Syntax Literate: Jurnal Ilmiah Indonesia p–ISSN: 2541-0849
e-ISSN: 2548-1398
Vol. 9, No. 10, Oktober 2024

PENDAMPINGAN PENCEGAHAN DAN PENGENDALIAN DIABETES MELLITUS PADA PEREMPUAN DI DESA LEMAH KEMBAR KECAMATAN SUMBERASIH KABUPATEN PROBOLINGGO

Gufron[1*], M. Rofik Fitrotulloh[2], Jumriyah[3], Siti Ainurrohmah[4]
Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang, Indonesia[1,2,3,4]
Email: gufron@bsa.uin-malang.ac.id[1], alessandrorofik@uin-malang.ac.id[2], jumriyah_yusuf@uin-malang.ac.id[3], ainurrohmahsiti1101@gmail.com[4]

Abstrak

Pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk memberikan informasi yang komprehensif mengenai diabetes melitus, termasuk gejala, faktor risiko, dampaknya terhadap kesehatan, serta upaya pencegahan dan pengendalian. Sasaran program pengabdian ini adalah 15 perempuan warga Desa Lemah Kembar Kecamatan Sumberasih Kabupaten Probolinggo yang sudah menderita diabetes melitus. dan kelompok berisiko terkena diabetes melitus dari berbagai golongan usia. Metode yang diterapkan dalam program pengabdian ini adalah Participatory Action Research (PAR) meliputi tahap persiapan, tahap pelaksanaan dan tahap evaluasi. Hasil kegiatan pengabdian ini memperlihatkan bahwa sasaran kegiatan pengabdian antusia sdan memberikan respon yang baik. Hasil evaluasi berdasarkan wawancara, kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan yang signifikan mengenai diabetes melitus.
Kata Kunci: diabetes melitus, perempuan, pencegahan, pengendalian

Abstract

This community service aims to provide comprehensive information about diabetes mellitus, including symptoms, risk factors, its impact on health, as well as prevention and control efforts. The targets of this community service program are 15 female residents of Lemah Kembar Village, Sumberasih District, Probolinggo Regency who already have diabetes mellitus. and groups at risk of diabetes mellitus from various age groups. The method applied in this service program is Participatory Action Research (PAR) including the preparation stage, implementation stage and evaluation stage. The results of this service activity show that the targets of the service activities are enthusiastic and give a good response. Evaluation results based on interviews, activities show a significant increase in knowledge about diabetes mellitus.
Keywords*: diabetes mellitus, women, prevention, control*

Pendahuluan

International Diabetes Federation (IDF) memperkirakan prevalensi global penderita diabetes mencapai angka 578 juta pada tahun 2030 dan 700 juta pada tahun 2045 (Aisyah & Rochmadina Suci Bestari, 2023). Indonesia menempati peringkat ke-6 negara dengan jumlah penderita diabetes terbanyak dan merupakan satu-satunya negara di Asia Tenggara yang masuk dalam daftar tersebut (Windani Mambang Sari et al., 2016; Yarnita et al., 2023). IDF menyebut ada 537 juta orang dewasa (usia 20 - 79 tahun) atau 1 dari 10 orang hidup dengan diabetes di seluruh dunia (Widyana & Afriansyah, 2022). 4 dari 5 orang penderita diabetes tinggal di negara berpendapatan rendah atau menengah (Kusumawati et al., 2024). Jumlah kematian akibat diabetes di Indonesia mencapai 236 ribu pada 2021 (Pahlevi, 2021).

How to cite: Gufron, et al. (2024). Pendampingan Pencegahan dan Pengendalian Diabetes Mellitus pada Perempuan di Desa Lemah Kembar Kecamatan Sumberasih Kabupaten Probolinggo. *Syntax Literate*. *(9)10.* http://dx.doi.org/10.36418/syntax-literate.v9i10
E-ISSN: 2548-1398

Tahun 2023 jumlah penduduk miskin Kabupaten Probolinggo mencapai 17,19 % atau sebanyak 205.020 jiwa. Kondisi ini menempatkan posisi Kabupaten Probolinggo urutan nomor 4 terbesar se-Jawa Timur sebagai daerah termiskin. Di bawah Sumenep (18,7%), Bangkalan (19.35%) dan Sampang (21,76 %) (Muslih, 2024). Dan pada tahun 2021 terdapat lebih dari 15 ribu warga di Kabupaten Probolinggo yang berpendidikan rendah. Hal itu dibuktikan dengan indeks pendidikan daerah setempat yang masuk rangking ketiga terendah di Jawa Timur (Jalil, 2022). Sementara itu, penyakit diabetes melitus menduduki peringkat ke-8 besar penyakit terbanyak di Kabupaten Probolinggo sebanyak 9.214 kasus pada tahun 2022.

