

Promosi Kesehatan dan Studi Kasus pada Pasien Diabetes Melitus Tipe II di Puskesmas Imogiri I

AZIZAH PUTRI ^{1,*}, WARDATUN JAMILAH ², HENDY RISTIONO ³, HARTATIK ⁴

¹ Pendidikan Profesi Apoteker, Universitas Ahmad Dahlan, Jl. Prof. Dr. Soepomo Janturan Yogyakarta

² Pendidikan Profesi Apoteker, Universitas Ahmad Dahlan, Jl. Prof. Dr. Soepomo Janturan Yogyakarta

³ Fakultas Farmasi, Universitas Ahmad Dahlan, Jl. Prof. Dr. Soepomo Janturan Yogyakarta

⁴ Puskesmas Imogiri I, Bantul, Yogyakarta

* Penulis korespondensi, Email : Azizah2107062017@webmail.uad.ac.id

ABSTRACT

Diabetes melitus adalah penyakit kronis yang terjadi saat pankreas tidak lagi mampu membuat insulin, atau bila tubuh tidak dapat memanfaatkan insulin yang dihasilkannya dengan baik. Komplikasi akibat diabetes melitus akan berdampak pada usia harapan hidup, meningkatnya angka kesakitan hingga kematian. Berdasarkan daftar 10 besar penyakit tahun 2019 di Puskesmas Imogiri I diabetes melitus berada pada daftar ke enam sebagai penyakit terbanyak dengan persentase 6,50%. Pelaksanaan kegiatan promosi kesehatan bertujuan untuk memberikan edukasi yang dapat meningkatkan pengetahuan dan pemahaman masyarakat tentang penyakit diabetes serta lebih waspada terhadap komplikasi yang bisa disebabkan oleh diabetes melitus tipe II. Metode promosi kesehatan dilakukan dengan cara pemaparan materi dengan media poster dan studi kasus pada pasien diabetes melitus tipe II berdasarkan data rekam medik pasien rawat jalan Puskesmas Imogiri I. Hasil promosi kesehatan yang telah dilakukan kepada masyarakat umum wilayah Puskesmas Imogiri I dengan tema “Waspada dan Kenali Diabetes Melitus” dapat disimpulkan bahwa masyarakat mendapatkan pemahaman tentang tanda dan gejala diabetes melitus serta mendapat wawasan baru tentang komplikasi penyakit diabetes melitus.

Keywords : Diabetes Melitus Tipe II, Komplikasi,

PENDAHULUAN

Diabetes melitus adalah penyakit kronis yang terjadi saat pankreas tidak lagi mampu membuat insulin, atau bila tubuh tidak dapat memanfaatkan insulin yang dihasilkannya dengan baik (International Diabetes Federation, 2015). Indonesia menempati peringkat ke tujuh dunia dengan persentase 90% dari penderita diabetes mengalami diabetes melitus tipe II. Indonesia merupakan daerah terbanyak nomor dua penderita diabetes melitus di kawasan Asia Tenggara setelah Sri Lanka. Data riset 2 kesehatan dasar (RISKESDAS) tahun 2018 prevalensi diabetes sebanyak 8,5% dimana angka ini meningkat dari tahun 2013 sebanyak 6,9%. Berdasarkan daftar 10 besar penyakit tahun 2019 di Puskesmas Imogiri I diabetes melitus berada pada daftar ke enam sebagai penyakit terbanyak dengan persentase 6,50%.

Perubahan gaya hidup berdampak terhadap perubahan pola penyakit yang terjadi di masyarakat. Semua tipe diabetes dapat menyebabkan berbagai komplikasi dan juga dapat meningkatkan risiko kematian. Kemungkinan komplikasi yang terjadi meliputi serangan jantung, stroke, gagal ginjal, amputasi kaki, kehilangan penglihatan dan kerusakan saraf. Pasien diabetes yang mengalami

komplikasi akan berdampak pada usia harapan hidup, meningkatnya angka kesakitan dan kematian akibat komplikasi diabetes melitus tipe II.

Edukasi dengan tujuan promosi hidup sehat, perlu selalu dilakukan sebagai bagian dari upaya pencegahan dan merupakan bagian yang sangat penting dari pengelolaan diabetes melitus tipe II. Pelaksanaan promosi kesehatan ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan dan pemahaman masyarakat tentang penyakit diabetes serta waspada terhadap komplikasi yang bisa disebabkan oleh diabetes melitus tipe II.

