

PENYULUHAN TENTANG DM PADA LANSIA DI KAMPUNG SUKASARI 1 RW. 01 SEKELOA BANDUNG

EDUCATION ABOUT DM TO THE ELDERLY
IN KAMPUNG SUKASARI 1 RW. 01 SEKELOA BANDUNG

Ferdinan Sihombing

*STIKes Santo Borromeus Jl. Parahyangan Kavling 8 Blok B No.1, Kota Baru Parahyangan,
Cipeundeuy, Kec.Padalarang, Kab. Bandung Barat, Jawa Barat 40553, Telp. (022)6803961
e-mail: *(sihombingferdinan@gmail.com/ 082112294829)*

ABSTRAK

Abstrak: Dengan bertambahnya umur, fungsi fisiologis mengalami penurunan akibat proses penuaan sehingga penyakit tidak menular dapat muncul pada usia lanjut. Survei Riskesdas 2018 menemukan penyakit terbanyak pada lansia salah satunya adalah DM (DM). WHO memberikan data bahwa 8 - 9 dari 100 lansia di seluruh dunia memiliki DM dan jumlah ini diprediksi akan terus meningkat. Mengejutkan, hasil pendataan yang dilakukan di Kampung Sukasari 1 RW. 01 Sekeloa Kota Bandung menemukan 42,3% lansia mengalami DM. Tujuan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah untuk memberikan informasi kepada lansia mengenai DM. Sasaran program pengabdian masyarakat ini adalah para lansia di wilayah RW tersebut dengan tujuan meningkatkan pengetahuan sehingga mengubah perilaku lansia agar mampu melaksanakan upaya promotif dan preventif DM. Penyuluhan dilakukan kepada 60 orang peserta dengan topik mengenali, mencegah, dan mengelola DM. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat berupa penyuluhan DM pada pengetahuan lansia. Pengetahuan yang baik dapat membantu lansia dalam mencegah DM, serta bagi lansia yang telah DM dapat mengelola penyakitnya dengan lebih baik. Kepada lansia dapat dilakukan edukasi dalam bentuk-bentuk yang lain serta pendampingan dari keluarga dan kader posbindu, selain hanya penyuluhan dengan ceramah tanya jawab.

Kata kunci: DM, lansia, penyuluhan kesehatan

Abstract: *With increasing age, physiological functions decrease due to the aging process so that non-communicable diseases can appear in old age. The 2018 Riskesdas survey found the most common disease in the elderly, one of which is DM (DM). WHO provides data that 8-9 out of 100 elderly worldwide have DM and this number is predicted to continue to increase. Surprisingly, the results of data collection carried out in Kampung Sukasari 1 RW. 01 Sekeloa City of Bandung found 42.3% of the elderly had DM. The purpose of this community service activity is to provide information to the elderly about DM. The target of this community service program is the elderly in the RW area with the intention of increasing knowledge so as to change the behavior of the elderly so that they are able to carry out DM promotive and preventive efforts. Education was carried out to 60 participants on the topic of recognizing, preventing and managing DM. Community service activities in the form of DM education on the knowledge of the elderly. Good knowledge can help the elderly in preventing DM, as well as for the elderly who have DM can manage their disease better. Education for the elderly can be carried out in other forms as well as assistance from the family and posbindu cadres, apart from just counseling with question and answer lectures.*

Keywords: *DM, elderly, health education*

PENDAHULUAN

Seiring bertambahnya usia populasi umum, jumlah orang yang berusia 60 tahun atau lebih yang terkena DM juga meningkat. Diperkirakan 33% orang dewasa berusia 60 tahun atau lebih mengalami Diabetes Mellitus (DM). Populasi ini lebih berisiko mengalami komplikasi terkait DM seperti hipoglikemia (gula darah rendah), gagal ginjal, dan penyakit jantung dibandingkan orang muda yang hidup dengan DM (Endocrine Society, 2022).

DM adalah suatu kelompok penyakit metabolik yang ditandai dengan hiperglikemia yang terjadi akibat gangguan metabolisme karbohidrat, lemak, dan protein sehingga terjadi kelainan sekresi insulin dan kerja insulin atau keduanya (Adelita *et al.*, 2020). Secara klinis, DM ada dua jenis, yaitu DM tipe I yang disebabkan oleh gangguan metabolisme yang ditandai dengan peningkatan kadar gula darah akibat kerusakan sel beta pankreas karena sebab tertentu yang menyebabkan tidak adanya produksi insulin sama sekali, sehingga pengidapnya membutuhkan ekstra insulin dari luar (Lestari, Zulkarnain and Sijid, 2021), dan DM tipe II yang merupakan kasus

terbanyak (90%-95% dari seluruh kasus DM) yang umumnya memiliki latar belakang kelainan dengan resistensi insulin (Sunaryo and Sudiro, 2014).

