

PENYULUHAN TENTANG PENYAKIT DIABETES MELLITUS DAN CEK  
KESEHATAN DI DESA DAYU, KECAMATAN GONDANGREJO,  
KABUPATEN KARANGANYAR

Destik Wulandari<sup>1\*</sup>, Desi Purwaningsih<sup>1</sup>, Ana Indrayati<sup>1</sup>, Jamilah Sarimanah<sup>1</sup>,  
Anita Nilawati<sup>1</sup>  
Fakultas Farmasi, Universitas Setia Budi<sup>1</sup>

Email<sup>1</sup>: [destikhakim@setiabudi.ac.id](mailto:destikhakim@setiabudi.ac.id)

### ABSTRAK

Diabetes mellitus (DM) atau kencing manis adalah penyakit menahun (kronis) yang dapat diderita seumur hidup. Penyakit ini terjadi akibat terganggunya proses metabolisme gula darah di dalam tubuh. Orang dengan DM akan mempunyai kadar gula yang sangat tinggi dalam darahnya setelah makan dan akan sangat rendah bila sedang puasa. Penyuluhan DM sangat bermanfaat bagi warga , yang dulunya belum tahu tentang penyakit diabetes millitus, setelah penyuluhan menjadi mengerti tentang penyakit diabetes millitus, baik faktor-faktor pencetus penyakit diabetes millitus, penyebabnya, pencegahannya, sehingga warga menjadi tahu akan hal-hal yang dihindari untuk mencegah terjadinya / terkenanya penyakit diabetes dan pengobatannya bila terkena. Setelah dievaluasi tidak banyak yang terkena penyakit diabetes dan yang sudah kena penyakit diabetes pun bisa mengontrol kadar gula darahnya dengan cara pergi ke puskesmas dan rajin berobat sehingga kadar gula darah untuk warga yang sudah terkena tidak tinggi karena sadar akan kesehatannya.

**Kata Kunci:** penyakit, Diabetes mellitus (DM), penyuluhan

### ABSTRACT

*Diabetes mellitus (DM) or diabetes is a chronic disease that can be suffered throughout life. This disease occurs due to disruption of the blood sugar metabolism process in the body. People with DM will have very high blood sugar levels after eating and will be very low when fasting. DM counseling is very useful for residents, who previously did not know about diabetes mellitus, after counseling they understand about diabetes mellitus, both the triggering factors for diabetes mellitus, its causes, prevention, so that residents know the things to avoid to prevent the occurrence / exposure to diabetes and its treatment if affected. After being evaluated, not many people have diabetes and those who have diabetes can control their blood sugar levels by going to the health center and diligently seeking treatment so that blood sugar levels for residents who have been affected are not high because they are aware of their health.*

**Keyword:** disease, Diabetes mellitus (DM), counseling

## PENDAHULUAN

Perlu adanya penyuluhan diabetes milietus karena sangat di butuhkan sehubungan dengan adanya warga yang terkena diabetes milietus, sehingga warga menginginkan penjelasan tentang penyakit diabetes milietus yang merupakan juga penyakit degeneratif, pengobatannya, penanggulangannya, pencegahannya dan berbagai macam pertanyaan yang akan ditanyakan sehubungan dengan penyakit diabetes milietus.

Istilah penyakit gula di masyarakat sudah tidak asing lagi, tetapi apa itu diabetes mellitus , apa bedanya dengan kencing manis, itu merupakan nama lain saja, disini pembicara menjelaskan tentang penyakit diabetes mellitis agar lebih jelas lagi dimengerti masyarakat, juga memberikan faktor-faktor penyebabnya dan yang beresiko terkena penyakit tersebut yang semuanya itu mungkin belum semua orang tahu.

Permasalahan yang dihadapi mitra adalah lanjut usia mengalami banyak perubahan baik fisik, psikis, sosial dan ekonomi. Hal tersebut juga berdampak pada perubahan kualitas hidup lansia. Sehingga sangat penting bagi lanjut usia dengan DM memahami dengan kondisi dan perubahan pola hidupnya. Desa Dayu, Kecamatan Gondangrejo, Kabupaten Karanganyar. Desa ini terletak jauh dari pusat kota sehingga minim akses kesehatan seperti apotik dan rumah sakit sehingga masyarakat sulit mendapatkan obat-obatan. Selain itu masyarakat juga kurang peduli terhadap kesehatan secara pribadi yang terkait dengan penyakit. Masyarakat juga mengalami kesulitan ketika akan melakukan *medical chek up*.

