

EARLY DETECTION OF DIABETES MELLITUS AND BLOOD SUGAR CHECKUP AT PAMULANG UNIVERSITY

Akub Selvia, Alip Maulana, Dea Nurulita

STIKes Widya Dharma Husada Tangerang, Pajajaran Street No.1, South of Tangerang, 15417, Indonesia

Corresponding Email: akubselvia@wdh.ac.id

ABSTRACT

Diabetes mellitus is still a concern for world health problems. The incidence of this disease is still increasing, especially in developing countries. The increasing cases of diabetes mellitus are generally caused by lifestyle factors, lack of public awareness in regulating diet and processing food properly. Based on the above factors, it is necessary to do early detection of diabetes mellitus in the community. The purpose of this community service activity is to carry out early detection and monitoring of a person's health status and to provide education about diabetes to provide information to the general public about diabetes and its management. This activity is carried out at Pamulang University with the target participants, namely lecturers and academic staff. The results of the evaluation of the counseling and health checks were the increased knowledge of the participants about diabetes mellitus and the participants were very enthusiastic and they were also happy because they were able to have free health checks. Furthermore, health checks must be carried out regularly to be able to detect the disease as early as possible and health education can provide an overview of information to the public so that they understand the disease and can provide proper management of the disease.

Keywords : *Diabetes Mellitus, Prevention, Blood Sugar Checkup*

DETEKSI DINI PENYAKIT DIABETES MELLITUS DAN PEMERIKSAAN GULA DARAH DI UNIVERSITAS PAMULANG

Akub Selvia, Alip Maulana, Dea Nurulita

STIKes Widya Dharma Husada Tangerang, Jalan Pajajaran No.1, Kota Tangerang Selatan, 15417, Indonesia

ABSTRAK

Diabetes melitus masih menjadi perhatian bagi masalah kesehatan dunia. Angka kejadian penyakit ini masih terus bertambah terutama bagi negara-negara berkembang. Meningkatnya kasus penyakit diabetes mellitus umumnya disebabkan oleh faktor gaya hidup, kurangnya kesadaran masyarakat dalam mengatur pola makan dan mengolah makanan dengan baik. Berdasarkan faktor di atas maka perlu dilakukan deteksi dini penyakit diabetes mellitus pada masyarakat. Tujuan dari kegiatan pengabdian masyarakat ini yaitu untuk melakukan deteksi dini dan pemantauan terhadap status kesehatan seseorang serta memberikan edukasi tentang penyakit diabetes untuk memberikan informasi kepada masyarakat awam mengenai penyakit diabetes dan penatalaksanaannya. Kegiatan ini dilaksanakan di Universitas Pamulang dengan sasaran pesertanya yaitu dosen dan staf akademik. Hasil evaluasi dari kegiatan penyuluhan dan pemeriksaan kesehatan ini yaitu meningkatnya pengetahuan peserta mengenai penyakit diabetes mellitus dan peserta begitu antusias serta peserta juga senang karena dapat memeriksakan kesehatan secara gratis. Selanjutnya pemeriksaan kesehatan harus dilakukan secara rutin untuk dapat mendeteksi penyakit sedini mungkin serta penyuluhan kesehatan dapat memberikan gambaran informasi kepada masyarakat sehingga mereka paham akan penyakit dan dapat memberikan tatalaksana yang tepat terhadap penyakitnya.

Kata Kunci : *Diabetes Mellitus, Pencegahan, Pemeriksaan Gula darah*

PENDAHULUAN

Diabetes melitus telah menjadi masalah kesehatan dunia. Angka prevalensi dan insidensi penyakit ini meningkat secara drastis di seluruh penjuru dunia, negara-negara industri baru dan negara sedang berkembang termasuk Indonesia (Krisnantuni, 2018). Diabetes mellitus adalah gangguan metabolisme yang secara genetik dan klinis termasuk heterogen dengan manifestasi berupa hilangnya toleransi karbohidrat, jika telah berkembang penuh secara klinis maka diabetes mellitus ditandai dengan hiperglikemia puasa dan postprandial, aterosklerosis dan penyakit vaskular mikroangiopati (Guyton & Hall, 2016).

World Health Organization (WHO) (2019) menyatakan tipe diabetes yang paling sering terjadi adalah Diabetes Mellitus tipe 2 dan kejadiannya meningkat secara drastis di negara dengan pendapatan rendah. Badan Kesehatan Dunia (WHO) memprediksi adanya peningkatan jumlah penyandang Diabetes Mellitus tipe 2 yang menjadi salah satu ancaman kesehatan global., International Diabetes Federation (IDF) memprediksi adanya kenaikan jumlah penyandang Diabetes Mellitus tipe 2 di Indonesia dari 9,1 juta pada tahun 2014

menjadi 14,1 juta pada tahun 2035 (Soelistijo et al., 2015)

Meningkatnya prevalensi diabetes melitus di wilayah Indonesia tentu saja harus dicegah. Salah satu cara mencegahnya adalah dengan mengetahui faktor-faktor yang mempengaruhi terjadinya penyakit diabetes melitus di masyarakat. Berdasarkan penelitian-penelitian yang telah dilakukan sebelumnya menyatakan bahwa sosiodemografi, faktor perilaku dan gaya hidup serta keadaan klinis atau mental berpengaruh terhadap kejadian diabetes melitus (Irawan, 2010).

