

**PENYULUHAN TENTANG COVID -19 DAN DIABETES MELLITUS : KEEP CPMMUNITY
SAFE BAGI MASYARAKAT LUCNAB BARANGAY BAGUIO CITY -PHILIPPINES**

Wijar Prasetyo¹, Hendro Djoko Tjahjono¹, Siska Christianingsih²
STIKes William Booth Surabaya, Jl. Cimanuk No.20 Surabaya
Email: wijar85@gmail.com

ABSTRAK

Penyakit Diabetes Melitus (DM) merupakan suatu penyakit gangguan metabolisme yang ditandai peningkatan kadar gula darah oleh karena insufisiensi fungsi insulin. Pada pasien diabetes melitus seringkali mengalami masalah kesehatan lain seperti kegemukan, penyakit jantung dan penyakit ginjal yang semakin memperberat masalah kesehatannya terutama jika terpapar covid 19 yang pada akhirnya dapat menyebabkan terjadinya kematian. Kebutuhan akan informasi yang menguatkan dan memberikan penyegaran akan pengetahuan yang dimiliki sangat dibutuhkan agar selama menjalani kehidupan di masa pandemic ini agar tetap sehat. Metode yang digunakan dalam kegiatan Pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan dengan metode penyuluhan dan diskusi. Kegiatan ini dilakukan dengan media zoom dengan jumlah keseluruhan peserta kegiatan yaitu berjumlah 145 orang walaupun pada awalnya ditargetkan sebanyak 175 orang. Hasil dari kegiatan ini masyarakat Lucnab Baranghay, Baguio City, Philipina menyampaikan 80% merasa sangat puas dan 20 % puas dengan kegiatan penyuluhan ini. Hasil ini didapatkan melalui kuesioner setelah kegiatan ini berlangsung. Hal ini dapat diketahui dengan antusiasme dari peserta untuk menanyakan terkait pola hidup yang sehat. Pada pasien dengan diabetes melitus harus memiliki perilaku yang sehat dan rajin berolahraga demi menjaga stamina tubuh dan mengikuti pengobatan yang dilakukan selama ini. Kegiatan penyuluhan pada pasien dengan penyerta tidak hanya diabetes melitus sangat diperlukan untuk memberikan informasi, menguatkan pemahaman dan menginformasikan informasi yang terupdate terkait bagaimana covid 19 dapat mempengaruhi pasien khususnya dengan penyakit penyerta.

Kata Kunci : Penyuluhan, diabetes melitus, covid 19

ABSTRACT

Diabetes Mellitus (DM) is a metabolic disorder disease characterized by an increase in blood sugar levels due to insulin function insufficiency. DM patients often experience other health problems such as obesity, heart disease and kidney disease which further aggravates their health problems, especially if exposed to Covid-19 which can eventually lead to death. The need for information that strengthens and provides a refresher on the knowledge possessed is very much needed while living life during this pandemic to stay healthy. The method used in this community service activity is carried out by health promotion and discussion methods. This activity was carried out using zoom media with a total number of 145 participants although initially targeted as many as 175 people. The results of this activity, the people of Lucnab Baranghay, Baguio City, Philippines expressed satisfaction with this activity with the total 80% informed very satisfy and 20 % informed satisfy. These results showed by the questioner after the health promotion. This can be seen with the enthusiasm of the participants to ask what kind of healthy lifestyle. Patients with diabetes mellitus must have healthy behavior and diligently exercise in order to maintain body stamina and follow the treatment that has been carried out so far. Health promotion activities for patients with co-morbidities, not only diabetes mellitus, are needed to provide information, strengthen understanding and provide updated information regarding how COVID-19 can affect patients, especially those with co-morbidities.

Keywords: health promotion, diabetes mellitus, covid 19

PENDAHULUAN

Dunia saat ini sedang menghadapi situasi pandemic covid 19, tidak hanya di Indonesia tetapi secara international semua negara menghadapi masalah yang sama termasuk Filipina. Kondisi ini menyebabkan banyaknya masalah kesehatan yang timbul menyangkut terpaparnya virus covid 19 ini. Gangguan kesehatan ini pada orang dengan tanpa penyakit penyerta meliputi pada demam, batuk dan sesak nafas, akan tetapi pada orang dengan penyakit penyerta termasuk orang dengan diabetes mellitus akan menjadi sangat berat (Kemenkes RI, 2020). Diabetes Melitus (DM) merupakan suatu penyakit gangguan metabolisme yang ditandai dengan peningkatan kadar gula darah yang diikuti dengan gangguan metabolisme akibat insufisiensi fungsi insulin.