Berdasarkan uraian diatas maka perlu dilakukan penyuluhan terkait pentingnya pemahaman tentang DM agar mencapai *succesfull aging* (menua dengan sukses) serta dilakuan tes kesehatan gratis yang diperuntukkan bagi lansia untuk mengetahui kondisi kesehatan lansia. Tes kesehatan yang dilakukan meliputi penimbangan bobot badan, tekanan darah, kadar gula darah dan asam urat.

Target dari kegiatan ini adalah masyarakat khususnya lansia memahami tentang penyakit DM yang meliputi gejala, penyebab dan cara pencegahannya atau mengatasinya. Selain itu test kesehatan dilakukan agar lansia mengetahui kondisi kesehatannya yang meliputi tekanan darah, kadar asam urat dan kadar gula sehingga lansia lebih memperhatikan gaya hidup khususnya pola makan untuk mencegah dampak yang lebih berbahaya dari kadar tekanan darah, asam urat dan kadar gula

yang tinggi. Dengan adanya tes kesehatan ini kesehatan masyarakat dapat terpantau dan jika terdapat permasalahan kesehatan dapat diatasi sedini mungkin.

## **METODE**

Pelaksanaan kegiatan dilakukan penyuluhan dan tes kesehatan. Target mitra adalah lansia dari warga Desa Dayu, Kecamatan Gondangrejo, Kabupaten Karanganyar berperan sebagai peserta penyuluhan dan peserta tes kesehatan

Langkah-langkah yang dilakukan sebagai berikut :

1. Observasi, merupakan salah satu kegiatan yang paling pokok dalam pelaksanaan pengabdian, dimana kegiatan ini dilakukan sebelum penetapan tempat, sehingga tim pengabdian melakukan pemetaan permasalahan di Desa Dayu, Kecamatan Gondangrejo, Kabupaten Karanganyar sehingga dengan adanya data pemetaan permasalahan tersebut bisa disimpulkan tema yang akan diambil dalam pelaksanaan pengabdian masyarakat.
2. Penyuluhan tentang penyakit DM yang meliputi gejala, penyebab dan cara pencegahannya atau mengatasinya merupakan salah satu komponen yang paling penting dalam pelaksanaan pengabdian masyarakat. Adapun sasaran dari kegiatan ini adalah lansia dari warga Desa Dayu, Kecamatan Gondangrejo, Kabupaten Karanganyar. Maksud dan tujuan dari kegiatan ini adalah masyarakat khususnya lansia memahami tentang penyakit DM yang meliputi gejala, penyebab dan cara pencegahannya atau mengatasinya. Selain itu tes kesehatan dilakukan agar lansia mengetahui kondisi kesehatannya yang meliputi tekanan darah, kadar asam urat dan kadar gula sehingga lansia lebih memperhatikan gaya hidup khususnya pola makan untuk mencegah dampak yang lebih berbahaya dari kadar tekanan darah, asam urat dan kadar gula yang tinggi. Dengan adanya tes kesehatan ini kesehatan masyarakat dapat terpantau dan jika terdapat permasalahan kesehatan dapat diatasi sedini mungkin.

## **HASIL**

Pelaksanaan pengabdian masyarakat merupakan salah satu bagian dari Tri Dharma Perguruan Tinggi yang wajib dilakukan oleh dosen. Kegiatan ini

diharapkan akan terjadi transfer ilmu dari dunia perkuliahan kepada masyarakat. Pelaksanaan pengabdian masyarakat di Desa Dayu, Kecamatan Gondangrejo, Kabupaten Karanganyar. Tahap awal dari kegiatan pengabdian ini adalah observasi lokasi dan mengidentifikasi kondisi kesehatan lansia sehingga diketahui hal yang dibutuhkan lansia terkait tema penyuluhan yang akan diberikan.

