

SOSIALISASI DIABETES DAN CEK KESEHATAN DI DUSUN TELUKEMUR DESA KEPUH TELUK KECAMATAN TAMBAK BAWEAN

**Nadiyah Aisy, Mirza Fitriana Aroyan, Shofi Nur Hidayah, Hanik
Nadia Mawarni, Iqnatia Alfiansyah,**

Prodi Ilmu Keperawatan
Universitas Muhammadiyah

nadnad.aisy@gmail.com, mirzaaroyan994@gmail.com, shofinurhidayah24@gmail.com,

ABSTRACT

The Real Work Lecture was held in Telukemur Hamlet, Bawean, Gresik district. Implementation of the Diabetes Socialization work program and Health Checks for Blood Pressure, Blood Sugar and Uric Acid are free examination activities and are followed by Diabetes education. Diabetes is a chronic disease characterized by blood sugar levels that are higher than normal. The aim of the Diabetes education program is to make the people of Telukemur Hamlet aware of the dangers of Diabetes and to be able to maintain a healthy lifestyle. Citizen health is one of the main objectives of implementing KKN to improve the quality of health for individuals and increase knowledge related to normal limits for blood pressure and blood sugar, etiology, symptoms and complications as well as prevention. Nursing work program method for diabetes socialization and health checks. The results achieved from health checks and counseling include developing public health and increasing knowledge through information about blood pressure and blood glucose, especially for the elderly in order to increase public awareness that health is important.

Keywords: Health Check, Diabetes, Gout, Blood Sugar, Blood Pressure and Socialization.

ABSTRAK

Kuliah Kerja Nyata telah dilaksanakan di Dusun Telukemur, Bawean kabupaten Gresik. Pelaksanaan program kerja Sosialisasi diabetes dan Cek Kesehatan Tekanan Darah, Gula Darah dan Asam Urat adalah kegiatan pemeriksaan secara gratis dan diikuti dengan penyuluhan Diabetes. Diabetes adalah penyakit kronis yang ditandai dengan kadar gula darah yang lebih tinggi dari normal. Penyuluhan Diabetes yang dilakukan bertujuan untuk menjadikan masyarakat Dusun Telukemur sadar terhadap Bahaya Diabetes dan dapat menjaga pola hidup sehat. Kesehatan warga menjadi salah satu tujuan utama pelaksanaan KKN guna meningkatkan kualitas kesehatan pada individual dan meningkatkan pengetahuan yang berkaitan dengan batasan normal tekanan darah dan gula darah, etiologi, gejala dan komplikasi serta pencegahan. Metode program kerja keperawatan Sosialisasi Diabetes dan cek Kesehatan. Hasil yang dicapai dari pemeriksaan Kesehatan dan penyuluhan diantaranya yaitu mengembangkan kesehatan masyarakat dan menambah pengetahuan melalui informasi tentang tekanan darah dan glukosa darah khususnya pada pralansia guna meningkatkan kesadaran warga bahwa kesehatan itu penting.

Kata kunci: Cek Kesehatan, Diabetes, Asam urat, Gula darah, Tekanan darah dan Sosialisasi.

Pendahuluan

KKN sejatinya salah bentuk implementasi dari Tri Dharma Perguruan Tinggi yakni pengabdian. Namun, KKN juga bisa menjadi peluang implementasi Tri Dharma Perguruan Tinggi bentuk lainnya yakni pengajaran dan penelitian. Mahasiswa dituntut memiliki kreativitas dan perilaku inovatif guna memenuhi ketiga hal tersebut. Dalam penelitian kali ini penulis ingin mewujudkan menjadi 3 hal sempurna Tri Dharma Perguruan Tinggi dengan cara melaksanakan KKN sebagai wujud pengabdian kepada masyarakat dengan kegiatan salah satunya pengajaran dan selanjutnya merubah menjadi penelitian

Kegiatan Kuliah Kerja Nyata (KKN) merupakan kegiatan yang dilakukan oleh mahasiswa dan dibimbing oleh DPL (Dosen Pembimbing Lapangan) yang berlokasi di desa maupun pedukuhan.

