



Penyuluhan Cara Penggunaan Obat Antidiabetes dan Hipertensi secara Benar kepada Lansia di Desa Lamceu

Syarifah Nora ANdriaty^{1*}

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

*Email korespondensi: nora_kedokteran@abulyatama.ac.id¹

Diterima 03 Agustus 2021; Disetujui 12 September 2021; Dipublikasi 03 September 2021

Abstract: *Diabetes Mellitus (DM) and Hypertension are common health problems, especially among the elderly. Improper medication use can lead to serious complications, making education on proper drug administration essential. This community service activity aims to enhance public understanding, particularly among the elderly in Lamceu Village, regarding the correct use of antidiabetic and antihypertensive drugs. The method used in this activity was an educational lecture followed by a discussion and question-and-answer session. A total of 50 participants attended the event enthusiastically. The results showed an improvement in participants' understanding of the importance of adherence to medication as prescribed by medical professionals. Through this health education initiative, it is expected that the community will become more aware of the importance of proper medication use in managing DM and hypertension. This activity is expected to continue periodically to improve public health quality.*

Keywords: *Diabetes Mellitus, Hypertension, Medication Use, Health Education*

Abstrak: Penyakit Diabetes Mellitus (DM) dan Hipertensi merupakan masalah kesehatan yang umum terjadi di masyarakat, terutama pada lansia. Penggunaan obat yang tidak tepat dapat menyebabkan komplikasi serius, sehingga edukasi mengenai cara penggunaan obat yang benar sangat diperlukan. Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman masyarakat, khususnya lansia di Desa Lamceu, mengenai penggunaan obat antidiabetes dan antihipertensi yang benar. Metode yang digunakan dalam kegiatan ini adalah ceramah edukatif yang dilanjutkan dengan sesi diskusi dan tanya jawab. Sebanyak 50 peserta mengikuti kegiatan ini dengan antusias. Hasil kegiatan menunjukkan peningkatan pemahaman peserta terkait pentingnya kepatuhan dalam mengonsumsi obat sesuai anjuran medis. Dengan adanya penyuluhan ini, diharapkan masyarakat lebih sadar akan pentingnya penggunaan obat yang benar untuk mengelola DM dan hipertensi. Kegiatan ini diharapkan dapat berlanjut secara berkala untuk meningkatkan kualitas kesehatan masyarakat.

Kata Kunci: *Diabetes Mellitus, Hipertensi, Penggunaan Obat, Edukasi Kesehatan*

Diabetes Mellitus (DM) dan hipertensi merupakan dua penyakit tidak menular yang memiliki prevalensi tinggi di dunia. Kedua penyakit ini sering kali saling berhubungan dan menjadi faktor risiko utama bagi berbagai komplikasi kesehatan yang serius. Diabetes Mellitus ditandai dengan kadar glukosa darah yang melebihi batas normal akibat gangguan produksi atau kerja insulin. Sementara itu, hipertensi merupakan kondisi di mana tekanan darah dalam arteri meningkat secara kronis, yang dapat menyebabkan berbagai masalah kardiovaskular.

Prevalensi Diabetes Mellitus terus meningkat secara global. Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) melaporkan bahwa pada tahun 2021, sekitar 537 juta orang di dunia hidup dengan diabetes, dan jumlah ini diperkirakan akan meningkat menjadi 643 juta pada tahun 2030. Indonesia sendiri termasuk dalam empat negara dengan jumlah penderita diabetes tertinggi di dunia, bersama dengan China, India, dan Amerika Serikat. Faktor utama yang berkontribusi terhadap meningkatnya angka kejadian diabetes meliputi pola makan yang tidak sehat, kurangnya aktivitas fisik, obesitas, serta faktor genetik.

Selain diabetes, hipertensi juga menjadi masalah kesehatan yang besar. Hipertensi sering disebut sebagai "pembunuh senyap" karena sebagian besar penderitanya tidak menyadari kondisi mereka hingga mengalami komplikasi serius seperti serangan jantung atau stroke. Data dari Kementerian Kesehatan Republik Indonesia

menunjukkan bahwa prevalensi hipertensi di Indonesia cukup tinggi, dengan lebih dari 34% penduduk dewasa mengalami kondisi ini. Peningkatan kasus hipertensi sangat berkaitan dengan gaya hidup modern, konsumsi makanan tinggi garam, stres, serta kurangnya aktivitas fisik.