Bahan dan Metode

Sasaran pelaksanaan kegiatan promosi kesehatan adalah masyarakat umum atau pengunjung yang berada di wilayah Puskesmas Imogiri 1. Terkhusus pasien penderita diabetes melitus tipe II. Promosi kesehatan dilaksanakan dengan cara penyuluhan secara langsung kepada pasien di wilayah Puskesmas Imogiri I menggunakan media poster dengan dua materi, yaitu pada penyuluhan pertama memberikan informasi tentang diabetes melitus secara umum mulai dari penyebab, terapi dan gejala. Penyuluhan kedua memberikan informasi bagaimana mencegah terjadinya komplikasi pada pasien diabetes melitus tipe II. Penyuluhan dilakukan dengan pemaparan materi selama 10 menit dan 5 menit untuk tanya-jawab.

Desain penelitian untuk studi kasus yang dilakukan yaitu deskriptif evaluatif pada pasien diabetes melitus. Penelitian ini dilakukan pada pasien rawat jalan Diabetes Melitus tipe II di Puskesmas Imogiri I pada bulan Februari 2022. Sampel yang di ambil hanya 1 responden yaitu penderita yang menderita Diabetes Melitus tipe II dengan komplikasi hipertensi yang telah di survey sebelumnya. Variabel bebas pada penelitian yaitu kepatuhan minum obat dan variabel terikat yaitu kadar gula darah sewaktu.

Persiapan Promosi Kesehatan

Adapun hal – hal yang kami persiapkan sebelum melakukan kegiatan promosi kesehatan adalah sebagai berikut :

1. Melakukan koordinasi kepada preceptor terkait tema yang akan diambil apakah relevan terhadap isu yang ada di tengah masyarakat saat ini.
2. Mencari informasi data 10 penyakit dengan prevalensi tertinggi di Puskesmas Imogiri I.
3. Melakukan survey terhadap penyakit yang paling sering ditemui pada hari Rabu karena merupakan hari cek kesehatan rutin pasien Puskesmas Imogiri I.
4. Menetapkan penyakit diabetes melitus tipe II menjadi prioritas penyakit yang akan diedukasi pada kegiatan promosi kesehatan Puskesmas Imogiri I.
5. Membuat poster edukasi tentang diabetes melitus secara umum mulai dari penyebab, terapi dan gejala serta pencegahan komplikasinya.
6. Menetapkan hari dan waktu pelaksanaan kegiatan promosi kesehatan.

Analisis Data Studi Kasus

Analisa data yang digunakan adalah analisa univariat ini bertujuan menjelaskan atau mendeskripsikan karakteristik masing-masing yang diteliti. Data ini merupakan data sekunder yang diperoleh dari penelusuran dokumen pada catatan rekam medik pasien X penderita Diabetes Melitus tipe II.

Tabel 11. Hasil Assasment Studi Kasus

Kasus 1		
Data Pasien No. Rekam Medik : 01002925xxxx Umur /Jenis Kelamin : 59 th / P Berat Badan : 58 kg Jenis Pasien : Lama-BPJS	Diagnosa : Diabetes Melitus Tipe II dan Hipertensi Stage I	
Subyektif: Nyeri lutut kaki, pusing dan lemas		
Obyektif		
Tanda Vital	Hasil	Normal
Tekanan darah	155/85 mmHg	140/90 mmHg
Suhu	36.3°C	36 - 37°C
Nadi	73 x / menit	70-80 x / menit
Glukosa darah sewaktu	238 mg/dl	< 200 mg/dL
Penatalaksanaan		
Pasien mendapatkan Metformin 500 mg 2 x sehari 1 tablet, Glimepirid 2 mg 1 x sehari 1 tablet, Amlodipin 10 mg 1 x sehari 1 tablet dan Natrium Diklofenak 50 mg 2 x sehari 1 tablet.		
Penilaian		
Pasien mengalami kenaikan tekanan darah dan kadar glukosa darah.		
<ol style="list-style-type: none"> 1. Metformin sebagai penurun kadar glukosa darah diminum bersama makanan saat suapan pertama untuk menghindari gangguan pada perut (gastrointestinal upset) dan mungkin mengalami diare ringan dan kembung 2. Glimepiride sebagai penurun kadar glukosa darah diminum sebelum makan untuk meningkatkan efektifitas obat dan kenali tanda-tanda jika terjadinya hipoglikemia. 3. Amlodipin sebagai antihipertensi diminum pada malam hari sebelum tidur 4. Natrium Diklofenak sebagai anti nyeri 		
DRP :	Rekomendasi :	
<ol style="list-style-type: none"> 1. Kepatuhan pasien dalam mengkonsumsi obat Amlodipin untuk mengontrol tekanan darah 2. Adverse Drug Reaction : Glimepiride dan Natrium diklofenak jika dikonsumsi bersamaan dapat meningkatkan efek glimepiride yang akan menyebabkan hipoglikemi 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Amlodipine diminum 30 menit setelah pasien makan malam, untuk menghindari pasien lupa meminum obat 2. Glimepiride dan natrium diklofenak diminum secara terpisah <p>Terapi Non Farmakologi :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Meningkatkan aktivitas fisik seperti jogging dan senam 2. Menjaga pola makan serta mengurangi kebiasaan makan asin dan manis 	
Outcome : Membaik dan rawat jalan		

