



PENYULUHAN CARA PENGGUNAAN OBAT DAN PEMERIKSAAN GULA DARAH PADA PENDERITA DIABETES MELITUS

Eko Siswanto

¹Pendidikan Dokter, Fakultas Kedokteran, Universitas Abulyatama, Aceh Besar, 23374, Indonesia.

*Email korespondensi: eko_fk@abulyatama.ac.id

Diterima 25 Agustus 2022; Disetujui 31 Agustus 2022; Dipublikasi 06 September 2022

Abstract: *Diabetes Mellitus (DM) is a chronic metabolic disease characterized by high blood sugar levels due to impaired secretion or action of insulin. This disease can cause serious complications if not managed properly. One of the main challenges in managing diabetes mellitus is the patient's adherence to medication and regular blood sugar monitoring. This outreach activity aims to enhance public understanding of the correct use of diabetes medication and the importance of regular blood sugar monitoring. The methods used include lectures, interactive discussions, and question-and-answer sessions. Evaluation was conducted based on the improvement in participants' understanding before and after the activity. The results show that this counseling is effective in raising public awareness about good diabetes therapy management. It is hoped that similar activities can continue to be carried out to improve the quality of life for diabetes patients and prevent more serious complications.*

Keywords: *Diabetes Mellitus, Medication Use, Blood Sugar Testing.*

Abstrak: Diabetes Melitus (DM) merupakan penyakit metabolik kronis yang ditandai dengan kadar gula darah tinggi akibat gangguan sekresi atau kerja insulin. Penyakit ini dapat menyebabkan komplikasi serius jika tidak dikelola dengan baik. Salah satu tantangan utama dalam pengelolaan DM adalah kepatuhan penderita terhadap pengobatan serta pemantauan kadar gula darah secara rutin. Kegiatan penyuluhan ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman masyarakat mengenai cara penggunaan obat diabetes yang benar serta pentingnya pemeriksaan gula darah secara rutin. Metode yang digunakan meliputi ceramah, diskusi interaktif, serta sesi tanya jawab. Evaluasi dilakukan berdasarkan peningkatan pemahaman peserta sebelum dan sesudah kegiatan. Hasil menunjukkan bahwa penyuluhan ini efektif dalam meningkatkan kesadaran masyarakat mengenai manajemen terapi diabetes yang baik. Diharapkan kegiatan serupa dapat terus dilakukan guna meningkatkan kualitas hidup penderita DM serta mencegah komplikasi yang lebih serius.

Kata kunci : *Diabetes Melitus, Penggunaan Obat, Pemeriksaan Gula Darah.*

Diabetes Melitus (DM) adalah penyakit yang disebabkan oleh gangguan metabolisme insulin yang menyebabkan kadar gula darah tinggi. Penyakit ini dikenal sebagai "silent killer" karena sering kali tidak menunjukkan gejala pada tahap awal dan baru terdeteksi

setelah terjadi komplikasi (Petersmann et al., 2018).

Di Indonesia, DM menjadi salah satu penyakit dengan prevalensi tinggi, terutama pada kelompok usia lanjut. Namun, banyak

melakukan pemeriksaan kadar gula darah secara rutin (Hartanti et al., 2013).

Gampong Lampoh Keude, Kecamatan Kuta Baro, Kabupaten Aceh Besar merupakan salah satu wilayah dengan kasus DM yang cukup tinggi. Namun, kesadaran masyarakat mengenai pengelolaan diabetes masih rendah. Oleh karena itu, penyuluhan ini dilakukan untuk memberikan edukasi kepada masyarakat mengenai pentingnya penggunaan obat yang tepat serta pemantauan kadar gula darah guna menghindari komplikasi lebih lanjut.

KAJIAN PUSTAKA

1. Diabetes Melitus dan Tantangan Pengobatan

Diabetes Melitus (DM) merupakan penyakit metabolik kronis yang ditandai dengan kadar gula darah yang tinggi akibat gangguan produksi atau penggunaan insulin dalam tubuh. Penyakit ini memerlukan pengelolaan jangka panjang yang melibatkan kombinasi terapi medis, perubahan gaya hidup, serta pemantauan kadar gula darah secara berkala. Salah satu tantangan utama dalam pengelolaan DM adalah rendahnya kepatuhan pasien dalam menjalani terapi yang telah ditentukan. Kepatuhan yang rendah ini sering kali disebabkan oleh kurangnya pemahaman mengenai penyakit, ketidakmampuan dalam mengakses layanan kesehatan, serta rendahnya motivasi dalam menerapkan pola hidup sehat (Hartanti et al., 2013). Oleh karena itu, edukasi kepada penderita diabetes mengenai pentingnya terapi dan dampak komplikasi jika tidak dikelola dengan

baik menjadi aspek krusial dalam perawatan DM.

