

PENCEGAHAN PENYAKIT DIABETES MELLITUS MELALUI PROGRAM PENYULUHAN DAN PEMERIKSAAN KADAR GULA DARAH DI DUKUH CANDRAN DESA SENTONO KLATEN JAWA TENGAH

Jamalul Lail¹ dan Nova Suryani²

¹ Jurusan D3 Analis Kimia, Fakultas Matematika dan Ilmu Pengetahuan Alam, Universitas Islam Indonesia

² Jurusan Pendidikan Dokter, Fakultas Kedokteran, Universitas Islam Indonesia

ABSTRACT

Diabetes Mellitus (DM) is one of disease that frequently occurs in Indonesia. Generally, diabetes mellitus is characterized by increased blood sugar levels. Diabetes mellitus is not only a disease that spread in urban areas but also has now become a disease that is spreading in rural areas. The spread of diabetes up to the village is very threatening to the public health conditions in the village. This is because knowledge of the villagers about the disease diabetes mellitus in terms of the causes or signs for the sufferer was low. As was the case in the dukuh Candran, Sentono village, Klaten , Central Java. Residents in the dukuh Candran do not understand diabetes mellitus and how the examination and treatment. Under these conditions, the program of diabetes mellitus and checking blood sugar levels was held in the dukuh Candran with the aim that the citizens can gain knowledge of diabetes mellitus on the characteristics of the disease, how to inspection, to how the disease anticipates.

Keywords: Diabetes, mellitus, glucose, blood

ABSTRAK

Diabetes Mellitus (DM) merupakan salah satu penyakit yang banyak terjadi di Indonesia. Umumnya penyakit diabetes mellitus ditandai dengan meningkatnya kadar gula darah. Penyakit diabetes mellitus tidak saja menjadi penyakit yang menyebar di daerah perkotaan tetapi juga saat ini telah menjadi penyakit yang menyebar di daerah pedesaan. Penyebaran penyakit diabetes sampai ke wilayah desa sangat mengancam bagi kondisi kesehatan masyarakat yang ada di desa. Hal ini dikarenakan pengetahuan masyarakat desa mengenai penyakit diabetes mellitus baik dari segi penyebab ataupun tanda-tanda bagi penderitanya sangat minim. Seperti halnya yang terjadi di dukuh Candran, desa Sentono Klaten Jawa Tengah. Warga di dukuh Candran belum memahami penyakit diabetes mellitus dan cara pemeriksaan serta pengobatannya. Berdasarkan hal tersebut maka dibuatlah program penyuluhan penyakit diabetes mellitus dan pemeriksaan kadar gula darah di dukuh Candran dengan tujuan agar warga dapat memperoleh pengetahuan

tentang penyakit diabetes mellitus dari ciri-ciri penyakit, cara pemeriksaan, hingga cara mengantisipasi penyakit tersebut.

Kata kunci: Diabetes, mellitus, gula, darah.

1. PENDAHULUAN

Diabetes Mellitus (DM) merupakan salah satu kelompok penyakit metabolik yang ditandai oleh hiperglikemia karena gangguan sekresi insulin, kerja insulin, atau keduanya. Keadaan hiperglikemia kronis dari diabetes berhubungan dengan kerusakan jangka panjang, gangguan fungsi dan kegagalan berbagai organ, terutama mata, ginjal, saraf, jantung, dan pembuluh darah (ADA, 2012).

Diabetes Mellitus adalah sindrom klinis yang ditandai dengan hiperglikemia karena defisiensi insulin yang absolut maupun relatif. Kurangnya hormon insulin dalam tubuh yang dikeluarkan dari sel B pankreas mempengaruhi metabolisme karbohidrat, protein, dan lemak menyebabkan gangguan signifikan. Kadar glukosa darah erat diatur oleh insulin sebagai regulator utama perantara metabolisme. Hati sebagai organ utama dalam transport glukosa yang menyimpan glukosa sebagai glikogen dan kemudian dirilis ke jaringan perifer ketika dibutuhkan (Animesh, 2006).