HASIL DAN PEMBAHASAN

Diabetes melitus adalah penyakit kronis yang terjadi saat pankreas tidak lagi mampu membuat insulin, atau bila tubuh tidak dapat memanfaatkan insulin yang dihasilkannya dengan baik (International Diabetes Federation, 2015). Berdasarkan data prevalensi 10 besar penyakit pada periode 2019 di wilayah kerja Puskesmas Imogiri I diabetes melitus tipe II berada pada urutan ke 6 dengan persentase 6,50%.

Tabel 2. Daftar 10 Besar Penyakit di Puskesmas Imogiri I

No	Nama Penyakit	Persentase (%)
1.	Hipertensi Esensial (primer)	23,50
2.	Nasopharyngitis acute (common cold)	16,24
3.	Dyspepsia	13,03
4.	Acute pharyngitis, unspecified	11,19
5.	Fever, unspecified	7,70
6.	Diabetes Melitus Non-Dependent Tanpa Komplikasi	6,50
7.	Pemeriksaan & Investigasi Umum Tanpa Keluhan dan Diagnosa	6,23
8.	Myalgia	5,82
9.	Open Wound	5,10
10.	Acute Upper Respiratory	4,57

Kegiatan promosi kesehatan dilaksanakan pada hari Rabu tanggal 16 Februari 2022 pukul 10.00 sampai selesai di ruang tunggu puskesmas, pada hari tersebut bertepatan dengan hari cek rutin kesehatan darah dan gula pasien. Banyaknya pasien yang terdiagnosa diabetes melitus dengan kadar gula darah yang belum terkontrol di Puskesmas Imogiri 1 menjadi alasan dilakukannya penyuluhan ini, terutama pasien yang masih kurang teredukasi dan sadar akan bahaya komplikasi dari diabetes melitus tipe II serta bagaimana cara-cara pencegahan untuk menghindari hal tersebut.

Penyuluhan dilakukan untuk menyampaikan informasi secara umum tentang penyakit diabetes melitus. Penjelasan yang disampaikan meliputi definisi, tanda dan gejala, penyebab, faktor resiko, dan diabetes melitus pada kehamilan. Diabetes melitus adalah kondisi dimana kadar glukosa darah yang melebihi nilai normal dengan nilai normal gula darah sewaktu <200 mg/dl dan gula darah puasa <125 mg/dl. Diabetes melitus disebabkan karena kekurangan hormon insulin yang dihasilkan oleh pankreas untuk menurunkan kadar gula darah.

Tanda dan gejala dari diabetes melitus yaitu sering merasa haus dan lapar, sering kencing terutama malam hari, pandangan menjadi kabur, sering merasa lelah tanpa sebab yang jelas dan mengantuk, penurunan berat badan, kulit terasa kering, mati rasa atau kesemutan di kaki dan tangan. Namun sebagian besar tidak menyadari hal tersebut hanya mengeluhkan gejala lemas, mudah lelah dan menurunnya berat badan sehingga harus ada pemeriksaan lebih lanjut. Untuk mencegah terjadinya hal tersebut hal yang harus kita lakukan adalah mengkonsumsi makanan sehat dengan mengurangi makanan manis serta memperbanyak sayur dan buah, rutin berolahraga serta menjaga berat badan dalam rentang normal. Perawatan yang dapat dilakukan adalah dengan cara minum obat secara teratur baik dengan obat diabetes oral ataupun dengan terapi insuli dan rutin melakukan kontrol atau pengecekan gula darah. Kadar gula di dalam darah selalu fluktuatif bergantung pada asupan makanan. Kadar paling tinggi tercapai pada 1 jam setelah makan. Satu jam setelah makan, gula di dalam darah akan mencapai kadar paling tinggi, normalnya tidak akan melebihi 180 mg/dl. Kadar 180 mg/dl disebut nilai ambang ginjal. (Salbiah, 2018).

