

Bogor, 8 Agustus 2022

Perihal : Penyerahan laporan dan permohonan pembuatan Surat tugas
Lampiran : 1 (satu) berkas laporan PKM mandiri dan materi

Kepada yth
Prof. DR. Agustinus Purna Irawan MT
Rektor Universitas Tarumanagara
Di Jakarta

Dengan Hormat,

Bersama ini saya, Dr. Sari Mariyati Dewi N., Mbiomed, menyerahkan laporan kegiatan PKM mandiri yang dilaksanakan pada tanggal 25 Juni 2022 di kelurahan Tomang dengan judul Diabetes dan daya tahan tubuh.

Bersama ini saya lampir laporan kegiatan beserta surat keterangan dari kelurahan dan materi kegiatan

.

Demikian surat pengantar laporan ini. Atas perhatian dan bantuan bapak, saya ucapkan terima kasih.

Hormat saya,



dr. Sari Mariyati Dewi, Mbiomed

LAPORAN KEGIATAN PELAKSANAAN PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT MANDIRI

Nama Kegiatan : Penyuluhan

Topik : Diabetes dan sistem imun

Pelaksana : dr. Sari Mariyati Dewi N.,M.Biomed

Tanggal pelaksanaan : 25 Juni 2022 (08.00-09.00 WIB)

Penyelenggara : Kelurahan Tomang, Jakarta Barat

Tempat :

Deskripsi Kegiatan :

PENDAHULUAN

Diabetes melitus (DM) adalah suatu penyakit gangguan metabolisme kronis yang ditandai dengan tingginya kadar gula dalam darah. Penyakit ini dapat menyebabkan kerusakan pada jantung, pembuluh darah, mata, ginjal dan saraf. (WHO,2021) Data pada tahun 2019 didapatkan diabetes telah menyebabkan 1,5juta kematian dengan 48% terjadi pada usia dibawah 70 tahun. Berdasarkan catatan Risesdas (Riset Kesehatan Dasar) tahun 2018 kejadian diabetes di Jakarta meningkat dari 2,5% menjadi 3,4% dan DKI menempati provinsi dengan kejadian diabetes tertinggi di Indonesia (Astuti I, 2018). Pada penelitian yang dilakukan Nasrul Wathoni, dkk di salah satu SMA Pangandaran didapatkan 55,5% masyarakat mengetahui bahwa penyakit DM adalah penyakit yang tidak menular, namun 66,6% menyatakan bahwa penyakit ini merupakan penyakit keturunan (Wathoni N,2017). Hal ini dapat mempengaruhi sikap dan perilaku masyarakat mengenai DM.

Sistem imun adalah sistem tubuh yang juga mengalami dampak dari tingginya kadar gula darah. Tingginya kadar gula darah menyebabkan kacaunya kinerja sistem imun sehingga tidak dapat mengenali dan membasmi kuman penyebab infeksi. Hal ini menyebabkan penderita diabetes mudah mengalami infeksi. Sebaliknya pada pembentukan antibodi paska vaksinasi pun tidak akan memberikan hasil yang baik bila kadar gula darah orang tersebut terlalu tinggi. Pengaturan pola makan yang baik menyebabkan kadar gula darah terkontrol sehingga sistem tubuh seperti sistem imun pun dapat bekerja kembali dengan baik.

Pada kegiatan PKM yang dilakukan pada 27 Januari 2019 didapatkan 4,8% kadar gula darah dari 83 warga kelurahan Tomang berada di atas 100mg/dl (Santoso AH, 2020).

Angka ini lebih tinggi dari angka kejadian diabetes Riskesdas 2018. Hal ini menunjukkan tingginya resiko kejadian diabetes pada warga dan juga resiko terjadinya infeksi. Sehubungan dengan masa pandemi Covid-19, orang dengan penyakit diabetes tentunya dapat mengalami gejala yang cukup berat, sehingga penting bagi warga kelurahan Tomang mengetahui akan pentingnya menjaga kadar gula darah agar sistem imun pun dapat berfungsi dengan baik.

