

MENGENAL PENYAKIT DIABETES MELITUS DAN FAKTOR RISIKONYA PADA LANSIA

Recognizing Diabetes Mellitus and Its Risk Factors in Elderly

Mohamad Ananto Cahyoajibroto¹, Listiana Masyita Dewi², Dhiastika Nandasari³, Firdha Fasa Sabilla³, Ulina Dwi Ratnaasri³, Yuan Hasnaa Anisah³, Klaudia Vindy Puspitasari³, Ayu Ardita Dewi Permatasari³

¹ Departemen Penyakit Dalam, RSUD dr. Sayidiman Magetan

² Dosen Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Surakarta

² Mahasiswa Program Studi Profesi Dokter, Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Surakarta

Korespondensi: Mohamad Ananto Cahyoajibroto, Alamat email: m.ananto.c.rds@gmail.com

ABSTRAK

Penyakit Diabetes Melitus (DM) atau sering dikenal sebagai penyakit kencing manis, terjadi akibat berhentinya pankreas untuk memproduksi hormon insulin atau hormon insulin tersebut tidak mencukupi untuk tubuh. Banyak faktor yang menyebabkan angka kejadian Diabetes Melitus masih cukup tinggi, salah satunya faktor perilaku dalam hal pola makan. Dibutuhkan pengetahuan dalam mengelola diabetes melitus sehingga dapat mempengaruhi perubahan gaya hidupnya. Penyuluhan diadakan dalam rangka meningkatkan pengetahuan tentang kesehatan dan mengontrol penyakit Diabetes Melitus pada lansia. Langkah yang digunakan adalah dengan memberikan materi serta melakukan pre-test dan post-test. Pre-test dan post-test bertujuan untuk mengetahui pengetahuan dari peserta penyuluhan mengenai diabetes melitus dan faktor risikonya. Perbandingan dari rata-rata jawaban benar pre-test 40,35% dan post-test 83,92%. Hasil yang didapat dinilai menggunakan uji Normalitas dan homogenitas dan uji Wilcoxon, didapatkan nilai $p < 0,005$. Hal ini menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan setelah diberikannya materi oleh penerbit. Oleh karena itu kegiatan penyuluhan ini berhasil meningkatkan pengetahuan mengenai penyakit diabetes melitus dan faktor risikonya.

Kata Kunci: Diabetes Melitus, Faktor Risiko, Gaya Hidup

ABSTRACT

Diabetes Melitus (DM) or often known as diabetes, occurs due to the cessation of the pancreas to produce the hormone insulin or the insulin hormone is not sufficient for the body. Many factors that cause the incidence of Diabetes Melitus is still quite high, one of which is behavioral factors in terms of diet. Knowledge is needed in managing diabetes melitus so that it can affect changes in their lifestyle. Counseling is held in order to increase knowledge about health and control diabetes melitus in the elderly. The steps used are to provide material and pre-test and post-test. The pre-test and posttest aims to determine the knowledge of the counseling participants about diabetes melitus and its risk factors. The comparison of the average correct answers for pre-test and post-test was 40.35%. This shows an increase in knowledge after the material is given by the speaker. Therefore, this outreach activity succeeded in increasing knowledge about diabetes melitus and its risk factors.

Keywords: Diabetes Melitus, Risk Factor, Lifestyle

PENDAHULUAN

Penyakit Diabetes Melitus (DM) atau sering dikenal sebagai penyakit kencing manis merupakan penyakit yang terjadi akibat inadkuatnya pankreas dalam memproduksi hormon insulin. Atau dengan kata lain, DM dapat diartikan sebagai suatu kondisi dimana hormon insulin yang dihasilkan pankreas tidak mencukupi untuk metabolisme glukosa dalam tubuh. Apabila kekurangan insulin maka glukosa tidak dapat diserap oleh sel tubuh maupun oleh hati.

Gejala khas dari DM adalah banyak kencing (poliuri) banyak makan (polifagi) dan banyak minum (polidipsi). Selain itu, penderita DM juga sering merasa kelelahan, lemas, berat badan menurun, pandangan kabur dan pendengaran berkurang. Penyakit diabetes melitus dibedakan menjadi 4 jenis yaitu DM Tipe I atau IDDM (*Insulin Dependent Diabetes Mellitus*), DM Tipe II atau NIDDM (*Non-Insulin Dependent Diabetes Mellitus*), DM gestasional, dan DM Tipe lain. (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2020).

