

## Lansia sadar DMT2 melalui pemeriksaan kadar glukosa darah sewaktu dan edukasi manajemen perawatan diri

Recta Olivia Umboro<sup>1</sup>, Dedent Eka Bimmaharyanto S.<sup>1</sup>, Dwi Monika Ningrum<sup>1</sup>, Fitri Apriliany<sup>2</sup>, Anita Mursiany<sup>3</sup>, Hilda Hastuti<sup>4</sup>

<sup>1</sup>Program Studi Farmasi, Fakultas Kesehatan, Universitas Qamarul Huda Badaruddin, Nusa Tenggara Barat, Indonesia

<sup>2</sup>Program Studi Farmasi, Fakultas Kesehatan, Universitas Bumigora, Nusa Tenggara Barat, Indonesia

<sup>3</sup>Program Studi Farmasi, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Nasional, Jawa Tengah, Indonesia

<sup>4</sup>Program Studi Sastra Inggris, Fakultas Ilmu Budaya dan Hukum dan Pendidikan, Universitas Bumigora, Nusa Tenggara Barat, Indonesia

Penulis korespondensi : Recta Olivia Umboro

E-mail : umboroolivia@gmail.com

Diterima: 01 Oktober 2024 | Direvisi: 30 Oktober 2024 | Disetujui: 02 November 2024 | © Penulis 2024

### Abstrak

Penduduk lanjut usia merupakan kelompok yang memiliki faktor risiko tinggi untuk mengalami gangguan kesehatan, salah satunya yaitu Diabetes Melitus Tipe 2 (DMT2). Untuk mengatasi kurangnya pemahaman lansia terhadap terkait deteksi dini dan manajemen perawatan diri pada DMT2 maka diadakan kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat pada hari Sabtu, 5 November 2022 bertempat di Desa Batu Asak, Praya Barat, Lombok Tengah, NTB. Tujuan dari kegiatan ini adalah memberikan informasi dan pemahaman terkait DMT2 dalam upaya meningkatkan kesadaran pentingnya deteksi dini pada lansia dan manajemen perawatan diri DMT2. Sasaran pada kegiatan ini adalah masyarakat usia dewasa dan lansia. Kegiatan ini menggunakan metode fasilitasi melalui edukasi, dialog dan berbagi cerita berdasarkan pengalaman masyarakat serta pemeriksaan kadar gula darah sewaktu. Evaluasi dilakukan dengan metode *pretest* dan *posttest*. Kegiatan dihadiri oleh 27 peserta dengan rentang usia 25 tahun – lebih dari 60 tahun. Hasil evaluasi menunjukkan nilai rata-rata *pretest* sebesar 38.00 dan nilai rata-rata untuk *post test* sebesar 73.00. Kesimpulan dari kegiatan ini yaitu terjadi peningkatan pengetahuan dan kesadaran masyarakat tentang pentingnya deteksi dini dan manajemen perawatan diri DMT2 pada lansia yang ditunjukkan dengan adanya peningkatan persentase nilai evaluasi setelah perlakuan sebesar 92.11%.

**Kata kunci:** diabetes melitus tipe 2; lansia; manajemen perawatan diri

### Abstract

Type 2 diabetes mellitus (T2DM) is one of the health issues that the aged population is particularly susceptible to. At Batu Asak Village, West Praya, Central Lombok, NTB, a community service activity was conducted on Saturday, November 5, 2022, to address the older population's ignorance about early identification and self-care management in type 2 diabetes. This program aims to raise awareness of the significance of early detection in the elderly and self-care management of type 2 diabetes by disseminating information about the disease. This exercise is intended for adults and senior citizens. This activity employs a facilitation approach that includes blood sugar testing, teaching, discussion, and the sharing of anecdotes based on the community's experiences. Pretest and posttest techniques were used for evaluation. Twenty-seven people, ranging in age from 25 to over 60, participated in the exercise. According to the evaluation results, the average pretest score was 38.00, and the average posttest score was 73.00. As evidenced by a 92.11% increase in the percentage of evaluation scores following treatment, the activity concludes that there is a greater level of community knowledge and awareness regarding the significance of early detection and self-care management of type 2 diabetes in the elderly.

**Keywords:** elderly; self-care management; type 2 diabetes mellitus

## PENDAHULUAN

Badan Pusat Statistik (BPS) Nusa Tenggara Barat (NTB), menyatakan bahwa terjadi peningkatan persentase jumlah penduduk lansia di Provinsi NTB pada tahun 2020 sebesar 0.91%, yang awalnya pada tahun 2010 jumlahnya sebesar 7.23%. menjadi 8.14%. Meningkatnya jumlah penduduk lansia ini merupakan dampak dari meningkatnya usia harapan hidup dan penurunan angka kelahiran penduduk di Provinsi NTB. Kondisi ini menggambarkan bahwa Provinsi NTB berada dalam masa transisi menuju *era ageing population*, dimana persentase penduduk usia 60 tahun ke atas mencapai lebih dari 10% (Badan Pusat Statistik Nusa Tenggara Barat, 2021).

