

Deteksi Dini Diabetes Melitus Di Desa Simirik

Adi Antoni, Sukhri Herianto Ritonga, Reni Hayati Lubis
Universitas Aufa Royhan di Kota Padangsidimpuan

(adiantoni100@gmail.com. HP. 085266874155)

ABSTRAK

Diabetes melitus merupakan salah satu penyakit degeneratif yang jumlah penderitanya semakin meningkat setiap tahun. Tujuan pengabdian masyarakat ini adalah untuk memberikan edukasi kepada masyarakat desa Simirik Kecamatan Padangsidimpuan Batunadua Kota Padangsidimpuan tentang deteksi dini penyakit diabetes melitus. Metode yang dilakukan dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah Memberikan pengajaran terkait cara mendeteksi apakah menderita diabetes atau tidak dengan menggunakan kuisioner AUSDRISK. Kegiatan ini dilakukan selama 1 jam pada 18 Januari 2021. Sasaran kegiatan ini adalah warga simirik dengan usia 40 tahun keatas. Hasil yang didapatkan setelah kegiatan pengabdian ini adalah peningkatan pengetahuan warga tentang cara mendeteksi diabetes sejak dini agar risiko komplikasi dari diabetes dapat dihindarkan. Berdasarkan 40 warga didapatkan bahwa 14 orang memiliki risiko rendah diabetes, 21 orang memiliki risiko sedang diabetes dan 5 orang risiko tinggi diabetes. Diharapkan hasil pengabdian ini menjadi informasi dan pengetahuan kepada masyarakat tentang pentingnya deteksi dini diabetes supaya tidak terjadi diabetes dan mengurangi risiko dari penyakit ini.

Kata kunci : diabetes melitus, deteksi dini

ABSTRACT

Diabetes mellitus is a degenerative disease whose number of sufferers is increasing every year. The purpose of this community service is to provide education to the people of Simirik village, Padangsidimpuan Batunadua District, Padangsidimpuan City about early detection of diabetes mellitus. The method used in this community service activity is to provide teaching related to how to detect whether you have diabetes or not by using the AUSDRISK questionnaire. This activity is carried out for 1 hour on January 18, 2021. The target of this activity is Simirik residents with the age of 40 years and over. The results obtained after this service activity were an increase in people's knowledge about how to detect diabetes early so that the risk of complications from diabetes could be avoided. Based on 40 residents, it was found that 14 people had a low risk of diabetes, 21 people had a moderate risk of diabetes and 5 people had a high risk of diabetes. It is hoped that the results of this service will provide information and knowledge to the public about the importance of early detection of diabetes so that diabetes does not occur and reduce the risk of this disease.

Keywords : diabetes mellitus, early detection

menjadi 641 pada tahun 2040 (Ogurtsova et al., 2017).

Sekitar 422 juta orang di seluruh

1. PENDAHULUAN

Diabetes melitus merupakan penyakit kronis dengan prevalensi yang selalu meningkat serta menjadi beban kesehatan global. International Diabetes Federation (2015) memperkirakan 415 juta orang yang mengalami diabetes pada usia 29-79 tahun dan diprediksi akan meningkat

dunia menderita diabetes, mayoritas tinggal di negara berpenghasilan rendah dan menengah, dan 1,6 juta kematian secara langsung dikaitkan dengan diabetes setiap tahun. Baik jumlah kasus dan prevalensi

diabetes telah terus meningkat selama beberapa dekade terakhir (WHO, 2020). Penderita diabetes di Amerika sekitar 3,4 juta dan 1 dari 10 orang Amerika menderita diabetes melitus (National Diabetes Statistics, 2020). 463 juta orang menderita diabetes di dunia dan 163 juta orang di Wilayah WP (*Western Pasific*) pada tahun 2045 ini akan meningkat menjadi 212 juta (IDF, 2020).

Terdapat 69 % peningkatan penderita diabetes di negara berkembang dan peningkatan 20% di negara berkembang antara 2010 dan 2030 (Shaw, Sicree, & Zimmet, 2010). Jumlah penderita

diabetes dengan rentang usia 19-99 tahun terbanyak di dunia berada di daerah *Western Pasific* dengan jumlah penderita sebesar 162 juta diikuti Asia Tenggara sebesar 80 juta (Cho et al., 2018).