Kegiatan ini dapat dilakukan bagi mahasiswa yang menempuh bagian akhir dari program pendidikan S1 dengan ketentuan sedang

menempuh 110 SKS. Program ini bersifat wajib bagi semua mahasiswa, karena universitas mempercayai bahwa program ini mampu mendorong empati mahasiswa, dan dapat membantu penyelesaian persoalan yang ada di masyarakat, sehingga melalui belajar bersama-sama dengan masyarakat, akan banyak hal baru yang ditemukan mahasiswa.

KKN juga sebagai salah satu upaya pemberdayaan masyarakat bukanlah merupakan kegiatan setahap lalu selesai, namun harus seperti halnya masalah dan kebutuhan masyarakat, yang berkembang terus. Untuk itu maka program tindak lanjut harus dilakukan. Program tindak lanjut dapat berupa kegiatan oleh mahasiswa peserta KKN berikutnya ataupun oleh kelompok dosen pengabdian/ peneliti dari universitas, dan bahkan oleh instansi lain yang terkait dan masyarakat sendiri. Dengan demikian, maka peran dosen pembimbing KKN sangat diperlukan, selain juga peran narasumber dari instansi lain atau masyarakat demi keberlanjutan pemberdayaan masyarakat.

Pelaksanaan program kerja Sosialisasi diabetes dan Cek Kesehatan (Tekanan Darah, Gula Darah, dan Asam Urat) adalah kegiatan pemeriksaan secara gratis dan di ikuti dengan penyuluhan Diabetes.

Diabetes merupakan penyebab terpenting dari angka

kematian dan kesakitan di dunia. Penyakit ini disebabkan oleh gangguan metabolisme glukosa akibat kekurangan insulin baik secara absolut maupun relatif yang menyebabkan peningkatan kadar gula darah (hiperglikemia). Diabetes melitus merupakan salah satu penyakit yang tidak dapat disembuhkan, dengan kata lain pasien akan mengidap penyakit ini seumur hidup. Oleh karena itu penyakit ini dikenal sebagai "lifelong disease"

Diabetes dibagi menjadi diabetes tipe 1 dan diabetes mellitus yang bergantung pada insulin (IDDM), dan diabetes tipe 2 disebut diabetes yang tidak bergantung pada insulin. Diabetes adalah penyakit kronis yang ditandai dengan kadar gula darah yang lebih tinggi dari normal. Jika tidak ditangani dengan baik, diabetes dapat menyebabkan berbagai macam komplikasi pada organ tubuh seperti mata, ginjal, jantung, pembuluh darah, dan saraf, yang mengancam jiwa dan mempengaruhi kualitas hidup. Komplikasi bisa akut atau kronis. Komplikasi akut adalah penurunan atau peningkatan gula darah secara tiba-tiba, sedangkan komplikasi kronis adalah efek jangka panjang dari peningkatan gula darah. Komplikasi ini dapat menyebabkan berkurangnya harapan hidup, kecacatan, dan peningkatan beban keuangan bagi klien dan keluarganya.

Diabetes melitus merupakan salah satu masalah kesehatan yang besar. Data survei global International Diabetes Federation (IDF) (2011), menunjukkan bahwa jumlah penderita DM pada tahun 2011 telah mencapai 366 juta orang. Jika tidak ada tindakan yang dilakukan, jumlah tersebut diperkirakan akan meningkat menjadi 552 juta pada tahun 2030. Diabetes melitus telah menjadi penyebab dari 4,6 juta kematian. IDF (2009), menyebutkan bahwa lebih dari 50 juta orang menderita DM di Asia Tenggara. Jumlah penderita DM terbesar berusia 40-59 tahun.

Penyakit asam urat (*gout*) adalah penyakit yang sering ditemukan dan tersebar di seluruh dunia. Gangguan metabolisme yang menjadi

dasar *Gout* adalah Hiperurisemia yang didefinisikan sebagai peningkatan kadar asam urat lebih dari 7,0 ml/dl (laki-laki) dan 6,0 mg/dl pada Perempuan.