Lombok Tengah merupakan salah satu kabupaten yang berada di Provinsi NTB, data BPS mencatat adanya tren kenaikan jumlah penduduk lansia di wilayah ini. Tahun 2023 menunjukkan bahwa jumlah penduduk lansia dengan kategori usia 60-64 tahun sebanyak 38.785 jiwa, kategori usia 65-69 tahun sebanyak 27.466 jiwa, kategori usia 70-74 tahun sebanyak 17.888 dan kategori usia > 75 tahun sebanyak 20.742 (Badan Pusat Statistik Lombok Tengah, 2024). Adanya kecenderungan peningkatan jumlah penduduk lansia di Kabupaten Lombok Tengah perlu menjadi perhatian khusus dalam hal penyediaan layanan kesehatan, kesejahteraan sosial mengingat usia lanjut merupakan usia yang berisiko tinggi mengalami masalah kesehatan (Pujiningsih, Irianto, & Rafsanjani, 2023).

Salah satu masalah kesehatan yang rentan diderita oleh lansia adalah Diabetes Melitus Tipe 2 (DMT2). Data BPS Lombok Tengah tahun 2023 menunjukkan bahwa diabetes menempati posisi ke 2 dalam 10 besar jumlah penyakit terbanyak di Kabupaten Lombok Tengah, dengan jumlah kasus sebesar 4.252 kasus (Badan Pusat Statistik Lombok Tengah, 2024). Berdasarkan studi yang dilakukan (Tajiwalar, Adnyana, & Pratiwi, 2023) pada tahun 2019 dari 28 unit layanan Pusat Kesehatan Masyarakat (PKM) yang berada di wilayah Kabupaten Lombok Tengah, unit PKM Praya memiliki estimasi angka penderita DM tertinggi.

DMT2 merupakan salah satu penyakit degeneratif yang menjadi masalah kesehatan di masyarakat terutama pada kalangan lanjut usia (lansia). Penyakit kronis yang disebabkan oleh gangguan fungsi insulin ini ditandai dengan tingginya kadar glukosa dalam darah. Usia menjadi salah satu faktor risiko yang dapat meningkatkan angka kejadian DMT2 disebagian besar negara-negara maju, hal ini erat kaitannya dengan fungsi sel beta yang memproduksi insulin cenderung menurun seiring dengan bertambahnya usia, perubahan metabolisme tubuh yang cenderung melambat dan faktor-faktor gaya hidup lansia yang kurang aktif serta perubahan hormon. Diketahui bahwa pada lansia faktor jenis kelamin baik laki-laki ataupun perempuan memiliki risiko yang sama besar untuk menderita DMT2 (Bradley & Hsueh, 2016).

Umumnya pada lansia gejala dan tanda DMT2 tidak terdeteksi lebih awal, hal ini disebabkan oleh gejala yang muncul mulai dari yang tidak spesifik sampai ringan seperti: mudah lelah, sering buang air kecil, dan penurunan berat badan dianggap bagian dari proses penuaan. Ketidak spesifikan gejala yang hadir mengakibatkan kondisi DMT2 bukan menjadi prioritas kesehatan bagi lansia sehingga tindakan skrining rutin untuk mendiagnosa DMT2 dianggap belum perlu dilakukan, sehingga dapat meningkatkan komplikasi serius berupa gangguan penglihatan, ginjal, jantung, sampai dengan luka diabetik (Mordarska & Godziejewska-Zawada, 2017).

Pentingnya deteksi dini DMT2 pada manula bertujuan untuk memperbaiki prognosis jangka panjang dan mencegah terjadinya komplikasi. Namun akibat kurangnya informasi dan ketidaktahuan terkait DMT2 banyak para manula tidak menyadari kondisi yang dialami sehingga semakin memperburuk gejala dan kualitas hidup lansia dengan munculnya berbagai komplikasi seperti gangguan kardiovaskuler, ginjal serta kerusakan saraf. Oleh karena itu pengetahuan terkait penyakit DMT2 dan manajemen perawatan diri bagi lansia sangat dibutuhkan guna menjaga kualitas hidupnya (Saqila & Muflihatin, 2021).