Kejadian kasus covid diseluruh dunia secara global pada bulan juni 2021 sebanyak 180.817.269 kasus aktif termasuk kejadian kematian sebesar 3.923.238 dengan terkonfirmasi sebanyak 223 negara (WHO, 2021). Data di Departmen kesehatan di Filipina menunjukkan data sebanyak 1.403.588 kasus dengan rincian kasus aktif sebanyak 52.029, pasien yang meninggal 24.456 kasus. Kejadian kasus diabetes yang kronik, kerusakan metabolic yang dikarakteristikan dengan tingginya kadar gula dalam tubuh mencapai 7,1% pada orang dewasa dengan usia 20 – 79 tahun pada tahun 2019 (Arcellana & Jimeno, 2020). Kasus yang terjadi di wilayah Indonesia juga masih menunjukkan kejadian yang banyak dan dilaporkan sebanyak kasus positif 2.135.998 dengan total kesembuhan sebanyak 1.859.961 dan jumlah kasus kematian sebanyak 57.561 kasus. Kejadian kematian pada kasus diabetes melitus akan meningkat oleh terkena virus covid 19, bahkan analisis pusat pengendalian dan pencegahan penyakit terhadap 2.681 orang dibawah usia 65 yang meninggal dengan covid dan hamper

setengah dari mereka juga menderita diabetes (Rafie, 2020). Berdasarkan data yang dihimpun oleh Satuan Tugas Penanganan COVID-19 pada 13 Oktober 2020, dari total kasus yang terkonfirmasi positif COVID-19 dengan penyerta Diabetes Melitus 34,5% dan dari jumlah 1.488 kasus pasien yang meninggal diketahui 11,6% dengan Diabetes Melitus serta 7,7% (Kemenkes RI, 2020).

Pasien dengan diabetes melitus seringkali muncul tanpa gejala yang paling sering umum dikeluhkan penderita adalah polyuria (seringkali buang air kecil), polydipsia (sering haus), dan polifagia (banyak makan/ mudah lapar). Pada penderita diabetes melitus tipe 1 sistem kekebalan tubuh secara keliru menyerang dan menghancurkan sel penghasil insulin di pancreas. Tanpa insulin yang ada dalam tubuh gula yang ada tidak dapat mengubah gula menjadi menjadi energi yang menyebabkan banyaknya gula darah dalam tubuh, sedangkan pada diabetes melitus tipe 2 membutuhkan aktivitas olahraga yang cukup sehingga gula darah dapat terkontrol. Oleh karena pada pasien dengan diabetes melitus seringnya sejalan dengan masalah kesehatan lain seperti kegemukan, penyakit jantung dan penyakit ginjal yang menyebabkan terganggunya aliran darah yang semakin memperberat masalah kesehatan pada pasien yang pada akhirnya dapat menyebabkan terjadinya kematian pada pasien diabetes melitus yang menderita covid 19 (Rafie, 2020). Bahkan ada sumber yang mengatakan bahwa orang dengan diabetes melitus dengan kadar gula darah yang tinggi yang juga terjangkit covid 19 lebih cenderung membutuhkan ventilasi mekanis. Hal ini diperkuat informasi bahwa pada orang diabetes mengalami penurunan imunitas oleh karena titik kadar gula darah tinggi dan kemampuan sel-sel untuk membuat bahan-bahan imunitas berkurang (Desideria, 2020). Untuk itulah selama pandemic ini orang yang menderita diabetes melitus harus dapat dan

bisa mengelola penyakitnya selama pandemi.

Potensi kejenuhan pada pasien dengan diabetes melitus untuk meminum obat dan melakukan pola olahraga yang sehat pada kondisi pandemic ini sangat tinggi. Kebutuhan akan informasi yang menguatkan dan memberikan penyegaran akan pengetahuan yang dimiliki sangat dibutuhkan agar selama menjali kehidupan di masa pandemic ini agar tetap sehat. Untuk itulah maka penyuluhan tentang bagaimana mempertahankan kesehatan pada pasien dengan diabetes melitus pada masa covid ini perlu dilakukan. Kegiatan ini akan dapat meningkatkan pengetahuan dan menambah wawasan jika sebelumnya belum pernah mendapatkan informasi.