Desa Lemah Kembar di Kecamatan Sumberasih merupakan salah satu daerah dengan jumlah penderita diabetes melitus yang cukup tinggi di Kabupaten Probolinggo, dengan mayoritas penderita adalah perempuan, termasuk yang masih berusia muda antara 20 hingga 30 tahun. Menurut Kepala Desa Hariyanto, tingginya jumlah penderita diabetes di daerah ini terutama terjadi di kalangan ibu-ibu. Beberapa kasus bahkan berujung pada kematian, yang disebabkan oleh minimnya pengetahuan mengenai penyakit diabetes melitus dan lambatnya penanganan yang diberikan.

Kondisi ini erat kaitannya dengan tingginya faktor risiko diabetes di kalangan masyarakat setempat dan kurangnya pengetahuan tentang langkah-langkah pencegahan dan pengendalian diabetes. Faktor-faktor risiko ini dapat mencakup pola makan yang tidak sehat, kurangnya aktivitas fisik, serta kurangnya akses terhadap informasi kesehatan yang memadai (Nina, 2016; Widyasari, 2017). Untuk mengatasi masalah ini, penting untuk meningkatkan kesadaran dan pengetahuan masyarakat tentang diabetes melitus melalui program edukasi kesehatan yang komprehensif, termasuk pengetahuan tentang gejala awal, bahaya penyakit, serta pentingnya penanganan dan pencegahan dini (Banilai & Sakundarno, 2023; Ningrum et al., 2021; Pesa, 2019; Ramadhan et al., 2022).

Desa Lemah Kembar, yang sebagian besar penduduknya bekerja sebagai buruh tani, buruh bangunan, dan petani pemilik lahan/penggarap, menghadapi tantangan ekonomi yang signifikan. Tingkat pendapatan yang rendah membatasi akses mereka terhadap makanan sehat, buah-buahan, sayuran bergizi, fasilitas rekreasi, dan layanan kesehatan. Kondisi ini memperburuk risiko kesehatan, termasuk diabetes melitus. Sebagian besar penduduk Desa Lemah Kembar juga memiliki tingkat pendidikan yang rendah, dengan mayoritas hanya menamatkan pendidikan di tingkat SD, sebagian di tingkat SMP dan SMA, dan hanya sebagian kecil yang melanjutkan hingga perguruan tinggi. Tingkat pendidikan yang lebih tinggi biasanya berkorelasi dengan pengetahuan yang lebih luas, termasuk dalam aspek kesehatan. Orang yang memiliki pengetahuan lebih luas cenderung memiliki kesadaran untuk berperilaku sehat, seperti mengadopsi pola makan yang seimbang, rutin berolahraga, dan melakukan pemeriksaan kesehatan secara teratur. Oleh karena itu, penting untuk menginisiasi program edukasi kesehatan yang ditujukan kepada penduduk Desa Lemah Kembar. Program ini harus mencakup informasi tentang pola makan sehat, pentingnya aktivitas fisik, serta cara mengenali dan menangani gejala awal diabetes melitus. Selain itu, akses terhadap layanan kesehatan harus ditingkatkan, termasuk penyediaan fasilitas yang lebih baik dan terjangkau bagi masyarakat berpenghasilan rendah. Kolaborasi antara pemerintah daerah, organisasi kesehatan, dan komunitas setempat sangat diperlukan untuk meningkatkan kesejahteraan dan kualitas hidup penduduk Desa Lemah Kembar.

Berdasarkan analisis situasi di Desa Lemah Kembar, untuk mewujudkan derajat kesehatan masyarakat yang optimal, diperlukan upaya pendampingan secara terus menerus. Pendampingan ini bertujuan untuk memberikan informasi kepada masyarakat

tentang prevalensi diabetes melitus, faktor risiko yang menjadi pemicunya, serta upaya pencegahan dan pengendalian penyakit ini.