Informasi yang tepat terkait DMT2 memungkinkan para lansia dapat dengan mudah memahami gejala awal diabetes berpengaruh terhadap tubuh mereka sebagai langkah deteksi dini. Sehingga risiko perburukan gejala dan komplikasi DMT2 dapat dihindari. Pengetahuan tentang manajemen perawatan

Lansia sadar DMT2 melalui pemeriksaan kadar glukosa darah sewaktu dan edukasi manajemen perawatan diri

diri terkait DMT2 memberikan informasi kepada para lansia terkait bagaimana melakukan kontrol glukosa darah yang efektif, cara melakukan diet sehat, pilihan olah raga yang aman guna menjaga stabilitas kadar glukosa darah, dan cara mencegah terjadinya lonjakan atau kejadian hipoglikemia. Manajemen perawatan diri ini juga memberikan manfaat secara langsung dengan mengurangi risiko kesalahan dosis dan interaksi obat yang merugikan melalui pengelolaan penggunaan obat secara bijak (Silalahi, 2019)

Pengetahuan dan pemahaman yang baik tentang DMT2 dan manajemen perawatan diri mampu memberikan dampak yang signifikan terhadap kualitas hidup melalui terjaganya kesehatan fisik dan psikologis. Para lansia cenderung lebih mandiri, merasa percaya diri, tenang dan tidak stres dalam mengelola penyakitnya. Usia merupakan salah satu faktor penting yang menentukan perawatan diri pada pasien DMT2. Manajemen perawatan diri merupakan bagian terpenting dalam pengelolaan DMT2 pada lansia, kegiatan ini merupakan kegiatan yang harus dilakukan secara rutin melalui pengecekan darah rutin, pengaturan pola makan, aktivitas fisik dan pengelolaan terapi DM (Sudyasih & Asnindari, 2021).

Dengan demikian, DMT2 pada lansia adalah masalah kesehatan yang memerlukan perhatian khusus karena dapat menyebabkan komplikasi serius jika tidak dikelola dengan baik. Oleh karena itu edukasi yang menyeluruh terkait penyakit dan manajemen perawatan diri bagi penderita DMT2 lansia sangat diperlukan guna untuk memahami kondisi yang dialami mereka. Seperti yang telah dikemukakan di atas bahwa salah satu kendala dalam pencegahan dan pengendalian diabetes adalah kurangnya informasi dan pemahaman tentang manajemen DMT2 (Apriliany, Umboro, S, & Isasih, 2024). Dalam upaya membantu pemerintah mencegah dan mengendalikan DMT2 khususnya pada lansia, maka komunitas dosen Prodi Farmasi di Nusa Tenggara Barat melakukan kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM) yang mengangkat tema Edukasi Penyakit Degeneratif Diabetes Melitus Tipe 2 (DMT2) dan Pemeriksaan Kadar Glukosa Darah. Adapun kegiatan ini bertujuan untuk memberikan informasi dan pemahaman terkait DMT2 dalam upaya meningkatkan kesadaran masyarakat pentingnya deteksi dini DMT2 pada lansia dan manajemen perawatan diri DMT2.

## METODE

Pelaksanaan kegiatan PKM dilakukan selama 1 hari pada hari Sabtu, 05 November 2022 pukul 08 sd 12.00 WITA bertempat di Dusun Petak Desa Batu Asak Kecamatan Praya Barat Lombok Tengah, NTB. Kegiatan yang mengangkat tema “Edukasi Penyakit Degeneratif Diabetes Melitus Tipe 2 (DMT2) dan Pemeriksaan Kadar Gula Darah” ini dihadiri sebanyak 27 peserta dengan kategori usia 25 tahun – lebih dari 60 tahun. Pelaksanaan PKM dilakukan menggunakan metode fasilitasi melalui kegiatan edukasi, dialog partisipatif, dan berbagi cerita berdasarkan pengalaman terkait permasalahan DMT2. Metode evaluasi dilakukan dengan *pretest* dan *posttest*. Teknis pelaksanaan kegiatan dibagi dalam beberapa tahap yaitu:

### 1. Pembukaan

Tahap pembukaan, dilakukan untuk memperkenalkan diri juga sekaligus memaparkan susunan acara dan tata cara dalam melakukan prosedur pemeriksaan kadar glukosa darah bagi peserta yang hadir.

### 2. Pemeriksaan Kadar Glukosa Darah dan *Pretest*

Tahap pemeriksaan kadar glukosa darah dan *pretest*. Pada tahap ini prosedur pemeriksaan dilakukan menggunakan alat *glucometer* dengan parameter ukur kadar Glukosa Darah Sewaktu (GDS). Glukosa darah diukur melalui alat khusus dengan menggunakan sampel darah yang diambil dari jari telunjuk pasien. *Pretest* dilakukan sesaat setelah prosedur pengukuran GDS dilakukan dengan didampingi oleh tim panitia.

### 3. Edukasi Diabetes Melitus Tipe 2 (DMT2)

Penyampaian edukasi DMT2 dilakukan melalui ceramah dan *audiovisual* menggunakan media *slide power point* meliputi definisi DMT2, patofisiologi DMT2, penyebab DMT2, gejala DMT2, faktor-faktor risiko, diagnosa, komplikasi pada DMT2, terapi farmakologi pada DMT2 dan manajemen perawatan diri pada penderita DMT2.

