penyakit diabetes melitus ini sehingga masyarakat juga mengetahui bagaimana cara mengontrol penyakit diabetes melitus tersebut. Berdasarkan kejadian yang ditemukan di masyarakat banyak masyarakat yang tidak memahami penyakit diabetes melitus ini, ada masyarakat yang mempunyai Riwayat DM (diabetes melitus) tetapi masih mengkonsumsi glukosa yang sangat tinggi dan aktifitas secara fisik dilakukan dengan Bertani. Sehingga anggapan masyarakat bahwa dengan melakukan aktifitas secara fisik yaitu dengan Bertani sudah membakar kalori atau mengurangi glukosa dalam darah. Di Indonesia deteksi dini obesitas dilakukan melalui pemeriksaan antropometri yang mencakup pengukuran berat badan dan tinggi badan untuk menghitung Indeks Massa Tubuh (IMT) sasaran yang dilakukan pada kegeitian ini ialah pada usia lanjut (lansia) ≥ 45 tahun di desa persiapan Kaju kecamatan Mahu.

Pemberdayaan pada masyarakat merupakan strategi dalam konsep pembangunan yang harus dilakukan dengan berpusat pada masyarakat sebagai subyek pembangunan. Apabila melihat kondisi masyarakat yang ada saat ini desa dimana masyarakat telah terperangkap oleh kemiskinan dan keterbelakangan. Sehingga perlu ada peningkatan harkat, martabat serta pengetahuan dari masyarkaat agar masyarakat desa bisa berdaya guna dan mandiri (Pati & Sudarma, 2023). Tujuan dari pelaksanaan kegiatan pengabdian ini ialah agar meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang Diabetes Melitus (DM) dan melakukan pemeriksaan atau screaning gula darah (kadar gula sewaktu) pada lansia (usia lanjut) di Desa Persiapan Kaju.

METODE

Diabetes melitus merupakan penyakit kronis yang terjadi Ketika pancreas tidak dapat memproduksi insulin atau Ketika tubuh tidak dapat menggunakan insulin yang diproduksi secara efektif didalam darah (Setyaji et al., 2023).

Metode yang digunakan dalam pelaksanaan kegiatan pengabdian ini adalah pemberian materi oleh narasumber dan pemeriksaan atau screaning gula darah (gula sewaktu atau GDS) dengan sasaran pada lansia (usia lanjut) di Desa persiapan Kaju.

Adapun tahapan pelaksanaan kegiatan ini yakni pertama bersama tim melakukan survei lokasi yang dibutuhkan untuk mendapatkan data lansia (usia lanjut) kemudian melakukan koordinasi dengan

This work is licensed under Creative Commons Attribution License 4.0 CC-BY International license

pemerintah setempat dalam hal ini kepala desa persiapan kaju dan *stake holder* lainnya mengenai kegiatan pengabdian masyarakat dengan tema edukasi dalam meningkatkan pengetahuan lansia (usia lanjut) terhadap kejadian diabetes melitus di desa persiapan kaju.

World Health Organization (WHO) merokomendasikan bahwa strategi yang paling efektif yang harus dilakukan ialah dengan cara melakukan secara integrasi lintas sector berbasis masyarakat dimana melalui kerja sama lintas program dan lintas sector termasuk pihak swasta dan agama. Pengembangan kemitraan ini harus dari berbagai unsur dimasyrarakat dan lintas sector yang ada sehingga dapat menjangkau lapisan masyarakat sehingga masyarakat dapat mengetahui terkait Diabetes melitus dan penting dilakukan (Setyaningrum & Nissa, 2021).

Kegiatan pengabdian diawali dengan pengenalan tim pengabdian masyarakat kepada peserta lansia kemudian dilanjutkan dengan pemberian materi oleh narasumber dan dilanjutkan dengan pemeriksaan gula darah sewaktu (GDS) dan dilanjutkan dengan mengisi kuesioner *pre-test* dan *post-test* terkait diabetes melitus untuk mengukur tingkat pengetahuan terkait diabetes melitus pada lansia di desa persiapan kaju.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Workshop

Kegiatan pertama diawali dengan kegiatan workshop yang bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan peserta (lansia) sebelum diberikan materi oleh narasumber pertama dilakukan pre test kepada peserta (lansia) yang bertujuan untuk mengetahui mengecek peserta (lansia) seberapa tahunya tentang diabetes melitus. Dari hasil pre-test yang dilakukan pada kegiatan pengabdian didapatkan hasilnya sebagai berikut seperti yang terlihat pada table 1 ;

Tabel 1.

Hasil pre test pengetahuan lansia terhadap diabetes melitus		
Variabel	n	Persentase (%)
Pre test		
Kurang	15	50
Cukup	14	46,7
Baik	1	3,3
Post test		
Kurang	0	0
Cukup	10	33,3
Baik	20	66,7
Total	30	100%

Berdasarkan table 1. Pre-test Menunjukkan hasil sebelum diberikan materi oleh narasumber kepada peserta (lansia) pengetahuan dari pada masyarakat kurang berjumlah 15 (50%) dan cukup berjumlah 14 (46,7%) hal ini menunjukkan bahwa pengetahuan masyarakat tentang diabetes melitus sangat kurang sehingga dengan dilakukan pengabdian ini masyarakat sangat terbantuan sehingga masyarakat memahami bagaimana cara pencegahan diabetes melitus dan pola konsumsi dan perilaku dengan gaya hidup sehat sangat perlu. Sedangkan hasil dari post test menunjukkan ada peningkatan yang sangat signifikan dari pengetahuan peserta dengan cukup berjumlah 10 (33,3%) dan baik berjumlah 20 (66,7%) dengan hasil post test yang menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan dari pada peserta (lansia) tim berharap penyakit diabetes melitus di desa persiapan kaju dapat dilakukan pencegahan sedini mungkin.