Hasil Riskesdas 2018 menunjukkan bahwa prevalensi diabetes melitus di Indonesia berdasarkan diagnosis dokter pada umur >15 tahun sebesar 2 %. Angka tersebut menunjukkan peningkatan dibandingkan dengan prevalensi diabetes melitus pada penduduk > 15 tahun pada hasil Riskesdas tahun 2013 sebesar 1,5 %. Di kabupaten Sukoharjo, prevalensi diabetes melitus sebanyak 18.596 (32,63%) pada tahun 2019 (Dinas Kesehatan Kabupaten Sukoharjo, 2019)

Banyak faktor yang menyebabkan angka kejadian Diabetes Melitus masih cukup tinggi. Faktor tersebut dikelompokkan menjadi tiga kelompok, yaitu sosiodemografi (umur dan jenis kelamin), faktor perilaku (pola makan, merokok, konsumsi alkohol, dan aktivitas fisik) dan keadaan klinis (obesitas, genetika dan stress). Pengetahuan tentang diabetes juga sangat penting di dalam manajemen diabetes terutama dalam hal pola makan. (Manuntung, 2019)

Penduduk Kecamatan Sukoharjo menunjukkan kurangnya pengetahuan tentang

penyakit diabetes melitus beserta komplikasinya. Hal ini sesuai dengan PKP Puskesmas Sukoharjo pada tahun 2021 yang menunjukkan bahwa penyakit diabetes melitus masih tinggi dan belum memenuhi target yaitu ditandai dengan rendahnya penduduk Kecamatan Sukoharjo yang melakukan pemeriksaan gula darah yaitu hanya 11,2 % dari 30 %. Dikarenakan rendahnya pengetahuan tentang penyakit diabetes melitus dan faktor risikonya, maka posyandu lansia yang dilakukan di desa Jetis Kabupaten Sukoharjo, bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan tentang kesehatan dan mengontrol penyakit Diabetes Melitus pada lansia

TUJUAN DAN MANFAAT

Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan warga terkait tema penyakit diabetes melitus serta faktor risikonya pada lansia. Dengan adanya kegiatan ini, diharapkan warga akan dapat merepakan pengetahuan mereka dalam keseharian mereka agar terhindar dari diabetes melitus, atau bagi warga yang sudah

terdiagnosis diabetes melitus maka dapat mengendalikan penyakitnya.

METODE PELAKSANAAN KEGIATAN

Metode yang digunakan untuk penyuluhan dilakukan secara langsung di Desa Randulawang, Kelurahan Jetis, Kecamatan Sukoharjo, Kabupaten Sukoharjo. Sasaran dari penyuluhan ini adalah Peserta Posyandu lansia di desa Randulawang, Kelurahan Jetis, Kecamatan Sukoharjo, Kabupaten Sukoharjo. Peserta penyuluhan diberikan *pre-test* terlebih dahulu untuk mengukur pengetahuan awal, dilanjutkan dengan pemberian materi tentang pengertian diabetes melitus, faktor risiko, penanganan dan komplikasi dari diabetes melitus. *Post-test* diberikan kepada peserta dengan soal yang sama, yang bertujuan untuk menilai apakah materi yang disampaikan dapat dipahami oleh peserta penyuluhan. Analisis keberhasilan penyuluhan dilakukan dengan membandingkan nilai *pre-test* dan *post-test* menggunakan uji Wilcoxon.

HASIL DAN DISKUSI

Kegiatan ini diikuti oleh 56 warga, baik pria maupun wanita. Didapatkan rata-rata nilai jawaban *pre-test* dan *post-test* seluruh peserta, masing-masing yaitu 40,35% dan 83,9%. Dari item pertanyaan yang ada didapatkan data seperti tabel 1. Analisis pemahaman peserta diketahui dari

perbandingan jawaban *pre-test* dan *post-test* yang dilakukan oleh panitia terhadap peserta dengan pertanyaan pilihan ganda didapatkan nilai p sebesar 0,000.

Tabel 1. Persentase Jawaban Benar

Pertanyaan	Jawaban	Presentasi benar	
		<i>Pre-test</i>	<i>Post-test</i>
Kadar Gula Darah Sewaktu Normal adalah	< 200 mg/dl	30,35 %	87,5 %
Yang menjadi penyebab diabetes melitus adalah	Makan makanan manis	10,71 %	75 %
Yang termasuk gejala diabetes melitus adalah	Sering kencing	57,14 %	89,35 %
Yang termasuk pengelolaan diabetes melitus adalah	Olahraga Rutin	48,21 %	80,35 %
Cara pencegahan diabetes melitus adalah	Batasi Makan makanan manis	55,35 %	87,5 %
Rata – rata		40,35 %	83,92 %

Kegiatan penyuluhan mengenai penyakit diabetes melitus dan faktor risikonya pada lansia dilaksanakan pada tanggal 28 oktober 2022 secara langsung dihadiri 56 lansia dari Desa Randulawang, Kelurahan Jetis, Kecamatan Sukoharjo, Kabupaten Sukoharjo. Pada tahap awal tampak bahwa pengetahuan lansia mengenai

penyakit diabetes melitus dan faktor risikonya pada beberapa lansia sudah mengetahui tetapi ada beberapa yang belum mengetahui.