Lansia sadar DMT2 melalui pemeriksaan kadar glukosa darah sewaktu dan edukasi manajemen perawatan diri

#### 4. Dialog Partisipatif dan Berbagi Cerita (*Story Telling*)

Tahap diskusi dilakukan setelah peserta mendapat hasil pemeriksaan kadar glukosa darah dan mengikuti sesi edukasi. Pada sesi ini peserta diberi kesempatan untuk berdiskusi dengan melakukan dialog secara langsung dan berbagi cerita berdasarkan pengalaman terkait DMT2.

#### 5. *Post Test*

Sesi penutup pada kegiatan ini dilakukan dengan memberikan evaluasi berupa *post test* yang didampingi oleh tim panitia. *Post test* dilakukan untuk mengukur ada tidaknya perubahan sikap dan pengetahuan masyarakat setelah dilakukan perlakuan berupa edukasi, dialog partisipatif, berbagi cerita dan pemeriksaan GDS.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan PKM melalui Edukasi Penyakit Degeneratif Diabetes Melitus Tipe 2 (DMT2) dan Pemeriksaan Kadar Gula Darah merupakan suatu upaya untuk meningkatkan pengetahuan dan menumbuhkan kesadaran serta keterampilan masyarakat agar mampu menjaga kesehatan diri secara mandiri. Edukasi terkait kesehatan adalah salah satu bentuk pemberdayaan masyarakat yang penting guna membangun komunitas sehat, tangguh dan sejahtera (Sulaiman, 2021). Kegiatan yang diselenggarakan di Dusun Petak Desa Batu Asak Kecamatan Praya Barat Lombok Tengah, NTB ini dihadiri sebanyak 27 peserta yang terdiri dari 5 orang peserta laki-laki dan 22 orang peserta perempuan dengan kategori usia mulai dari 25 tahun sampai usia di atas 60 tahun. Jumlah peserta yang didominasi perempuan, dikarenakan mayoritas penduduk Dusun Petak memiliki mata pencarian sebagai petani sehingga menyebabkan kaum laki-laki sedang berada di kebun pada saat kegiatan berlangsung. Untuk kategori rentang usia peserta kegiatan dapat dilihat pada Tabel 1.

**Tabel 1.** Kategori Usia Peserta Kegiatan PKM Edukasi Penyakit Degeneratif DMT2 di Dusun Petak, Praya Barat, Kabupaten Lombok Tengah, Hari Sabtu, 05 November 2022

No.	Rentang Usia (tahun)	Jumlah (orang)
1	< 30	2
2	30 – 39	2
3	40 – 49	7
4	50 – 59	8
5	60 – 69	2
6	> 70	6
Total Jumlah Peserta		27

Pada Tabel 1. menunjukkan bahwa usia peserta yang hadir untuk mengikuti kegiatan ini lebih banyak pada kategori rentang usia di bawah 60 tahun yang berjumlah 19 orang, sedangkan untuk peserta usia 60 tahun ke atas berjumlah 8 orang. Hal ini mengindikasikan bahwa adanya ketertarikan dari peserta kelompok usia lebih muda terhadap isu-isu dan permasalahan kesehatan yang relevan bagi mereka. Tema yang menarik, relevan dan sesuai kebutuhan diketahui dapat meningkatkan partisipasi dan menarik masyarakat untuk belajar sehingga lebih efektif (Solikah, 2023). Permasalahan kesehatan terkait penyakit DMT2 menjadi tema yang menarik untuk didiskusikan pada kegiatan edukasi kesehatan, hal ini didasari oleh semakin sadarnya masyarakat bahwa setiap orang memiliki risiko yang sama untuk menderita DMT2 dan semakin bertambah usianya faktor risiko akan semakin tinggi pula (Yosmar, Almasdy, & Rahma., 2018). Sehingga menjadikan tema edukasi ini menarik bagi kalangan usia muda selain lansia. Edukasi terkait manajemen perawatan diri bagi penderita DMT2 juga sangat penting untuk diketahui dan dipahami oleh kalangan dewasa muda. Kehadiran peserta dari rentang usia di bawah 60 tahun merupakan salah satu bentuk kepedulian anggota keluarga terhadap penderita DMT2. Dalam manajemen perawatan diri DMT2 pemberdayaan keluarga merupakan intervensi strategis yang mampu menjaga dan membantu meningkatkan kualitas hidup lansia penderita DMT2 melalui pengelolaan penyakit yang tepat dan efektif (Yasa, Rasdini, & Rahayu, 2023).

