

EDUKASI MASYARAKAT TENTANG DIABETES MELLITUS DI PADOKAN KIDUL DESA TIRTONIRMOLO KASIHAN BANTUL

Solikhah Solikhah

Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Ahmad Dahlan, Yogyakarta
Jalan Prof. Soepomo Janturan Warungboto, Yogyakarta, 55164
e-mail: solikhah@ikm.uad.ac.id

Abstrak

Penyakit diabetes melitus (DM) masih menjadi masalah kesehatan masyarakat di seluruh dunia termasuk di Indonesia. Sementara itu prevalensi penderita DM di Bantul menempati peringkat tertinggi dari 10 penyakit yang telah dirilis oleh dinas kesehatan Kabupaten Bantul 2019. Tujuan dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah untuk meningkatkan kesadaran mereka dalam mencegah penyakit khususnya penyakit DM. Metode yang dilakukan dengan tiga tahapan yaitu: identifikasi masalah dengan brainstorming di masyarakat, melakukan ceramah dan menyebarkan poster tentang penyakit DM, dan yang terakhir melakukan evaluasi program kegiatan tersebut. Pelaksanaan kegiatan dimulai tanggal 3-5 Mei 2021 di Padokan Kidul Desa Tirtonirmolo Bantul. Sebanyak 75% masyarakat memahami tentang faktor risiko penyakit DM, meskipun hanya 58% yang melakukan cek kesehatan secara rutin. Hasil dari kegiatan ini adalah kegiatan dari awal sampai akhir dalam pengabdian kepada masyarakat didukung sepenuhnya oleh masyarakat, tokoh masyarakat serta pamong desa. Diharapkan pengabdian kepada masyarakat dengan model seperti ini dapat meningkatkan kesadaran penderita DM agar dapat menerapkan gerakan hidup sehat sehingga kualitas hidup penderita DM meningkat.

Kata Kunci: pencegahan diabetes mellitus, penyuluhan, Padokan Kidul

Abstract

Diabetes mellitus (DM) remains a public health problem worldwide including in Indonesia. While the prevalence of DM in Bantul regency ranked the highest of the 10 diseases that have been released by the health district officer in Bantul in 2019. The aimed in the community service activity was to increase their awareness in preventing diseases, especially DM. The method is carried out in three stages, namely: identifying problems with brainstorming in the community, conducting lectures and distributing posters about DM disease, and finally evaluating the program of activities. The activity started on 3-5 May 2021 in Padokan Kidul, Tirtonirmolo Village, Bantul. As many as 75% of the people understood about the risk factors for DM, although only 58% had routine health checks. Our results were activities from beginning to end in community service that are fully supported by the community, community leaders and village officials. It is hoped that community service with a model like this can increase the awareness of DM sufferers so that they can implement the healthy living movement so that the quality of life of DM increases..

Keywords: prevention of diabetes mellitus, counseling, Padokan Kidul

PENDAHULUAN

Penyakit diabetes mellitus (DM) merupakan salah satu tantangan kesehatan masyarakat yang ditemui di hampir seluruh negara di dunia. Penyakit DM ini ditandai dengan gejala hiperglikemia kronis. Sampai saat ini ada tiga kelompok besar tipe DM yaitu: DM tipe 1, DM tipe 2, dan DM gestasional, namun sejauh ini yang paling sering ditemui adalah penyakit DM tipe 2 (Tuomi *et al.*, 2014) (Zimmet dkk., 2014). Hampir 80% kematian akibat diabetes ditemukan di negara berpenghasilan menengah-rendah, salah satunya seperti di Indonesia. Di Indonesia sendiri hampir 133 juta didiagnosis penyakit DM, dan sekitar 87,5 % belum mencapai target untuk mengontrol kadar glikemiknya.

Hampir 80% penderita DM di dunia adalah DM tipe 2. Namun, sebagian besar pasien DM sulit untuk mengontrol gula daranya, dikarenakan tidak patuh minum obat, tidak patuh menjalani perawatan, kurang aktivitas fisik serta konsumsi makanan yang tidak baik (Pamungkas *et al.*, 2017) (Gonzalez Zacarias *et al.*, 2016).

Pasien DM berada pada risiko tinggi untuk menderita sakit yang lebih parah seperti terkena penyakit kardiovaskuler, nefropati dan neuropati dikarenakan disfungsi mikrovaskular dan makrovaskuler (Bandeira *et al.*, 2013). Oleh karena itu salah satu cara yang bisa dilakukan untuk menekan angka morbiditas penyakit tersebut dengan cara masyarakat harus dapat berhasil untuk *aware* terhadap dirinya sendiri seperti mengontrol gula darah, diet serta rajin olahraga.