Jika diabetes melitus tidak dikontrol maka akan ada komplikasi yang dapat terjadi bila penderita diabetes melitus tidak dirawat dengan baik sehingga kadar gula darah selalu tinggi adalah stroke, nefropati, kebutaan, serangan jantung dan gangrene. Untuk mencegah komplikasi sebaiknya yang dilakukan adalah :

1. Minum obat secara teratur sesuai anjuran dokter dan apoteker
2. Menjaga kadar gula darah dengan rutin melakukan pengecekan dan check up
3. Menjaga pola makan dengan memperbanyak konsumsi sayur dan buah serta mengurangi

berlemak dan manis

4. Waspada infeksi kulit dan gangguan kulit
5. Periksa mata secara teratur
6. Waspada jika terjadinya kesemutan, rasa terbakar, hilangnya sensasi, dan luka pada bagian bawah
7. Beraktivitas fisik secara teratur, sesuaikan dengan kondisi fisik dan latihan yang digemari seperti bersepeda, senam sehat, jogging dan berenang.

Hasil yang didapat promosi kesehatan yang kami lakukan di Puskesmas Imogiri I diketahui bahwa audience kurang mengetahui tentang gejala awal (pre-diabetes) serta latihan fisik yang bisa lakukan penderita diabetes. Setelah pelaksanaan penyuluhan dilakukan sesi diskusi dan tanya jawab, audience aktif memberikan tanggapan dan bertanya untuk mengetahui lebih detil tentang diabetes melitus, tanda dan gejala serta penataksanaan program diabetes melitus tapi pemateri sedikit terkendala dalam bahasa dikarenakan banyaknya pasien lansia yang hanya bisa berbahasa Jawa. Faktor penghambat dalam kegiatan promosi kesehatan ini adalah kebiasaan masyarakat dalam mengkonsumsi makanan yang dapat memicu terjadinya diabetes melitus serta keengganan masyarakat dalam melaksanakan olahraga secara rutin dengan alasan tidak ada waktu dan biaya bila harus pergi ke pusat kebugaran. Ketidaktahuan masyarakat tentang pola hidup / *lifestyle* yang dapat dilakukan sendiri di rumah secara sederhana untuk dapat dilaksanakan sebagai salah satu pencegahan dan menjaga kadar gula darah. Dari studi kasus dapat disimpulkan bahwa kadar gula darah serta tekanan darah pasien rawat jalan diabetes melitus tipe II dengan komplikasi hipertensi masih tidak terkontrol sehingga pengobatan obat rutin harus tetap dilanjutkan, kepatuhan minum obat dan gaya hidup pasien yaitu pola makan serta aktivitas fisik juga menjadi faktor penentu dalam menjaga kadar gula darah agar tetap terkontrol.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil promosi kesehatan yang telah dilakukan kepada masyarakat umum wilayah Puskesmas Imogiri I dengan tema “Waspada dan Kenali Diabetes Melitus” dapat disimpulkan bahwa masyarakat mendapatkan pemahaman tentang tanda dan gejala diabetes melitus serta mendapat wawasan baru tentang komplikasi penyakit diabetes melitus. Kegiatan Promkes ini dilakukan secara langsung (*face to face*) kepada pasien atau masyarakat yang datang ke Puskesmas Imogiri I. Kegiatan Promkes tersebut berjalan dengan lancar dan dilakukan dengan mematuhi protokol kesehatan yang sesuai.

DAFTAR PUSTAKA

Federation ID. *IDF Diabetes Atlas. Seventh Edition ed. Belgium: International Diabetes Federation.* 2015.

Kemenkes RI, 2011, Promosi Kesehatan di Daerah Bermasalah Kesehatan: Panduan bagi Petugas Kesehatan di Puskesmas, Kementrian Kesehatan Republik Indonesia, Jakarta.

Kemenkes RI, 2011, Pedoman Pelaksanaa Jaminan Kesehatan Masyarakat, Jakarta: Kemenkes.

Permenkes RI, 2019, Pusat Kesehatan Masyarakat Nomor 43, Kementrian Kesehatan Republik

Jakarta.

Salbiah Rahayu, R. A. T. I. H. (2018). Pengaruh Pengetahuan Pra Lansia Dan Lansia Dalam Upaya Pencegahan Penyakit Diabetes Mellitus Melalui Promosi Kesehatan Jargon “Cerdik” Di Posbindu Desa Nagreg Kecamatan Nagreg Kabupaten Bandung.

World Health Organization 2017. Diabetes. *Media Centre*. Diunduh dari [http://ww](http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs31)

[w.who.int/mediacentre/factsheets/fs31](http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs31)