Pemeriksaan Gula Darah dan Manfaatnya

Pemeriksaan gula darah secara rutin memiliki peran penting dalam pengelolaan DM untuk memastikan kadar gula darah tetap berada dalam rentang normal serta mencegah berbagai komplikasi seperti penyakit jantung, ginjal, dan neuropati. Pemeriksaan ini dapat dilakukan dengan berbagai metode, di antaranya:

- **Gula Darah Puasa (GDP):** Pemeriksaan yang dilakukan setelah pasien berpuasa selama 8–10 jam untuk mengetahui kadar gula darah dasar. GDP yang tinggi dapat menunjukkan gangguan regulasi gula darah.
- **Gula Darah Sewaktu (GDS):** Mengukur kadar gula darah kapan saja dalam sehari tanpa perlu berpuasa terlebih dahulu. Pemeriksaan ini sering digunakan untuk skrining awal atau pemantauan cepat kondisi pasien.
- **HbA1c:** Mengukur rata-rata kadar gula darah dalam 2–3 bulan terakhir. Pemeriksaan ini sangat berguna untuk mengetahui efektivitas pengobatan jangka panjang dan memberikan gambaran stabilitas kadar gula darah pasien (Petersmann et al., 2018).

Selain metode pemeriksaan di atas, beberapa teknologi terbaru seperti continuous glucose monitoring (CGM) juga semakin berkembang dan membantu pasien dalam memantau kadar gula darah secara lebih akurat dan real-time. Teknologi ini dapat meningkatkan kesadaran pasien dalam menjaga kadar gula darah tetap

stabil.

Penggunaan Obat pada Penderita Diabetes
Pengobatan DM bertujuan untuk menurunkan kadar gula darah ke tingkat yang aman dan mengurangi risiko komplikasi. Ada beberapa jenis obat yang digunakan dalam terapi DM, antara lain:

- Biguanid (Metformin): Obat ini merupakan lini pertama dalam pengobatan DM tipe 2. Metformin bekerja dengan menurunkan produksi glukosa di hati dan meningkatkan sensitivitas insulin, sehingga membantu tubuh menggunakan glukosa dengan lebih efektif.
- Sulfonilurea: Kelompok obat ini merangsang pankreas untuk memproduksi lebih banyak insulin. Contoh obat dalam kelompok ini antara lain glibenklamid dan glimepirid. Penggunaannya harus diawasi secara ketat karena berisiko menyebabkan hipoglikemia.
- Inhibitor DPP-4: Obat ini bekerja dengan meningkatkan kadar hormon inkretin, yang membantu merangsang produksi insulin saat kadar gula darah tinggi dan mengurangi produksi glukosa oleh hati. Contohnya adalah sitagliptin dan vildagliptin.
- SGLT2 Inhibitor: Obat ini bekerja dengan menghambat reabsorpsi glukosa di ginjal, sehingga kelebihan glukosa dikeluarkan melalui urin. Contoh obat dalam kelompok ini adalah

dapagliflozin dan empagliflozin.

- Insulin: Terapi insulin diperlukan bagi pasien DM tipe 1 dan beberapa kasus DM tipe 2 yang sudah tidak responsif terhadap obat oral. Insulin tersedia dalam berbagai jenis, termasuk insulin kerja cepat, kerja sedang, dan kerja panjang, yang disesuaikan dengan kebutuhan individu pasien (Utami et al., 2022).

Dalam pengelolaan DM, penggunaan obat harus dikombinasikan dengan pola makan sehat, aktivitas fisik yang teratur, serta pemantauan gula darah yang konsisten. Pasien juga perlu mendapatkan edukasi berkelanjutan agar dapat memahami kondisi mereka dengan lebih baik dan menjalani pengobatan dengan optimal. Dengan pendekatan multidisiplin yang mencakup aspek medis, psikologis, dan gaya hidup, pengelolaan diabetes dapat lebih efektif dan meningkatkan kualitas hidup penderita.

METODE PELAKSANAAN

1. Tahap Persiapan

- Survei lokasi penyuluhan di Gampong Lampoh Keude.
- Pengurusan administrasi dan perizinan kegiatan.
- Persiapan materi penyuluhan.

2. Tahap Pelaksanaan

- Penyampaian materi melalui ceramah interaktif selama ±40 menit.
- Diskusi dan sesi tanya jawab untuk mengukur pemahaman peserta.
- Pemberian hadiah bagi peserta yang aktif bertanya.

peserta dan peningkatan pemahaman mereka terhadap penggunaan obat dan pemeriksaan gula darah setelah penyuluhan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan Penyuluhan mengenai penggunaan obat diabetes dan pemantauan kadar gula darah ini diikuti oleh 50 peserta dan berlangsung dengan lancar. Partisipasi aktif masyarakat terlihat dalam sesi diskusi dan tanya jawab, di mana banyak peserta mengajukan pertanyaan dan berbagi pengalaman terkait pengelolaan diabetes.

Hasil evaluasi menunjukkan bahwa penyuluhan ini memberikan dampak positif terhadap pemahaman dan kesadaran masyarakat. Beberapa temuan utama dari evaluasi adalah sebagai berikut:

1. Peningkatan Kesadaran Akan Kepatuhan Pengobatan

Peserta memahami pentingnya kepatuhan dalam mengonsumsi obat diabetes sesuai anjuran dokter. Sebelumnya, beberapa peserta mengaku sering melewatkan dosis obat atau menghentikan pengobatan tanpa berkonsultasi dengan tenaga medis. Setelah mengikuti penyuluhan, mereka menyadari bahwa kepatuhan dalam konsumsi obat berperan besar dalam menjaga kadar gula darah tetap stabil dan mencegah komplikasi serius.