Lansia sadar DMT2 melalui pemeriksaan kadar glukosa darah sewaktu dan edukasi manajemen perawatan diri

Sesi pengukuran kadar glukosa darah (Gambar 1.), menggunakan parameter ukur yaitu nilai kadar Glukosa Darah Sewaktu (GDS). Metode ini dipilih karena sederhana dan waktu cepat dalam mendapatkan hasil pengukuran. Umumnya pengukuran kadar GDS digunakan dengan tujuan sebagai skrining awal untuk mendeteksi ada tidaknya diabetes. Metode pengukuran GDS ini juga dapat digunakan untuk memantau kadar glukosa darah bagi pasien diabetes secara *real time* tanpa mempertimbangkan waktu makan terakhir (Prabandari, Pramodjati, Sari, & Lestari, 2023). Pengukuran GDS dilakukan menggunakan alat *glucometer* (Gambar 2.) dengan cara mengambil sampel darah peserta menggunakan *lancet pen*, kemudian sampel darah diteteskan pada strip tes yang telah terpasang pada *glucometer*, selanjutnya *glucometer* akan membaca hasil reaksi antara sampel dengan enzim yang terdapat pada strip tes (Elsa, Syam, S., Ahda, & Sonata, 2018). Hasil pengukuran kadar GDS yang terdapat pada Tabel 2. diketahui bahwa dari total 27 orang peserta terdapat 19 orang (70.38%) dalam rentang nilai normal dan 8 orang (29.62 %) dalam rentang nilai prediabetes. Pengukuran GDS dibagi dalam 3 kategori hasil yaitu normal, prediabetes dan diabetes. Nilai rentang normal pada pengukuran GDS adalah 70-140 mg/dL, rentang ini menunjukkan bahwa pasien tidak menderita diabetes. Kategori prediabetes apabila pengukuran GDS diperoleh hasil pada rentang 140-199 mg/dL, hasil pengukuran ini menunjukkan bahwa kadar glukosa darah berada pada rentang tinggi namun belum mencapai kategori diabetes. Kondisi prediabetes menggambarkan bahwa seseorang memiliki risiko tinggi untuk dapat berkembang menjadi DMT2 apabila tidak dilakukan intervensi medis dan perubahan gaya hidup. Selanjutnya untuk kategori diabetes seseorang dikatakan diabetes apabila pada pengukuran diperoleh hasil GDS dengan nilai  $\geq 200$  mg/dL (Prabandari et al., 2023). Hasil pengukuran GDS peserta terlihat bahwa kategori prediabetes banyak dialami oleh peserta dengan rentang usia 50-59 tahun. Usia menjadi salah satu faktor risiko utama pada perkembangan kasus diabetes. Seiring bertambahnya usia seseorang faktor untuk menderita DMT2 akan meningkat secara signifikan. Hal ini dipengaruhi oleh perubahan gaya hidup dan perubahan faktor biologis (Boon et al., 2019).



**Gambar 1.** Sesi Pemeriksaan Gula Darah Sewaktu



**Gambar 2.** Pemeriksaan GDS dengan *Glucometer*

Lansia sadar DMT2 melalui pemeriksaan kadar glukosa darah sewaktu dan edukasi manajemen perawatan diri

**Tabel 2.** Hasil Pengukuran Kadar Glukosa Darah Berdasarkan Kategori Rentang Usia peserta Kegiatan PKM PKM Edukasi Penyakit Degeneratif DMT2 di Dusun Petak, Praya Barat, Kabupaten Lombok Tengah, Hari Sabtu, 05 November 2022

No.	Rentang Usia (tahun)	Hasil Pengukuran Kadar Glukosa Darah		
		Normal	Pradiabetes	Diabetes
1	< 30	2 orang	-	-
2	30 – 39	1 orang	1 orang	-
3	40 – 49	5 orang	2 orang	-
4	50 – 59	4 orang	4 orang	-
5	60 – 69	1 orang	1 orang	-
6	> 70	6 orang	-	-
Total Jumlah peserta		19 orang	8 orang	0



**Gambar 3.** Sesi Edukasi DMT2

Sesi edukasi diberikan melalui ceramah dan *audiovisual* (Gambar 3.), menggunakan media *slide Power Point* (PPT). Metode ceramah dan *audiovisual* dalam penyampain materi edukasi DMT2 dan manajemen perawatan diri DMT2 dipilih karena melalui dengan metode ini pemateri bisa langsung berinteraksi dengan peserta dan selain mudah untuk disiapkan metode juga lebih efektif untuk meningkatkan pemahaman peserta edukasi (Ramadhani & Ramadani, 2020). Pelaksanaan edukasi dilakukan setelah peserta menjalani pengukuran kadar GDS. Hal ini dimaksudkan untuk menumbuhkan rasa keingintahuan peserta tentang DMT2 berdasarkan hasil pengukuran yang diterima. Sesi ini mengajak masyarakat untuk lebih peduli dan memahami tentang apa itu DMT2, mekanisme mengapa DMT2 bisa terjadi, gejala dan tanda, faktor risiko seperti pola hidup, kegemukan dan usia dapat menjadi faktor pemicu terjadinya DMT2. Masyarakat juga ditekankan tentang pentingnya deteksi dini pada DMT2 untuk mencegah perburukan dan komplikasi (Wahyurin, Purnamasari, & Khoiriani, 2021) (Milita, Handayani, & Setiaji, 2021) Manajemen perawatan diri pada diabetes mencakup pengaturan pola makan, pengaturan pola hidup dengan berolahraga dan Perilaku Hidup Sehat Bersih (PHBS), perawatan kaki, pengontrolan glukosa darah, serta penggunaan obat anti diabetes yang tepat (Soewito & Marlana, 2021). Sesi ini juga mengedukasi peserta untuk memaksimalkan peran keluarga dalam melakukan manajemen perawatan DMT2 bagi anggota keluarganya yang menderita DMT2 lansia. Keterlibatan keluarga memiliki peran penting dalam pelaksanaan majemen perawatan diri DMT2 pada lansia, pendampingan keluarga mampu menjaga kesehatan dan kualitas hidup lansia (Yasa et al., 2023).