Konsensus PERKENI (Perhimpunan Endokrinologi Indonesia) tahun 2021 tentang pengelolaan dan pencegahan DM tipe 2 di Indonesia menghasilkan standar penatalaksanaan yang juga memiliki tujuan yang serupa dengan misi WHO yaitu meningkatkan kualitas hidup, dan mencegah atau menghambat komplikasi dengan tujuan akhir menurunkan morbiditas dan mortalitas DM (Parmin and Safitri, 2022). Penatalaksanaan yang diprakarsai oleh PERKENI berupa 5 pilar penatalaksanaan khusus DM tipe 2 yaitu edukasi, terapi nutrisi medis (diet DM), latihan fisik, terapi farmakologis, dan pemantauan (Antari, 2017).

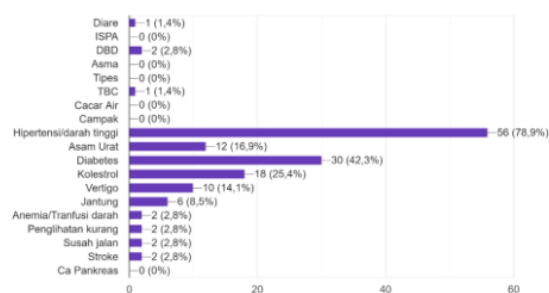
Pengetahuan seseorang dapat ditingkatkan dengan kegiatan belajar mengajar (Sihombing, Susilowati and Setyarini, 2021). Istilah pendidikan kesehatan mulai digunakan dalam dunia kesehatan dan mulai dipraktikkan sebagai praktik pembelajaran kesehatan pada tahun 1980 (Nurmala, Ira; Rahman, Fauzie; Nugroho, adi; Erlyani, Neka; Laily, Nur; Yulia Anhar, 2018). Pendidikan kesehatan

dinyatakan sebagai proses peningkatan pengetahuan dan kemampuan seseorang serta berhasil menumbuhkan kemauan masyarakat untuk berperilaku baik. dalam hidup sehat (Asmirajanti, 2022).

Pendidikan kesehatan merupakan salah satu faktor dasar yang dapat mengkondisikan seseorang untuk dapat meningkatkan pengetahuan, keterampilan dan sikapnya, dimana proses pemahaman orang dengan DM terjadi melalui pendidikan kesehatan (Apriani *et al.*, 2016). Dengan memberikan informasi agar timbul kesadaran pada individu atau masyarakat untuk berperilaku sesuai dengan pengetahuannya, edukasi diberikan dengan tujuan agar informasi tentang DM tersampaikan secara benar dan tepat kepada sasaran pendidikan kesehatan, sehingga orang dengan diabetes dapat merasakan dirinya lebih sehat, dapat mengendalikan DM, mencegah komplikasi, dan pada akhirnya menekan biaya pengobatan (Sari and Herlina, 2019). Beberapa program pemerintah telah dilaksanakan untuk pencegahan DM dan komplikasi DM, seperti program pendidikan kesehatan pencegahan DM, PROLANIS (Program Penanggulangan Penyakit Kronis) yang salah satunya berfokus pada orang dengan

DM (Widianingtyas *et al.*, 2021). Program penatalaksanaan DM selanjutnya adalah PATUH (pemeriksaan kesehatan secara rutin, pengobatan penyakit dengan pengobatan yang tepat dan teratur, menjaga pola makan yang sehat, mengusahakan aktivitas fisik yang aman, menghindari rokok, alkohol dan zat karsinogenik lainnya) (Menular, 2019).

Data Dinas Kesehatan (Dinkes) Jawa Barat pada 2020, jumlah pengidap diabetes mellitus di Kota Bandung mencapai 43.906 orang. Bahkan, di Kota Bandung pada bulan Februari, kasus diabetes mellitus pernah menyentuh angka 1.736 kasus per hari (Nugraha, 2022). Hasil pendataan mahasiswa di Kampung Sukasari 1 RW. 01 Sekeloa Bandung terdapat 30 (42,3%) lansia yang mengalami DM yang adalah urutan ke-2 tertinggi setelah Hipertensi.



Gambar 1. Grafik Penyakit Lansia Di Kampung Sukasari 1 RW. 01

Lansia sering memiliki satu atau lebih kondisi yang menyertai seperti gangguan

kognitif, penyakit kardiovaskular, dan lainnya yang dapat memengaruhi pendidikan kesehatan dan pengelolaan DM, namun upaya tetap harus dilakukan bagi tingkat kesehatan yang optimal kelompok usia ini.

