

Peningkatan Self Awareness Diabetes Melitus di Desa Simpurn, Jabiren Raya, Kabupaten Pulang Pisau, Provinsi Kalimantan Tengah

Increasing Self Awareness of Diabetes Mellitus in Simpurn Village, Jabiran Raya, Pulang Pisau Regency, Central Kalimantan Province

Ester Inung Sylvia^{1*}, Gad Datak², Andre Febrian³, Thomas Jhonson⁴

^{1,2}Poltekkes Kemenkes Palangka Raya

Korespondensi penulis : esterinung@polkesraya.ac.id

Article History:

Received: 10 November 2023

Accepted: 12 Desember 2023

Published: 31 Desember 2023

Keywords: *self awareness, diabetes mellitus, education*

Abstract. *Diabetes mellitus is one of four diseases that cause death worldwide. Central Kalimantan is in 23rd position out of 34 provinces for the incidence of Diabetes with a prevalence of 1.14%. One of the districts in Central Kalimantan, namely Pulang Pisau District, shows that the prevalence of DM exceeds the provincial prevalence, namely 1.20%. The data shows that many factors influence one of them is the level of public awareness of diabetes. The aim of this community service activity is to increase the community's self-awareness through education. The activity was carried out in Simpurn Village, Jabiren Raya, Pulang Pisau Regency with a total of 30 participants. Activities are carried out by filling out a pretest questionnaire, health education and posttest. The results show an increase in DM Self Awareness in the community. The average self-awareness score before education was 66.73 and after education was 80.00. The statistical test results show that there is a significant difference in the average self-awareness score between before and after education with a p value of 0.005 and a mean difference of 13.27. With this activity, it is hoped that in the long term, people can increase their self-awareness of diabetes so that they can prevent the occurrence of diabetes or an increase in complications from diabetes mellitus.*

Abstrak

Diabetes melitus adalah salah satu dari empat penyakit yang menyebabkan kematian di seluruh dunia. Kalimantan Tengah menduduki posisi ke-23 dari 34 provinsi untuk kejadian Diabetes dengan prevalensi, 1,14%. Salah satu kabupaten di Kalimantan Tengah yaitu Kabupaten Pulang Pisau menunjukkan prevalensi DM melebihi prevalensi provinsi, yaitu 1,20%. Dari data menunjukkan banyak faktor yang mempengaruhi salah satunya adalah tingkat kesadaran masyarakat terhadap diabetes. Tujuan kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah meningkatkan *Self Awareness DM* masyarakat melalui edukasi. Kegiatan dilaksanakan di Desa Simpurn, Jabiren Raya, Kabupaten Pulang Pisau dengan jumlah peserta 30 orang. Kegiatan dilaksanakan dengan mengisi kuesioner pretest, edukasi kesehatan dan post test. Hasil menunjukkan ada peningkatan *Self Awareness DM* pada masyarakat. Rata-rata skor *self awareness* sebelum edukasi yaitu sebesar 66.73 dan setelah edukasi sebesar 80.00. Hasil uji statistik menunjukkan terdapat perbedaan signifikan rata-rata skor *self awareness* antara sebelum dan sesudah edukasi dengan p value 0,005 dan perbedaan mean sebesar 13,27. Dengan kegiatan ini diharapkan dalam jangka panjang, masyarakat dapat meningkatkan kesadaran diri akan penyakit diabetes sehingga dapat mencegah terjadinya diabetes ataupun terjadinya peningkatan komplikasi dari diabetes melitus.

Kata Kunci: *self awareness, diabetes melitus, edukasi.*

PENDAHULUAN

Diabetes melitus (DM) adalah salah satu penyakit yang dikategorikan Penyakit Tidak Menular (PTM) selain penyakit kardiovaskular, kanker, penyakit saluran pernafasan kronis. Keempat katagori penyakit ini merupakan penyebab utama kematian di seluruh dunia, dengan insiden 48% untuk penyakit kardiovaskular, 21% untuk kanker, 12% untuk penyakit saluran pernapasan kronis, dan 3,5% untuk diabetes (*World Health Organization*, 2019).