Peningkatan prevalensi penyakit diabetes melitus ini disebabkan oleh pertumbuhan masyarakat yang semakin tinggi, peningkatan obesitas, faktor stres, diet dan pola makan yang tidak sehat, dan gaya hidup yang sekunder. Percepatan naiknya prevalensi penderita diabetes melitus dapat dipicu oleh pola makan yang salah, dimana pada saat sekarang banyak masyarakat yang kurang menyediakan makanan berserat, banyak konsumsi makanan yang mengandung kolesterol, lemak jenuh, dan natrium, diperparah lagi dengan seringnya mengkonsumsi makanan dan

minuman yang kaya akan gula (Qurratueni, 2019). Pola makan dan gaya hidup yang tidak sehat ini dapat memunculkan berbagai komplikasi akut maupun kronis pada penderita diabetes melitus jika tidak ditangani secara baik dan untuk mencegah terjadinya komplikasi, diperlukan adanya pengelolaan / penatalaksanaan diabetes melitus.

Pemeriksaan kesehatan berguna untuk deteksi dan pemantauan status kesehatan termasuk kadar gula darah yang menjadi indikator penyakit diabetes. Banyak orang belum menyadari pentingnya pemeriksaan kesehatan rutin. Bahkan ada pula orang yang sudah terkena penyakit diabetes tetapi belum tahu penatalaksanaan penyakitnya sehingga perlu diberikan penyuluhan mengenai diabetes. Tujuan dari kegiatan ini yaitu untuk melakukan deteksi dini dan pemantauan terhadap status kesehatan seseorang serta memberikan edukasi tentang penyakit diabetes untuk memberikan informasi kepada masyarakat awam mengenai penyakit diabetes dan penatalaksanaannya.

METODE PELAKSANAAN

Kegiatan ini dilakukan di kampus Universitas Pamulang Viktor Tangerang Selatan pada Tanggal 25 Februari 2020 Pukul 09.00-selesai. Sasaran peserta dalam kegiatan ini adalah para dosen dan staf kepegawaian Universitas Pamulang. Proses pelaksanaan kegiatan ini diawali dengan pengenalan penyakit diabetes mellitus yang terdiri dari pengertian, penyebab, tanda gejala, komplikasi serta perawatannya, kemudian peserta diberikan kesempatan untuk bertanya terkait materi yang telah disampaikan dan saling berbagi pengalaman ketika merawat anggota keluarga yang mengalami penyakit tersebut. Selanjutnya dilakukan pemeriksaan kesehatan khususnya pemeriksaan gula darah secara bergantian.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil yang dicapai dalam kegiatan ini antara lain: (a) mengenalkan pemeriksaan kesehatan berupa tekanan darah, kadar gula darah, kolesterol, dan asam urat juga berat badan untuk pengukuran BMI, (b) memperkenalkan penyakit diabetes kepada peserta kegiatan, (c)

memberikan edukasi mengenai penyakit diabetes melitus pada dosen dan staf kepegawaian Universitas Pamulang.

Berdasarkan hasil paparan dan respons peserta selama berlangsungnya acara, dapat ditarik kesimpulan bahwa kegiatan semacam ini sangat diperlukan dalam rangka membuka pemikiran dan pemahaman yang lebih luas, membangun mindset, dan menumbuhkan kesadaran bersama akan pentingnya pemeriksaan kesehatan secara rutin. Peserta sangat antusias dalam mengikuti kegiatan ini tercermin dari aktifnya para peserta dalam berdiskusi dengan para perawat saat diberikannya edukasi.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Pemeriksaan kesehatan dapat menjadi patokan status kesehatan seseorang secara umum dan penyuluhan kesehatan mengenai diabetes akan membawa perubahan mindset mengenai pengetahuan dan penatalaksanaan diabetes kearah yang lebih baik.

Saran

Pemeriksaan kesehatan harus dilakukan secara rutin untuk dapat

mendeteksi penyakit sedini mungkin. Penyuluhan kesehatan dapat memberikan gambaran informasi kepada public sehingga mereka paham akan penyakit dan dapat memberikan tatalaksana yang tepat terhadap penyakitnya.

DAFTAR PUSTAKA

- Guyton, & Hall. (2016). Buku Ajar Fisiologi Kedokteran. Singapore: Elsevier.
- Irawan, D. 2010. *Prevalensi Dan Faktor Risiko Kejadian Diabetes Melitus Tipe 2 Di Daerah Urban Indonesia (Analisa Data Sekunder Riskesdas 2007)*. Tesis. Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Indonesia.
- Krisnantuni, D. (2018). Diet Sehat Untuk Penderita Diabetes Mellitus. Jakarta :Penebar Swadaya.
- Soelistijo S A, Novida H, Rudijanto A, Soewondo P, Suastika K, Manaf A, et al. 2015. Pengelolaan dan Pencegahan Diabetes Melitus Tipe 2 di Indonesia 2015. Jakarta: PB. PERKENI. p 1- 61.