METODE

Metode pelaksanaan pada program pengabdian masyarakat ini adalah berupa penyuluhan dengan topik “mengenali, mencegah, dan mengelola DM” dengan sasaran para lansia. Program pengabdian kepada masyarakat ini merupakan sebuah rangkaian kegiatan yang disusun secara sistematis yang diawali dengan tahap persiapan, diantaranya: pendekatan kepada ketua-ketua RT dan ketua RW, serta para kader posbindu di wilayah setempat (Sihombing, 2022).



Gambar 2. Slide I Materi Penyuluhan



Gambar 3. Penyampaian Materi Penyuluhan

Hal lain yang dilakukan berupa: mengidentifikasi tempat pelaksanaan kegiatan, menentukan topik dan metode penyuluhan, persiapan surat menyurat, alat dan bahan yang diperlukan. Kegiatan penyuluhan dilaksanakan setelah mendapat persetujuan Ketua RW dan persiapan sarana dan prasarana juga telah dilakukan. Kegiatan ini telah dilakukan sebaik mungkin dan juga semenarik mungkin mengingat sasarannya adalah kelompok lansia.

Metode yang digunakan dalam kegiatan ini adalah melalui ceramah tanya jawab (CTJ) dan diskusi. Kegiatan penyuluhan kesehatan tentang DM ini bekerjasama dengan mahasiswa profesi ners STIKes Santo Borromeus. Kegiatan PKM dimulai 08.00 didahului kegiatan senam lansia, dilanjutkan pemeriksaan tekanan darah dan

kadar glukosa darah, dan terakhir penyuluhan DM.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan penyuluhan bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan pemahaman penyakit DM khususnya pada lansia sehingga lasia dapat melakukan upaya pencegahan DM, dan pengontrolan kesehatan dengan baik bila saat ini telah memiliki DM. Kegiatan ini melibatkan 20 mahasiswa Program Profesi Ners STIKes Santo Borromeus. Kegiatan berlangsung di Posyandu RW 01 Kampung Sukasari 1 Sekeloa Kota Bandung pada tanggal 14 Juni 2022 dengan sasaran kegiatan penyuluhan adalah lansia dengan total jumlah lansia yang hadir sebanyak 60 orang.

Sebelum melakukan kegiatan penyuluhan tentang penyakit DM pemateri memberikan 3 pertanyaan lisan kepada lansia yang hadir untuk melihat gambaran umum pengetahuan lansia. Dari 60 lansia yang hadir dalam kegiatan terkesan belum mantap dalam memberikan jawaban dan masih memerlukan tambahan informasi terkini tentang pengelolaan DM.

Pelaksanaan penyuluhan berupa presentasi powerpoint yang kemudian dilanjutkan dengan sesi tanya jawab setelah

penyampaian materi penyuluhan. Di akhir penyuluhan, pemateri kembali mengajukan 3 pertanyaan secara lisan tentang penyakit DM dan terlihat peserta dapat menjawab pertanyaan dengan baik.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kegiatan penyuluhan “Mengenali, Mencegah, dan Mengelola DM” dengan sasaran para lansia di Kampung Sukasari 1 RW. 01 Sekeloa Bandung berdampak baik pada pengetahuan lansia tentang DM. Kepada para lansia dapat dilakukan edukasi dalam bentuk-bentuk yang lain serta pendampingan, selain ceramah tanya jawab. Pengetahuan yang baik dapat mengubah perilaku lansia dalam upaya pencegahan DM ataupun dalam pengelolaan DM dengan lebih jika telah terjadi pada lansia saat ini. Peningkatan peran kader posbindu di wilayah RW 01 juga menjadi sangat penting dalam mengupayakan lansia yang sehat, aktif dan produktif; karenanya program pengembangan diri bagi kader pun patut menjadi perhatian.

UCAPAN TERIMAKASIH

Ucapan terima kasih disampaikan kepada 20 mahasiswa PPN STIKes Santo Borromeus (Octaviani Br Torus, Martha Bule, Melinda Febriana S., Friska T H., Angelina

Simanjourang, Agustina C., Elvina Novia K., Vera Elsawati, Rolina Margaretha, Modesta S A., Fransiska Devi P., Loisa Rode L., Irene Dwi Lestari S., Mersy Toh, Libertus Rinaldi, Dicky R., Yosi Yeni H., Delima F., Hanna Tania, Indah Sari) yang telah meng-*organized* kegiatan PKM ini dengan baik. Juga ucapan terima kasih disampaikan kepada pemangku wilayah Kampung Sukasari 1 RW. 01 Sekeloa Bandung serta para kader posbindu yang telah mendukung sehingga kegiatan PKM ini dapat terlaksana.

