



Sekolah Tinggi
Ilmu Kesehatan
Budi Kemuliaan

LAPORAN

PENGABDIAN MASYARAKAT

Penyuluhan Kesehatan Penyakit Diabet Bagi Siswa SMA

Disusun Oleh
Nova Yulianti, SST, MKeb

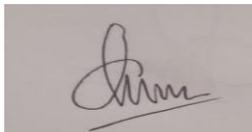


STIK BUDI KEMULIAAN
JL. BUDI KEMULIAAN NO.25 JAKARTA PUSAT
TAHUN 2022

**HALAMAN PENGESAHAN LAPORAN
PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT**

- | | |
|----------------------------|--|
| 1. Judul Kegiatan | Penyuluhan Kesehatan Penyakit Diabet Bagi Siswa SMA |
| 2. Mitra Kegiatan | SMA Alkautsar Kab Bogor |
| 3. Ketua Kegiatan | |
| a. Nama Lengkap | Nova Yulianti, SST, MKeb |
| b. Jenis Kelamin | Perempuan |
| c. NIDN/NIDK/NUP | 0305078701 |
| d. Rumpun Ilmu | Kebidanan |
| e. Jabatan | Asisten Ahli |
| f. Institusi | STIK Budi Kemuliaan |
| 4. Jumlah Anggota Kegiatan | 1 |
| 5. Lokasi Kegiatan | SMA Alkautsar Kab Bogor |
| 6. Jumlah Biaya Kegiatan | Rp 1.600.000,- |
| 7. Sumber Biaya | PkM Mitra STIK Budi Kemuliaan |

Mengetahui,
Ketua LPPM STIK
Budi Kemuliaan



(Chaterina Manurung, SST, M.Keb)

Jakarta, 30 Juli 2022
Pelaksana PkM Mitra
STIK Budi Kemuliaan



(Nova Yulianti, SST, M.Keb)

Menyetujui,
Ketua STIK Budi Kemuliaan



Sekolah Tinggi
Ilmu Kesehatan
Budi Kemuliaan

(dr. Irma Sapriani, SpA)

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, karena atas berkat dan rahmat-Nya, penulis dapat menyelesaikan laporan pengabdian kepada masyarakat berbasis mitra ini yang berjudul “Penyuluhan Kesehatan Penyakit”. Penulisan laporan pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan dalam rangka memenuhi salah satu kinerja Tridharma Perguruan Tinggi di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Budi Kemuliaan. penulis mengucapkan terima kasih kepada :

1. dr. Irma Sapriani, Sp.A selaku Ketua STIK Budi Kemuliaan
2. Kepala sekolah beserta staff SMA Alkautsar Kab Bogor
3. Staf tenaga kependidikan selalu support sistem
4. dan seluruh pihak yang telah membantu penyelenggaraan kegiatan ini

Akhir kata, penulis berharap Tuhan Yang Maha Esa berkenan membalas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu. Semoga laporan pengabdian kepada masyarakat berbasis mitra ini membawa manfaat bagi pengembangan ilmu pengetahuan.

Jakarta, 1 Agustus 2022



Penulis

DAFTAR ISI

| | |
|--------------------------------|-----|
| Lembar Pengesahan | ii |
| Kata Pengantar | iii |
| Daftar Isi | iv |
| Ringkasan | v |
| 1.1. Pendahuluan | 1 |
| 1.2. Solusi Permasalahan | 2 |
| 1.3. Metode Pelaksanaan | 3 |
| 1.4. Luaran dan Target Capaian | 3 |
| 1.5. Anggaran | 4 |
| 1.6. Jadwal | 4 |
| 1.7. Kesimpulan..... | 4 |
| 1.8. Saran | 5 |
| Daftar Pustaka | 6 |
| Lampiran | 7 |

1.1. Pendahuluan

Penyakit diabet sering disebut sebagai ibunya penyakit. Diabet merupakan pembunuh mematikan seara diam diam. Kebanyakan penderita tidak mengetahui sebelumnya apakah Sudah terjangkit atau belum. Jika dibiarkan akan mengalami kerusakan organ lain. Begitu pula dengan para remaja yang berusia antara 16- 19 tahun dan masih bersekolah. Penyakit diabet disebabkan berbagai faktor. Kondisi ini muncul kemungkinan disebabkan oleh gaya hidup dan masalah kesehatan. Banyak gaya hidup tidak sehat yang menjadi masalah utama penyebab anak muda akhirnya memiliki diabetes. Namun terkadang, faktor genetik atau keturunan juga bisa berpengaruh. Faktor yang meningkatkan risiko diabetes tipe 2 pada remaja antara lain kelebihan berat badan atau obesitas, menjalani gaya hidup tidak sehat seperti merokok dan suka mengkonsumsi minuman beralkohol, Gemar mengkonsumsi asupan manis dan makanan siap saji, memiliki riwayat diabetes gestasional. memiliki kadar kolesterol tinggi, didiagnosis prediabetes, memiliki anggota keluarga dengan diabetes (Alhidayati,dkk, 2021).

