

# PENYULUHAN, SKRINING, DAN KONSULTASI PENYAKIT DIABETES MELLITUS DI DESA SAMBIREJO, KABUPATEN KEDIRI

---

**Ekawati Sutikno<sup>#\*</sup>, Destya Ika Sriwardani<sup>#</sup>, Rio Altha Reyzando<sup>#</sup>**

*#D3 Teknologi Laboratorium Medis, Institut Ilmu Kesehatan Bhakti Wiyata Kediri*

`ekawati.sutikno@iik.ac.id`

## ABSTRAK

Latar Belakang: Diabetes melitus (DM) menjadi ancaman serius bagi kesehatan manusia pada abad ke-21. Jumlah penderita DM mencapai 422 juta orang di dunia pada tahun 2014. Sebagian besar dari penderita tersebut berada di negara berkembang. Indonesia sebagai salah satu negara berkembang memiliki jumlah penderita yang cukup tinggi (WHO, 2016). Bagi penderita DM penting untuk mematuhi serangkaian pemeriksaan seperti pengontrolan gula darah. Bila kepatuhan dalam pengontrolan gula darah pada penderita DM rendah maka bisa menyebabkan tidak terkontrolnya kadar gula darah yang akan menyebabkan komplikasi. Mematuhi pengontrolan gula darah pada DM merupakan tantangan yang besar supaya tidak terjadi keluhan subyektif yang mengarah pada kejadian komplikasi. Tujuan : Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan dengan tujuan untuk meningkatkan kesadaran masyarakat untuk pengontrolan gula darah secara berkala. Metode Pelaksanaan : Kegiatan ini diikuti oleh 75 peserta masyarakat di desa sambirejo kabupaten kediri. Bentuk kegiatan adalah melakukan penyuluhan dengan pembagian leaflet kepada masyarakat, pemeriksaan gula darah dan konsultasi mengenai penyakit Diabetes Mellitus secara gratis. Hasil : Dari hasil pemeriksaan didapatkan 45,3% dari 75 peserta hasil pemeriksaan gula darahnya melebihi harga normal. Menurut Depkes RI harga normal pemeriksaan gula darah sewaktu adalah < 200 mg/ dl, kadar gula puasa < 126 mg/dl, sedangkan gula darah post prandial < 200 mg/dl, apabila gula darah lebih dari 200 mg/dl ditambah empat gejala khas yaitu banyak makan, sering kencing, sering haus dan berat badan turun, maka seorang dapat dikategorikan menderita diabetes. Kesimpulan: Terjadi peningkatan pengetahuan masyarakat tentang penyakit diabetes, cara pencegahan, serta mengetahui pola hidup sehat bagi penderita diabetes. Selain itu dengan adanya pemeriksaan dan konsultasi kesehatan, diharapkan masyarakat akan lebih memahami kondisi kesehatan dan pentingnya menjaga kesehatan sehingga dapat dijadikan acuan untuk menjalani pola hidup sehat.

**Kata Kunci** : Diabetes Mellitus, Penyuluhan, Skrining

---

## 1. PENDAHULUAN

Diabetes melitus (DM) menjadi ancaman serius bagi kesehatan manusia pada abad ke-21. Jumlah penderita DM mencapai 422 juta orang di dunia pada tahun 2014. Sebagian besar dari penderita tersebut berada di negara berkembang. Indonesia sebagai salah satu negara berkembang memiliki jumlah penderita yang cukup tinggi (WHO, 2016). Menurut International Diabetes Federation (2014), angka penyandang DM di Indonesia menempati peringkat ke-5 di dunia. Jumlah absolut penderita DM di Indonesia diperkirakan mencapai 12 juta orang (Riskesdas, 2013).

Penyakit kronis seperti DM sangat rentan terhadap gangguan fungsi yang bisa menyebabkan kegagalan pada organ mata, ginjal, saraf, jantung dan pembuluh darah. Gangguan fungsi yang terjadi karena adanya gangguan sekresi insulin dan gangguan kerja insulin maupun keduanya. Menurut International Diabetes Federation-7 tahun 2015, dalam metabolisme tubuh hormon insulin bertanggung jawab dalam mengatur

kadar glukosa darah. Hormon ini diproduksi dalam pankreas kemudian dikeluarkan untuk digunakan sebagai sumber energi. Apabila di dalam tubuh kekurangan hormone insulin maka dapat menyebabkan hiperglikemi (IDF, 2015).

Penyandang DM juga memiliki risiko timbulnya penyakit. Penyakit yang timbul pada penderita DM misalnya penyakit jantung koroner. Orang dengan DM memiliki risiko dua kali lebih besar mengalami jantung koroner, lebih rentan menderita gangrene sebesar lima kali, tujuh kali lebih rentan mengidap gagal ginjal, dan 25 kali lebih rentan mengalami kerusakan retina yang mengakibatkan kebutaan pada penyandang DM tipe 2 daripada pasien non DM (Waspadji, 2007). Komplikasi yang terjadi pada penderita DM mengakibatkan terjadinya angka kematian dan angka kesakitan bukan hiperglikemi (Pernama, 2013). Diabetes melitus biasa disebut dengan penyakit yang mematikan karena menyerang semua organ tubuh dan menimbulkan keluhan. Keluhan pada penderita DM disebabkan oleh banyak hal diantaranya karakteristik individu meliputi jenis kelamin, umur, tingkat pendidikan, jenis pekerjaan, pendapatan, jumlah anggota keluarga, riwayat penyakit dan dapat dipengaruhi juga dengan faktor penanganan yang meliputi diet, aktivitas fisik, terapi obat, dan pemantauan glukosa darah (Trisnawati, 2013).