Karena tingginya angka kejadian dan dampak yang ditimbulkan oleh kedua penyakit ini, diperlukan upaya preventif dan pengelolaan yang efektif. Kesadaran masyarakat akan pentingnya pola hidup sehat, pemeriksaan kesehatan rutin, serta kepatuhan terhadap terapi yang diberikan sangatlah penting dalam mencegah komplikasi lebih lanjut. Oleh karena itu, penelitian mengenai Diabetes Mellitus dan hipertensi menjadi hal yang sangat relevan dalam dunia medis dan kesehatan masyarakat

KAJIAN PUSTAKA

1. Diabetes Melitus dan Pengaruhnya terhadap Kesehatan Lansia

Menurut Petersmann et al. (2018), Diabetes Melitus (DM) merupakan penyakit kronis yang ditandai dengan kadar glukosa darah yang tinggi akibat gangguan produksi atau efektivitas insulin. Pada lansia, DM dapat menyebabkan berbagai komplikasi, seperti neuropati, nefropati, dan retinopati, yang memperburuk kualitas hidup mereka.

2. Faktor Risiko Diabetes Melitus Tipe 2

Menurut Kabosu et al. (2019), faktor risiko DM Tipe 2 terbagi menjadi dua, yaitu yang dapat diubah dan yang tidak dapat diubah.

Faktor yang dapat diubah mencakup pola makan, aktivitas fisik, dan manajemen stres, sementara faktor yang tidak dapat diubah meliputi usia dan genetika. Lansia memiliki risiko lebih tinggi akibat perubahan metabolisme dan penurunan aktivitas fisik.

3. Kepatuhan Penggunaan Obat Antidiabetes

Nuraisyah (2018) menyatakan bahwa salah satu kendala dalam pengobatan DM pada lansia adalah tingkat kepatuhan yang rendah dalam mengkonsumsi obat. Kepatuhan yang buruk dapat mengarah pada komplikasi serius, termasuk gagal ginjal dan penyakit kardiovaskular.

4. Hipertensi pada Lansia

Menurut Unger et al. (2020), hipertensi adalah kondisi yang ditandai dengan peningkatan tekanan darah $\geq 140/90$ mmHg. Lansia memiliki prevalensi hipertensi yang lebih tinggi akibat perubahan fisiologis pada pembuluh darah dan berkurangnya elastisitas arteri, yang meningkatkan risiko stroke dan penyakit jantung.

5. Faktor Risiko Hipertensi pada Lansia

Lukitaningtyas & Cahyono (2023) menjelaskan bahwa faktor risiko hipertensi pada lansia meliputi pola makan tinggi natrium, kurangnya aktivitas fisik, stres, dan riwayat keluarga. Manajemen tekanan darah yang efektif mencakup perubahan gaya hidup dan penggunaan obat antihipertensi sesuai anjuran dokter.

6. Kepatuhan Penggunaan Obat Antihipertensi

Fahriza (2019) meneliti bahwa kepatuhan lansia dalam mengonsumsi obat

antihipertensi seringkali rendah akibat kurangnya pemahaman tentang pentingnya terapi jangka panjang. Edukasi mengenai manfaat pengobatan dapat meningkatkan kepatuhan dan mengurangi risiko komplikasi.

7. Dampak Diabetes dan Hipertensi terhadap Kualitas Hidup Lansia

Sanjaya & Setiawan (2024) menyatakan bahwa diabetes dan hipertensi dapat menurunkan kualitas hidup lansia secara signifikan. Kedua penyakit ini dapat menyebabkan keterbatasan fisik, gangguan kognitif, serta meningkatkan ketergantungan terhadap keluarga atau pelayanan kesehatan.