Adelita *et al.* (2020) ‘Kontrol Metabolik pada Diabetes Melitus Tipe-1’, *Fakultas Kedokteran Universitas Sumatera Utara/RS Pendidikan Universitas Sumatera Utara, Medan, Indonesia*, 47(3).

Antari, N. K. N. (2017) *Diabetes Melitus Tipe 2*, *Fakultas Kedokteran, Universitas Lampung*. Available at: https://simdos.unud.ac.id/uploads/file_penelitian_1_dir/653f627b3ce1272d209353541c305cee.pdf.

Apriani, S. *et al.* (2016) ‘Pengaruh Program Edukasi Dengan Metode Kelompok Terhadap Perilaku Perawatan Diri Pasien Diabetes Melitus Tipe 2’, *Padjajaran Nursing Journal*, 18(5).

Asmirajanti, M. (2022) *MODUL PROMOSI KESEHATAN DAN PENDIDIKAN KESEHATAN (NCA206)*. Jakarta: Universitas Esa Unggul. Available at: <https://digilib.esaunggul.ac.id/modul-promosi-kesehatan-dan-pendidikan-kesehatan-nca206-16746.html>.

Endocrine Society (2022) *Diabetes and Older Adults | Endocrine Society, Endocrine.org, Endocrine Society*. Available at: <https://www.endocrine.org/patient->

DAFTAR PUSTAKA

- engagement/endocrine-library/diabetes-and-older-adults (Accessed: 5 March 2023).
- Lestari, Zulkarnain and Sijid, S. A. (2021) 'Diabetes Melitus: Review Etiologi, Patofisiologi, Gejala, Penyebab, Cara Pemeriksaan, Cara Pengobatan dan Cara Pencegahan', *UIN Alauddin Makassar*, (November).
- Menular, K. K. D. J. P. dan P. P. T. (2019) 'Pelayanan Terpadu Penyakit Tidak Menular di Fasilitas Kesehatan Tingkat Pertama (PANDU PTM di FKTP)'. Available at: <https://www.jabarnews.com/daerah/kasus-diabetes-mellitus-di-kota-bandung-pernah-capai-1-736-per-hari/> (Accessed: 5 March 2023).
- Nurmala, Ira; Rahman, Fauzie; Nugroho, adi; Erlyani, Neka; Laily, Nur; Yulia Anhar, V. (2018) *9 786024 730406*. Available at: https://repository.unair.ac.id/87974/2/Buku_Promosi_Kesehatan.pdf.
- Parmin, S. and Safitri, S. W. (2022) 'Penyuluhan Tentang Kepatuhan Minum Obat Pada Pasien Diabetes Mellitus Di Puskesmas Kota Palembang Tahun 2021', *Jurnal Salingka Abdimas*, 2(1), pp. 127–131. doi: 10.31869/jsam.v2i1.3399.
- Sari, N. N. and Herlina, H. (2019) 'SUPPORTIVE EDUCATIVE SYSTEM DALAM MENINGKATKAN KEMANDIRIAN MERAWAT KAKI PADA PASIEN DIABETES MELLITUS TIPE II', *Jurnal Ilmiah Permas: Jurnal Ilmiah STIKES Kendal*, 9(2). doi: 10.32583/pskm.9.2.2019.63-72.
- Sihombing, F. (2022) 'Penyuluhan Bahaya Merokok di Kalangan Remaja', *Jurnal Inovasi Kesehatan dan Pengabdian Masyarakat*, 1(2). Available at: <https://jikamas.journalpress.id/index.php/jikamas/article/view/20>.
- Sihombing, F., Susilowati, Y. A. and Setyarini, E. A. (2021) 'Perbandingan Kepuasan Mahasiswa pada Pelaksanaan Kuis dengan Metode Konvensional dan Kahoot! Aplikasi', *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 10(1). doi: 10.35816/jiskh.v10i1.602.
- Sunaryo, T. and Sudiro, S. (2014) 'Pengaruh Senam Diabetik Terhadap Penurunan Resiko Ulkus Kaki Diabetik

Pada Pasien Dm Tipe 2 Di
Perkumpulan Diabetik', *Jurnal
Terpadu Ilmu Kesehatan*, 3(1).

Widianingtyas, A. *et al.* (2021) 'Hubungan
Keikutsertaan Prolanis (Program
Pengelolaan Penyakit Kronis) dengan
Tingkat Efikasi Diri Pasien Diabetes
Mellitus Tipe 2 di Puskesmas 1
Kembaran', *Muhammadiyah Journal of
Geriatric*, 1(2), p. 33. doi:
10.24853/mujg.1.2.33-39.