Begitupula data diabetes melitus dari Laporan Riskesdas tahun 2018 menunjukkan Provinsi Kalimantan Tengah menduduki urutan 23 dari 34 provinsi dengan prevalensi DM 1,14 %. Salah satu kabupaten/ kota di Kalimantan Tengah dengan prevalensi DM melebihi angka prevalensi Provinsi Kalimantan Tengah adalah Kabupaten Pulang Pisau, yaitu 1,20% setelah Kota Palangka Raya dan Kabupaten Kota Waringin Barat. Hal ini dapat disebabkan karena akses menuju fasilitas pelayanan kesehatan (fasyankes). Berdasarkan hasil Riskesdas Tahun 2018 disebutkan bahwa Kabupaten Pulang Pisau mempunyai akses paling sulit ke-5 dari 14 kabupaten kota di Kalimantan Tengah untuk menjangkau fasilitas layanan ke rumah sakit baik dari segi kemudahan alat transportasi, waktu tempuh dan biaya transportasi. Sedangkan untuk menuju faskes pratama seperti puskesmas, pustu, pusling, klinik dokter, masyarakat menyampaikan mudah untuk mencapai lokasi fasyankes primer sebesar 38,80%, akses ke lokasi sulit (39,89%) dan sangat sulit sebesar 30,31%.

Salah satu wilayah administrasi kecamatan di Pulang Pisau adalah Jabiren Raya yang membawahi 8 desa. Desa Simpur adalah salah satu dari 8 desa di Jabiren Raya yang mempunyai akses menuju lokasi harus melalui transportasi sungai. Di desa ini pelayanan kesehatan didapatkan melalui fasyankes primer yaitu Puskesmas Pembantu (Pustu). Masih adanya kesulitan menjangkau fasyankes dapat menyebabkan ketidakpatuhan pasien dalam pengobatan DM. Angka ketidakpatuhan pasien dalam pengobatan DM di Kabupaten Pulang Pisau masih cukup tinggi yaitu sebesar 31,4%. Tiga penyebab utama responden tidak patuh dalam pengobatan DM adalah karena mereka merasa sudah sembuh dari sakit (54,19%), tidak rutin berobat ke fasyankes (48,71%), dan minum obat tradisional (19,37%).

Diabetes melitus yang belum sampai komplikasi acapkali gejala penyakit tidak terlalu mengganggu. Banyak makan, banyak minum, banyak kencing dianggap hal biasa sehingga dengan obat yang dikonsumsi telah memperbaiki keluhan dianggap ia sudah sembuh. Seseorang yang telah terdiagnosis diabetes seharusnya melakukan pengaturan pola makan yang baik, olah raga rutin,

taat pengobatan DM dan rutin melakukan pemeriksaan gula darah di fasyankes ataupun secara mandiri.

Pemeriksaan kadar gula darah yang menjadi pemeriksaan standar untuk mengetahui perkembangan penyakit DM. Namun berdasarkan data mayoritas masyarakat tidak melakukan pemeriksaan gula darah. Dapat saja hal ini disebabkan karena ketidaktahuan atau mereka tahu tapi tidak merasa perlu memeriksa diri karena merasa sudah sembuh. Data Riskesdas Tahun 2018 menunjukkan angka yang sangat rendah untuk penyandang DM melakukan pemeriksaan rutin KGD yaitu 0,69%, sedangkan selebihnya tidak rutin 12,49%, dan bahkan mayoritas tidak pernah periksa 86,8% setelah terdiagnosis.

Upaya pencegahan penyakit tidak menular (PTM) sudah dilaksanakan oleh pemerintah melalui program GERMAS (Gerakan Masyarakat Hidup Sehat) di Desa Simpur, Kecamatan Jabiren Raya, Kabupaten Pulang Pisau namun belum menunjukkan hasil sesuai dengan yang diharapkan. Inisiatif dan partisipasi warga masyarakat dalam kegiatan pencegahan juga masih kurang. Hal ini terkait dengan kadar pemahaman masyarakat terhadap penyakit tidak menular, bahwa sebagian besar masyarakat masih menganggap bahwa penyakit tidak menular seperti diabetes adalah penyakit degeneratif yang wajar terjadi pada kalangan usia tua dan tidak dapat dicegah. Berdasarkan hal tersebut, maka diperlukan suatu program pencegahan dan penanggulangan penyakit diabetes melalui peningkatan *self awareness DM*, khususnya bagi masyarakat Desa Simpur, Kecamatan Jabiren Raya, Kabupaten Pulang Pisau.