Metode Penelitian

Metode yang diterapkan dalam program pengabdian ini adalah Participatory Action Research (PAR) (Sugiyono, 2023). Pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dengan memberikan informasi yang komprehensif mengenai diabetes melitus, termasuk gejala, faktor risiko, dan cara pencegahan. Selain itu untuk meningkatkan kesadaran masyarakat tentang pentingnya pola hidup sehat dan pemeriksaan kesehatan rutin. Dan meningkatkan kewaspadaan terhadap komplikasi yang dapat timbul akibat diabetes melitus dan pentingnya pengendalian penyakit ini. Sasaran program pengabdian ini adalah 15 perempuan warga Desa Lemah Kembar yang sudah menderita diabetes melitus. dan kelompok berisiko terkena diabetes dari berbagai golongan usia. Serangkaian kegiatan dimulai tahap persiapan, pelaksanaan, evaluasi, dan dokumentasi.Kegiatan pengabdian ini meliputi beberapa tahap. Tahap-tahap pengabdian ini meliputi:

1) Tahap Persiapan
   Tahap persiapan adalah tahap mempersiapkan tim pengabdian, mitra pengabdian dalam menyusun rencana kegiatan, pendataan dan semua kebutuhan terkait pelaksanaan kegiatan.
2) Tahap Pelaksanaan
   Tahap pelaksanaan meliputi 3 aktivitas yaitu, pelatihan tatap muka secara langsung, penyuluhan dan edukasi diabetes melitus pada sasaran program pengabdian masyarakat.
3) Tahap Evaluasi
   Tahap evaluasi pelaksanaan pengabdian antara lain menilai pelaksanaan kegiatan dan peningkatan pengetahuan sasaran program pengabdian masyarakat tentang diabetes melitus. Menilai hasil wawancara kepada sasaran program pengabdian masyarakat tentang diabetes melitus, factor risiko, gejala, penangan, komplikasi diabetes melitus

Hasil dan Pembahasan

Penyuluhan dan Edukasi Kesehatan

Pengabdian merupakan kegiatan atau proses yang bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan, kesadaran, dan pemahaman masyarakat mengenai berbagai aspek kesehatan. Dalam konteks pengabdian ini, pendampingan pencegahan dan pengendalian diabetes melitus pada perempuan Desa Lemah Kembar meliputi: (1) Penyuluhan tentang Diabetes Melitus, (2) Edukasi tentang Pola Makan Sehat, (3) Edukasi tentang Aktivitas Fisik, (4) Penyuluhan tentang Pengelolaan Stres dan (5) Edukasi tentang Pemeriksaan Kesehatan Rutin:

Pelaksanaan pengabdian masyarakat ini dilakukan secara offline atau tatap muka secara langsung menggunakan alat bantu visual seperti slide presentasi, gambar, dan grafik untuk memperjelas poin-poin penting. Sebelum penyuluhan dan edukasi kesehatan di mulai, 15 perempuan peserta pendampingan terlebih dahului tes kadar gula darah (mg/dL) yang dipimpin langsung narasumber dr. Mega Wiragrenda Alif Fiola berserta tim pengabdi. Respon peserta pengabdian sangat baik. Peserta aktif mengikuti penyluhan dan bertanya hal-hal yang belum jelas tentang diabetes melitus. Setelah pemaparan materi dilanjutkan dengan diskusi. Diskusi tentang gejala, penangan dan komplikasi diabetes

melitus.Metode penyuluhan dan edukasi dalam kegiatan ini adalah (1) ceramah dan diskusi, (2) leaflet yang berisi informasi lengkap tentang pencegahan dan pengendalian diabetes melitus dan (3) Demonstrasi praktis untuk memberikan pemahaman yang lebih mendalam tentang bagaimana menerapkan pengetahuan yang telah disampaikan dalam kehidupan sehari-hari meliputi pengukuran kadar gula darah, olah raga ringan dan penyusunan menu sehat bagi penderita diabetes melitus. Setelah kegiatan promosi kesehatan, tahap evaluasi dilakukan melalui wawancara dengan sasaran program pengabdian masyarakat. Wawancara tersebut menilai pengetahuan mereka mengenai diabetes melitus, termasuk faktor risiko, gejala, penanganan, dan komplikasi yang terkait dengan penyakit ini. Hasil wawancara menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan yang signifikan di antara peserta.

Peningkatan pengetahuan ini diharapkan dapat meningkatkan kesadaran dan kewaspadaan mereka terhadap diabetes melitus, serta pemahaman yang lebih baik mengenai faktor-faktor risiko, strategi pengendalian, dan komplikasi yang mungkin timbul. Langkah ini sangat penting dalam rangka pencegahan dan pengendalian penyakit diabetes melitus secara efektif. Dengan kesadaran yang lebih tinggi, masyarakat dapat mengambil langkah-langkah proaktif untuk menjaga kesehatan dan mengurangi risiko terkena penyakit ini.