Sesi dialog dan berbagi cerita dilakukan dengan memberi kesempatan pada peserta eserta yang telah mengikuti sesi edukasi diberi kesempatan untuk bertanya, berdiskusi serta menceritakan pengalaman yang dirasakan terkait DMT2 dan manajemen perawatan diri pada penderita DMT2 (Gambar 4.). Peserta dituntut untuk aktif berinteraksi melakukan dialog terbuka kepada narasumber,

Lansia sadar DMT2 melalui pemeriksaan kadar glukosa darah sewaktu dan edukasi manajemen perawatan diri

menyampaikan berbagai pengalaman terkait permasalahan DMT2 dan manajemen perawatan diri DMT2 khususnya yang terjadi pada lansia. Tahapan ini sekaligus digunakan untuk mengevaluasi pemahaman peserta terkait edukasi yang telah diberikan dengan memberikan umpan balik berupa pertanyaan langsung yang berhubungan DMT2 dan manajemen perawatan diri. Sesi diskusi, dialog dan berbagi cerita merupakan strategi yang efektif untuk mengukur pemahaman peserta, tetapi juga dapat membantu peserta dalam memperkuat konsep yang dipelajari terkait DMT2 dan manajemen perawatan diri. Adanya interaksi langsung yang aktif dapat memicu peserta untuk mengklarifikasi kebingungan, memperdalam pengetahuan, dan mendapatkan panduan praktis yang membantu mereka dalam mencegah dan mengatasi DMT2 secara lebih efektif (Sunarsi, Teriyan, Haryadi, Selatan, & Selatan, 2024).



**Gambar 4.** Sesi Dialog dan Berbagi Cerita

Evaluasi kegiatan dilakukan dengan menggunakan metode *pretest* dan *post test*. Metode ini digunakan untuk mengukur dan membandingkan apakah ada perubahan sikap dan pengetahuan masyarakat sebelum diberikan perlakuan dan setelah diberikan perlakuan (Laili & Andriani, 2019). *Pretest* diberikan bersamaan dengan tahap peserta melakukan pemeriksaan kadar glukosa darah, dimana *pretest* diberikan sesaat setelah prosedur pengukuran dilakukan. Selanjutnya pelaksanaan *post test* yang sekaligus merupakan kegiatan penutup rangkaian acara PKM diberikan sesaat setelah peserta menyelesaikan sesi dialog dan berbagi cerita. Hasil evaluasi ditunjukkan dengan nilai rata-rata *pretest* peserta sebesar 38.00, dan nilai rata-rata *post test* sebesar 73.00 dengan persentase peningkatan nilai evaluasi sesudah perlakuan sebesar 99.11%.

## **SIMPULAN DAN SARAN**

Pemeriksaan GDS menunjukkan sebanyak 29.62 % (8 orang) peserta pada kategori prediabetes dan 70.38% (19 orang) kategori normal. Penggunaan metode fasilitasi melalui dialog partisipatif dan berbagi cerita pengalaman terkait DMT2 merupakan suatu strategi yang bisa dilakukan untuk mengukur pemahaman dan menjawab kebingungan peserta terkait permasalahan kesehatan yang sedang dialami berdasarkan individu terkait DMT2. Kegiatan PKM dengan tema "Edukasi Penyakit Degeneratif Diabetes Melitus Tipe 2 (DMT2) dan Pemeriksaan Kadar Gula Darah" mampu memberikan informasi dan mengedukasi masyarakat terkait pentingnya deteksi dini DMT2 dan manajemen perawatan diri DMT2 pada lansia. Hal ini ditunjukkan dengan adanya kenaikan presentase nilai rata-rata sebesar 92.11% pada nilai rata-rata *post test* sebesar 73.00 dari nilai rata-rata *pretest* sebesar 38.00.