Indonesia menduduki peringkat keempat dunia setelah India, Cina, dan Amerika dalam prevalensi DM. Pada tahun 2000 masyarakat Indonesia yang menderita DM adalah sebesar 8,4 juta jiwa dan diprediksi akan meningkat pada tahun 2030 menjadi 21,3 juta jiwa. Data ini menunjukkan bahwa angka kejadian DM tidak hanya tinggi di negara maju tetapi juga di negara berkembang, seperti Indonesia. Berdasarkan hasil RISKESDAS pada tahun 2007 menunjukkan bahwa secara nasional, prevalensi DM berdasarkan diagnosis oleh tenaga kesehatan dan adanya gejala adalah sebesar 1,1%. Sedangkan prevalensi berdasarkan hasil pengukuran kadar gula darah pada penduduk umur lebih dari lima belas tahun di daerah perkotaan adalah sebesar 5,7% (Depkes RI, 2008).

Perkembangan Penyakit diabetes melitus menunjukkan fenomena yang sungguh mencengangkan dari tahun ke tahun. Penyakit diabetes mellitus yang dulunya hanya dikenal sebagai penyakitnya orang kota, kini diabetes atau diabetes melitus sudah menyebar ke berbagai plosok desa. Dari segi jumlah penderita pun, dari tahun ke tahun semakin menunjukkan angka yang sangat mengagetkan dan memprihatinkan. (Serojamedia, 2013).

Penyebaran penyakit diabetes sampai ke wilayah desa sangat mengancam bagi kondisi kesehatan masyarakat yang ada di desa. Hal ini dikarenakan pengetahuan masyarakat desa mengenai penyakit diabetes mellitus baik dari segi penyebab ataupun tanda-tanda bagi penderitanya sangat minim. Seperti halnya yang terjadi di dukuh Candran, desa Sentono Klaten Jawa Tengah.

Warga di dukuh Candran belum pernah melakukan pemeriksaan kadar gula darah. Disamping biaya yang mahal warga masih belum memahami pentingnya mengetahui kondisi kadar gula darah untuk pendeteksian gejala diabetes mellitus. Berdasarkan hal tersebut maka dibuatlah program penyuluhan penyakit diabetes mellitus dan pemeriksaan kadar gula darah di dukuh Candran dengan tujuan agar warga dapat memperoleh pengetahuan tentang penyakit diabetes mellitus dari ciri-ciri penyakit, cara pemeriksaan, hingga cara mengantisipasi penyakit tersebut. Selain itu dengan adanya pemeriksaan kadar gula darah maka warga dukuh Candran mengetahui kondisi kadar gula darahnya. Apabila

terdapat warga yang memiliki kadar gula darah yang tinggi maka akan dijelaskan cara-cara menurunkan gula darah melalui pola hidup sehat dengan mengontrol pola makan.

2. METODE PELAKSANAAN

Program penyuluhan penyakit diabetes mellitus dan pemeriksaan kadar gula darah dilakukan dengan beberapa tahap yaitu diawali dengan proses sosialisasi program yang disampaikan kepada perangkat desa dalam hal ini RT dan RW yang ada di dukuh Candran. Setelah program disosialisasikan maka proses pelaksanaan di mulai dengan mengunjungi satu persatu rumah warga. Di setiap rumah warga diberikan penjelasan dan sosialisasi berkaitan dengan penyakit diabetes mellitus. Setelah selesai dilakukan penjelasan tahap berikutnya adalah proses tanya jawab dimana warga diberikan kesempatan untuk menanyakan semua hal yang berkaitan dengan penyakit diabetes mellitus. Setelah proses tahap tanya jawab selesai maka diberitahukan kepada warga bahwa akan diadakan pemeriksaan kadar gula darah per RT yang dilakukan di posyandu. Setelah warga berkumpul di posyandu maka dilakukan proses pemeriksaan kadar gula darah. Proses dan waktu pelaksanaan program pencegahan penyakit diabetes mellitus melalui penyuluhan dan pemeriksaan kadar gula darah disajikan secara lengkap dalam tabel berikut.

Tabel 1. Jadwal waktu, lokasi dan uraian kegiatan pelaksanaan program pencegahan penyakit diabetes mellitus melalui penyuluhan dan pemeriksaan kadar gula darah

No.	Waktu Kegiatan	Uraian Kegiatan	Tempat Kegiatan	Durasi Kegiatan
1.	24 Agustus 2014 Pukul 15.00 – 18.00	<i>Door to door</i> , Perkenalan diri, perkenalan program, penyuluhan terhadap penyakit diabetes mellitus, tanya jawab, dan di akhiri dengan pemberitahuan bahwa akan diadakan program pemeriksaan gula darah.	Rumah pak dukuh	3 jam
2.	25 Agustus 2014 Pukul 15.00- 18.00	<i>Door to door</i> , Perkenalan diri, perkenalan program, penyuluhan terhadap penyakit diabetes mellitus, tanya jawab, dan di akhiri dengan pemberitahuan bahwa akan diadakan program pemeriksaan gula darah.	Rumah pak dukuh	3 jam
3.	26 Agustus 2014 Pukul 15.00- 18.00	<i>Door to door</i> , Perkenalan diri, perkenalan program, penyuluhan terhadap penyakit diabetes mellitus, tanya jawab, dan di akhiri dengan pemberitahuan bahwa akan diadakan program pemeriksaan gula darah.	Rumah Warga	3 jam