Bagi penderita DM penting untuk mematuhi serangkaian pemeriksaan seperti pengontrolan gula darah. Bila kepatuhan dalam pengontrolan gula darah pada penderita DM rendah maka bisa menyebabkan tidak terkontrolnya kadar gula darah yang akan menyebabkan komplikasi. Mematuhi pengontrolan gula darah pada DM merupakan tantangan yang besar supaya tidak terjadi keluhan subyektif yang mengarah pada kejadian komplikasi. Diabetes melitus apabila tidak tertangani secara benar, maka dapat mengakibatkan berbagai macam komplikasi. Ada dua komplikasi pada DM yaitu komplikasi akut dan komplikasi kronik. Komplikasi kronik terdiri dari komplikasi makrovaskuler dan komplikasi mikrovaskuler. Penyakit jantung koroner, penyakit pembuluh darah otak, dan penyakit pembuluh darah perifer merupakan jenis komplikasi makrovaskular, retinopati, nefropati, dan neuropati merupakan jenis komplikasi mikrovaskuler (Latifah, 2017)

Dari uraian diatas perlu dilakukan tindakan nyata berupa penyuluhan tentang pola hidup sehat. Selain itu konsultasi kesehatan juga perlu dilakukan untuk mendapatkan informasi tentang gaya hidup serta pola makan untuk penderita diabetes dan usaha apa yang dapat dilakukan untuk mencegah dan mengobati diabetes mellitus, juga perlunya pemeriksaan penunjang seperti pemeriksaan gula darah untuk memantau penyakit atau untuk mengetahui kondisi kesehatan. Dari kegiatan ini diharapkan akan bermfaat bagi masyarakat baik untuk meningkatkan pengetahuan akan pentingnya pola hidup sehat dalam mencegah penyakit diabetes mellitus, dan dapat dijadikan sebagai strategi untuk mencegah timbulnya komplikasi.

## **2. METODE PELAKSANAAN**

### **2.1. Lokasi dan Waktu pelaksanaan**

Lokasi pelaksanaan pengabdian masyarakat di Desa Sambirejo, Kabupaten Kediri. Pelaksanaan dilakukan selama satu hari.

### **2.2. Bentuk Kegiatan**

Penyuluhan dan Konsultasi Penyakit Diabetes, Serta Pemeriksaan Gula Darah di Desa Sambirejo, Kabupaten Kediri dibagi menjadi beberapa sesi pelaksanaan:

1. Penyusunan media penyuluhan berupa leaflet
2. Penyuluhan *“Pola hidup untuk penderita diabetes dan cara pencegahan”*

Penyuluhan dilakukan dengan menggunakan alat bantu berupa leaflet. Penyuluhan dilakukan selama ± 15 menit dan dilanjutkan dengan sesi tanya jawab.

3. Pemeriksaan gula darah  
Dilakukan dengan menggunakan alat Quick Check. Pemeriksaan diikuti oleh seluruh peserta penyuluhan.
4. Konsultasi kesehatan  
Konsultasi kesehatan yang dilakukan meliputi hasil cek gula darah dan juga pola hidup yang berkaitan dengan hasil cek gula darah agar peserta semakin paham pentingnya pola hidup sehat.

### 2.3. Instrumen yang Digunakan

Instrumen yang digunakan dalam pengabdian masyarakat Penyuluhan dan Konsultasi Penyakit Diabetes, Serta Pemeriksaan Gula Darah di Desa Sambirejo, Kabupaten Kediri adalah sebagai berikut:

1. Media yang digunakan dalam kegiatan penyuluhan berupa leaflet. Berikut ini disajikan isi dari leaflet yang digunakan :
2. Pemeriksaan glukosa darah menggunakan alat Quick Check yang disposable serta menggunakan alat pelindung diri dan menerapkan pasien safety.

## 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Jumlah peserta dalam kegiatan ini adalah sebanyak 75 orang warga yang kurang mampu. Sebelum dilakukan pemeriksaan gula darah, dilakukan penyuluhan menggunakan media leaflet. Dengan harapan dari kegiatan tersebut dapat meningkatkan pengetahuan dan pemahaman peserta penyuluhan yang nantinya dapat digunakan dalam kehidupan sehari-hari. Materi yang disampaikan dalam penyuluhan tersebut adalah tentang gejala dan tanda diabetes, cara pencegahan, tips diet bagi penderita diabetes, serta pentingnya pemeriksaan rutin gula darah untuk mendeteksi penyakit diabetes sedini mungkin.