Saat ini prevalensi penyakit tidak menular yang didalamnya termasuk Diabetes Mellitus (DM) semakin meningkat di Indonesia. Berdasarkan studi epidemiologi terbaru, Indonesia telah memasuki epidemi DM tipe-2. Perubahan gaya hidup dan urbanisasi nampaknya merupakan penyebab penting timbulnya masalah ini, dan akan terus meningkat pada tahun-tahun mendatang (PERKENI, 2015).

Indonesia adalah satu dari 39 negara yang tergabung dalam *International Diabetes Federation Western Pasific* (IDF WP). Total kasus diabetes di Indonesia sebesar 10.681.400 (6,2% dari total populasi dewasa 172.244.700) (IDF, 2020). Berdasarkan data IDF 2018, Indonesia menempati peringkat ke 7 dunia penderita diabetes terbanyak yaitu sebesar 10,2 juta orang (Cho et al., 2018). Hasil Riskesdas 2018 didapatkan terjadinya peningkatan prevalensi penderita diabetes melitus (usia ≥ 15 tahun) dari 6,9% pada 2013 menjadi 10,9% pada 2018 (KEMENKES, 2018). Diperkirakan masih banyak (sekitar 50%) penyandang diabetes yang belum terdiagnosis di Indonesia. Selain itu hanya dua pertiga saja dari yang terdiagnosis yang menjalani pengobatan, baik non farmakologis maupun farmakologis. Dari

yang menjalani pengobatan tersebut hanya sepertiganya saja yang terkontrol dengan baik (PERKENI, 2015).

Diabetes melitus dapat mengakibatkan komplikasi mikro dan makro-vaskular serta risiko kematian akibat kejadian kardio atau serebrovaskular meningkat secara signifikan bila dibandingkan dengan orang tanpa DM (Grundy et al., 1999).

Berdasarkan uraian tersebut maka kami tertarik untuk melakukan pengabdian masyarakat berupa deteksi dini diabetes melitus di desa Simirik Kecamatan Padangsidimpuan Batunadua Kota Padangsidimpuan.

2. METODE PELAKSANAAN

Sasaran kegiatan penyuluhan kesehatan ini warga masyarakat desa Simirik Kecamatan Padangsidimpuan Batunadua Kota Padangsidimpuan.

Waktu pelaksanaan kegiatan ini dilakukan pada tanggal 18 Januari 2021 selama 1 jam bertempat di rumah warga Desa Simirik.

Materi yang diberikan berupa edukasi cara mendeteksi dini penyakit diabetes dengan menggunakan kuisisioner AUSDRISK dimana terdapat 9 pertanyaan dengan hasil berupa skor nilai dari 0-20. Skoring ≤ 5 (risiko rendah), 6-11 (risiko sedang), ≥ 12 (risiko tinggi).

Kuisisioner diberikan setelah penjelasan tentang cara penggunaan dan pengisian kuisisioner sehingga hasil yang didapatkan lebih akurat.

3 HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil pengabdian ini didapatkan bahwa dari 40 warga didapatkan bahwa 14 orang memiliki risiko rendah diabetes, 21 orang memiliki risiko sedang diabetes dan 5 orang risiko tinggi diabetes.

Gambar 1. Hasil deteksi dini diabetes



Masyarakat terlihat semangat dan memberikan ucapan terimakasih atas informasi yang diberikan sehingga mudah untuk mendeteksi diagnosis penyakit diabetes sehingga warga lebih mudah untuk menjaga kesehatan mereka.

Penanganan diabetes melitus sangat penting dalam mencegah bahaya komplikasi maupun penekanan jumlah penderita diabetes serta penekanan dari biaya perawatan yang mahal (Schinckus, Van den Broucke, & Housiaux, 2014).

Secara umum penatalaksanaan diabetes melitus bertujuan untuk meningkatkan kualitas hidup. Penatalaksanaan diabetes melitus secara khusus berupa edukasi, terapi nutrisi medis, latihan fisik, dan terapi farmakologi (PERKENI, 2019).