Penyakit *gout* ini muncul karena orang terlalu banyak mengonsumsi makanan dan minuman yang mengandung purin, antara lain teh, kopi, jeroan (babat, limpa, usus dan sebagainya), jika melebihi mengonsumsi makanan yang mengandung purin maka kadar *gout* dalam tubuh akan tinggi

Tanda dan gejala asam urat adalah sebagai berikut: a. Sendi terasa nyeri, terutama pada malam dan pagi hari. b. Sendi terasa ngilu, bahkan tampak bengkak dan meradang (kemerahan) c. Nyeri sendi berulang kali pada jari kaki, jari tangan, tumit, lutut, siku dan pergelangan tangan. d. Pada kasus yang parah, sendi

akan mengalami nyeri ketika bergerak. e. Kulit kemerahan hingga keunguan.

Pemeriksaan tekanan darah menggunakan alat spignomanometer dan pengecekan Gula darah dan Asam urat menggunakan alat ukur GCU meter dengan mengambil darah perifer diujung jari sebagai sampel pemeriksaannya. Penyuluhan Diabetes yang dilakukan bertujuan untuk menjadikan masyarakat Dusun Telukemur sadar terhadap Bahaya Diabetes dan dapat menjaga pola hidup sehat.

Berdasarkan hasil cek kesehatannya dan Sosialisasi Diabetes di Dusun Telukemur, Kecamatan Tambak, Bawean terjadi peningkatan pengetahuan masyarakat secara signifikan Masyarakat mengetahui bahaya diabetes dan masyarakat sudah mengetahui status kesehatannya setelah dilakukan pemeriksaan.

Kuliah Kerja Nyata atau KKN ini memberikan banyak dampak perilaku hidup sehat kepada masyarakat, dengan pengecekan Tekanan darah, Gula darah dan Asam Urat yang di laksanakan tentunya membawa misi yang besar di kemudian hari, harapan itu kelak mereka akan terbiasa dengan pola hidup sehat dengan makan yang dijaga dan sehat perlu di tekan kan supaya Masyarakat menyadari sejak dini pentingnya mendeteksi penyakit diabetes.

METODE PELAKSANAAN

Sosialisasi dan cek kesehatan ini diberikan pada pralansia dan dengan prioritas utama memiliki Riwayat Kencing Manis Dan Asam Urat , untuk

Sosialisasi terdiri dari Sosialisasi Diabetes yang berisikan informasi tentang pengertian Diabetes, Faktor, gejala, dan cara pencegahannya. Sedangkan untuk cek kesehatan terdiri dari pengecekan tekanan darah, Gula Darah, Asam Urat secara gratis. Tujuan Sosialisasi dan cek kesehatan ini adalah menjadikan Dusun Telukemur ada perubahan pola hidup sehat, dan menambah pengetahuan sehingga warga bisa peduli lagi terhadap Kesehatan, terutama Gula Darah.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Program kerja keperawatan Sosialisasi Diabetes dan cek Kesehatan. Sosialisasi merupakan suatu proses belajar-mengajar dalam berperilaku di masyarakat. Beberapa orang juga mengatakan bahwa sosialisasi adalah proses penanaman nilai, kebiasaan, dan aturan dalam bertingkah laku di masyarakat dari satu generasi ke generasi lainnya. Dalam proses sosialisasi sendiri, manusia disesuaikan dengan peran dan status sosial masing-masing di dalam kelompok masyarakat. Pengertian sosialisasi juga merupakan sebagai

sebuah proses seumur hidup yang berkaitan dengan bagaimana individu mempelajari cara-cara hidup norma dan nilai sosial yang terdapat dalam kelompoknya agar dapat berkembang menjadi pribadi yang bisa di terima oleh masyarakat umum . sedangkan cek Kesehatan adalah salah satu upaya mendeteksi adanya kelainan pada tubuh. Mengecek kesehatan sebaiknya dilakukan secara rutin dengan tujuan guna melakukan pencegahan serta pengobatan lebih dini.

Hasil Kegiatan

Program kerja Sosialisai Diabetes dan cek Kesehatan yang diselenggarakan di hari rabu tanggal 30 Agustus 2023 oleh Kelompok 18 KKN BAWEAN UMG dari prodi keperawatan, dengan tujuan mencegah meningkatnya resiko penyakit diabetes melitus terhadap kelompok yang berisiko yakni masyarakat pra lansia dan lansia. Kegiatan ini diawali dengan Sosialisasi Diabetes, sekaligus tanya jawab dan sharing seputar Diabetes dan Asam Urat Bersama peserta.