Salah satu cara untuk menyadarkan masyarakat dengan cara melakukan edukasi tentang cara pencegahan DM. Penyuluhan merupakan salah satu cara untuk melakukan edukasi yang murah dan mudah serta memunyai keberhasilan yang tinggi jika dilakukan secara kontinyu (Zhang & Chu, 2018). Zhand & Chu (2018), mengatakan bahwa media edukasi menggunakan *face-to face*, *booklets*, dan video atau mengkombinasikan dengan media sosial yang mudah digunakan oleh masyarakat, akan mudah diserap dan punya daya serapan yang tinggi di masyarakat.

Berdasarkan data 10 besar penyakit dari Dinas Kesehatan Bantul (2019), Jumlah kasus penyakit DM di Wilayah Bantul sebesar 15,925 kasus, jika

dibandingkan dengan penyakit lain, maka penyakit DM ini menduduki peringkat pertama di Bantul. Padokan Kidul Desa Tirtonirmolo merupakan salah satu desa di wilayah Bantul, berdasarkan studi pendahuluan di Padokan Kidul diketahui bahwa mayoritas masyarakat di Padokan Kidul banyak menderita penyakit DM. Berdasarkan permasalahan di atas, tim pengabdian kepada masyarakat akan melakukan edukasi terkait dengan DM di Padokan Kidul Desa Tirtonirmolo Bantul. Tujuan dilakukan pengabdian kepada masyarakat di wilayah ini adalah untuk melakukan edukasi diabetes mellitus supaya masyarakat di Padokan Kidul Desa Tirtonirmolo mempunyai kesadaran untuk mengontrol kadar glukosa darah.

METODE

Kegiatan pelaksanaan kegiatan kepada masyarakat ini dilakukan di Padokan Kidul Desa Tirtonirmolo, Kabupaten Bantul, Daerah Istimewa Yogyakarta. Metode yang digunakan oleh tim pengabdian kepada masyarakat menggunakan tiga cara. Pertama, observasi dan identifikasi masalah melalui musyawarah masyarakat desa (MMD). Pelaksanaan MMD dihadiri oleh kepala dukuh, perwakilan warga, kader, dan tim pengabdian kepada masyarakat. Pelaksanaan MMD dilakukan pada tanggal 12-17 April 2021 berlokasi di rumah Bapak kepala dukuh. Kedua, ceramah tentang penyakit diabetes mellitus (DM) serta pembagian poster tentang penyakit DM. Pelaksanaan ceramah tentang penyakit DM dilakukan pada tanggal 3-5 Mei 2021 di rumah salah warga Padokan Kidul Desa Tirtonirmolo, yang dihadiri 48 warga masyarakat. Ketiga, evaluasi kegiatan pasca penyuluhan tentang penyakit DM. Evaluasi yang dilakukan oleh tim pengabdian kepada masyarakat ini menggunakan pertanyaan lisan yang diajukan setelah kegiatan ceramah selesai dilakukan untuk mengobservasi penambahan pengetahuan masyarakat.

HASIL DAN PEMBAHASAN

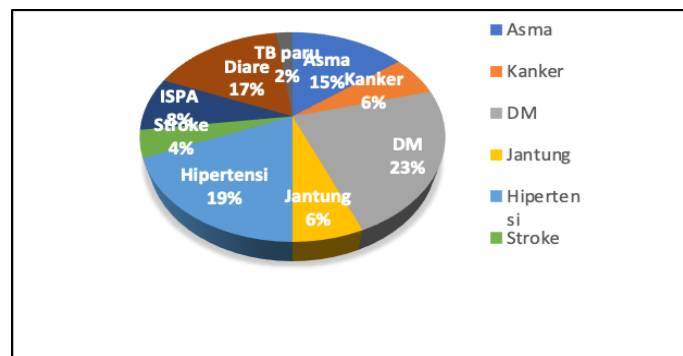
Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan di Padokan Kidul Desa Tirtonirmolo Kabupaten Bantul, Daerah Istimewa Yogyakarta. Wilayah Padokan Kidul berbatasan dengan Kelurahan Kasihan di bagian utara, Kelurahan

Pendowoharjo di bagian selatan, Kelurahan Bangunjiwo di bagian Barat dan kelurahan Panggunharjo di bagian timur. Secara geografis wilayah Padokan Kidul mempunyai 92 kepala keluarga dengan jumlah penduduk sebanyak 279 jiwa. Mayoritas penduduk bermata pencaharian sebagai buruh.

