

---

---

## PENYULUHAN PENCEGAHAN DIABETES MELITUS DI LEMBAGA PEMASYARAKATAN LABUHAN DELI

**Novrina Situmorang<sup>✉</sup>, Eka Samuel P. Hutasoit, Ivonne Ruth V. O. Situmeang,  
Inda M. H. Br. Sinaga, Paul S. M. L. Tobing. Alexander P. Marpaung,  
Maestro B. U. Simanjuntak, Romatiur Marantha B. Siregar**  
Fakultas Kedokteran Universitas Methodist Indonesia, Medan, Indonesia  
Email: [novrinasitumorang@ymail.com](mailto:novrinasitumorang@ymail.com)

DOI: <https://doi.org/10.46880/methabdi.Vol3No2.pp140-143>

### ABSTRACT

*Community Service (PKM) conducted by the Faculty of Medicine at the Indonesian Methodist University provides counseling on the benefits of basic immunization. Community Service was held on July 28 2023 at the Labuhan Deli Correctional Institution, Medan Labuhan District, Medan City, North Sumatra. In this counseling, material is presented about diabetes mellitus, factors that cause diabetes mellitus, symptoms experienced by diabetes mellitus sufferers, ways to prevent and even manage diabetes mellitus. After the presentation of the material, the audience was given the opportunity to discuss diabetes mellitus so that the employees and residents of the Labuhan Deli correctional institution really understand diabetes mellitus so they have the motivation to adopt a healthy lifestyle to avoid diabetes mellitus.*

**Keyword: Diabetes Mellitus, Community Service, Labuhan Deli.**

### ABSTRAK

*Pengabdian Masyarakat (PKM) yang dilakukan oleh Fakultas Kedokteran Universitas Methodist Indonesia memberikan penyuluhan tentang pencegahan penyakit diabetes mellitus. PengMas dilaksanakan pada tanggal 28 Juli 2023 di Lembaga Pemasyarakatan Labuhan Deli, Kecamatan Medan Labuhan, Kota Medan, Sumatera Utara. Didalam penyuluhan ini dilakukan pemaparan materi tentang diabetes mellitus, faktor penyebab diabetes mellitus, gejala yang dialami penderita diabetes mellitus, cara pencegahan dan bahkan penatalaksanaan diabetes mellitus. Seusai pemaparan materi, diberikan kesempatan kepada audiens untuk berdiskusi tentang diabetes mellitus sehingga para pegawai dan penghuni lembaga pemasyarakatan Labuhan Deli benar-benar memahami penyakit diabetes mellitus sehingga memiliki motivasi untuk melakukan pola hidup sehat agar dapat terhindar dari penyakit diabetes mellitus.*

**Kata Kunci: Diabetes Mellitus, PKM, Labuhan Deli.**

---

### PENDAHULUAN

#### Latar Belakang

Pengabdian kepada masyarakat dapat diartikan sebagai pengamalan Ilmu Pengetahuan dan Teknologi yang dilakukan oleh Perguruan Tinggi secara melembaga dengan menggunakan metode ilmiah ditujukan kepada masyarakat yang membutuhkannya, hal ini bertujuan untuk mensukseskan pembangunan untuk mencapai manusia Indonesia yang maju, adil dan sejahtera.

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ditujukan pada kegiatan yang manfaatnya dapat dirasakan langsung oleh masyarakat. Tujuan dari pengabdian masyarakat diantaranya adalah peningkatan kemampuan sumber daya manusia, tercapai masyarakat dinamis dan mempercepat upaya pembinaan institusi dan profesi masyarakat (Emilia, 2022).

Perubahan gaya hidup dan sosial ekonomi akibat urbanisasi dan modernisasi terutama pada masyarakat di kota-kota besar di Indonesia

menjadi penyebab terjadinya peningkatan prevalensi penyakit degeneratif. Beberapa penyakit dapat dimasukkan ke dalam kelompok kelompok penyakit degeneratif salah satunya adalah diabetes mellitus. Diabetes mellitus Diabetes Mellitus adalah salah satu diantara penyakit tidak menular akan meningkat jumlahnya dimasa depan. Hal ini diduga karena perubahan pola makan masyarakat yang lebih banyak mengonsumsi makanan yang mengandung protein, lemak, gula, garam dan mengandung sedikit serat (Kurniawaty, 2014).

### **Rasionalisasi**

PKM dilaksanakan sebagai salah satu Tridharma perguruan tinggi. Fakultas Kedokteran Universitas Methodist Indonesia (FK-UMI) bersama dengan Puskesmas Labuhan Deli menyelenggarakan penyuluhan kesehatan sebagai bagian dari program Puskesmas Labuhan Deli. Melalui penyuluhan kegiatan penyuluhan diharapkan dapat meningkatkan derajat kesehatan masyarakat Indonesia umumnya dan Pegawai serta penghuni Lembaga Pemasarakatan Labuhan Deli khususnya.