Pengelolaan diri diabetes merupakan inti dari pengelolaan diabetes (Ausili et al., 2017). Penderita diabetes membutuhkan sekitar 99% perawatan diri secara mandiri dalam pengelolaan penyakit yang dialaminya (Funnell & Anderson, 2004). Hal yang dibutuhkan dalam pengelolaan diri pasien diabetes yaitu edukasi yang tepat, modifikasi gaya hidup, pengobatan dan kontrol glukosa darah. Pendidikan atau edukasi merupakan pondasi dalam mencapai keberhasilan dari pengelolaan diabetes (Haas et al., 2014).

Efikasi diri merupakan gagasan kunci dari teori sosial kognitif (*social cognitive theory*) yang dikembangkan oleh Albert Bandura. Bandura (1997) mendefinisikan efikasi diri sebagai keyakinan individu akan kemampuannya untuk mengatur dan melakukan tugas-tugas

tertentu yang dibutuhkan untuk mendapatkan hasil sesuai yang diharapkan. Efikasi diri membantu seseorang dalam menentukan pilihan, usaha untuk maju, serta kegigihan dan ketekunan dalam mempertahankan tugas-tugas yang mencakup kehidupan mereka. Menurut Pender (1996, dalam Tomey & Alligood, 2006), efikasi diri adalah keyakinan individu akan kemampuannya untuk mengatur dan melakukan perilaku yang mendukung kesehatannya berdasarkan pada tujuan dan harapan yang diinginkannya. Efikasi diri mempengaruhi bagaimana seseorang berpikir, merasa, memotivasi diri sendiri dan bertindak.

Bandura (1982 dalam Kott, 2008) menegaskan bahwa seseorang yang memiliki efikasi diri yang kuat akan menetapkan tujuan yang tinggi dan berpegang teguh pada tujuannya. Sebaliknya, seseorang yang memiliki efikasi diri yang lemah akan berkomitmen lemah pada tujuannya, sehingga terjadi ketidakpatuhan terhadap perawatan dirinya. Efikasi diri mendorong proses kontrol diri untuk mempertahankan perilaku yang dibutuhkan dalam mengelola perawatan diri pada pasien diabetes.

Efikasi diri pada pasien DM tipe 2 berfokus pada keyakinan pasien untuk mampu melakukan perilaku yang dapat mendukung perbaikan penyakitnya dan meningkatkan manajemen perawatan dirinya seperti diet, latihan fisik, medikasi, kontrol glukosa dan perawatan diabetes secara umum (Wu, Ding, Tanaka, & Zhang, 2014).

Peningkatan efikasi diri inilah yang berdampak pada peningkatan motivasi dalam mengelola penyakit ataupun menjaga agar tidak terkena suatu penyakit.

4. KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan dari kegiatan pengabdian ini adalah penyuluhan kesehatan ini dapat membantu warga Desa Simirik dalam mendeteksi dini penyakit diabetes agar tidak menjadi masalah di kemudian hari dan membantu warga dalam mengontrol risiko diabetes melitus.

Diharapkan kepada seluruh warga masyarakat agar dapat menjaga dan

memperhatikan semua faktor risiko terjadinya diabetes tersebut agar mencegah penyakit ini terjadi.

5. REFERENSI

Ogurtsova, K., da Rocha Fernandes, J. D., Huang, Y., Linnenkamp, U., Guariguata, L., Cho, N. H., ... Makaroff, L. E. (2017). IDF Diabetes Atlas: Global estimates for the prevalence of diabetes for 2015 and 2040. *Diabetes Research and Clinical Practice*, 128, 40–50.

<https://doi.org/10.1016/j.diabres.2017.03.024>

Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan RI. (2018). Laporan Riskesdas 2018. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 53(9), 1689–1699.

<https://doi.org/10.1017/CBO9781107415324.004>

PERKENI. (2015). *Konsensus Pengelolaan dan Pencegahan Diabetes Melitus Tipe 2 di Indonesia 2011*.

Wu, Y., Ding, Y., Tanaka, Y., & Zhang, W. (2014). *Risk Factors Contributing to Type 2 Diabetes and Recent Advances in the Treatment and Prevention*. 11. <https://doi.org/10.7150/ijms.10001>

1