Beberapa masalah mitra yang ditemukan adalah rendahnya kesadaran diri masyarakat akan diabetes dan komplikasinya. Hal tersebut salah satunya dikarenakan belum optimalnya pengetahuan masyarakat. Selain itu, kurangnya penyuluhan dan kegiatan edukasi di wilayah desa mengakibatkan semakin tertinggalnya pengetahuan masyarakat akan Diabetes Melitus.

METODE

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilaksanakan pada masyarakat di Desa Simpur, Kecamatan Jabiren Raya, Kabupaten Pulang Pisau, Kalimantan Tengah. Kegiatan dilaksanakan selama rentang waktu 1 minggu pada bulan Juli 2023. Kegiatan yang dilakukan adalah dengan memberikan kuesioner tentang *Self Awarenesses Diabetes Melitus* yang harus diisi oleh masyarakat. Kuesioner ini diberikan sebelum dan sesudah edukasi. Kegiatan selain pengisian kuesioner juga

dilakukan edukasi dengan topik Apa yang harus diketahui masyarakat tentang Diabetes Melitus.

Adapun tahapan pelaksanaan kegiatan ini dapat dilihat dalam gambar dibawah ini.



Gambar 1. Tahapan Pelaksanaan Pengabdian Kepada Masyarakat

Berdasarkan gambar 1, kegiatan pengabdian masyarakat dilaksanakan dengan tahapan sebagai berikut: 1) melakukan survey, merupakan kegiatan awal untuk mendapatkan data sebelum melaksanakan kegiatan, 2) Pada tahap persiapan melakukan penyiapan alat dan bahan kegiatan, 3) Tahap Kegiatan, dilakukan dengan melakukan pre dan post tes terkait *Self Awareness Diabetes Melitus*. Dalam rentang waktu sebelum post test dilakukan edukasi tentang Diabetes Melitus. Kegiatan dilaksanakan sesuai kesepakatan bersama dengan masyarakat di Desa Simpur. 4) Penyusunan laporan serta 5) melakukan publikasi hasil pengabdian masyarakat.

HASIL

Hasil kegiatan pengabdian masyarakat dapat dilihat dari hasil pre test dan post test tentang *Self Awareness Diabetes Melitus* melalui 24 pernyataan tentang *self awareness diabetes* pada masyarakat di Desa Simpur, sebagai berikut:

Tabel 1 Skor *Self-Awareness* Sebelum dan Sesudah Edukasi di Desa Simpur, Kecamatan Jabiren Raya, Kabupaten Pulang Pisau, Provinsi Kalimantan Tengah (n=30)

Variable	Mean	SD	Minimum	Maksimum
Skor <i>self-awareness</i> sebelum	66.73	4,51	55	76
Skor <i>self-awareness</i> sesudah	80.00	3.017	75	86

Rata-rata skor *self awareness* sebelum edukasi yaitu 66.73 dengan nilai minimum 55 dan maksimum 76. Setelah edukasi rata-rata skor *self awareness* sebesar 80.00 dengan skor minimum 76 dan skor minimum 86.

Tabel 2. Analisis Perbedaan Rata-rata Skor *self awareness* Sebelum dan Sesudah Edukasi di Desa Simpur, Kecamatan Jabiren Raya, Kabupaten Pulang Pisau, Provinsi Kalimantan Tengah (n=30)

Skor <i>self awareness</i>	Mean	SD	Mean difference	P value
Sebelum intervensi	66.73	4,51	13,27	0,005
Setelah intervensi	80.00	3.017		

Rata-rata skor *self awareness* sebelum edukasi yaitu sebesar 66.73 dan setelah masa edukasi sebesar 80.00. Hasil uji statistik menunjukkan terdapat perbedaan signifikan rata-rata skor *self awareness* antara sebelum dan sesudah edukasi dengan p value 0,005 dan perbedaan mean sebesar 13,27.

