



UPAYA PENINGKATAN PENGETAHUAN LANSIA TERHADAP DIABETES MELITUS DI PANTI WERDHA RINDANG ASIH II

Herlina Puspitasari

Universitas Widya Husada

Kartika Azalia Salsabila

Universitas Widya Husada

Laesya Putri Ilmi Afifatul

Universitas Widya Husada

Amanda Aura Putri

Universitas Widya Husada

Abstrak Penyakit diabetes melitus tidak dapat disembuhkan, namun dapat dikendalikan dengan mengikuti pengelolaan DM. Kurangnya kesadaran masyarakat akan bahaya diabetes mellitus, pencegahan dan pengendaliannya membuat penyakit ini semakin banyak terjadi. Tujuan pelaksanaannya pun sangat mendorong lansia untuk memanfaatkan layanan kesehatan yang tersedia, termasuk pemeriksaan rutin kadar gula darah, konsultasi dengan tenaga medis, dan program pendampingan untuk manajemen diabetes. Pengabdian ini menggunakan strategi pendidikan masyarakat melalui penyuluhan untuk meningkatkan kesadaran dan pemahaman tentang diabetes melitus (DM). Kegiatan pengabdian masyarakat ini difokuskan pada tujuan tersebut, dengan langkah-langkah berupa penyuluhan kesehatan, pemeriksaan gula darah gratis, serta diskusi interaktif mengenai bahaya, pencegahan, dan pengelolaan DM. Berdasarkan pemeriksaan terdapat 28 lansia hadir. Didapatkan data 6 lansia memiliki nilai GDS diatas normal (>120), 2 lansia memiliki nilai GDS dibawah normal (<70) dan 20 lansia lainnya memiliki nilai GDS normal. Hal ini menunjukkan 1:8 lansia Panti Werdha Rindang Asih II memiliki kadar gula darah cukup tinggi dan berisiko terkena masalah apabila tidak dilakukan penanganan dan pengawasan yang tepat. Dapat disimpulkan bahwa memberikan sebuah penyuluhan kepada para lansia dapat memberikan pengetahuan tentang diabetes mellitus pada lansia, semakin banyak pula informasi dan pengetahuan tentang kesehatan yang diperoleh dan gambaran yang lebih jelas muncul mengenai pencegahan dan pengobatan pada lansia. Pengembangan program pengabdian masyarakat di bidang peningkatan mutu kesehatan lanjut usia perlu ditingkatkan dengan pelayanan masyarakat yang teratur dan berkelanjutan.

Kata Kunci : *Diabetes melitus, Lansia*

PENDAHULUAN

Diabetes melitus (DM) adalah penyakit kronis yang muncul ketika pankreas gagal memproduksi insulin dalam jumlah yang cukup atau ketika tubuh tidak dapat menggunakan insulin dengan efektif. Insulin adalah hormon yang berfungsi mengatur kadar gula darah. Hiperglikemia, atau peningkatan gula darah, merupakan gejala umum dari diabetes yang tidak terkontrol, dan kondisi ini dapat menyebabkan kerusakan serius pada berbagai sistem tubuh, terutama pada saraf dan pembuluh darah (Murtiningsih et al., 2021).

Penyakit diabetes melitus tidak dapat disembuhkan, namun dapat dikendalikan dengan mengikuti empat pilar pengelolaan DM, yang mencakup pendidikan kesehatan, perencanaan makan atau diet, olahraga teratur, serta penggunaan obat OHO atau insulin

seumur hidup. Kepatuhan terhadap aturan ini seumur hidup sering kali menjadi sumber stres bagi pasien, sehingga banyak yang gagal mematuhi (Purba, 2008). Penderita DM yang tidak mengikuti empat pilar pengelolaan akan mengalami gula darah yang tidak terkontrol, yang dapat memicu komplikasi serius seperti stroke, gagal ginjal, penyakit jantung, kebutaan, hingga amputasi jika luka di tubuh sulit mengering. Komplikasi ini terjadi akibat ketidakpatuhan dalam menjalankan program terapi, seperti pengaturan diet, olahraga, dan penggunaan obat-obatan (Devi, 2008).