### **Pernyataan Masalah**

Kesehatan dapat tercapai dengan baik hanya jika masyarakat memahami budaya hidup sehat. Budaya hidup sehat, yaitu: Pencegahan penyakit, pemeliharaan kesehatan dan langkah-langkah untuk meningkatkan kesehatan fisik dan mental.

Pengertian kesehatan menurut Undang-undang nomor 36 tahun 2009 adalah “keadaan sehat, baik secara fisik, mental, spiritual maupun social untuk memungkinkan setiap orang untuk hidup produktif secara social dan ekonomi” (Kementerian Kesehatan RI, 2009). Kesehatan merupakan hal yang sangat penting dalam kehidupan manusia. Sehat juga merupakan keadaan dari kondisi fisik yang baik, mental yang baik dan social yang baik, tidak hanya terbebas dari penyakit (Krisna Triyono & K. Herdiyanto, 2018).

### **TUJUAN KEGIATAN**

Tujuan dari hasil PKM FK-UMI ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan pegawai dan masyarakat penghuni Lembaga pemsarakatan Labuhan Deli tentang penyakit diabetes mellitus. Dengan demikian dapat dilakukan pencegahan sedini mungkin.

### **MANFAAT KEGIATAN**

Kegiatan PKM ini dapat bermanfaat bagi pegawai dan masyarakat penghuni lembaga pemsarakatan Labuhan Deli. Sehingga mereka mengetahui gejala klinis, faktor resiko, komplikasi dan pencegahan sedini mungkin dari penyakit diabetes mellitus. Dengan demikian jumlah kasus penderita penyakit degeneratif tidak semakin meningkat. Namun pencegahan penyakit degeneratif ini melibatkan peran dari individu sendiri agar dapat mengatur pola hidup sehat sehingga kadar gula darah dapat terkontrol.

### **METODE**

Untuk mencapai tujuan bakti sosial, metode yang digunakan adalah dengan menyampaikan materi tentang apa itu penyakit diabetes mellitus, bagaimana gejalanya, apa faktor resikonya, komplikasinya dan bagaimana pencegahan dini penyakit diabetes mellitus.



**Gambar 1.** dr. Novrina Situmorang, M.Biomed Memberikan Materi Penyuluhan Kepada Pegawai dan Masyarakat Penghuni Lembaga Pemasarakatan Labuhan Deli

### **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Berdasarkan hasil kegiatan PKM ini, hasil yang dicapai adalah sebagai berikut:

1. Tercapainya tujuan

Melalui penyuluhan ini diharap masyarakat

mengerti bagaimana menjalankan pola hidup sehat sehingga dapat mencegah sedini mungkin penyakit diabetes mellitus.



**Gambar 2.** dr. Novrina Situmorang, M.Biomed Memberikan Sosialisasi/Ceramah kepada Pegawai dan Masyarakat Penghuni Lembaga Pemasarakatan Labuhan Deli

## 2. Tercapainya target

Tercapainya target yaitu kegiatan penyuluhan kesehatan ini dilaksanakan pada hari jumat tanggal 28 Juli 2023 dan diikuti oleh 40 pegawai dan penghuni Lembaga Pemasarakatan Labuhan Deli.

Menurut data Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) tahun 2018 yang dilakukan oleh Departemen Kesehatan, terlihat adanya peningkatan prevalensi diabetes melitus (DM) menjadi 8,5%. Data tersebut mencatat bahwa jumlah penduduk Indonesia yang berusia di atas 20 tahun pada tahun 2003 sebanyak 133 juta jiwa, dengan prevalensi DM mencapai 14,7% di daerah urban dan 7,2% di daerah rural. Dengan asumsi ini, diperkirakan terdapat sekitar 8,2 juta pasien DM di daerah rural pada tahun 2003. Namun, dengan melihat pola pertumbuhan penduduk, diperkirakan bahwa pada tahun 2030 jumlah penduduk yang berusia di atas 20 tahun akan mencapai 194 juta jiwa. Dengan asumsi prevalensi DM sebesar 14,7% di daerah urban dan 7,2% di daerah rural, diperkirakan terdapat peningkatan jumlah pasien DM menjadi 28 juta di daerah urban dan 13,9 juta di daerah rural pada tahun 2030 (Saibi et al., 2020).

Peningkatan angka diabetes melitus (DM) di Indonesia sejalan dengan meningkatnya angka

obesitas, yang merupakan salah satu faktor risiko utama untuk penyakit tersebut. Menurut data Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS), prevalensi obesitas meningkat dari 14,8% pada tahun 2013 menjadi 21,8% pada tahun 2018. Selain itu, terdapat peningkatan dalam prevalensi berat badan lebih (lebih dari 11,5%) dari 13,6% menjadi 13,6%, serta obesitas sentral (lingkar pinggang  $\geq 90$ cm pada laki-laki dan  $\geq 80$ cm pada perempuan) meningkat dari 26,6% menjadi 31%.