Dari pernyataan tersebut didapatkan data sebagai berikut:

a. Didapatkan 10% dari *pre-test* peserta yang masih kurang mengenai penyebab terjadinya diabetes melitus.

Hal tersebut didukung pada penelitian sebelumnya bahwa sebagian besar pengetahuan akan penyakit diabetes melitus masih kurang yang menyebabkan pasien cenderung untuk tidak mematuhi pengobatan, diet, dan insulin (Kong, Yein & Jenn, 2012)

Penelitian Ni'ma Meilani dkk juga melaporkan hasil responden sebesar 41 orang (25%) yang memiliki pengetahuan kurang dan mengalami kejadian diabetes melitus. Hal ini dapat disimpulkan bahwa ketika kita tidak mengetahui mengenai penyakit diabetes melitus dan faktor risikonya dapat menyebabkan diabetes melitus. Semakin baik pengetahuan yang dimiliki peserta mengenai penyakit diabetes melitus dan faktor risikonya dapat menurunkan resiko terjadinya diabetes. (Meilani, Azis, & Rifandi, 2022).

b. Didapatkan 57% dari *pre-test* peserta yang telah memahami gejala diabetes melitus.

c. Didapatkan rata-rata 40,35% yang telah memahami mengenai penyakit diabetes melitus pada lansia dan faktor risiko.

d. Berdasarkan hasil yang didapatkan pada tabel 1 terlihat bahwa terjadi peningkatan nilai pada *post-test* setelah diberikan penyuluhan sehingga dapat dikatakan bahwa pemahaman atau pengetahuan pada lansia mengenai penyakit diabetes melitus dan faktor resiko nya terjadi peningkatan yang signifikan.

e. Pada analisis deskriptif nilai *pre-test* peserta penyuluhan didapatkan hasil terdapat data yang tidak normal dengan nilai $p < 0,005$ pada uji Shapiro-Wilk, begitupun dengan hasil tes normalitas *post-test* terdapat data yang tidak normal dengan nilai $p < 0,005$. Setelah dilakukan penyuluhan terjadi perbedaan yang signifikan terhadap nilai *pre-test* dan *post-test* dengan dibuktikannya melalui uji Wilcoxon, dan diperoleh nilai $p < 0,005$ yang berarti penyuluhan efektif terhadap

meningkatnya pengetahuan masyarakat mengenai penyakit DM dan faktor risikonya.

SIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan perbedaan persentase jawaban benar antara *pre-test* dan *post-test* didapatkan hasil adanya peningkatan pengetahuan mengenai penyakit diabetes melitus dan faktor risikonya pada lansia. Hal ini menunjukkan bahwa kegiatan penyuluhan dan pengabdian masyarakat mengenai penyakit diabetes melitus dan faktor risikonya berhasil meningkatkan pengetahuan serta pemahaman masyarakat.

Selain itu, kegiatan penyuluhan mengenai diabetes melitus dan faktor risikonya terlaksana dengan baik bahkan peserta terlihat antusias, peserta berharap agar kegiatan seperti ini bisa dilakukan kembali dan dapat dilakukan pada target peserta yang berbeda, selain itu peserta

juga diharapkan dapat mengaplikasikan dalam kehidupan sehari-hari.

DAFTAR PUSTAKA

- Dinas Kesehatan Kabupaten Sukoharjo . (2019). Retrieved from <https://dkk.sukoharjokab.go.id/download/profil/Profil%20Kesehatan%20Kabupaten%20Sukoharjo%202019.pdf>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2020). Tetap Produktif, Cegah dan Atasi Diabetes Melitus. *INFODATIN*.
- Kong, Yein & Jenn. (2012). Psychological Insulin Resistance: Patient Beliefs and Implication For Diabetes Management, *Quality Life Search*. Vol.18, 22-23
- Manuntung, A. (2019). Hubungan Pengetahuan dan Sikap dengan Pola Makan Sebagai Faktor Resiko Diabetes Melitus. *Media Informasi*, 138-142.
- PERKENI. (2021). *Pedoman Pengelolaan dan Pencegahan Diabetes Melitus Tipe 2 di Indonesia*. Retrieved from <https://pbperkeni.or.id/wp-content/uploads/2021/11/22-10-21-Website-Pedoman-Pengelolaan-dan-Pencegahan-DMT2-Ebook.pdf>
- Rahmasari, I., & Wahyuni, E. S. (2019). Efektivitas Memordoca Carantia (Pare) Terhadap Penurunan Kadar Glukosa DARAH. *Jurnal Ilmiah Rekam Medis dan Informatika Kesehatan*, 57-64.