Diabetes, yang kerap dianggap sebagai penyakit orang dewasa, kini semakin meningkat prevalensinya di kalangan remaja. Perubahan pola hidup dan peningkatan kasus obesitas di kalangan anak muda menjadikan diabetes sebagai ancaman serius bagi generasi muda. Diabetes mellitus adalah kelompok penyakit metabolik yang ditandai dengan kadar gula darah (glukosa) yang tinggi akibat gangguan pada produksi insulin oleh pankreas atau penggunaan insulin oleh tubuh. Penyebab penyakit ini disebabkan oleh:

- a. Genetika: Riwayat keluarga dengan diabetes meningkatkan risiko seseorang terkena penyakit ini.
- b. Resistensi Insulin: Terkait dengan obesitas, di mana sel tubuh menjadi resisten terhadap efek insulin.
- c. Pankreas Tidak Menghasilkan Cukup Insulin.
- d. Gaya Hidup: Pola makan yang buruk, kurangnya aktivitas fisik, dan obesitas.
- e. Penyakit lain: Beberapa kondisi seperti sindrom ovarium polikistik dapat meningkatkan risiko diabetes.

Gejala

- a. Sering merasa haus.
- b. Buang air kecil lebih sering dari biasanya.

- c. Penurunan berat badan tanpa sebab yang jelas.
- d. Rasa lelah yang konstan.
- e. Penglihatan kabur.
- f. Luka yang lama sembuh.

1.2. Solusi Permasalahan

Menurut pengamatan tim pengabdian kepada masyarakat , banyak kalangan siswa yang kelebihan berat badan. Nampak kasat mata, tubuh lebih berat dan tidak sesuai dengan tinggi badan. Keadaan ini yang mendasari tim pengabdian kepada masyarakat untuk merencanakan kegiatan penyuluhan tentang diabet di sekolah. Tujuan kegiatan ini untuk memberikan pengetahuan tentang diabet dan pencegahannya. Solusi yang bias dilakukan yaitu dengan memberikan penyuluhan tentang Penyuluhan Kesehatan Penyakit Diabet Bagi Siswa SMA.

1.3 Metode Pelaksanaan

Kegiatan di laksanakan di SMA Alkautsar Kab Bogor. Kegiatan diikuti oleh 37 siswa yang dipilih dengan berbagai gejala penyakit. Hal ini untuk memberikan wawasan agar mereka dapat menjaga kesehatan atau dapat mengambil Langkah tepat dalam penanganan penyakit (Harliani, H., & Korja, 2018). Metode yang digunakan dengan pengecekan gula darah, penyuluhan, evaluasi dan monitoring program pencegahan diabet dan penanganan penyakit diabet. Dari 37siswa, yang terindikasi gula darah melebihi batas normal sebanyak 12 anak. Sisanya masih dinyatakan cukup baik.

Kegiatan dilakukan pada renang waktu bulan April,Mei dan Juni 2022, di aula sekolah. Alat dan media yang digunakan berbagai brosur dan alat pengukur diabet terdiri dari Glukometer atau alat cek gula darah merupakan alat kesehatan yang biasa digunakan oleh penderita diabetes melitus untuk memantau kadar gula darah secara rutin dan mandiri, tes strip glukometer, kapas dan jarum steril.

1.4 Luaran dan Target Capaian

Luaran yang diharapkan dari kegiatan ini adalah sebagai berikut :

1. Peserta mengerti tentang pengertian Diabetes
2. Peserta mampu menjawab faktor penyebab dari penyakit diabetes

3. Peserta mampu menjawab dengan tepat dan benar gejala penyakit diabetes
4. Adapun target capaian luaran lainnya adalah publikasi pada repositori perpustakaan STIK Budi Kemuliaan

1.5 Anggaran

Penyuluhan Kesehatan Penyakit Diabet Bagi Siswa SMA

| No | Uraian | Volume | | Harga | Jumlah |
|-----------------------------|-------------------|--------|---------|------------|---------------------|
| Bahan | | | | | |
| 1 | ATK | 1 | Paket | Rp 50.000 | Rp 50.000 |
| 2 | Bahan habis pakai | 1 | Paket | Rp 50.000 | Rp 50.000 |
| 3 | Kuota | 1 | Paket | Rp 50.000 | Rp 50.000 |
| 4 | Gimmick | 1 | Paket | Rp 250.000 | Rp 250.000 |
| Total (a) | | | | | Rp 400.000 |
| Pelaksanaan | | | | | |
| 1 | Snack | 40 | Paket | Rp 23.000 | Rp 920.000 |
| 2 | Transportasi | 1 | Paket 1 | Rp 230.000 | Rp 230.000 |
| Total (b) | | | | | Rp 1.150.000 |
| Pelaporan dan Luaran | | | | | |
| 1 | Pelaporan | 1 | keg | Rp 50.000 | Rp 50.000 |
| | | | | | Rp - |
| Total (c) | | | | | Rp 50.000 |
| Jumlah (a+b+c) | | | | | Rp 1.600.000 |