PERMASALAHAN

Tingginya angka resiko terjadinya diabetes melitus pada warga kelurahan Tomang dari hasil kegiatan pengabdian sebelumnya meningkatkan resiko terjadinya infeksi pada warga tersebut. Perlunya pengetahuan mengenai sistem imun pada orang dengan diabetes disampaikan kepada warga kelurahan Tomang agar warga dapat lebih memperhatikan kesehatannya terutama berhubungan dengan kadar gula darah.

METODE PELAKSANAAN

Memberikan penyuluhan dengan pertemuan tatap muka pada tanggal 25 Juni 2022 jam 08.00-09.00 wib di lokasi taman bermain kelurahan Tomang. Penyuluhan diberikan dengan cara tatap muka dengan sasaran pada kegiatan ini adalah para kader RT 1 sampai 15 yang merupakan perwakilan tenaga kesehatan. Para kader ini dapat membantu memberikan informasi mengenai bagaimana keadaan sistem imun pada orang dengan diabetes ke seluruh masyarakat sekitarnya. Diharapkan penyuluhan ini dapat membantu masyarakat khususnya para kader akan pentingnya menerapkan pola hidup yang sehat serta melakukan vaksinasi disaat kadar gula darah terkontrol. Setelah dilakukan penyuluhan, para kader diberi kesempatan untuk melakukan tanya jawab.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan penyuluhan ini diikuti oleh sekitar 30 orang kader kelurahan Tomang. Kader aktif pada pos yandu dan pos bindu RT 1 hingga 15. Pada dasarnya peserta sudah memahami mengenai diabetes namun penjelasan mengenai sistem imun atau daya tahan tubuh sepertinya merupakan hal yang baru sehingga masih ada hal yang perlu dicerna. Sistem imun atau daya tahan tubuh adalah masalah yang cukup ramai dibicarakan bila berhubungan dengan infeksi namun jarang sekali dihubungkan dengan gangguan metabolik seperti pada diabetes. Oleh karena itu perlu untuk dilakukan lagi penyuluhan mengenai materi sistem imun dihubungkan dengan penurunan kondisi fisik seseorang atau lainnya.

KESIMPULAN

Diabetes melitus adalah penyakit metabolik kronis yang dapat terjadi pada siapa saja dengan pola hidup yang tidak baik. Tingginya kadar gula darah dapat mengganggu berbagai sistem pada tubuh seperti sistem imun. Sistem imun pada orang dengan kadar gula darah akan mengalami gangguan fungsi sehingga orang tersebut menjadi mudah sakit bahkan vaksinasi pun menjadi tidak berguna. Terjadinya peningkatan pengetahuan mengenai sistem imun pada orang dengan diabetes ini menjadi bekal bagi warga kelurahan Tomang untuk menerapkan pola hidup sehat agar kesehatan terjaga dengan baik.



Gambar kanan dan kiri. Kedua gambar di atas adalah gambar saat dr. Sari Mariyati memberikan penyuluhan kepada para kader kelurahan Tomang. Peserta cukup serius menyimak materi yang diberikan.

DAFTAR PUSTAKA

Santoso AH, Sari T, Gunawan S. (2020) Pemetaan profil antropometri dan biokimia darah sebagai upaya preventif terhadap penyakit tidak menular di kelurahan Tomang Jakarta Barat. *Jurnal Bakti Masyarakat Indonesia*.3:1;1-9

Astuti I, (2018) DKI Jakarta Wilayah Tertinggi Prevalensi Diabetes. *Humaniora Media Indonesia*. Dapat di unduh di <https://mediaindonesia.com/humaniora/203040/dki-jakarta-wilayah-tertinggi-prevalensi-diabetes>

Wathoni N, Hasanah AN, Sriwidodo S: (2017) Persepsi, kesadaran dan pengetahuan diabetes mellitus di salah satu SMA di Pangandaran. *Dharmakarya Jurnal aplikasi ipteks untuk masyarakat*, 6:1.