Data ini mencerminkan bahwa jumlah pasien DM di Indonesia menjadi masalah serius dan merupakan beban yang signifikan, yang mungkin sulit ditangani sepenuhnya oleh dokter spesialis atau bahkan seluruh tenaga kesehatan.

Penyakit diabetes melitus (DM) dapat menyebabkan komplikasi yang melibatkan gangguan pada pembuluh darah, baik dalam skala makrovaskular maupun mikrovaskular, serta merusak sistem saraf. Komplikasi ini dapat timbul pada pasien DM tipe 2, baik yang telah lama mengidap penyakit maupun yang baru didiagnosis. Komplikasi makrovaskular cenderung mempengaruhi organ-organ seperti jantung, otak, dan pembuluh darah, sementara gangguan mikrovaskular dapat merusak mata dan ginjal. Pasien DM juga umumnya mengalami keluhan neuropati, yang mencakup neuropati motorik, sensorik, dan otonom.

Akibat yang ditimbulkan dari penyakit DM bukan hanya terbatas pada individu, melainkan juga berdampak pada kualitas sumber daya manusia secara keseluruhan dan meningkatkan beban biaya kesehatan yang cukup besar. Oleh karena itu, keterlibatan semua pihak, termasuk masyarakat dan pemerintah, sangat penting dalam upaya penanggulangan DM, terutama dalam hal pencegahan (Soelistijo, 2021).

## SIMPULAN

Penyuluhan tentang penyakit diabetes mellitus bagi para pegawai dan masyarakat penghuni lembaga pamasarakatan Labuhan Deli sangat efektif dilakukan mengingat masih banyak masyarakat yang kurang mendapatkan informasi tentang gejala klinis, faktor resiko, komplikasi dan pencegahan penyakit diabetes mellitus.

Dengan adanya penyuluhan kesehatan ini masyarakat menjadi memahami, mengetahui dan mengerti tentang penyakit diabetes mellitus sehingga masyarakat dapat melakukan pencegahan sedini mungkin. Melalui penyuluhan kesehatan ini diharapkan pegawai dan masyarakat pemnghuni lembaga pasyarakatatan Labuhan Deli lebih gtermotivasi untuk melaksanakan pola hidup sehat dengan demikian dapat mencegah penyakit diabetes mellitus. Sehingga dapat meningkatkan derajat kesehatan masyarakat Indonesia dan dapat meningkatkan angka harapan hidup masyarakat lansia.

### UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih kepada Tuhan Yang Maha Esa atas limpahan kasih-Nya yang telah memungkinkan terselenggaranya kegiatan Pengabdian ini dengan lancar. Kami juga mengucapkan terima kasih kepada Pimpinan Methodist Universitas Indonesia dan Dekan Fakultas Kedokteran Universitas Methodist Indonesia atas izin dan dukungan yang diberikan untuk pelaksanaan PKM ini. Penghargaan kami juga tertuju kepada seluruh Dosen Fakultas Kedokteran Universitas Methodist Indonesia, serta kepada petugas dan tenaga kesehatan Puskesmas Labuhan Deli, Sumatera Utara, yang turut terlibat dalam penyelenggaraan PKM ini. Semoga hasil dari kegiatan Pengabdian ini memberikan manfaat yang signifikan dan dapat menjadi inspirasi bagi kita semua untuk terus berkomitmen dalam beramal dan berbakti kepada masyarakat.

### DAFTAR PUSTAKA

- Emilia, H. (2022). Bentuk Dan Sifat Pengabdian Masyarakat Yang Diterapkan Oleh Perguruan Tinggi. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(3), 122–130.  
<https://doi.org/10.37567/pkm.v2i3.1127>
- Kementerian Kesehatan RI. (2009). *Undang-Undang Nomor 36 tahun 2009 Tentang Kesehatan*.
- Krisna Triyono, S. D., & K. Herdiyanto, Y. (2018). Konsep Sehat dan Sakit Pada Individu Dengan Urolithiasis (Kencing Batu) di Kabupaten Klungkung, Bali. *Jurnal Psikologi Udayana*, 4(02), 263.

- <https://doi.org/10.24843/JPU.2017.v04.i02.p04>
- Kurniawaty, E. (2014). Diabetes Mellitus. *Juke*, 4(7), 114–119.
- Saibi, Y., Romadhon, R., & Nasir, N. M. (2020). Kepatuhan Terhadap Pengobatan Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di Puskesmas Jakarta Timur. *Jurnal Farmasi Galenika (Galenika Journal of Pharmacy) (e-Journal)*, 6(1), 94–103.  
<https://doi.org/10.22487/j24428744.2020.v6.i1.15002>
- Soelistijo, S. (2021). *Pedoman Pengelolaan dan Pencegahan Diabetes Melitus Tipe 2 Dewasa di Indonesia 2021*. Global Initiative for Asthma.