Kurangnya kesadaran masyarakat akan bahaya diabetes mellitus, pencegahan dan pengendaliannya membuat penyakit ini semakin banyak terjadi di masyarakat. Tujuan pelaksanaannya pun sangat mendorong lansia untuk memanfaatkan layanan kesehatan yang tersedia, termasuk pemeriksaan rutin kadar gula darah, konsultasi dengan tenaga medis, dan program pendampingan untuk manajemen diabetes.

Penyuluhan kesehatan diabetes mellitus pada lansia dapat dilakukan melalui berbagai metode yang melibatkan beberapa lansia di panti. Pendekatan persuasive dan interaktif seperti diskusi kelompok, tanya jawab, dan simulasi dapat digunakan dalam kegiatan penyuluhan. Oleh karena itu, dalam konteks ini, peningkatan kesadaran masyarakat tentang Diabetes Mellitus, deteksi dini kondisi ini, dan penjelasan mengenai pengobatannya menjadi sangat penting. Tujuan dari pengabdian ini adalah untuk meningkatkan pemahaman tentang DM serta melakukan deteksi dini terhadap kadar gula darah pada lansia di Panti Werdha Rindang Asih II Bongsari, Semarang.

METODE PENELITIAN

Pengabdian ini menggunakan strategi pendidikan masyarakat melalui penyuluhan untuk meningkatkan kesadaran dan pemahaman tentang diabetes melitus (DM). Selain itu, program ini juga bertujuan mendorong para lansia agar rutin memeriksa kadar gula darah. Kegiatan pengabdian masyarakat ini difokuskan pada tujuan tersebut, dengan langkah-langkah berupa penyuluhan kesehatan, pemeriksaan gula darah gratis, serta diskusi interaktif mengenai bahaya, pencegahan, dan pengelolaan DM.

Adapun uraian pelaksanaannya adalah sebagai berikut: survey awal dan identifikasi kondisi lokasi. Ini dilakukan untuk mengetahui apakah kondisi lokasi sesuai dengan tujuan kegiatan. Perencanaan program secara menyeluruh adalah tahap pertama dari pengabdian. Ini termasuk menentukan tujuan pengabdian, target audiens, lokasi

pelaksanaan, dan jadwal dan jangka waktu kegiatan. Tahap kedua adalah penyuluhan kesehatan dengan memberikan informasi kepada masyarakat tentang diabetes mellitus. Para peserta dididik tentang pengertian, penyebab, gejala, komplikasi, dan cara mencegah diabetes. Alat yang digunakan untuk tahap ini adalah LCD, proyektor, PowerPoint, dan leaflet. Tahap ketiga adalah melakukan pemeriksaan gula darah secara gratis. Tujuan dari pemeriksaan ini adalah untuk memberikan layanan kesehatan yang dapat diukur kepada masyarakat dan membantu mereka memahami kondisi kesehatan mereka dan risiko yang terkait dengan diabetes mellitus. Di tahap keempat, peserta diminta untuk berpartisipasi aktif dalam diskusi interaktif tentang bahaya dan pencegahan, serta solusi dan strategi untuk mengatasi masalah diabetes. Tahap kelima adalah menilai seberapa efektif program. Ini dilakukan dengan mengajukan pertanyaan untuk mengukur pemahaman peserta tentang diabetes mellitus. Diharapkan peserta dapat menjawab pertanyaan tersebut. Komentar peserta juga dapat digunakan untuk memperbaiki dan meningkatkan program di masa mendatang.

Diharapkan pengabdian ini akan meningkatkan pemahaman dan kesadaran masyarakat tentang diabetes mellitus serta mengurangi risiko penyakit tersebut. .

HASIL DAN PEMBAHASAN

Luaran dari pengabdian masyarakat ini mengacu pada peningkatan pengetahuan dan pemahaman kesehatan pada lansia di Panti Werdha Rindang Asih II Bongsari utamanya mengenai penyakit diabetes militus.