1.6 Jadwal

Kegiatan penyuluhan Penyuluhan Kesehatan Penyakit Diabet Bagi Siswa SMA Alkautsar Kabupaten Bogor. Kegiatan dilakukan bulan April, Mei, dan Juni 2022 di Aula Sekolah

1.7 Kesimpulan

1. Kegiatan juga diikuti oleh beberapa guru, yang ingin mengetahui gejala diabet. Setelah siswa mengikuti sesi penyuluhan, para siswa mengikuti tes evaluasi pemahaman diabet. Soal diberikan sebanyak 20 soal. Tes terdiri dari pengenalan penyakit, gejala, dampak dan penanganan penyakit

2. Kegiatan berjalan dengan lancar. Siswa kebanyakan belum mengetahui penyakit diabet. Mereka hanya mendengar dan melihat sepiantas mengenai penyakit tersebut. Dengan diadakan kegiatan ini, siswa merasa berterimakasih kepada tim, atas penjelasannya. Bahkan anggota keluarga mereka ada yang sudah terjangkit penyakit diabet. Pola makan yang tepat dengan mengkonsumsi buah dan sayur cukup efektif untuk mengurangi dan menurunkan gula darah serta dampak penyakit. Buah naga juga menjadi salah satu buah yang mampu memberikan anti diabet

1.8 Saran

Penting bagi orangtua untuk bisa menjaga anak dari penyakit diabetes. Sebab, diketahui diabetes bisa lebih berbahaya pada remaja dibandingkan dengan orang dewasa. Para siswa bisa menerapkan tips mencegah diabetes pada remaja, seperti yang telah dijelaskan di atas. Sementara untuk anak dengan diabetes bawaan, bisa membimbing anak sebaik mungkin untuk terus menjalani setiap tahap pengobatannya. Pola hidup yang seimbang dan pemahaman diperlukan agar siswa tidak mudah terjangkit penyakit diabet

DAFTAR PUSTAKA

- Alhidayati, A., Rasyid, Z., Syukaisih, S., Gloria, C. V., & Tini, T. (2021). Pengabdian Masyarakat Melalui Penyuluhan Kesehatan dan Senam Diabetes Melitus Pada Komunitas DM Di RS. Prof. Dr. Tabrani Kota Pekanbaru. ARSY: Jurnal Aplikasi Riset kepada Masyarakat, 1(2), 142-148.
- Chrisanto, E. Y., Rachmawati, M., & Yulendasari, R. (2020). Penyuluhan manfaat buah naga merah dalam menurunkan kadar gula darah pada penderita diabetes melitus. Indonesia Berdaya, 1(2), 89-94.
- Harliani, H., & Korja, B. (2018). Efektifitas Penyuluhan Terhadap Peningkangan Pengetahuan Dan Penurunan Kadar Gula Darah Pada Penderita Diabetes Melitus Di Kecamatan Tompotikka. Global Health Science, 3(2), 136-138.
- Syaipuddin, S., & Nurbaya, S. (2021). Pengabdian Masyarakat Melalui Penyuluhan Upaya Pencegahan Penyakit Diabetes Melitus Di Kelurahan Antang Kecamatan Manggala Kota Makassar. Community Engagement and Emergence Journal (CEEJ), 3(1), 78- 82.
- A WHO. (2019). Diabetes. World Health Organization.
- International Diabetes Federation. (2019). IDF Diabetes Atlas, 9th ed. Brussels, Belgium.
- Perkumpulan Endokrinologi Indonesia. (2018). Pedoman Pengelolaan dan Pencegahan Diabetes Mellitus Tipe 2 Dewasa di Indonesia

LAMPIRAN

Lampiran 1: Rencana Anggaran Biaya
terlampir

Lampiran 2: Jadwal pelaksanaan pengabmas

| No | Kegiatan | Waktu Pelaksanaan | Ket |
|-----------|-----------------------------|--------------------------|------------|
| 1 | Pembuatan proposal | April 2022 | |
| 2 | Pembagian kerja tim | April 2022 | |
| 3 | Presentasi proposal | 28 April 2022 | |
| 4 | Pelaksanaan PkM | 4 Mei 2022 | |
| 5 | Penyusunan laporan | 10 Mei 2022 | |
| 6 | Desiminasi hasil penelitian | Akhir Juni 2022 | |

Lampiran 3: Tim Pelaksana PkM

| No | Nama Tim | Kedudukan | Uraian Tugas | Ket |
|-----------|-----------------------------------|------------------|--|------------|
| 1 | Nova Yulianti, SST, Mkeb | Ketua pengabmas | Membuat proposal, persiapan kegiatan (penyusunan materi, ijin tempat), pelaksanaan penyuluhan, pembuatan laporan. | |
| 2 | Windy Oktaviani | Anggota | Bersama dengan ketua Membuat proposal, persiapan kegiatan (penyusunan materi, ijin tempat), pelaksanaan penyuluhan, pembuatan laporan. | |

Lampiran