Dari 75 orang peserta yang dibagi dalam kelompok usia, 45,3% peserta mengalami diabetes, dengan kadar gula darah yang bervariasi. Orang dikatakan diabetes apabila kadar gula darah normalnya lebih dari 120 mg/dl. Berikut disajikan data mengenai hasil pemeriksaan gula darah berdasarkan kelompok umur :

**Tabel 1.** Hasil Pemeriksaan Gula Darah Berdasarkan Kelompok Umur

No	Kategori usia	Umur	Hasil	
			Normal	Diabetes
1.	Masa dewasa Akhir	36-45 tahun	21	4
2.	Masa Lansia	46-65 tahun	11	14
3.	Masa Manula	65 lebih	9	16

Dari hasil pemeriksaan didapatkan 45,3% dari 75 peserta hasil pemeriksaan gula darahnya melebihi harga normal. Menurut Depkes RI harga normal pemeriksaan gula darah sewaktu adalah < 200 mg/ dl, kadar gula puasa < 126 mg/dl, sedangkan gula darah post prandial < 200 mg/dl, apabila gula darah lebih dari 200 mg/dl ditambah empat gejala khas yaitu banyak makan, sering kencing, sering haus dan berat badan turun, maka seorang dapat dikategorikan menderita diabetes.

Rencana tahapan selanjutnya sebagai tindak lanjut dari kegiatan ini adalah, mendesiminasikan hasil yang didapat kepada masyarakat luas, desiminasi hasil

dilakukan melalui pemasangan poster-poster yang berkaitan dengan pola hidup sehat bagi penderita diabetes dan cara pencegahannya. Serta berkoordinasi dengan puskesmas setempat untuk melakukan lebih banyak kegiatan sosialisasi dan kontrol terhadap penderita diabetes dan masyarakat yang beresiko terkena diabetes. Dengan kegiatan ini diharapkan terjadinya perubahan gaya hidup, yang mengarah ke pola hidup sehat dan peningkatan pengetahuan masyarakat tentang pencegahan dan penatalaksanaan diabetes mellitus.



**Gambar 1.** Pemeriksaan gratis dalam rangka pengabdian masyarakat

#### **4. KESIMPULAN DAN SARAN**

Hasil dari kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah meningkatnya pengetahuan masyarakat tentang penyakit diabetes, cara pencegahan, serta mengetahui pola hidup sehat bagi penderita diabetes. Selain itu dengan adanya pemeriksaan dan konsultasi kesehatan, diharapkan masyarakat akan lebih memahami kondisi kesehatan dan pentingnya menjaga kesehatan sehingga dapat dijadikan acuan untuk menjalani pola hidup sehat.

Saran yang dapat disampaikan adalah sebaiknya lebih banyak lagi kegiatan pengabdian masyarakat, baik dalam bentuk penyuluhan maupun pemeriksaan kesehatan yang dapat menjangkau masyarakat yang lebih luas sehingga nantinya dapat meningkatkan kesadaran serta menumbuhkan semangat hidup sehat.

#### **5. UCAPAN TERIMA KASIH**

Penulis mengucapkan terima kasih kepada pihak kelurahan Sambirejo, Kediri atas penyediaan lokasi pelaksanaan kegiatan ini dan Yayasan Bhakti Wiyata Kediri atas dukungan pendanaan sehingga kegiatan ini dapat terlaksana dengan baik.

#### **6. DAFTAR PUSTAKA**

- International Diabetes Federation (IDF). 2012. Global Guideline for Type 2 Diabetes. Jurnal online [diunduh 18 Desember 2018]. Tersedia dari: <http://www.idf.org>.
- Lathifah, N.L. 2017. *Hubungan Antara Karakteristik Penderita, Durasi Penyakit, Keteraturan Periksa, dan Kadar Gula Darah dengan Keluhan Subjektif Pada Penderita Diabetes Mellitus Tipe 2*. Skripsi. Surabaya, Universitas Airlangga.
- Purnamasari, D., 2009. *Diagnosis dan Klasifikasi Diabetes Mellitus*. In: Sudoyo, Aru W., Bambang Setyohadi, Idrus Alwi, Marcellus Simadibrata, Siti Setiati. Buku Ajar Ilmu Penyakit Dalam Jilid III Ed 5. Jakarta: Interna Publishing. 1880-1883

- Riskesdas. 2013. *Badan penelitian dan pengembangan kesehatan kementerian RI tahun 2013*. Jakarta: Riskesdas.
- Trisnawati, S.K., Setyorogo, S. 2013. *Faktor risiko Kejadian diabetes melitus tipe II di puskesmas kecamatan cengkareng Jakarta Barat Tahun 2012*. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 5(1), pp. 6-11. [http://www.academia.edu/download/40771315/jurnal\\_kesehatan\\_DM\\_epid\\_non.PDF](http://www.academia.edu/download/40771315/jurnal_kesehatan_DM_epid_non.PDF). [Sitasi: 18 Desember 2017].
- Waspadji, S, 2007, *Penatalaksanaan DM terpadu, Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia*, Jakarta
- Tanaman Obat. Jakarta: Penebar Swadaya.