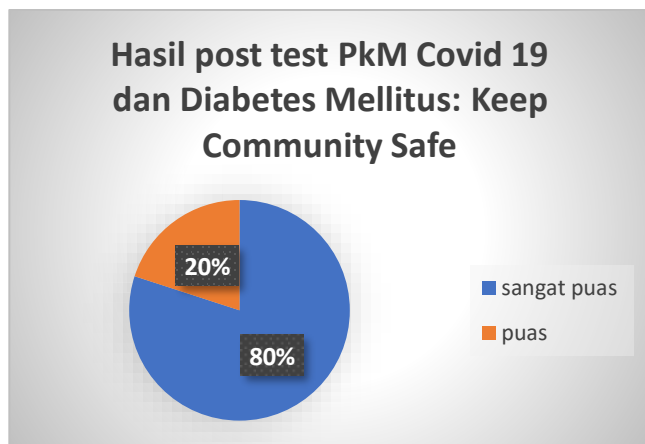
METODE

Kegiatan pengabdian masyarakat yang dilakukan melalui pertemuan dengan pihak *Univeristy of Baguio Phillipine* yang telah menjalin kerjasama dengan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan William Booth untuk menentukan lokasi kegiatan *community service* atau pengabdian kepada masyarakat. Lokasi yang dipilih yaitu Lucnab Baranghay, Baguio City - Phillipine yang digunakan dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat melalui kegiatan penyuluhan. Sasaran kegiatan ini adalah seluruh masyarakat yang berada di Lucnab Baranghay, Baguio City Phillipine sebanyak 120 orang dengan difasilitasi oleh rekan dosen dari *Univeristy of Baguio Phillipine* sebanyak 5 orang dan dibantu 20 orang mahasiswa dari Stikes William Booth. Kegiatan penyuluhan ini mengambil topik *Covid 19 and Diabetes Mellitus: Keep Community Safe*. Kegiatan ini dilakukan dengan *media zoom* yang dilakukan pada tanggal 16 April 2021 pada pukul 09.00 WIB sampai 10.00 WIB. Setelah pemberian penyuluhan dilakukan diskusi dengan peserta

untuk memberikan kesempatan mengklarifikasi terhadap informasi yang diberikan. Pada akhir kegiatan dishare evaluasi kegiatan terkait kepuasan dalam kegiatan penyuluhan yang dilakukan untuk melihat efektifitas dan manfaat dari kegiatan yang berlangsung.

HASIL

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dimulai dengan adanya kesepakatan kedua belah pihak antara STikes William booth dan *Univeristy of Baguio Phillipine* terkait media yang digunakan, susunan acara dan waktu pelaksanaan serta sasaran masyarakat yang akan hadir dalam kegiatan ini. Pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan dengan beberapa sesi diantaranya adalah penyampaian materi penyuluhan tentang rentannya penderita diabetes melitus terhadap covid-19, cara pencegahan dan gaya hidup sehat penderita diabetes melitus agar tidak terpapar covid-19. Sesi selanjutnya adalah sesi diskusi dimana terlihat antusiasme peserta terhadap materi yang diberikan. Sesi diskusi dan tanya jawab berjalan dengan baik. Evaluasi untuk kegiatan ini adalah dengan para peserta mengisi post test yang telah disediakan untuk mengetahui kepuasan para peserta dan kebermanfaatannya dari kegiatan ini. Adapun hasilnya adalah sebagai berikut :



Berdasarkan diagram pie diatas didapatkan data bahwa sebanyak 116 peserta merasa kegiatan ini sangat bermanfaat dan berguna bagi mereka sehingga terlihat data diatas bahwa sebanyak 80% para peserta merasa sangat puas dan sebanyak 20% peserta merasa puas dengan kegiatan ini. Hasil evaluasi ini menunjukkan bahwa peserta dapat menerima materi yang diberikan dengan baik dan ada manfaat yang didapatkan dari kegiatan ini.

PEMBAHASAN

Situasi yang kurang mendukung dan banyaknya berita yang kebenarannya tidak dapat dipertanggungjawabkan tentang covid-19 semakin meluas di masyarakat. Hal tersebut semakin menambah kekawatiran dan kebingungan pada masyarakat. Penyuluhan kesehatan sangat diperlukan bagi masyarakat di masa pandemic covid-19 saat ini terutama masyarakat yang memiliki penyakit komorbid.

Diabetes menjadi salah satu masalah kesehatan serius di berbagai negara salah satunya Indonesia. Diabetes melitus merupakan salah satu penyakit penyerta atau komorbid yang paling banyak dialami masyarakat dunia. Angka pasien covid-19 dengan gejala berat disertai komorbid diabetes melitus meningkat menjadi 34,6% (Guan et al., 2020). Pasien diabetes dan obesitas yang terpapar covid-19 memiliki prevalensi lebih tinggi untuk dirawat di rumah sakit daripada penderita non komorbid yakni sebesar 34,7% dan 39,5% (Petrili et al., 2020). Laporan dari *Philippine Department of Health* (DOH) menunjukkan bahwa diabetes dan hipertensi merupakan komorbid terbanyak pada kematian pasien COVID-19 di Filipina (Febriyanti & Yusti, 2021).