Sebelum melakukan memutuskan uuntuk melakukan edukasi tentang penyakit DM di Padokan Kidul, tim pengabdian kepada masyarakat ini melakukan identifikasi masalah terlebih dahulu di wilayah tersebut. Identifikasi masalah kesehatan dilakukan melalui *brainstorming* dalam acara musyawarah masyarakat desa (MMD). Pelaksanaan MMD ini dilaksanakan pada hari Senin tanggal 3 Mei 2021 yang melibatkan *stakeholder* diantaranya: Kepala Dukuh Padokan Kidul, Ketua PKK Padokan Kidul, Kepala RT 04, Kader Kesehatan, dan tim pengabdian kepada masyarakat (Gambar 1). Hasil dari MMD tersebut terdapat beberapa informasi terkait dengan masalah kesehatan di wilayah Padokan Kidul, yaitu: sekitar 23% warga menderita penyakit DM (Gambar 2).



Gambar 1 Kegiatan MMD di Padokan Kidul



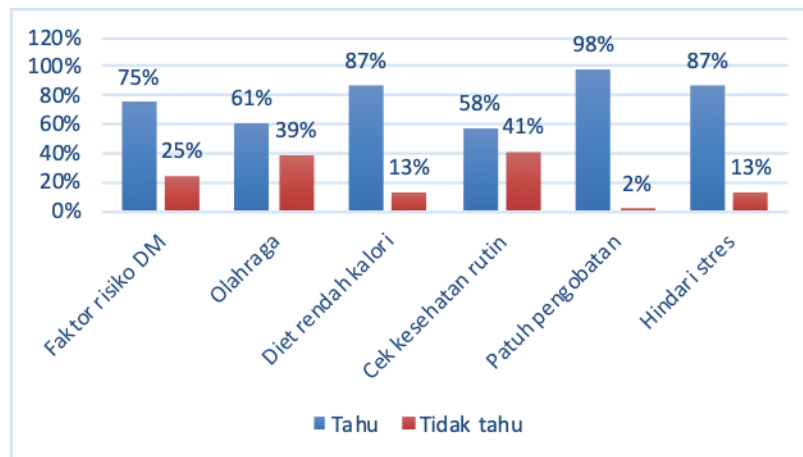
Gambar 2 Data Penyakit Masyarakat di Padokan Kidul

Setelah itu tim pengabdian melakukan pendalaman dengan mewancarai beberapa masyarakat di Padokan Kidul untuk menggali informasi yang lebih banyak terkait dengan penyakit DM. Berdasarkan hasil wawancara di sebagian masyarakat di Padokan Kidul tersebut, diketahui bahwa banyak dari mereka belum memahami terkait dengan bagaimana perjalanan dan faktor risiko apa yang dapat menyebabkan penyakit DM serta bagaimana cara pencegahannya. Oleh karena itu, tahapan kedua pelaksanaan pengabdian masyarakat ini adalah melakukan edukasi ke masyarakat tentang penyakit DM setelah mendapatkan kesepakatan dengan *stakeholder* terkait. Selain memberikan ceramah tentang etiologi penyakit DM dan upaya pencegahannya, tim pengabdian kepada masyarakat juga memberikan poster tentang DM yang disebarakan kepada penduduk setempat (Gambar 3).



Gambar 3 Kegiatan ceramah dan pemberian poster tentang DM di Padokan Kidul

Tahap terakhir dalam pengabdian kepada masyarakat ini adalah melakukan evaluasi kegiatan. Evaluasi yang dilakukan adalah memberikan umpan balik kepada peserta penyuluhan tentang materi yang telah disampaikan. Tanggapan yang diberikan oleh para peserta ceramah sangat baik dan mereka dapat menjawab semua pertanyaan yang telah diberikan oleh tim pengabdian kepada masyarakat. Gambar 4 menunjukkan ada peningkatan pengetahuan masyarakat setelah diberi edukasi, 75% warga mengetahui faktor risiko DM, 87% paham tentang diet rendah kalori, 98% paham bahwa penderita DM harus patuh mengikuti anjuran dokter, meskipun hanya 58% yang melakukan cek kesehatan secara rutin.



Gambar 4 Tingkat Pemahaman Masyarakat tentang DM

Proses perubahan perilaku membutuhkan waktu yang lama. Namun dengan memberikan pendidikan kesehatan yang kontinyu dapat efektif meningkatkan pengetahuan, sikap dan praktik yang mengarah pada target yang dituju, dalam hal ini mengarah pada pemahaman tentang *self efficacy* penderita DM dalam mengontrol gula darah secara mandiri. Harapannya masyarakat terutama penderita DM dapat secara sadar untuk mengubah gaya hidup mereka untuk menekan faktor risiko penyakit DM seperti aktif melakukan olahraga secara teratur, rajin mengontrol gula darah ke fasilitas pelayanan terdekat, tidak merokok, diet kalori yang rendah, serta dapat menghindari pemicu stress (Chawla *et al.*, 2019).