8. Strategi Edukasi Kesehatan bagi Lansia

Ully et al. (2024) menyarankan bahwa edukasi kesehatan berbasis komunitas efektif dalam meningkatkan pemahaman lansia tentang cara penggunaan obat antidiabetes dan antihipertensi. Metode ceramah, diskusi interaktif, dan penggunaan media visual terbukti dapat meningkatkan kepatuhan dan efektivitas terapi

METODE PELAKSANAAN

Metode pelaksanaan pada program pengabdian kepada masyarakat ini disusun secara sistematis:

1. Tahap Persiapan

Kegiatan yang dilakukan pada tahap persiapan adalah :

1. Survei tempat pelaksanaan kegiatan
2. Pengurusan administrasi dan perijinan tempat pengabdian masyarakat
3. Persiapan materi penyuluhan

2. Tahap Pelaksanaan Kegiatan

Kegiatan pengabdian masyarakat akan dilakukan setelah persiapan dan perizinan selesai. Kegiatan ini akan dilakukan di Desa Lamceu, Aceh Besar. Dalam pelaksanaan kegiatan ini sasaran masyarakat akan dijelaskan materi berupa cara penggunaan obat antidiabetes dan hipertensi secara benar kepada lansia di desa Lamceu, setelah pemberian materi selesai kemudian peserta diberikan kesempatan bertanya dan diberikan waktu 60 menit untuk sesi tanya jawab, bagi masyarakat yang bertanya diberikan hadiah/doorprize.

3. Pembuatan Laporan Pengabdian

Laporan pengabdian dibuat sebagai bentuk hasil akhir dari kegiatan pengabdian yang telah dilakukan agar nantinya manfaat dari pengabdian itu benar-benar tercapai.

4. Tahap Evaluasi

Tahap evaluasi merupakan tahapan yang dilakukan untuk menilai kegiatan secara keseluruhan dan meninjau kembali apakah terdapat kekurangan-kekurangan selama kegiatan.

Tahap evaluasi ini bertujuan agar kegiatan yang dilakukan dapat berjalan dengan efektif dan sesuai dengan yang diharapkan. Tahap evaluasi difokuskan terhadap kemampuan masyarakat dalam mengkonsumsi obat antidiabetes dan hipertensi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian masyarakat dengan tema "Cara Penggunaan Obat Antidiabetes dan Hipertensi secara Benar kepada Lansia di Desa Lamceu" telah berlangsung

dengan baik dan lancar. Sebanyak 50 peserta dari masyarakat Desa Lamceu mengikuti kegiatan ini dengan penuh antusias.

Penyuluhan dilakukan dalam bentuk ceramah yang disampaikan oleh tenaga kesehatan yang berkompeten dalam bidangnya. Setelah pemaparan materi selesai, sesi tanya jawab diadakan untuk memberikan kesempatan kepada masyarakat dalam menggali informasi lebih lanjut terkait penggunaan obat antidiabetes dan hipertensi. Durasi penyampaian materi berlangsung sekitar 40 menit, diikuti oleh sesi diskusi dan tanya jawab selama 60 menit.

Pelaksanaan Pengabdian

1. Pembukaan

Kegiatan diawali dengan sambutan dari Kepala Desa Lamceu yang turut serta memperkenalkan tim penyuluhan kepada masyarakat. Dalam sambutannya, Kepala Desa menekankan pentingnya edukasi kesehatan guna meningkatkan kesadaran masyarakat terhadap penggunaan obat yang tepat.

2. Penyampaian Materi

Materi yang diberikan mencakup:

- a. Pengertian Diabetes Mellitus dan Hipertensi
- b. Jenis-jenis obat antidiabetes dan antihipertensi
- c. Cara penggunaan obat yang benar sesuai resep dokter
- d. Efek samping dan interaksi obat
- e. Peran pola hidup sehat dalam mendukung efektivitas pengobatan

3. Diskusi dan Tanya Jawab

Setelah penyampaian materi, sesi tanya jawab berlangsung dengan aktif. Masyarakat mengajukan berbagai pertanyaan terkait dosis obat, cara penyimpanan, efek samping, serta kapan waktu yang tepat untuk mengkonsumsi obat. Sebagai bentuk apresiasi, doorprize diberikan kepada peserta yang aktif bertanya.