Saran yang diberikan pada kegiatan ini adalah perlu diadakannya kegiatan serupa yang dilakukan secara berkala dimasyarakat guna membahas permasalahan terkait DMT2 pada lansia, berbagi pengalaman untuk lansia atau keluarganya yang menderita DMT2 dengan melibatkan kader dan tenaga kesehatan di lingkungan setempat serta memberikan kegiatan pendukung lainnya antara lain : program memasak makanan sehat untuk penderita DMT2, mengadakan program senam diabetes.

Lansia sadar DMT2 melalui pemeriksaan kadar glukosa darah sewaktu dan edukasi manajemen perawatan diri

## UCAPAN TERIMAKASIH

Ucapan terimakasih terutama kami tujukan kepada pihak-pihak yang telah membantu dan memberi arahan sehingga kegiatan PKM ini dapat terlaksana dengan baik, antara lain: 1). Kepala Dusun Petak Desa Batu Asak Kecamatan Praya Barat Lombok Tengah NTB, Bapak Kasim atas izin dan kerja samanya sehingga kegiatan PKM ini bisa terlaksana dengan baik; 2). Ketua Kader Posyandu Dusun Petak Desa Batu Asak Kecamatan Praya Barat Lombok Tengah, NTB, Ibu Jayanti Mandasari; 3). Masyarakat Dusun Petak Desa Batu Asak Kecamatan Praya Barat Lombok Tengah NTB atas partisipasinya dalam kegiatan ini; 4). Mahasiswi Prodi Farmasi Fakultas Kesehatan Universitas Qamarul Huda Badaruddin Bagu, Nusa Tenggara Barat.

## DAFTAR RUJUKAN

- Apriliany, F., Umboro, R. O., S, D. E. B., & Isasih, W. D. (2024). *PERAN APOTEKER UNTUK MENINGKATKAN KEPATUHAN MINUM OBAT DIABETES DAN TBC PADA MASYARAKAT KOTA MATARAM*. 8, 1103–1110.
- Badan Pusat Statistik Lombok Tengah. (2024). *KABUPATEN LOMBOK TENGAH DALAM ANGKA TAHUN 2024*. Praya. <https://doi.org/1102001.5202>
- Badan Pusat Statistik Nusa Tenggara Barat. (2021). *BERITA RESMI STATISTIK: HASIL SENSUS PENDUDUK 2020 NUSA TENGGARA BARAT* (pp. 1–12). pp. 1–12. Mataram: Badan Pusat Statistik Provinsi Nusa Tenggara Barat.
- Boon, M., Pelckmans, C., Joosten, E. A., Ory, J., Wyckmans, W., Evers, S., ... Buhre, W. F. F. A. (2019). Metamizole vs . ibuprofen at home after day case surgery A double-blind randomised controlled noninferiority trial. *Eur J Anaesthesiol*, 36(5), 351–359. <https://doi.org/10.1097/EJA.0000000000000972>
- Bradley, D., & Hsueh, W. (2016). TYPE 2 DIABETES IN THE ELDERLY: CHALLENGES IN A UNIQUE PATIENT POPULATION. *Journal of Geriatric Medicine and Gerontology*, 2(2). <https://doi.org/10.23937/2469-5858/1510014.Type>
- Elsa, Y., Syam, S., S., Ahda, Y., & Sonata, P. D. (2018). CORRELATION OF FASTING BLOOD GLUCOSE WITH IL-6 LEVELS IN TYPE-2 DIABETES MELLITUS ETHNIC MINANGKABAU. *Bioscience*, 2(1), 11–21.
- Laili, U., & Andriani, R. A. D. (2019). Pemberdayaan Masyarakat Dalam Pencegahan Stunting. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Ipteks*, 5(1), 8–12. [https://doi.org/https://doi.org/10.32528/pengabdian\\_ipitek.v5i1.2154](https://doi.org/https://doi.org/10.32528/pengabdian_ipitek.v5i1.2154)
- Milita, F., Handayani, S., & Setiaji, B. (2021). KEJADIAN DIABETES MELLITUS TIPE II PADA LANJUT USIA (ANALISIS RISKESDAS 2018). *Jurnal Kedokteran Dan Kesehatan*, 17(1), 9. <https://doi.org/10.24853/jkk.17.1.9-20>
- Mordarska, K., & Godziejewska-Zawada, M. (2017). DIABETES IN THE ELDERLY. *Przegląd Menopauzalny*, 16(2), 38–43. <https://doi.org/10.5114/pm.2017.68589>
- Prabandari, A. S., Pramonodjati, F., Sari, A. N., & Lestari, K. A. (2023). PENCEGAHAN KOMPLIKASI DIABETES MELLITUS PADA LANSIA DI WILAYAH TPA PUTRI CEMPO SURAKARTA MELALUI EDUKASI DAN PEMERIKSAAN GLUKOSA DARAH SEWAKTU. *Indonesian Journal of Community Empowerment*, 5(1), 72–77. <https://doi.org/https://doi.org/10.35473/ijce.v5i1.2331>
- Pujiningsih, E., Irianto, I. D. A., & Rafsanjani, A. A. (2023). GAMBARAN PENGETAHUAN TENTANG PERSONAL HYGENE PADA LANSIA DI DUSUN LABULIA DESA LABULIA KECAMATAN JONGGAT KABUPATEN LOMBOK TENGAH TAHUN 2022. *Jurnal Ilmu Kesehatan Dan Farmasi*, 10(2), 68–71. <https://doi.org/10.51673/jikf.v10i2.1397>
- Ramadhani, A., & Ramadani, M. L. (2020). PENGARUH PENDIDIKAN KESEHATAN DENGAN METODE CERAMAH DAN AUDIOVISUAL TERHADAP PENGETAHUAN TENTANG INFEKSI MENULAR SEKSUAL PADA REMAJA. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah, ed. Khusus*(September). <https://doi.org/10.30651/jkm.v0i0.5658>