Gambar 1. Penyuluhan dan Edukasi Kesehatan Pencegahan dan Pengendalian Diabetes Mellitus

Pemantauan dan Evaluasi Berkala

Setelah kegiatan penyuluhan dan edukasi kesehatan, tim pengabdi melakukan pemantauan berkala terhadap pelaksanaan kegiatan dan kemajuan peserta dalam mengelola diabetes melitus. Selanjutnya mengumpulkan umpan balik dari peserta untuk mengevaluasi efektivitas program dan melakukan perbaikan jika diperlukan. Kegiatan ini terlaksana pada tanggal 3 Agustus 2024 bertempat di Dusun Tanah Merah Desa Lemah Kembar Kec. Sumberasih Kab. Probolinggo. Kegiatan ini memanfaatkan teknologi untuk memberikan edukasi dan konseling kesehatan dengan narasumber dr. Mega Wiragrenda Alif Fiola melalui aplikasi atau platform online Google Zoom.

Pembentukan Kelompok Dukungan

Membentuk kelompok dukungan bagi perempuan dengan diabetes atau yang berisiko tinggi, di mana mereka dapat berbagi pengalaman, memberikan dukungan emosional, dan mendapatkan informasi serta motivasi. Mengadakan pertemuan kelompok dukungan secara rutin untuk membahas perkembangan kesehatan dan strategi pengendalian diabetes. Pembentukan kelompok dukungan bagi perempuan dengan diabetes atau yang berisiko tinggi di Desa Lemah Kembar merupakan inisiatif penting untuk meningkatkan dukungan sosial dan emosional serta memberikan informasi dan motivasi yang diperlukan dalam pengelolaan diabetes.

Pemberdayaan Masyarakat dalam Pencegahan dan Pengendalian Diabetes Melitus

Untuk memastikan program pencegahan dan pengendalian diabetes melitus berkelanjutan dan dimiliki oleh masyarakat, penting untuk melibatkan komunitas dalam setiap tahap program. Mengembangkan kapasitas masyarakat sangat penting agar mereka dapat menjadi agen perubahan yang efektif dalam pencegahan dan pengendalian diabetes melitus. Di antara bentuk pemberdayaan masyarakat dalam pencegahan dan pengendalian diabetes melitus anta lain:

1) Pertemuan PKK Ibu-Ibu
   Dalam pertemuan rutin PKK, ketua PKK yang telah diberikan pelatihan bisa menyampaikan informasi tentang diabetes melitus, cara pencegahan, dan pentingnya pemeriksaan kesehatan rutin.
2) Jama'ah Pengajian Rutin
   Pemuka agama atau ustadz yang memimpin pengajian rutin bisa menyisipkan pesan kesehatan tentang diabetes dalam ceramahnya, menghubungkan pentingnya menjaga kesehatan dengan ajaran agama.
3) Kegiatan Karang Taruna
   Dalam kegiatan yang melibatkan pemuda, tokoh masyarakat bisa mengadakan sesi khusus tentang gaya hidup sehat dan pencegahan diabetes, serta mengajak pemuda untuk aktif dalam kegiatan olahraga.
4) Ibu-ibu posyandu
   Bisa berperan aktif dalam melakukan penyuluhan tentang diabetes melitus, melakukan deteksi dini melalui pemeriksaan rutin, serta memberikan dukungan emosional dan konseling kepada penderita diabetes. Mereka juga bisa memantau perkembangan kesehatan dan memberikan rujukan kefasilitas kesehatan jika diperlukan.

Kesimpulan

Promosi kesehatan sangat penting untuk meningkatkan pengetahuan tentang diabetes melitus. Melalui program pendampingan dalam pencegahan dan pengendalian diabetes melitus pada perempuan di Desa Lemah Kembar, Kecamatan Sumberasih, Kabupaten Probolinggo, telah terjadi peningkatan pengetahuan yang signifikan mengenai diabetes melitus. Peningkatan pengetahuan ini diharapkan dapat meningkatkan kesadaran akan pentingnya pencegahan dan pengendalian diabetes melitus, terutama mengingat bahwa diabetes melitus adalah salah satu penyakit degeneratif yang serius. Dengan bertambahnya pengetahuan dan kesadaran ini, diharapkan individu dapat menerapkan perilaku sehat dalam kehidupan sehari-hari untuk mencegah dan mengendalikan diabetes melitus, menjaga kesehatan, serta mengurangi risiko komplikasi yang lebih serius. Sebagai tindak lanjut dari kegiatan pengabdian ini, disarankan agar promosi kesehatan diperluas cakupannya, mencakup lebih banyak sasaran di masyarakat, dan diiringi dengan dorongan untuk perubahan perilaku menuju pola hidup sehat. Dengan demikian, upaya pencegahan dan pengendalian diabetes melitus di tengah masyarakat dapat menjadi lebih efektif.