Edukasi pencegahan penyakit DM bertujuan untuk penyadaran masyarakat supaya mereka *aware* terhadap gerakan hidup sehat seperti: rajin berolahraga, diet seimbang, tidak merokok, cek kesehatan secara teratur agar terhindar dari penyakit DM. Edukasi merupakan salah satu cara untuk mengubah perilaku awal dimana mereka sadar akan input yang benar kemudian mau mengambil sikap dan mau melaksanakannya. Pendidikan untuk penderita DM memainkan peranan penting dalam manajemen diabetes. Sangat penting bagi pasien diabetes untuk menyadari sifat pengobatan, faktor risiko dan komplikasi penyakit karena dengan begitu dapat mengurangi komplikasi untuk penderita (Mensing, 2010).

Dalam pengabdian kali ini selain ceramah, tim pengabdian kepada masyarakat juga memberikan poster yang berisi tentang faktor risiko dan upaya pencegahan penyakit DM. Teknik penyuluhan dengan memberikan poster ataupun

pamphlet juga dianggap efektif untuk meningkatkan pengetahuan peserta, hal ini sesuai dengan penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa pemanfaatan media komunikasi yang digunakan dalam penyebaran informasi bisa dengan berbagai cara seperti ceramah langsung, poster ataupun dengan media social (Zhang & Chu, 2018) (Prasanti & Fuady, 2018).

SIMPULAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan dengan tiga tahapan yaitu identifikasi masalah kesehatan dengan musyawarah masyarakat desa, ceramah dan pemberian poster tentang penyakit diabetes dan cara pencegahannya, serta evaluasi program. Sebanyak 75% masyarakat memahami tentang faktor risiko penyakit DM, meskipun hanya 58% yang melakukan cek kesehatan secara rutin. Kegiatan ini berjalan dengan baik, lancar, peserta aktif, antusias dan mendapat respon yang baik dari seluruh peserta. Harapannya acara ini dapat meningkatkan kualitas hidup penderita diabetes mellitus dengan cara secara aktif melakukan praktek gerakan masyarakat sehat seperti yang telah dicanangkan oleh pemerintah.

DAFTAR PUSTAKA

- Bandeira, S. de M., da Fonseca, L. J. S., Guedes, G. da S., Rabelo, L. A., Goulart, M. O. F., & Vasconcelos, S. M. L. (2013). Oxidative stress as an underlying contributor in the development of chronic complications in diabetes mellitus. *International Journal of Molecular Sciences*, 14(2), 3265–3284. <https://doi.org/10.3390/ijms14023265>
- Chawla, S. P. S., Kaur, S., Bharti, A., Garg, R., Kaur, M., Soin, D., Ghosh, A., & Pal, R. (2019). Impact of health education on knowledge, attitude, practices and glycemic control in type 2 diabetes mellitus. *Journal of Family Medicine and Primary Care*, 8(1), 261–268. https://doi.org/10.4103/jfmpe.jfmpe_228_18
- Gonzalez-Zacarias, A. A., Mavarez-Martinez, A., Arias-Morales, C. E., Stoicea, N., & Rogers, B. (2016). Impact of demographic, socioeconomic, and psychological factors on glycemic self-management in adults with type 2 diabetes mellitus. *Frontiers in Public Health*, 4(2016), 195. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2016.00195>
- Mensing, C. (2010). Comparing the processes: accreditation and recognition. *The Diabetes Educator*, 36(2), 219–243. <https://doi.org/10.1177/0145721710361390>

- Pamungkas, R. A., Chamroonsawasdi, K., & Vatanasomboon, P. (2017). A Systematic review: family support integrated with diabetes self-management among uncontrolled type ii diabetes mellitus patients. *Behavioral Sciences*, 7(3), 62. <https://doi.org/10.3390/bs7030062>
- Prasanti, D., & Fuady, I. (2018). Pemanfaatan media komunikasi dalam penyebaran informasi kesehatan kepada masyarakat (studi kualitatif tentang pemanfaatan media komunikasi dalam penyebaran informasi kesehatan di desa cimanggu, kab. bandung barat). *REFORMASI*, 8(1), 8–14. <https://doi.org/10.33366/rfr.v8i1.921>
- Tuomi, T., Santoro, N., Caprio, S., Cai, M., Weng, J., & Groop, L. (2014). The many faces of diabetes: A disease with increasing heterogeneity. *Lancet*, 383(9922), 1084–1094. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(13\)62219-9](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(13)62219-9)
- Zhang, Y., & Chu, L. (2018). Effectiveness of systematic health education model for type 2 diabetes patients. *International Journal of Endocrinology*, 2018(2019), e6530607. <https://doi.org/10.1155/2018/6530607>
- Zimmet, P. Z., Magliano, D. J., Herman, W. H., & Shaw, J. E. (2014). Diabetes: A 21st century challenge. *The Lancet Diabetes & Endocrinology*, 2(1), 56–64. [https://doi.org/10.1016/S2213-8587\(13\)70112-8](https://doi.org/10.1016/S2213-8587(13)70112-8)