Lansia sadar DMT2 melalui pemeriksaan kadar glukosa darah sewaktu dan edukasi manajemen perawatan diri

- Saqila, R. L., & Muflihatin, S. K. (2021). HUBUNGAN PENGETAHUAN MANAJEMEN DIRI PADA PENDERITA DIABETES MELLITUS TIPE II DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS PALARAN KOTA SAMARINDA. *Borneo Student Research*, 2(2), 2021.
- Silalahi, L. (2019). HUBUNGAN PENGETAHUAN DAN TINDAKAN PENCEGAHAN DIABETES MELLITUS TIPE 2. *Jurnal PROMKES*, 7(2), 223. <https://doi.org/10.20473/jpk.v7.i2.2019.223-232>
- Soewito, B., & Marlana, F. (2021). PENGARUH SENAM PROLANIS TERHADAP PERUBAHAN KADAR GLUKOSA DARAH SEWAKTU PADA LANSIA DIABETES MELLITUS TIPE II DI PUSKESMAS SIMPANG PERIUK KOTA LUBUK LINGGAU. *Injection Nursing Journal*, 1(1).
- Solikah, A. (2023). STRATEGI PENGGUNAAN FLYER DI MEDIA SOSIAL SEBAGAI SARANA UNTUK MENARIK MINAT BACA MASYARAKAT. *Journal of Education and Religious Studies (JERS)*, 03(03). <https://doi.org/10.57060/jers.v3i03.119>
- Sudyasih, T., & Asnindari, L. N. (2021). HUBUNGAN USIA DENGAN SELFCARE PADA PASIEN DIABETES MELLITUS ( DM ). *Intan Husada: Jurnal Ilmiah Keperawatan*, 9(1). <https://doi.org/https://doi.org/10.52236/ih.v9i1.205>
- Sulaiman, E. S. (2021). *PEMBERDAYAAN MASYARAKAT DI BIDANG KESEHATAN: TEORI DAN IMPLEMENTASI*. UGM PRESS.
- Sunarsi, D., Teriyan, A., Haryadi, R. N., Selatan, T., & Selatan, T. (2024). SINERGI PENDIDIKAN DAN PEMBERDAYAAN: PROGRAM PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT MELALUI DIALOG INTERAKTIF DAN PEMBELAJARAN BERKELANJUTAN. *SocServe: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(1), 19–24.
- Tajiwalar, M. S., Adnyana, I. G. A., & Pratiwi, M. R. A. (2023). HUBUNGAN KUALITAS TIDUR DENGAN KADAR GLUKOSA DARAH SEWAKTU PADA PASIEN DIABETES MELITUS TIPE 2. *Journal of Pharmaceutical and Health Research*, 4(1), 134–140. <https://doi.org/10.47065/jharma.v4i1.3029>
- Wahyurin, I. S., Purnamasari, A. D., & Khoiriani, I. N. (2021). EDUKASI PENCEGAHAN DAN PENANGANAN DIABETES MELLITUS PADA KADER KESEHATAN POSYANDU LANSIA AISYIAH KARANGLEWAS KIDUL. *Jurnal of Community Health Development*, 2(2), 49–56. <https://doi.org/https://doi.org/10.20884/1.jchd.2021.2.2.4159>
- Yasa, I. D. P. G. P., Rasdini, I. G. A. A., & Rahayu, V. M. E. S. P. (2023). PENDAMPINGAN KADER DALAM PEMBERIAN EDUKASI LATIHAN FISIK BERBASIS SELF CARE PADA PASIEN DAN KELUARGA PASIEN DM TIPE 2. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Wahana Usada*, 5(2), 84–90. <https://doi.org/10.47859/wuj.v5i2.417>
- Yosmar, R., Almasdy, D., & Rahma., F. (2018). SURVEI RISIKO PENYAKIT DIABETES MELITUS TERHADAP MASYARAKAT KOTA PADANG. *Jurnal Sains Farmasi & Klinis*, 5(2), 134–141. <https://doi.org/https://doi.org/10.25077/jsfk.5.2.134-141.2018>