Hasil observasi melalui bidan desa diketahui bahwa gejala yang umum diderita oleh lansia adalah tinginya kadar asam urat sehingga sebagian besar lansia memiliki keluhan sakit di persendian, kesemutan, kesulitan beraktivitas yang melibatkan kegiatan fisik, peningkatan kadar gula darah yang berpotensi menderita DM, dan tekanan darah yang cenderung tinggi. peningkatan Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan selanjutnya dilakukan penyuluhan terkait penyakit DM.

Perlu adanya penyuluhan diabetes milietus karena sangat di butuhkan sehubungan dengan adanya warga yang terkena diabetes milietus, sehingga warga menginginkan penjelasan tentang penyakit diabetes milietus yang merupakan juga penyakit degeneratif, pengobatannya, penanggulangannya, pencegahannya dan berbagai macam pertanyaan yang akan ditanyakan sehubungan dengan penyakit diabetes milietus. Istilah penyakit gula di masyarakat sudah tidak asing lagi, tetapi apa itu diabetes mellitus , apa bedanya dengan kencing manis, itu merupakan nama lain saja, disini pembicara menjelaskan tentang penyakit diabetes mellitis agar lebih jelas lagi dimengerti masyarakat, juga memberikan faktor-faktor penyebabnya dan yang beresiko terkena penyakit tersebut yang semuanya itu mungkin belum semua orang tahu.



**Gambar 1. Penyuluhan terkait penyakit Diabetes Mellitus oleh tim Pengabdian**

**Tabel: Pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat**

No.	Kegiatan	Minggu ke-			
		1	2	3	4
1	Persiapan Penyuluhan	√			
	a. Menyiapkan Modul		√		
	b. Koordinasi peserta			√	
	c. Persiapan tempat dan alat			√	
2	Pelaksanaan penyuluhan				√
3	Penyusunan laporan				√
4	Dokumentasi				√
5	Evaluasi				√

Kegiatan pengabdian masyarakat dihadiri oleh 20 peserta Desa Dayu, Kecamatan Gondangrejo, Kabupaten Karanganyar. Adapun urutan acara kegiatan pengabdian yang dilakukan antara lain:

1. Pembukaan dari ketua pengabdian
2. Pemberian materi penyuluhan tentang penyakit DM yang meliputi penyebab, gejala, cara pencegahan dan mengatasinya agar mencapai *succesfull aging* (menua yang sukses).
3. Pembagian leaflet tentang penyakit DM
4. Diskusi dan pembagian *door prize*
5. Tes kesehatan gratis

## 6. Penutup

Materi pelatihan berupa pemberian materi secara langsung. Peserta memperhatikan, dan berperan aktif untuk bertanya tentang penyakit DM. Antusiasme warga terhadap tes kesehatan yang dilakukan cukup tinggi, hal ini dilihat dari semua peserta mengikuti tes kesehatan.



**Gambar 2. Kegiatan cek kesehatan gratis oleh Tim pengabdian**

Setelah dilakukan penyuluhan tentang diabetes milletus, diharapkan berkurangnya warga yang terkena penyakit diabetes milletus yang bisa disembuhkan dengan pengobatan yang rutin dan diimbangi dengan pola makan yang seimbang, sehat dan mengurangi kadar gula yang biasanya dan sudah banyak warga dengan adanya penjelasan diabetes milletus dan warga yang belum terkena sudah mulai hidup sehat, makanan sehat seimbang dan melakukan pencegahan terjadinya penyakit diabetes milletus, sehingga setelah dievaluasi tidak ada

peningkatan jumlah warga/ masyarakat yang terkena . Penerapan Iptek tersebut telah berhasil. Setelah dilakukan evaluasi (pengecekan ke lokasi banyak warga yang menyampaikan bahwa warga Baluwarti, Kalurahan Baluwarti, Kecamatan Pasar Kliwon warga yang terkena penyakit diabetes milletus, kadar gula darahnya sudah mulai normal kembali dan jarang mungkin sudah hampir tidak ada warga yang terkena penyakit diabetes milletus).