2. Pemahaman Lebih Baik tentang Pemantauan Gula Darah

Sebagian besar peserta mengakui bahwa mereka jarang atau bahkan tidak pernah melakukan pemeriksaan gula darah secara mandiri. Melalui penyuluhan ini, mereka mendapatkan wawasan mengenai pentingnya pemantauan rutin serta cara menggunakan alat pengukur gula darah dengan benar. Peserta juga diberikan simulasi langsung dalam menggunakan alat tersebut, sehingga mereka lebih percaya diri untuk menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari.

3. Ketertarikan untuk Menerapkan Pola Hidup Sehat

Selain pemahaman tentang obat dan pemeriksaan gula darah, banyak peserta yang tertarik untuk menerapkan pola hidup sehat guna mengurangi risiko komplikasi diabetes. Penyuluhan ini menekankan pentingnya pola makan seimbang, aktivitas fisik teratur, serta manajemen stres dalam mengontrol diabetes. Beberapa peserta bahkan menyatakan niatnya untuk mulai mengadopsi pola makan yang lebih sehat dan rutin berolahraga sesuai dengan kondisi fisik mereka.

Secara keseluruhan, penyuluhan ini berhasil meningkatkan pemahaman masyarakat mengenai pengelolaan diabetes, terutama dalam aspek kepatuhan obat, pemeriksaan gula darah, dan gaya hidup sehat. Dengan adanya program edukasi berkelanjutan, diharapkan kesadaran masyarakat terus meningkat sehingga angka komplikasi akibat diabetes dapat diminimalkan.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Penyuluhan mengenai penggunaan obat dan pemeriksaan gula darah terbukti efektif dalam meningkatkan kesadaran masyarakat tentang pentingnya pengelolaan diabetes. Melalui penyuluhan ini, masyarakat memperoleh pemahaman yang lebih baik mengenai cara penggunaan obat yang tepat, jadwal konsumsi yang sesuai, serta pentingnya pemantauan kadar gula darah secara rutin. Dengan demikian, mereka dapat lebih disiplin dalam menjaga kesehatannya dan mencegah risiko komplikasi yang mungkin timbul akibat diabetes yang tidak terkontrol.

Selain itu, partisipasi aktif masyarakat dalam program edukasi kesehatan mencerminkan peningkatan pemahaman terhadap pentingnya kepatuhan dalam terapi diabetes. Hal ini terlihat dari semakin banyaknya individu yang mulai menerapkan pola hidup sehat, mengikuti anjuran medis, serta melakukan konsultasi rutin dengan tenaga kesehatan. Kesadaran ini berperan besar dalam mengurangi angka kasus komplikasi diabetes, seperti neuropati, nefropati, dan penyakit kardiovaskular.

Agar manfaat edukasi ini lebih optimal, manajemen diabetes perlu diajarkan secara berkelanjutan. Program edukasi yang dilakukan secara berkala akan membantu masyarakat tetap mendapatkan informasi terbaru mengenai pengelolaan diabetes, baik dari segi medis

maupun gaya hidup. Dengan adanya edukasi yang terus-menerus, individu dengan diabetes maupun kelompok berisiko tinggi dapat lebih siap dalam menghadapi tantangan penyakit ini, sehingga kualitas hidup mereka dapat meningkat dan komplikasi jangka panjang dapat dicegah secara efektif.

Saran

- Pemerintah dan tenaga kesehatan perlu meningkatkan penyuluhan mengenai pentingnya kepatuhan terapi diabetes.
- Pasien DM didorong untuk lebih aktif dalam memantau kadar gula darah dan mengikuti anjuran medis.
- Penyedia layanan kesehatan harus memastikan bahwa informasi mengenai penggunaan obat yang benar tersedia bagi masyarakat.

DAFTAR PUSTAKA

- Azizah, R. N., & Hidayah, A. (2016). Identifikasi Penggunaan Obat pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe II Usia Lanjut.
- Hartanti, P., Pudjibudojo, J. K., Aditama, L., & Rahayu, R. P. (2013). Pencegahan dan Penanganan Diabetes Mellitus.
- Nuraisyah, F. (2018). Faktor Risiko Diabetes Mellitus Tipe 2.
- Petersmann, A., et al. (2018). Definition, Classification, and Diagnostics of Diabetes Mellitus.
- Utami, I. K., Dewi, N. P., & Magfirah, M. (2022). Penyuluhan Jenis Obat Diabetes

- WHO. (2020). Global Report on Diabetes.
- Riskesdas. (2018). Laporan Nasional Riset Kesehatan Dasar.
- Kemendes RI. (2020). Evaluasi Program Pencegahan Diabetes Nasional.
- Nugroho, A. (2021). Manajemen Diabetes di Komunitas.
- Prawirohardjo, S. (2018). Ilmu Penyakit Dalam.