Pengurangan resiko komplikasi pada penderita diabetes melitus dapat dilakukan dengan perbaikan terhadap kontrol faktor-faktor resiko yang dapat dicegah, diagnosis

dini, pelaksanaan perawatan preventif dan manajemen diri (*self management*) terutama dalam pengontrolan makan atau pola diit, yang lebih baik serta pengorganisasian dalam manajemen Diabetes. Didalam penanganan diabetes melitus salah satu yang paling penting ada mengatur pola makan yang dimakan setiap hari.(Gregg et al., 2016).

Penyuluhan kesehatan adalah kegiatan pendidikan yang dilakukan dengan cara menyebarkan informasi-informasi pesan, menanamkan keyakinan, sehingga masyarakat sadar, tahu dan mengerti, tetapi juga mau dan bias melakukan suatu anjuran yang ada hubungannya dengan kesehatan serta terjadi peningkatan pengetahuan, keterampilan, dan sikap (Notoatmodjo, 2012). Penyuluhan kesehatan sangat diperlukan dan bermanfaat bagi masyarakat. Penyuluhan kesehatan merupakan salah satu kegiatan yang berfokus pada promosi kesehatan. Dengan adanya kegiatan ini, masyarakat mendapatkan informasi yang benar dan akurat dan harapannya masyarakat dapat memahami dan adanya perubahan perilaku yang dapat mengurangi terjadinya komplikasi dan meningkatkan kesehatan mereka.

KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat *Covid 19 dan Diabetes Mellitus: Keep Community Safe* ini berjalan dengan baik dan lancar. Pengabdian kepada masyarakat ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan tentang bahaya dan pencegahan penularan covid-19 khususnya penderita dengan komorbid diabetes melitus dengan memperketat protocol kesehatan dan perubahan pola gaya hidup yang dapat mengurangi komplikasi dan dapat meningkatkan kesehatan masyarakat . Perlu adanya tindaklanjuti dengan memberikan penyuluhan secara berkala kepada masyarakat agar kesehatan masyarakat semik meningkat.

DAFTAR PUSTAKA

- Arcellana, A. E., & Jimeno, C. (2020). Challenges and Opportunities for Diabetes Care in the Philippines in the Time of the COVID-19 Pandemic. *Journal of the ASEAN Federation of Endocrine Societies*, 35(1), 55-57. Retrieved from <https://www.asean-endocrinejournal.org/index.php/JAFES/article/view/815>
- Department of Health (DOH). 2021. Covid-19 Case Bulletin. <https://doh.gov.ph/bulletin>
- Desideria, Benedikta. 2021. Pasien Diabetes Kena COVID-19 Bisa Fatal, Kenapa?. <https://www.liputan6.com/health/read/4555437/pasien-diabetes-kena-covid-19-bisa-fatal-kenapa>
- Febriyanti, Viki Yusri. 2021. Faktor yang Berhubungan dengan Kepatuhan Pasien Diabetes Melitus dalam Diit selama Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Menara Medika* Vol 3 No 2 Maret 2021.
- Gregg, E. W., Sattar, N., & Ali, M. K. (2016, June 1). The changing face of diabetes complications. *The Lancet Diabetes and Endocrinology*, Vol. 4, pp. 537–547. [https://doi.org/10.1016/S2213-8587\(16\)30010-9](https://doi.org/10.1016/S2213-8587(16)30010-9)
- Guan WJ, Liang WH, Zhao Y, et al. Comorbidity and its impact on 1590 patients with COVID-19 in China: a nationwide analysis. *Eur Respir J*. 2020;55(5):2000547. <https://doi.org/10.1183/13993003.00547-2020>
- Kementrian Kesehatan Republik Indonesia. 2020. 13,2 Persen Pasien Covid-19 Yang Meninggal Memiliki Penyakit Hipertensi. <https://www.kemkes.go.id/article/print/20101400002/13-2-persen-pasien-covid-19-yang-meninggal-memiliki-penyakit-hipertensi.html>
- Notoatmodjo S. 2012. Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan. Jakarta: PT Rineka Cipta
- Petrilli CM, Jones SA, Yang J, et al. Factors associated with hospital admission and critical illness among 5279 people with coronavirus disease 2019 in New York City: prospective cohort study. *BMJ*. 2020;369:m1966. <https://doi.org/10.1136/bmj.m1966>
- Rafie, Barratut Taqiyyah. 2020. Risiko komplikasi diabetes dengan Covid-19 sangat berbahaya. <https://kesehatan.kontan.co.id/news/risiko-komplikasi-diabetes-dengan-covid-19-sangat-berbahaya?page=all>
- World Health Organization. 2020. WHO Coronavirus (COVID-19) Dashboard. <https://covid19.who.int/>