Pada program ini, kelompok 18 bekerja sama dengan para ketua rt setempat di Dusun Teluk kemur Untuk meyneybar luaskan informasi mengenai kegiatan tersebut.

Peserta pada kegiatan ini ialah lansia dan pralansia yang memiliki riwayat penyakit diabetes dan Asam Urat di Dusun Telukemur Kecamatan Tambak, bawean. Peserta berjumlah 25 Orang saat Sosialisasi dan 38 orang saat Cek Kesehatan. Para peserta sangat antusias mengikuti Sosialisai dan bersemangat saat sesi tanya jawab, dan juga saat di lakukan cek Kesehatan peserta bersemangat untuk antri cek Kesehatan.

Kegiatan ini dilaksanakan pada pukul 09.00 WIB peserta datang dan mengisi daftar hadir, kemudian di beri snack dan peserta dipersilahkan untuk duduk. Kemudian kegiatan dimulai dengan diawali pembukaan oleh Shofi Nur Hidayah selaku Moderator dari mahasiswa keperawatan, setelah itu pembacaan susunan acara, dan dilanjut dengan sambutan oleh kepala dusun

Setelah itu dilanjut pemaparan materi Sosialisasi Diabetes Oleh Nadiyah Aisy dari Mahasiswa Keperawatan. Dalam Sosialisasi tersebut dijelaskan Pengertian, Faktor resiko, Gejala, hal hal yang harus dihindari, komplikasi, dan cara pencegahan diabetes militus. Sehingga Masyarakat menjadi tau dan dapat mengubah pola hidup sehat secara Teratur agar terhindar dari penyakit diabetes militus.

Setelah penjelasan dari anggota kelompok, diadakan sesi tanya jawab bagi peserta yang ingin mengetahui lebih banyak mengenai materi.

Pada sesi tanya jawab ini, anggota kelompok juga dibantu oleh Hanik Nadia Mawarni dalam penjelasan lebih lanjut. Pada saat Sosialisasi berlangsung, para peserta sangat antusias

untuk mendengarkan, memahami dan bertanya, sehingga terjadinya komunikasi 2 arah yang baik.

Kegiatan sosialisasi telah selesai Setelah itu, Moderator menutup acara dengan memberikan ucapan terima kasih kepada para peserta.

Setelah sosialisasi peserta Bersiap untuk kegiatan selanjutnya yaitu cek Kesehatan. Cek Kesehatan yang dilakukan ialah Cek Tekanan darah, Gula darah, dan Asam Urat oleh Shofi Nurhidayah, Hanik Nadia mawarni, Mirza Fitriana Aroyan, dan Nadiyah Aisy Selaku mahasiswa prodi keperawatan.

Peserta yang sudah di cek akan di beri kartu hasil pemeriksaan untuk di bawa pulang yang berisikan tanggal, nama, usia, Tekanan Darah, Gula Darah dan Asam Urat

BLOOD CHECK UP RESULT HASIL PEMERIKSAAN DARAH	
Tanggal: _____	
Nama : _____	
Usia : _____	
Hasil Pemeriksaan	Nilai Normal
Tekanan darah :	
a. Sistole _____ mmHg	100 – 130 mmHg
b. Diastole _____ mmHg	70 – 90 mmHg
Gula Darah : _____ mg/dL	Puasa : 70–110 mg/dl Sewaktu: <140 mg/dL
Asam Urat : _____ mg/dL	L: 3,4 – 7 mg/dL P: 2,4 – 5,7 mg/dL



Gambar 1 kartu hasil pemeriksaan dan pemeriksaan kesehatan

Kegiatan Sosialisasi dan cek Kesehatan telah Terlaksana. Kegiatan ini diharapkan dapat bermanfaat bagi bagi para peserta maupun para anggota kelompok.