Penyuluhan diabetes milletus sangat bermanfaat bagi warga, yang dulunya belum tahu tentang penyakit diabetes milletus, setelah penyuluhan menjadi mengerti tentang penyakit diabetes milletus, baik faktor-faktor pencetus penyakit diabetes millitus, penyebabnya, pencegahannya, sehingga warga menjadi tahu akan hal-hal yang dihindari untuk mencegah terjadinya / terkenanya penyakit diabetes dan pengobatannya bila terkena. Setelah dievaluasi tidak banyak yang terkena penyakit diabetes dan yang sudah kena penyakit diabetes pun bisa mengontrol kadar gula darahnya dengan cara pergi ke puskesmas dan rajin berobat sehingga kadar gula darah untuk warga yang sudah terkena tidak tinggi karena sadar akan kesehatannya.

Penyuluhan diabetes milletus sangat bermanfaat bagi warga , yang dulunya belum tahu tentang penyakit diabetes milletus, setelah penyuluhan menjadi mengerti tentang penyakit diabetes milletus, baik faktor-faktor pencetus penyakit diabetes millitus, penyebabnya, pencegahannya, sehingga warga menjadi tahu akan hal-hal yang dihindari untuk mencegah terjadinya / terkenanya penyakit diabetes dan pengobatannya bila terkena. Setelah dievaluasi tidak banyak yang terkena penyakit diabetes dan yang sudah kena penyakit diabetes pun bisa mengontrol kadar gula darahnya dengan cara pergi ke puskesmas dan rajin berobat sehingga kadar gula darah untuk warga yang sudah terkena tidak tinggi karena sadar akan kesehatannya.

Evaluasi kegiatan pengabdian masyarakat dilakukan dengan cara diskusi. Berdasarkan hasil diskusi diperoleh bahwa:

- a. Kegiatan penyuluhan mengenai penyakit DM menambah pengetahuan dan wawasan lansia desa Dayu sehingga mereka lebih memperhatikan pola makan yang merupakan salah satu faktor pemicu DM .
- b. Penjelasan materi tentang DM menggunakan bahasa yang mudah dimengerti oleh lansia

- c. Lansia mengetahui kondisi kesehatannya berdasarkan hasil tes kesehatan gula darah, kadar asam urat, tekanan darah dan bobot badan.

Saran dan masukan yang banyak disampaikan oleh warga masyarakat desa Dayu adalah perlu adanya penyuluhan penyakit lansia lainnya seperti stroke, asam urat dll dan test kesehatan berkala sehingga kondisi kesehatan lansia terpantau.



## KESIMPULAN

1. Kegiatan pengabdian penyuluhan tentang penyakit DM sebagai upaya untuk pencegahan dan penanganan lansia yang menderita DM.
2. Lansia antusias mengikuti penyuluhan tentang penyakit DM, gejala, penyebab dan penanganannya.
3. Lansia antusias mengikuti tes kesehatan gratis yang diselenggarakan oleh tim Pengabdian

## DAFTAR PUSTAKA

- Isnaini N, Ratnasari. 2018. Faktor risiko mempengaruhi kejadian Diabetes mellitus tipe dua  
Risk factors was affects of diabetes mellitus type 2. *Jurnal Keperawatan dan Kebidanan Aisyiyah*. Vol 14, No. 1, Juni 2018, pp.59-68
- Lestari, Zulkarnain, Sijid S, 2021. Diabetes Mellitus: Review etiologi, patofisiologi, gejala, penyebab dan cara pemeriksaan, pengobatan dan pencegahan. *Prosiding Biologi Achieving the Sustainable Development Goals with Biodiversity in Confronting Climate Change*.
- Milita F, Handayani S, Setiaji B. 2018. Kejadian Diabetes Mellitus Tipe II pada Lanjut Usia di Indonesia (Analisis Risesdas 2018). *Jurnal Kedokteran dan Kesehatan*, Vol. 17, No. 1.
- Purnamasari E, Poerwanto B. 2011. Diabetes Mellitus dengan Penyulit Kronis. *Majalah Kesehatan Pharma Medika*, Vol,3, No,2
- Rahmasari K, Wahyuni E. 2019. Efektivitas Memordoca carantia (pare) terhadap kadar penurunan kadar glukosa darah. *INFOKES*, Vol. 9, No.1.
- Susanti, Bistara D, 2018. Hubungan pola makan dengan kadar gula darah pada pasien diabetes mellitus. *JKesV*, Vol. 3 No.1.