World Health Organisation (WHO). (2021) Diabetes. Dapat di unduh pada: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/diabetes>



PEMERINTAH DAERAH KHUSUS IBUKOTA JAKARTA
KOTA ADMINISTRASI JAKARTA BARAT
KECAMATAN GROGOL PETAMBURAN
KELURAHAN TOMANG

Jalan Mandala Selatan IV No. 26 Telp. 021-56941910
JAKARTA

Kode Pos : 11440

Nomor : *Suz* I-1.77
Sifat : Penting
Lampiran : -
Hal : Undangan

22 Juni 2022

Kepada
Yth. 1. Kader Posyandu RW. 01 s/d
016
2. Ketua RW 011 (Membawa
Ibu dengan Anak Balita 25
Orang)
3. Ketua RW. 012 (Membawa
Ibu dengan Anak Balita 25
Orang)
di
Jakarta

Berdasarkan surat dari Dr. Alexander Halim Santoso, M.Gizi mewakili Fakultas Kedokteran, Universitas Tarumanegara, tanggal 15 Juni 2022, hal : Permohonan Pelaksanaan Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat (PKM) dalam bentuk Penyuluhan Kesehatan bagi Kader dan Warga Kelurahan Tomang. Bersama ini kami mengundang Saudara untuk hadir pada :

hari/tanggal : Sabtu, 25 Juni 2022

waktu : Sesi 1 Pukul 07.30 – 09.00 WIB

Sesi 2 Pukul 09.00 – 10.30 WIB

acara : Peningkatan Kesadaran Masyarakat dalam Upaya Pencegahan Penyakit Tidak Menular dan Stunting melalui Peran Asupan Gizi yang Sehat dan Seimbang

tempat : RPTRA Mandala

Demikian surat ini disampaikan, atas perhatiannya diucapkan terima kasih.



Catatan :

- Sesi 1 Pukul 07.30 – 09.00 WIB Peserta Kader Posyandu (Perwakilan Kader Posyandu membawa 3 Orang Kader Posyandu Setiap RW).
- Sesi 2 Pukul 09.00 – 10.30 WIB Peserta Ibu dengan Anak Balita 25 Orang dari RW. 11 dan Peserta Ibu dengan Anak Balita 25 Orang dari RW. 12.

Rekomendasi :

- Camat Grogol Petamburan;
- Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanegara.


UNTAR
 Universitas Tarumanagara

STARS
 CPA
 UNTAR untuk INDONESIA

DIABETES DAN DAYA TAHAN TUBUH

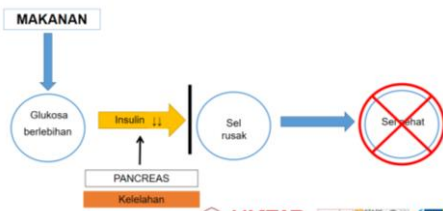
dr. Sari Mariyati Dewi N., M. Biomed
 BAGIAN HISTOLOGI
 FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS TARUMANAGARA
 2022

www.untar.ac.id | Untar Jakarta | #untarjakarta | @untarjakarta

DIABETES MELITUS (DM)

- Penyakit/ gangguan metabolisme yang bersifat kronis
- Penyebabnya: keturunan, pola hidup yang tidak baik → kerja insulin terganggu atau produk insulin menurun
- Ditandai: tingginya kadar gula darah
- Gejala: Sering haus, sering merasa lapar, sering buang air kecil terutama malam hari

PROSES



DAYA TAHAN TUBUH

- Sistem imun
- Komponen: sel (sel darah putih) dan bukan sel (antibodi dan zat terlarut lain)
- Peranan:
 - Membentuk pertahanan terhadap masuknya mikroba
 - Mengenal dan menghancurkan mikroba
 - Mengenal dan menghancurkan sel tubuh yang rusak

Daya tahan tubuh



PASCA PANDEMI



Penanganannya



KESIMPULAN

- Diabetes melitus adalah penyakit metabolik yang bersifat kronis dan ditandai dengan kelebihan gula/ glukosa dalam darah karena gagalnya penggunaan glukosa oleh sel akibat tidak efektifnya kerja insulin.
- Kadar gula darah yang tinggi dapat mempengaruhi daya tahan tubuh → sehingga penderitanya mudah mengalami infeksi dan sulit sembuh.
- Perbaiki dan kontrol kadar glukosa darah → memperbaiki daya tahan tubuh pasien
- Selain itu perlu juga dilakukan vaksinasi dan menerapkan pola hidup sehat