Pelaksanaan pengabdian masyarakat dihadiri oleh 26 lansia (93%) dari 28 lansia yang terdata. Terjadinya peningkatan pemahaman lansia terhadap diabetes militus ditandai dengan antusias dan respon positif lansia pada sesi penyampaian materi dengan menampilkan tayangan video animasi juga penjelasan langsung dari pemateri. Pemateri menjelaskan pengertian, penyebab, gejala, komplikasi, dan cara mencegah diabetes, para lansia menyimak dengan baik.

Pada akhir sesi materi para lansia diberi pertanyaan-pertanyaan terkait materi diabetes yang telah disampaikan. Sebagian lansia aktif dalam menjawab pertanyaan yang diajukan. Dari diskusi dapat diartikan bahwa para lansia makin meningkat pemahamannya terkait diabetes melitus. Para lansia mengaku lebih paham mengenai penyakit diabetes melitus setelah dilakukan penyuluhan.

Para lansia juga antusias untuk mengantre pemeriksaan gula darah setelah dipaparkan materi mengenai diabetes melitus dan pentingnya mengecek gula darah secara berkala. Sebanyak 100% lansia yang mengikuti materi penyuluhan ikut serta dalam pemeriksaan gula darah.

Berdasarkan pemeriksaan yang telah dilakukan, didapatkan data 6 (21,4%) dari 28 lansia memiliki nilai gula darah sewaktu diatas normal (>120) dan 2 (7,1%) dari 28 lansia memiliki nilai gula darah sewaktu dibawah normal (<70) artinya 20 (71,4%) lansia memiliki gula darah yang normal. Hal ini menunjukkan bahwa 1:8 lansia di Panti Werdha Rindang Asih II memiliki kadar gula darah cukup tinggi dan berisiko terkena masalah kesehatan apabila tidak dilakukan penanganan dan pengawasan yang tepat terutamanya untuk menghindari penyakit diabetes melitus.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil dan luaran yang diperoleh, dapat disimpulkan bahwa memberikan sebuah penyuluhan kepada para lansia dapat memberikan pengetahuan tentang diabetes mellitus pada lansia, semakin banyak pula informasi dan pengetahuan tentang kesehatan yang diperoleh dan gambaran yang lebih jelas muncul mengenai pencegahan dan pengobatan pada lansia. Dampak dan komplikasi diabetes mellitus pada lansia, baik akut (hipoglikemia) maupun kronis (gangren, retinopati, nefropati sangat serius sehingga diperlukan tindakan pencegahan dan pengobatan lebih lanjut untuk mencegah akibat yang lebih fatal.

SARAN

Pengembangan program pengabdian masyarakat di bidang peningkatan mutu kesehatan lanjut usia perlu ditingkatkan lebih lanjut dengan program lembaga pendidikan, pemerintah. Kegiatan pelayanan masyarakat yang teratur dan berkelanjutan juga diperlukan untuk menangani masalah kesehatan lanjut usia secara lebih mendalam.

DAFTAR PUSTAKA

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2024). Apa yang dimaksud dengan penyakit diabetes melitus? P2PTM Kemenkes RI. Retrieved from <https://p2ptm.kemkes.go.id/informasi-p2ptm/penyakit-diabetes-melitus>

- Perkumpulan Endokrinologi Indonesia. (2021). Pedoman pengelolaan dan pencegahan diabetes melitus tipe 2 dewasa di Indonesia. PB Perkeni
- Primanita Ulfah, S.Kep., Ns. (2024). Penanganan diabetes melitus di RSUD Ajibarang: Kasus dan solusi. RSUD Ajibarang. Retrieved from <https://rsudajibarang.banyumaskab.go.id/news/48021/penanganan-diabetes-mellitus-di-rsud-ajibarang-kasus-dan-solusi>
- RS Pondok Indah. (2025). 7 cara mengelola diabetes secara mandiri. RS Pondok Indah. Retrieved from <https://www.rspondokindah.co.id/id/news/kelola-diabetes-secara-mandiri>
- Siregar, W. Y. M., Ikhsan, R., Ikhsan, M., Dewi, R., Zara, N., & Debbyousha, M. (2023). Upaya pengelolaan diabetes melitus tipe 2 dengan pendekatan holistik. Galenical: Jurnal Kedokteran dan Kesehatan Mahasiswa Malikussaleh, 2(4), 54-65.