Berdasarkan hasil pre-test dan post-test serta pengamatan di lokasi pengabdian kepada masyarakat metode penyuluhan sangat baik untuk mengedukasikan masyarakat bagaimana pola hidup yang sehat, metode ini sangat tepat dalam mengatasi permasalahan Kesehatan yang ada di

masyarakat, metode diskusi yang dilakukan adalah metode diskusi dua arah agar masyarakat tidak jenuh dengan pemberian materi, jika ada peserta (lansia) yang bingung dapat diarahkan oleh narasumber dan tim.

Skrening dan pemeriksaan gula darah sewaktu (GDS)

Kegiatan kedua adalah melakukan skrening dan pemeriksaan gula darah sewaktu (GDS) setelah peserta mendapat materi kemudia peserta diarahkan untuk melakukan pemeriksaan GDS, pertama yang dilakukan adalah melakukan pemeriksaan secara fisik yakni penimbangan berat badan, tinggi badan serta melakukan pengecekan tekanan darah, berdasarkan antropometri setelah itu dilakukan pemeriksaan gula darah sewaktu (GDS). Hal ini dilakukan untuk mengetahui dan menskrining peserta yang menderita diabetes melitus, berdasarkan hasil pemeriksaan GDS terdapat dua orang penderita diabetes melitus dengan riwayat DM sehingga tim merekomendasikan untuk melakukan pemeriksaan lanjutan ke puskesmas dan kemudian mendapatkan rekomendasi untuk melakukan pemeriksaan ke rumah sakit.



Gambar 1.

Pemberian materi kepada peserta (lansia)



Gambar 2.

Melakukan pemeriksaan GDS kepada peserta (lansia)

Berdasarkan gambar 1 dan gambar 2. Peserta sangat antusias dengan kegiatan yang dilaksanakan, pada saat pemeriksaan GDS Sebagian masyarakat takut untuk melakukan pemeriksaan karena harus diambil darahnya melalui jari tangan tetapi setelah dilakukan penjelasan yang baik dari tim maka masyarakat sangat senang dengan kegiatan yang diadakan.

KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian yang dilakukan dimasyarkaat di desa persiapan Kaju pada lansia (usia lanjut) sangat bermanfaat dann berdampak bagi lansia untuk melakukan pola hidup yang sehat serta mengkonsumsi makan yang sehat dan melakukan pencegahan dini terhadap diabetes melitus, selain itu juga meningkatkan pengetahuan peserta (lansia) pengabdian kepada masyarakat.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih juga diberikan kepada :

1. Universitas Kristen Wira Wacana Sumba yang telah mendukung dan memberikan izin untuk melakukan pengabdian kepada masyarakat di Desa Persiapan Kaju
2. Puskesmas Mahu yang telah mendukung dan memberikan tenaga medis dalam pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat.
3. Masyarakat atau peserta (lansia) di desa persiapan Kaju yang telah meluangkan waktu untuk mengikuti kegiatan pengabdian kepada masyarakat.

DAFTAR PUSTAKA

- Nasution, F., Andilala, & Siregar, A. A. (2021). FAKTOR RISIKO KEJADIAN DIABETES MELLITUS (Risk Factors for The Event of Diabetes Mellitus). *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 9(2), 94–102.
- Pati, D. U., & Sudarma, I. M. A. (2023). Nugget Moringa Oleifera Pemberdayaan Masyarakat Menggunakan Teknologi Tepat guna dalam Mengolah Hasil Ternak di Desa Kareka Nduku Selatan. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Bangsa*, 1(10), 2381–2387. <https://doi.org/10.59837/jpmba.v1i10.521>
- Saryanti, D., & Nugraheni, D. (2019). Peningkatan Pengetahuan Masyarakat Tentang Penyakit Diabetes Melitus. *JPPM (Jurnal Pengabdian Dan Pemberdayaan Masyarakat)*, 3(1), 111. <https://doi.org/10.30595/jppm.v3i1.3626>
- Setyaji, Y., Duri, I. D., Kuniasiwi, P., & Putri, N. A. (2023). Pengendalian Diabetes Melitus Melalui Edukasi Dan Pemeriksaan Kadar Gula Darah Sewaktu Di Perumahan Roto Kenongo Sewon. *Borneo Community Health Service Journal*, 3(2), 128–132. <https://doi.org/10.35334/neotyce.v3i2.4227>
- Setyaningrum, Y. I., & Nissa, C. (2021). Penyuluhan Konsumsi Pangan Lokal Untuk Penderita Diabetes Melitus Di Desa Dilem, Kepanjen, Malang. *Kumawula: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 3(3), 435. <https://doi.org/10.24198/kumawula.v3i3.28025>