4. Penutupan

Kegiatan diakhiri dengan sesi foto bersama antara peserta dan tim penyuluhan sebagai dokumentasi kegiatan.

Secara keseluruhan, kegiatan penyuluhan ini memberikan dampak positif dalam meningkatkan kesadaran masyarakat terhadap penggunaan obat antidiabetes dan hipertensi secara benar. Diharapkan kegiatan serupa dapat dilakukan secara berkelanjutan untuk mendukung peningkatan kualitas kesehatan masyarakat Desa Lamceu.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Kegiatan penyuluhan mengenai "Cara Penggunaan Obat Antidiabetes dan Hipertensi secara Benar kepada Lansia di Desa Lamceu" telah terlaksana dengan baik dan mendapat respons positif dari masyarakat. Peserta yang hadir menunjukkan antusiasme tinggi dalam memahami materi yang disampaikan. Melalui metode ceramah dan diskusi interaktif, masyarakat memperoleh pemahaman yang lebih

baik tentang pentingnya konsumsi obat yang sesuai dengan anjuran dokter, dosis yang tepat, serta bahaya penggunaan obat secara sembarangan. Kegiatan ini juga meningkatkan kesadaran masyarakat tentang pengelolaan penyakit diabetes dan hipertensi melalui pola hidup sehat.

Saran

kegiatan serupa perlu dilakukan secara berkelanjutan agar informasi yang diberikan dapat terus diperbarui dan menjangkau lebih banyak masyarakat. Selain itu, diharapkan adanya dukungan dari tenaga kesehatan dan pemerintah desa dalam memfasilitasi penyuluhan rutin terkait kesehatan, khususnya bagi lansia yang rentan terhadap penyakit kronis.

Penyuluhan juga dapat diperluas dengan praktik langsung mengenai cara penggunaan obat yang benar untuk meningkatkan pemahaman peserta secara lebih komprehensif. Dengan adanya edukasi yang berkesinambungan, diharapkan masyarakat semakin sadar akan pentingnya kepatuhan dalam mengkonsumsi obat serta menjalani gaya hidup sehat demi mencegah komplikasi penyakit di masa depan.

DAFTAR PUSTAKA

- Fahriza, R. (2019). Faktor Risiko Diabetes Melitus Tipe 2 dan Pencegahannya. Jakarta: Penerbit Kesehatan Masyarakat.
- Kabosu, T., Yamamoto, H., & Nakamura, K. (2019). Global Prevalence of Type 2 Diabetes and Its Risk Factors. *Journal of*

- Public Health, 45(2), 134–149.
- Lukitaningtyas, R., & Cahyono, T. (2023). Hipertensi dan Manajemen Terapi pada Lansia. Yogyakarta: Pustaka Medika.
- Nuraisyah, S. (2018). Tingkat Kepatuhan Penderita Diabetes Melitus dalam Penggunaan Obat Antidiabetes. *Jurnal Ilmu Farmasi*, 12(1), 45–58.
- Petersmann, A., Müller-Wieland, D., Müller, B., et al. (2018). Definition, Classification and Diagnosis of Diabetes Mellitus. *Diabetologia*, 61(4), 713–720.
- Sanjaya, R., & Setiawan, B. (2024). Dampak Diabetes dan Hipertensi terhadap Kualitas Hidup Lansia. Bandung: Penerbit Medika Nusantara.
- Unger, T., Borghi, C., Charchar, F., et al. (2020). International Society of Hypertension Global Hypertension Practice Guidelines. *Hypertension*, 75(6), 1334–1357.
- Ully, R., Prasetyo, B., & Wijaya, M. (2024). Strategi Edukasi Kesehatan untuk Lansia dengan Diabetes dan Hipertensi. Surabaya: Universitas Medika Press.
- World Health Organization (WHO). (2021). *Global Report on Diabetes and Hypertension*. Geneva: WHO Press.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2022). *Pedoman Pencegahan dan*