DISKUSI

Self Awareness atau kesadaran diri dalam hal ini terhadap diabetes mellitus di masyarakat masih rendah karena masih rendahnya tingkat pemahaman masyarakat mengenai diabetes mellitus. Begitupula dengan masyarakat di Desa Simpur, kesadaran diri tentang diabetes adalah 66.73 dimana angka ini masuk dalam katagori sedang. Bila *self awareness* diabetes masyarakat tidak adekuat, risiko untuk mengalami diabetes di masa mendatang cukup besar.

Banyak faktor yang mempengaruhi *self awareness* diabetes pada masyarakat diantaranya adalah pengetahuan tentang diabetes dan bahayanya. Dengan adanya edukasi dengan memberikan informasi-informasi tentang diabetes dan komplikasi serta bagaimana pencegahannya, maka akan timbul kesadaran mereka tentang penyakit ini dan akhirnya menyebabkan perubahan perilaku sesuai dengan pengetahuan yang diterimanya.

Informasi-informasi yang diterima oleh seseorang banyak sekali bentuknya, dapat berupa informasi melalui media sosial, secara langsung melalui metode ceramah bahkan hingga menggunakan media khusus seperti leaflet, poster, booklet. Metode ceramah pada kegiatan ini digunakan dengan cara memberikan informasi terkait diabetes dan faktor-faktor yang menyebabkan diabetes serta cara pencegahannya. Informasi disampaikan secara langsung kepada masyarakat dan diberikan juga sebuah leaflet dan poster berisikan materi tersebut untuk dipelajari saat di rumah.

Hal ini terbukti dari hasil analisis yang menunjukkan bahwa ada peningkatan skor *self awareness* diabetes pada masyarakat di Desa Simpur setelah diberikan edukasi dengan memberikan informasi melalui metode ceramah dan media leaflet/ poster. Sebelum diberikan

edukasi skor self awareness adalah 66,73 (kategori sedang) dan setelah dilakukan edukasi menjadi 80,00 (kategori baik). Hasil uji statistik menunjukkan terdapat perbedaan signifikan rata-rata skor self awareness antara sebelum dan sesudah edukasi dengan p value 0,005 dan perbedaan mean sebesar 13,27.

KESIMPULAN

Berdasarkan uraian yang telah dijelaskan sebelumnya maka dapat disimpulkan bahwa kegiatan pengabdian kepada masyarakat dengan memberikan edukasi tentang Diabetes, faktor-faktor yang menyebabkan dan bagaimana pencegahannya dapat meningkatkan *Self Awareness* Diabetes di Desa Simpur, Kecamatan Jabiran Raya, Kabupaten Pulang Pisau, Kalimantan Tengah serta menambah kompetensi mahasiswa dalam melaksanakan kegiatan pengabdian masyarakat dan memberikan edukasi kesehatan kepada masyarakat.

Dengan kegiatan ini diharapkan masyarakat dengan kesadaran diri yang baik memperhatikan kesehatan dan melakukan pencegahan diabetes melitus dengan melakukan pemeriksaan secara rutin dan melakukan manajemen diabetes melitus dengan baik (pengaturan makan, olahraga, pengobatan sesuai anjuran dokter, mencari informasi kesehatan, dan pemeriksaan gula darah secara mandiri).

UCAPAN TERIMA KASIH

Disampaikan kepada seluruh yang terlibat dalam kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat, Poltekkes Kemenkes Palangka Raya, Lurah dan perangkat Desa Simpur, Kader dan Tokoh agama di Desa Simpur, tim pelaksana pengabdian masyarakat dan seluruh masyarakat yang telah bersedia terlibat dalam kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat

DAFTAR REFERENSI

- Kemkes RI, BPPK. (2019). Laporan Nasional, Riskesdas Tahun 2018, Badan Penelitian dan Pengembang Kesehatan.
- Kemkes RI, Badan Penelitian dan Pengembang Kesehatan (2019). Laporan Provinsi Kalimantan Tengah,
- Riskesdas 2018, *Riset kesehatan dasar*, Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Departemen Kesehatan RI, Jakarta.
- World Health Organization. (2019). *Global action plan for the prevention and control of NCDs 2013–2020*. <http://www.who.int/nmh/publications/ncd-action-plan/en/>.