4.	27 agustus 2014 Pukul 09.00-12.00	Pengumpulan warga, Perkenalan diri Perkenalan program Perkenalan alat, Pemeriksaan gula darah dan penyampaian hasil pemeriksaan kepada warga	Rumah Bapak Suryanto , Ketua RT 01 (posyandu)	3 jam
5.	28 Agustus 2014 Pukul 13.00-16.00	Pengumpulan warga, Perkenalan diri Perkenalan program Perkenalan alat, Pemeriksaan gula darah dan penyampaian hasil pemeriksaan kepada warga	Rumah Bapak suryanto, ketua RT 01 (posyandu)	3 jam
6.	29 Agustus 2014 Pukul 12.30-15.30	Pengumpulan warga, Perkenalan diri Perkenalan program Perkenalan alat, Pemeriksaan gula darah dan penyampaian hasil pemeriksaan kepada warga	Rumah Bapak suryanto, ketua RT 01 (posyandu)	3 jam

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Proses pelaksanaan program penyuluhan penyakit diabetes mellitus dan pemeriksaan kadar gula darah berjalan lancar dan masyarakat sangat antusias untuk mendengarkan tentang penjelasan mengenai penyakit diabetes mellitus hal tersebut dapat dilihat dari banyaknya pertanyaan yang di sampaikan oleh warga tentang penyakit tersebut. Pada proses pemeriksaan gula darah masyarakat cukup antusias untuk datang ke posyandu berkumpul untuk ikut memeriksakan kadar gula darahnya. Dari hasil pemeriksaan kadar gula darah sebagian besar warga memiliki kadar gula darah yang normal hal itu mengindikasikan bahwa kualitas kadar gula darah warga dukuh Candran relatif cukup baik. Namun dari hasil pemeriksaan terdapat beberapa warga yang memiliki kadar gula darah yang cukup tinggi sehingga diberikan edukasi untuk mengubah pola hidup terutama pola makan yang harus dijaga sehingga harapannya kadar gula darah warga tersebut dapat kembali normal dan terhindar dari penyakit diabetes mellitus.

Warga dukuh Candran merasa program ini sangat bermanfaat karena dapat memberikan pengetahuan terkait penyakit diabetes mellitus dan status kadar gula darah warga. Selain itu warga juga dapat mengantisipasi agar tidak menderita penyakit diabetes mellitus dengan melakukan pola hidup sehat dan mengatur pola makan yang baik seperti yang diajarkan saat penyuluhan.



Gambar 1. Penyuluhan mengenai penyakit diabetes mellitus kepada warga dukuh Candran



Gambar 2. Proses pemeriksaan kadar gula darah warga dukuh Candran

4. KESIMPULAN

Dari hasil pelaksanaan kegiatan penyuluhan penyakit diabetes mellitus dan pemeriksaan kadar gula darah di dukuh Candran dapat disimpulkan bahwa program berjalan dengan baik. Warga dukuh Candran mampu memahami dengan baik materi penyuluhan tentang penyakit diabetes mellitus. Hasil pemeriksaan kadar gula darah juga menunjukkan sebagian besar warga memiliki kadar gula darah yang normal. Warga juga disarankan untuk terus menjaga pola hidup sehat terutama pola makan agar terhindar dari penyakit diabetes mellitus.

5. REFERENSI

American Diabetes Association. 2012. *Diagnosis and Classification of Diabetes Mellitus*. Diabetes Care volume 35 Supplement 1

Biswas, Animesh. 2006. *Prevention of Type 2 Diabetes – Life style modification with diet and physical activity Vs activity alone*. Karolinka Institute.

DEPKES RI. 2008. *Hasil-hasil Riset Kesehatan Dasar Tahun 2007*. Badan Litbangkes. Jakarta.

Serojamedia. 2013. *Penyakit Diabetes Melitus Dan Fenomena Penyebarannya*.
<http://www.serojamedia.com/2013/03/penyakit-diabetes-melitus-dan-fenomena.html>