PENUTUP

Berdasarkan Pembahasan yang sudah tertera di atas, dapat disimpulkan bahwa program KKN kelompok 18 UMG BAWEAN dalam Sosialisasi Diabetes dan cek Kesehatan pada warga dusun Telukemur dimana tingkat partisipasi dari mulai acara sampai dengan selesai telah berjalan dengan baik, warga antusias dalam mendengarkan informasi yang telah diberikan. Hal ini tidak lepas dari persetujuan Para RT Dusun Telukemur dalam mengajak masyarakatnya untuk ikut andil dalam program Sosialisasi dan cek Kesehatan gratis ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Afnuhazi, R. (2019). *FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN KEJADIAN GOUT PADA LANSIA*. 4, 34–41.
- DIREKTORAT PENELITIAN DAN PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT. (2023). *BUKU PANDUAN KULIAH KERJA NYATA*.
- Karsidi, R., Martono, T., & Partono. (2000). *KKN DAN PEMBERDAYAAN MASYARAKAT*.

- Norhidayah, Sari, H. N., Fitria, M., Bahruddin, M., Mutawali, A., Maskanah, Rahmah, A., & Noviawati. (2022). KULIAH KERJA NYATA (KKN) DI DESA SUNGAI NAMANG KECAMATAN DANAU PANGGANG KABUPATEN HULU SUNGAI UTARA. *Journal of Community Dedication*, 2(2), 26–36.
- Nuranti, Z., Maimaznah, & Anggraini, A. A. (2020). Pengaruh Pendidikan Kesehatan dan Pemberian Daun Salam Pada Pasien Dengan Asam Urat di Wilayah RT 10
- Widiharti, Sari, D. J. E., Suminar, E., Rahmah, A., & Nabilah, C. (2023). *Peningkatan Pengetahuan Masyarakat Kelompok Rentan Sebagai Upaya Pencegahan Dan Deteksi Penyakit Degeneratif*. 2(1), 1–6.
- Yunita, N., Fathoni, M., Agustin, A. A., & Fitria, N. (2023). *Menumbuhkan Jiwa Nasionalisme dan Semangat Belajar*. 6, 2208–2215. <https://doi.org/10.31604>
- Kelurahan Murni. *Jurnal Abdimas Kesehatan (JAK)*, 2(1), 50. <https://doi.org/10.36565/jak.v2i1.90>
- ROOIQOH, Q. F. (2018). *PENGUNAAN MEDIA CAKRAM DIABETES DALAM KONSELING UNTUK MENINGKATKAN PENGETAHUAN DAN KEPATUHAN DIET PASIEN DIABETES MELITUS TIPE 2 DI PUSKESMAS GODEAN I* [Skripsi, Politeknik Kesehatan Yogyakarta]. <http://eprints.poltekkesjogja.ac.id/557/>
- Saffanah, D. E., Al'Ariq, G. C., Sipahutar, M. H., & Romdhona, N. (2022). PENYULUHAN DAN CEK KESEHATAN TEKANAN DARAH DAN GULA DARAH “PEKAN TERARAH” DI RW 016 KAMPUNG GUNUNG, KELURAHAN JOMBANG, CIPUTAT, TANGERANG SELATAN. *Seminar Nasional Pengabdian Masyarakat LPPM UMJ*. <http://jurnal.umj.ac.id/index.php/semnaskat>
- Tahir, S. Z. bin, Wahyuningsih, T., Assagaf, S. S. F., Yulismayanti, & Hajar, I. (2021). *Buku Panduan Kuliah Kerja Nyata (KKN) Angkatan XVII*. LPPM UNIQUBU. Widiyanto, A., Budi, A., Duarsa, S., Mubarak, A. S., Setiawan Manurung, B.,
- Prabowo, T. G., Prayoga, W., Aji, R., Dina, A., Agustina, N., Miya, S., Larasati, T., Putri, M., Prayogi, W., Fatonah, U., Permatasari, R., Dewi, A., Choiri, A., Novianti, N., ... Kesehatan Mambaul, I. (2022). *PENGABDIAN MASYARAKAT: INOVASI SENAM PEREGANGAN SENDI SEBAGAI UPAYA PROMOTIF DAN PREVENTIF TERHADAP PENINGKATAN KADAR ASAM URAT PADA LANSIA DI DUSUN SOKOKEREP, DESA GARANGAN, KECAMATAN WONOSAMODRO KABUPATEN BOYOLALI*. *Jurnal Peduli Masyarakat*, 81–86. <http://jurnal.globalhealthsciencegroup.com/index.php/JPM>