BIBLIOGRAFI

Aisyah, R., & Rochmadina Suci Bestari. (2023). Peningkatan Pengetahuan Masyarakat Tentang Prevalensi Dan Faktor Risiko Diabetes Melitus Serta Upaya Pencegahannya Melalui Edukasi. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Medika*. https://doi.org/10.23917/jpmmedika.v3i1.1587

Banilai, P. A. S., & Sakundarno, M. (2023). Systematic Review: Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Diabetes Melitus (DM) Pada Penderita Tuberkulosis (TB). *Healthy Tadulako Journal (Jurnal Kesehatan Tadulako)*, *9*(2). https://doi.org/10.22487/htj.v9i2.739

Jalil, A. (2022). *Banyak Warga Berpendidikan Rendah, Indeks Pendidikan Kabupaten Probolinggo Ranking Tiga Terbawah*. Https://Timesindonesia.Co.Id/Pendidikan/422491/Banyak-Warga-Berpendidikan-Rendah-Indeks-Pendidikan-Kabupaten-Probolinggo-Ranking-Tiga-Terbawah.

Kusumawati, N., Hamid, A., & Jajuli, A. (2024). Pendidikan Kesehatan Berkelanjutan tentang Diabetes pada Media Sosial Online. *Abdimas Universal*, *6*(2), 278–286.

Muslih, A. F. (2024). *Pemkab Probolinggo Fokus Kurangi Kemiskinan di Tahun 2024*. Https://Radarbromo.Jawapos.Com/Kraksaan/1003711548/Pemkab-Probolinggo-Fokus-Kurangi-Kemiskinan-Di-Tahun-2024.

Nina, W. (2016). Hubungan Karakteristik Responden Dengan Risiko Diabetes Melitus Dan Dislipidemia Kelurahan Tanah Kalikedinding. *Jurnal Unair*, *5*(1).

Ningrum, Q., Dhewi, S., & Ilmi, M. B. (2021). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Diabetes Melitus Pada Masyarakat Di Wilayah Kerja Puskesmas Sungai Karias …. *EPrints Uniska*.

Pahlevi, R. (2021). *Kasus Kematian Akibat Diabetes di Indonesia Terbesar Keenam di Dunia*. Https://Databoks.Katadata.Co.Id/Datapublish/2021/11/26/Kasus-Kematian-Akibat-Diabetes-Di-Indonesia-Terbesar-Keenam-Di-Dunia.

Pesa, Y. M. (2019). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Diabetes Melitus Tipe II Di Rs Awal Bros Ujung Batu Tahun 2015. *Jurnal Penelitian Dan Kajian Ilmu*, *13*(6).

Ramadhan, S., Taruna, J., & Syafriani. (2022). Faktor – faktor yang berhubungan dengan kejadian diabetes melitus tipe 2 di wilayah kerja Puskesmas Air Tiris tahun 2022. *Excellent Health Journal*, *1*(1).

Sugiyono. (2023). Metode Penelitian Kualitatif (Untuk penelitian yang bersifat: eksploratif, enterpretif, interaktif dan konstruktif). *CV. Alfabeta*.

Widyana, A. R., & Afriansyah, M. A. (2022). Penyuluhan dan Pemeriksaan Kadar HbA1c pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 di RSUD Suradadi. *Jurnal Inovasi Dan Pengabdian Masyarakat Indonesia*, *1*(3). https://doi.org/10.26714/jipmi.v1i3.23

Widyasari, N. (2017). Hubungan karakteristik responden dengan risiko diabetes melitus dan dislipidemia Kelurahan Tanah Kalikedinding. *Jurnal Unair*, *5*(1).

Windani Mambang Sari, C., Haroen, H., & Nursiswati, N. (2016). Pengaruh Program Edukasi Perawatan Kaki Berbasis Keluarga terhadap Perilaku Perawatan Kaki pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2. *Jurnal Keperawatan Padjadjaran*, *v4*(n3). https://doi.org/10.24198/jkp.v4n3.10

Yarnita, Y., Rayasari, F., & Kamil, A. R. (2023). Program self efficacy dalam perawatan kaki diabetes melitus tipe 2. *Jurnal Keperawatan*, *15*(1).

Copyright holder:
Gufron, M. Rofik Fitrotulloh, Jumriyah, Siti Ainurrohmah (2024)

First publication right:
Syntax Literate: Jurnal Ilmiah Indonesia

This article is licensed under:

