

LAPORAN KEGIATAN PENGABDIAN MASYARAKAT



EDUKASI 5 PILAR PENATALAKSANAAN DIABETES MELITUS

Ketua Pelaksana :

**Arabta M Peraten Pelawi S.Kep.,Ners.,M.Kep
(NIDN:0301096505)**

Anggota Pelaksana Dosen :

**Lina indrawati, S.kep., Ners., M.kep
(NIDN: 0321108001)**

Anggota pelaksana Mahasiswa :

Aisyah Della Permana	21.156.01.11.003	Nabila Putri	21.156.01.11.026
Alfaza Navira Permata P	21.156.01.11.004	Nia Karniah	21.156.01.11.027
Ari Septian	21.156.01.11.008	Olivia Salma Quratu'ain	21.156.01.11.029
Bintara Galih Tirta Ganda	21.156.01.11.014	Rayssya Salwa Afivah S	21.156.01.11.033
Chandra Kirani Putri	21.156.01.11.015	Ressi Ashari	21.156.01.11.034
Cindy Arta Lestari	21.156.01.11.016	Sally Yosephin Cornelia	21.156.01.11.037
Fathurrahman	21.156.01.11.017	Siti Milawati	21.156.01.11.039
Fida Yusriyah	21.156.01.11.018	Suci Fadilah	21.156.01.11.042
Fitriana Syaidhusyiam	21.156.01.11.019	Tashya	21.156.01.11.043
Ina Marlina	21.156.01.11.020	Tia Jesica	21.156.01.11.044
Intan Medi Ety	21.156.01.11.022	Wahyu Kurniawan	21.156.01.11.048
Kartika Nurwahyuni	21.156.01.11.023	Warnah	21.156.01.11.049
Levona Angelna L	21.156.01.11.024	Yolandari Amalia	21.156.01.11.051

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
MEDISTRA INDONESIA TAHUN 2023**

HALAMAN PENGESAHAN
LAPORAN KEGIATAN PENGABDIAN MASYARAKAT

1. Judul

Edukasi 5 pilar penatalaksanaan Diabetes Melitus.

2. Ketua Pelaksana

- a. Nama : Arabta M Peraten Pelawi S.Kep.,Ners.,M.Kep
- b. NIDN : 0301096505
- c. Jabatan : Dosen
- d. Program Studi : Keperawatan
- e. No. Telp/Hp : 081387308944
- f. Anggota Pelaksana Dosen : Lina Indrawati S,Kep.,Ners.,M,Kep

Anggota Pelaksana Mahasiswa:

Anggota Pelaksana	NPM
Aisyah Della Permana	21.156.01.11.003
Alfaza Navira Permata P	21.156.01.11.004
Ari Septian	21.156.01.11.008
Bintara Galih Tirta Ganda	21.156.01.11.014
Candra Kirani	21.156.01.11.015
Cindy Arta Lestari	21.156.01.11.016
Fathurrahman	21.156.01.11.017
Fida Yusriyah	21.156.01.11.018
Fitriana Syaidhusyiam	21.156.01.11.019
Ina Marlina	21.156.01.11.020
Intan Medi Ety	21.156.01.11.022
Kartika Nurwahyuni	21.156.01.11.023
Levona Angelna L	21.156.01.11.024
Nabila Putri	21.156.01.11.026
Nia Karniah	21.156.01.11.027
Olivia Salma Quratu'ain	21.156.01.11.029
Rayssya Salwa Afivah S	21.156.01.11.033
Ressi Ashari	21.156.01.11.034
Sally Yosephin Cornelia	21.156.01.11.037
Siti Milawati	21.156.01.11.039
Suci Fadilah	21.156.01.11.042
Tashya	21.156.01.11.043
Tia Jesica	21.156.01.11.044
Wahyu Kurniawan	21.156.01.11.048
Warnah	21.156.01.11.049
Yolandari Amalia	21.156.01.11.051

3. Jangka waktu kegiatan : 1 Hari

4. Bentuk kegiatan : Penyuluhan
5. Jumlah Peserta Kegiatan : 30
6. Biaya yang di perlukan : Rp. 1.300.000,-

Bekasi, 26 juni 2023

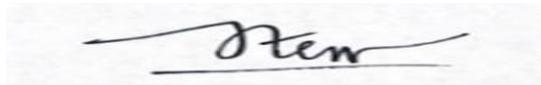
Mengetahui,

Ketua Program Studi S1 Keperawatan

Ketua Pelaksana Dosen



Kiki Deniati, S.Kep.Ns., M.Kep
NIDN 0316028302



Arabta M Peraten Pelawi, S,Kep., Ners., M.Kep
NIDN 0301096505

Menyetujui,

Ketua Unit Penelitian dan Pengabdian Masyarakat



Rotua Suryani, SKM, M.Kes
NIDN 0315018401

KATA PENGANTAR

Puji Syukur ke hadirat Allah yang telah memberikan kita nikmat sehat, rahmat, hidayah serta inayah sehingga kami diberi kesempatan untuk mengadakan kegiatan Penyuluhan mengenai Promosi Kesehatan “Edukasi 5 pilar penatalaksanaan Diabetes Melitus.”

Dalam kesempatan ini kami ingin mengucapkan terimakasih yang sebesar besarnya kepada pihak yang terkait dalam perencanaan acara ini, diantaranya:

1. Ketua Yayasan Medistra Bapak Saver Manggandar Ompusunggu, SE.
2. Ketua STIKes Medistra Indonesia Ibu Dr. Lenny Irmawaty Sirait,, SST., M.Kes.
3. Wakil Ketua I Bidang Akademik Ibu Puri Kresnawati, SST., MKM
4. Wakil Ketua II Bidang Administrasi dan Kepegawaian Ibu Sinda Ompusunggu, S.H.
5. Wakil Ketua III Bidang Kemahasiswaan dan Alumni Ibu Hainunnisa, SST,M.Kes.
6. Ketua Program Studi Keperawatan (S1) Ibu Kiki Deniati, S.Kep.,Ns.,M.Kep

Semoga hal ini yang telah diberikan oleh pihak terkait di atas bermanfaat serta dibalas oleh Allah SWT.

Bekasi, 26 juni 2023

DAFTAR ISI

HALAMAN PENGESAHAN	i
KATA PENGANTAR	iii
DAFTAR ISI.....	iv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Analisis Situasi	1
B. Masalah Mitra.....	1
BAB II SOLUSI TARGET DAN LUARAN.....	3
A. Tujuan	3
B. Solusi	3
C. Sasaran	3
D. Luaran	4
BAB IV HASIL KEGIATAN	5
A. Partisipasi Peserta	5
B. Ringkasan Hasil Kegiatan	5
C. Rencana Tindak Lanjut.....	5
D. Jadwal Kegiatan.....	6
E. Anggaran biaya.....	6
BAB V PENUTUP	7
A. Kesimpulan	7
B. Saran	7
DAFTAR PUSTAKA.....	8
LAMPIRAN.....	9

BAB I

PENDAHULUAN

A. Analisis Situasi

International Diabetes Federation (IDF) memperkirakan sekitar 463 juta orang berusia 20-79 tahun di seluruh dunia mengidap diabetes pada 2019. Angka ini setara dengan 9,3% dari total populasi dunia dan diprediksikan naik menjadi 700 juta pada tahun 2045. Indonesia sendiri menempati peringkat ke-7 sebagai negara dengan jumlah pengidap diabetes tertinggi di dunia, yaitu sebesar 10,7 juta.

Menurut Riset Kesehatan Dasar 2018, jumlah keseluruhan kasus atau prevalensi diabetes melitus di Indonesia untuk usia di atas 15 tahun adalah sebesar 2 persen. Akan tetapi, angka tersebut tidak mencakup data penyandang diabetes yang belum terdiagnosis. Prevalensi diabetes melitus pada 2018 berdasarkan hasil pemeriksaan gula darah yakni 8,5 persen, meningkat dari 6,9% pada 2013. Dari riset tersebut, hampir semua provinsi menunjukkan peningkatan prevalensi selama 2013-2018, kecuali Nusa Tenggara Timur. Tiga provinsi di Indonesia dengan jumlah pengidap diabetes tertinggi yaitu DI Yogyakarta, DKI Jakarta, dan Sulawesi Utara.

Hasil Riset Kesehatan Dasar 2018 juga menunjukkan baru 1 dari 4 orang pengidap diabetes yang penyakitnya terdiagnosis. Dengan kata lain, sebagian besar penyandang diabetes di Indonesia masih tidak menyadari dirinya memiliki penyakit ini.

B. Masalah Mitra

Sampai saat ini, masih banyak masyarakat yang belum mengetahui apa itu 5 pilar penatalaksanaan DM, dan masih banyak masyarakat tidak menjalankan diit masih mengkonsumsi makanan-makanan instan dan minuman dengan perisa yang sangat berisiko jika terus di konsumsi, dan ditambahkan lagi perlunya Olahraga, Pemantauan kadar glukosa darah secara mandiri untuk mengendalikan kadar glukosa darah secara optimal, terapi medis jika diperlukan dan pendidikan kesehatan.. Maka dari itu pentingnya Edukasi tentang 5 Pilar Penatalaksanaan DM pada masyarakat di Perumahan sepanjang jaya RW 08 Kec. Rawa lumbu, Kel Sepanjang jaya, kota Bekasi, Jawa Barat.

1. Identifikasi Masalah

- a. Banyaknya masyarakat yang belum mengetahui mengenai 5 pilar penatalaksanaan DM.
- b. Kurangnya kesadaran masyarakat terhadap bahayanya mengkonsumsi makanan-

makanan instan dan minuman-minuman yang kurang baik bagi kesehatan tubuh.

2. Rumusan Masalah

- a. Banyaknya masyarakat yang belum mengetahui bagaimana cara mengontrol gula darah.
- b. Kurangnya kesadaran masyarakat terhadap bahayanya pola makan yang tidak diperhatikan dan dampak dari makanan-makanan junk food

BAB II

SOLUSI TARGET DAN LUARAN

A. Tujuan

1. Tujuan Umum

Pengabdian masyarakat yang bertujuan untuk meningkatkan Pengetahuan mengenai 5 pilar penatalaksanaan DM.

2. Tujuan Khusus

Meningkatkan pengetahuan tentang pola hidup sehat dengan penatalaksanaan 5 pilar DM. sebagai upaya pencegahan hiperglikemia dan hipoglikemia melalui media leaflet edukasi dan demonstrasi pengukuran gula darah dan tekanan darah.

B. Solusi

1. Tim pengabdian masyarakat mendatangi kantor sekteriat rw 08 jalan pengandaran nomor 4 kec. Rawa Lumbu, Kel. Sepanjang jaya, Kota Bekasi, Jawa Barat, untuk malakukan survey lokasi serta berkoordinasi untuk memudahkan koordinasi pengadaan kegiatan pembinaan dan penyuluhan mengenai “5 Pilar Penatalaksanaan Diabetes Melitus” dengan melakukan penyuluhan.
2. Melakukan kegiatan penyuluhan dengan menyesuaikan kondisi di perumahan Sepanjang jaya RW 08 jalan pengandaran nomor 4 kec. Rawa Lumbu, Kel. Sepanjang Jaya, dan mematuhi protokol kesehatan. Masyarakat melakukan pembiasaan mengurangi konsumsi makanan-makanan junk food, menjaga pola hidup yang sehat, dan disiplin konsumsi gula.
3. Menyediakan poster dan leaflet terkait 5 pilar penatalaksanaan DM.

C. Sasaran

5 Pilar Penatalaksanaan Diabetes Melitus merupakan faktor

pencegah Diabetes Melitus, harus dipahami dan di terapkan dalam keseharian masyarakat. Mitra yang kami gunakan adalah pendopo sektariat 8 perumahan Sepanjang jaya RW 08.

D. Luaran

Luaran yang kami harapkan dari solusi yang ditawarkan adalah :

1. Banyaknya masyarakat yang paham akan pentingnya menjaga pola hidup sehat.
2. Masyarakat menjadikan 5 pilar penatalaksanaan DM dalam kehidupan sehari-hari.
3. Publikasi ke jurnal pengabdian masyarakat

BAB III

METODE PELAKSANAAN

A. Metode Pendekatan

Dalam rangka mencapai tujuan yang tercantum diatas, maka ditempuh langkah-langkah sebagai berikut:

1. Diskusi dan konsultasi dengan ketua pengabdian masyarakat beserta tim.
2. Pendekatan melalui Ketua Rw 08 Kel. Sepanjang jaya. Kegiatan ini akan dilaksanakan pada Rabu 26 Juni 2023, dengan metode yang digunakan berupa penyuluhan di pendopo sektriat 8 perumahan Sepanjang jaya RW 08 Kel. Sepanjang Jaya,kota Bekasi, Jawa Barat tentang“5 Pilar Penatalaksanaan Diabetes Melitus” Penyampaian materi dan ditutup dengan sesi tanya jawab.

B. Partisipasi Mitra

Kegiatan ini tidak akan berhasil tanpa adanya keterkaitan dengan beberapa pihak. Dalam hal ini kepada pihak yang mempunyai wewenang. Dimana kegiatan pengabdian masyarakat hendak dilakukan, memberi dukungan dalam kegiatan ini dengan memudahkan koordinasi pengadaan kegiatan pembinaan dan penyuluhan tentang “5 Pilar Penatalaksanaan Diabetes Melitus” dengan sasaran dalam kegiatan ini adalah Masyarakat di perumahan Sepanjang jaya RW 08 jalan pengandaran nomor 4 kec. Rawa Lumbu, Kel Sepanjang Jaya, Kota Bekasi yaitu sebanyak 30 orang. Metode yang digunakan adalah penyuluhan dengan menggunakan media dan menyesuaikan kondisi di wilayah Perumahan Sepanjang Jaya RW 08 Kota Bekasi

BAB IV HASIL KEGIATAN

A. Partisipasi Peserta

Kegiatan ini dapat berlangsung atas kerjasama beberapa pihak dalam hal ini Sekertaris RW dan seluruh masyatakat di RW 08 Kelurahan Sepanjang Jaya Kota Bekasi, pada pendidikan kesehatan mengenai “Edukasi 5 pilar penatalaksanaan diabetes melitus”.

B. Ringkasan Hasil Kegiatan

1. Evaluasi Struktur

- Penyampaian materi
- Tanya jawab
- Evaluasi

2. Evaluasi Proses

Pada proses penyuluhan diharapkan dapat berlangsung dengan lancar dan kondusif terlihat dari peserta dapat memperhatikan materi yang diberikan dengan baik, selama proses penyuluhan terjadi interaksi antara penyuluh dan sasaran. Kehadiran peserta diharapkan 100 % dan tidak ada peserta yang meninggalkan tempat penyuluhan selama kegiatan berlangsung sehingga peserta memahami materi penyuluhan yang diberikan.

3. Evaluasi Hasil

Seluruh masyarakat yang hadir mampu memahami materi yang disampaikan, dan juga mereka yang belum mengerti dari beberapa materi yang dijelaskan bertanya mengenai masalah-masalah diabetes melitus kepada pemateri, kesimpulan yang didapatkan mereka sudah sedikit banyak mengerti dalam memilah makanan yang dapat meningkatkan tekanan darah.

C. Rencana Tindak Lanjut

Untuk kegiatan berikutnya akan dilaksanakan secara berkala, dengan lingkup kegiatan yang lebih luas dengan harapan dapat meningkatkan kesehatan masyarakat di wilayah tersebut. Diperlukan upaya dan kerjasama yang baik lintas sectoral dengan pihak Ketua dan Kader di Rw 08 Kelurahan Sepanjang Jaya, Kota Bekasi. Jika memungkinkan akan dibuatkan MOU kegiatan pengabdian masyarakat di wilayah

tersebut agar tetap terminator dan terpantau untuk meningkatkan derajat kesehatan masyarakat.

D. Jadwal Kegiatan

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan pada

No	Nama Kegiatan	juli			
		1	2	3	4
1	Persiapan				
	<ul style="list-style-type: none"> • Koordinasi lokasi • Membuat surat permohonan untuk kegiatan • Menyiapkan proposal dan media untuk penkes • Menyiapkan kuisisioner pre-test dan post-test 				
	Penyuluhan				
	<ul style="list-style-type: none"> • Pelaksanaan pre-test • Penyampaian materi • Tanya jawab • Pelaksanaan Post test 				
3	Pelaporan				
	<ul style="list-style-type: none"> • Menyiapkan dan menyusun kegiataan akhir • Menyusun laporan hasil kegiatan yang telah dilakukan 				

E. Anggaran biaya

No	Uraian	Rincian data		Total
		Jumlah	Harga	
1	Proposal dan Surat	2 buah	Rp 10,000.00	Rp 20,000.00
2	undangan	5 buah	Rp 200.00	Rp 10,000.00
3	Strrip gula darah	2 botol	Rp 100,000.00	Rp 200,000.00
4	Aqua Botol	4 Buah	Rp 3,000.00	Rp 12,000.00
5	Door Prize	5 Buah	Rp 20,000.00	Rp 100,000.00
6	Konsumsi mahaSiswa	26 Buah	Rp 10,000.00	Rp 260,000.00
7	Konsumsi Dosen	4 Buah	Rp 16,000.00	Rp 64,000.00
8	Buah tangan RT	2 Buah	Rp. 50,000,00	Rp. 100,000,00
9	Aqua dus	1 dus	Rp. 20.000,00	Rp. 20,000,00
10	Bingkisan peserta	40 Buah	Rp 4,300.00	Rp 172,000.00
12	suvenir	50 buah	Rp 3,000.00	Rp 150,000.00
13	Banner	1 Buah	Rp 50,000.00	Rp 50,000.00
14	Biaya tak terduga			Rp 142,000.00
Total				Rp 1,300,000.00

Pemasukan

50.000 x 26 Mahasiswa = Rp. 1.300.000,-

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Kegiatan pengabdian masyarakat telah berjalan sesuai dengan rancangan yang telah disiapkan oleh Dosen Pembimbing dan Anggota Kelompok. Masyarakat Rw 08 Kelurahan Sepanjang Jaya, Kota Bekasi dengan pendampingan sekertaris Rw dan seluruh masyarakat menjadi salah satu sasaran terdepan dalam meningkatkan kesehatan masyarakat melalui “Edukasi 5 pilar penatalaksanaan diabetes melitus” di Rw 08 Kelurahan Sepanjang Jaya, Kota Bekasi. Pendampingan sekertaris RW sangat penting terhadap edukasi 5 pilar penatalaksanaan diabetes melitus di RW 08 Kelurahan Sepanjang Jaya, Kota Bekasi. Antusias warga dalam proses berjalannya acara sangat membuat kami sebagai Anggota kelompok yang menyelenggarakan Penyuluhan menjadi lebih semangat dalam memberikan penyuluhan. Warga sangat aktif dalam bertanya dan menjawab pertanyaan mengenai diabetes melitus di RW 08 Kelurahan Sepanjang Jaya, Kota Bekasi.

Kegiatan seperti ini diperlukan sebagai upaya berkelanjutan dalam peningkatan kesehatan masyarakat tentang edukasi 5 pilar penatalaksanaan diabetes melitus di RW 08 Kelurahan Sepanjang Jaya, Kota Bekasi

B. Saran

Diharapkan kerjasama dari berbagai pihak dalam perubahan peningkatan pengetahuan masyarakat tentang edukasi 5 pilar penatalaksanaan diabetes melitus ini. Peran pendampingan sekertaris RW sangat penting dalam meningkatkan pengetahuan warga tentang edukasi 5 pilar penatalaksanaan diabetes melitus.

DAFTAR PUSTAKA

- Bairey Merz, C. N. (2019). Sex and the kidneys: current understanding and research opportunities. *Nature Reviews Nephrology* .
- Mobasseri, M. S. (2020). Prevalence and incidence of type 1 diabetes in the world: a systematic review and meta-analysis. *Health promotion perspectives*.
- Nurul Hikmatul, Q. H. (2022). LIMA PILAR DIABETES MELLITUS. *Rizmedia Pustaka Indonesia*.
- Widiasari, K. R. (2021). Diabetes Melitus Tipe 2: Faktor Risiko, Diagnosis, Dan Tatalaksana. *Ganesha Medicine*, 114-120.
- Zheng, Y. L. (2018). Global aetiology and epidemiology of type 2 diabetes mellitus and its complications. *Nature reviews endocrinology*.

LAMPIRAN

1. Berita Acara



BERITA ACARA
PELAKSANAAN PENGABDIAN MASYARAKAT
MAHASISWA PROGRAM STUDI KEPERAWATAN (S1)
STIKES MEDISTRA INDONESIA
TAHUN AKADEMIK 2021/2022

Pada hari Sabtu tanggal 26 bulan Juni tahun 2022 telah dilaksanakan Pengabdian Masyarakat mahasiswa Program Studi Keperawatan T.A. 2021/2022

Jumlah Mahasiswa : 26 Mahasiswa
Jumlah Pembimbing : 2 Dosen
1. Anisa M Perani Pelani, S.Kep.,Ners.,M.Kep
2. Lina Indrawati, S.Kep.,Ners.,M.Kep

Waktu : 10.00 WIB s.d 12.00 WIB

Catatan penting selama pelaksanaan pengabdian masyarakat
Kejadian Pengabdian masyarakat berjalan lancar, mahasiswa, dosen, dan masyarakat sangat aktif dan antusias

Demikianlah berita acara ini dibuat dengan sebenarnya, sesuai dengan ketentuan yang telah ditetapkan

Bekasi, 26 Juni 2022

Ketua Pelaksana


Anisa M Perani Pelani, S.Kep.,Ners.,M.Kep

Mengetahui,
Ketua RW
Kiki Denasi, S.Kep.Ns.,M.Kep

Ketua RW

Jawarto

2. Lampiran Surat Tugas Pelaksanaan PKM



**SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN (STIKes)
MEDISTRA INDONESIA**
PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS-PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN (S1)
PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI BIDAN - PROGRAM STUDI KEHIDUPAN (S1)
PROGRAM STUDI FARMASI (S1)-PROGRAM STUDI KEPERAWATAN (D2)

Jl. Gatot Subroto Raya No. 88A, Kel. Sepanjang Jaya - Bekasi Telp:(021) 82.431.375-77 Fax (021) 82.431.374
Website: www.stikesmedistra.ac.id Email: stikesmedistra@stikesmedistra.ac.id

No : 457/STIKesMI/B4-VI/2023
Perihal : Pengantar Kegiatan Pengabdian Masyarakat

Kepada Yth :
Ketua RT 05 RW 08 Kec. Rawa lumbu, Kel Sepanjang Jaya

Dengan Hormat :

Sehubungan dengan akan dilaksanakannya kegiatan pengabdian masyarakat oleh mahasiswa dan dosen Prodi Ilmu Keperawatan (S1) dan Pendidikan Profesi Ners STIKes Medistra Indonesia dengan tema "EDUKASI 5 PILAR PENATALAKSANAAN DIABETES MELITUS " maka melalui surat ini kami memohon izin untuk pelaksanaan kegiatan tersebut yang akan dilaksanakan pada hari Senin, tanggal 26 Juni 2023.

Bekasi, 19 Juni 2023
Ketua LPPM STIKes Medistra Indonesia

Rofiana Sariyanti, SKM, M.Kes
NIDN : 0315018401

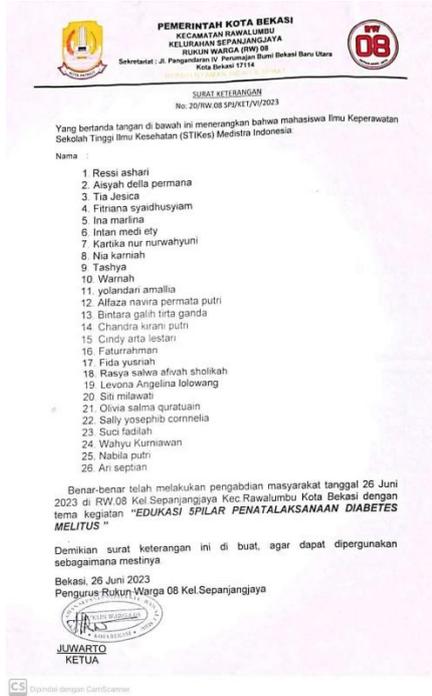
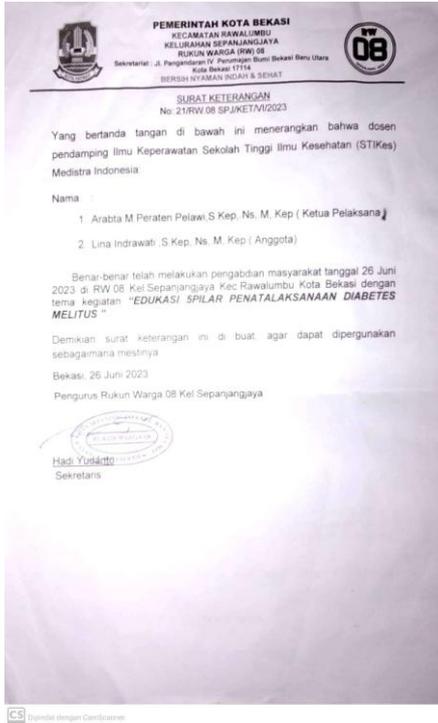
Terbunban :
1. Ketua STIKes MI
2. Ketua Prodi Ilmu Keperawatan (S1) dan Pendidikan Profesi Ners
3. Pertanggung

Lampiran No : 457/STIKesMI/B4-VI/2023

Daftar Nama Dosen dan Mahasiswa Dalam Kegiatan Pengabdian Masyarakat di
Ketua RT 05 RW 08 Kec. Rawa lumbu, Kel Sepanjang Jaya

Nama	NIDN/NIK	Jabatan	Program Studi
Anisa M. Perani Pelani S.Kep.,Ners.,M.Kep	00301096305	Anggota	Keperawatan
Lina Indrawati S.Kep.,Ners.,M.Kep	0321108001	Ketua Pelaksana	Keperawatan
1. Reski anshari			Keperawatan
2. Anyah della permama			
3. Tia Jessica			
4. Fitriana syaikhussiyam			
5. Ima marlina			
6. Intan medhi ety			
7. Kartika nur nurwahyuni			
8. Nia karniah			
9. Tasya			
10. Warnah			
11. yolandari amalia			
12. Afizza navira permata putri			
13. Binara galih tieta ganda			
14. Chandra kirani putri			
15. Cindy arta lestari			
16. Fitri rahman			
17. Fida yusrilah			
18. Rasya salwa afwah sholikah			
19. Leveona Angelina lolowang			
20. Siti milawati			
21. Olivia salma quratuaini			
22. Saby yosephub cornelia			
23. Susi faidiah			
24. Wahyu Kurniawan			
25. Nabila putri			
26. Ari septian			

3. Lampiran Balasan Pelaksanaan PKM



4. Lampiran Foto Kegiatan





5. Lampiran Print Out Materi

5 Pilar Diabetes Mellitus

S'TIKes Medistra Indonesia

PENGABDIAN MASYARAKAT - PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN (S1)

Diabetes Mellitus Itu Apa?

- Diabetes Mellitus adalah penyakit kronis yang ditandai dengan **tingginya kadar gula darah**.
- **Glukosa** atau kadar gula dalam darah dikendalikan oleh **hormon insulin** yang diproduksi pankreas.
- **Namun pada penderita diabetes**, pankreas tidak mampu memproduksi insulin sesuai kebutuhan tubuh.
- **Tanpa insulin**, sel-sel tubuh tidak dapat menyerap dan mengolah glukosa menjadi energi.

Jenis dan Penyebab Diabetes

<p>DIABETES MELITUS TIPE I</p> <ul style="list-style-type: none"> • Sering disebut dengan insulin dependent diabetes mellitus (IDDM). • Terkadang penyakit autoimun yang biasanya terjadi pada anak-anak dan remaja. • Terjadi karena pankreas tidak dapat memproduksi insulin. • Membutuhkan asupan dari luar seperti suntik insulin. 	<p>DIABETES MELITUS TIPE II</p> <ul style="list-style-type: none"> • Jenis diabetes yang paling sering terjadi. • Disebabkan oleh sering mengonsumsi makanan/minuman mengandung gula & karbohidrat kompleks serta kurang beraktivitas fisik dan berolahraga. • Terjadi resistensi insulin.
---	--

Gejala Diabetes Apa Saja?

- Sering merasa haus/sangat lapar
- Sering buang air kecil, terutama pada malam hari
- Penurunan berat badan tanpa sebab yang jelas
- Penurunan massa otot
- Pandangan kabur
- Urine mengandung keton
- Tubuh mudah lelah dan lemas
- Luka menjadi lebih sulit sembuh
- Mudah mengalami infeksi, seperti di gusi, kulit, vagina, atau saluran kemih

5 Pilar Diabetes Mellitus

EDUKASI

Edukasi merupakan tujuan promosi hidup sehat, sehingga harus dilakukan sebagai upaya pencegahan bagi pengelolaan glukosa darah pada kasus DM secara holistik.

Diabetes Mellitus Tipe 2 umumnya terjadi pada saat gaya hidup dan perilaku yang kurang baik telah terbentuk dengan kokoh, dibutuhkan edukasi yang komprehensif yang meliputi pemahaman tentang :

- 1) Penyakit Diabetes Mellitus
- 2) Makna dan perlunya pengendalian serta pemantauan Diabetes Mellitus
- 3) Penyakit Diabetes Mellitus
- 4) Intervensi farmakologis dan non-farmakologis
- 5) Hipoglikemia
- 6) Masalah khusus yang dialami
- 7) Cara mengembangkan sistem pendukung dan mengajarkan ketrampilan
- 8) Cara mempergunakan fasilitas perawatan kesehatan

Edukasi secara individual dan pendekatan berdasarkan penyelesaian masalah merupakan inti perubahan perilaku yang berhasil. Adapun perilaku yang diinginkan antara lain adalah :

- 1) Mengikuti pola makan sehat
- 2) Meningkatkan kegiatan jasmani
- 3) Menggunakan obat Diabetes pada keadaan khusus secara aman dan teratur
- 4) Melakukan Pemantauan Glukosa Darah Mandiri (PGDM) dan memanfaatkan data yang ada.





TERAPI NUTRISI MEDIS (TNM)

Terapi Farmakologis (Obat)

- Terapi farmakologis terdiri atas obat oral (obat minum) dan bentuk suntikan dalam bentuk obat anti hiperglikemik dan insulin.
- Obat antidiabetes non-insulin harus sesuai anjuran dokter.
- Obat Injeksi (suntik) untuk penderita Diabetes yang biasa dilakukan adalah suntik hormon insulin atau Injeksi Insulin.
- Terapi farmakologi diberikan secara bersamaan dengan terapi nutrisi yang dianjurkan serta latihan jasmani.
- Terapi farmakologi dan non farmakologi ini berjalan beriringan agar komplikasi dapat dihindari.



Penentuan Glukosa Darah Mandiri (PGDM)

6. Daftar hadir panitia

ABSENSI MAHASISWA KEGIATAN PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT

Hari/Tanggal : Senin, 26 Juni 2023
 Tempat :
 Topik (PKM) : Edukasi 5 Pilar Penatalaksanaan Diabetes Mellitus

NPM	NAMA	TANDA TANGAN
21156011003	Aisyah Della Permata	1. [Signature]
21156011004	Alfaza Navira Permata P	2. [Signature]
21156011008	Ari Septian	3. [Signature]
21156011014	Bintara Galih Tirta Ganda	4. [Signature]
21156011016	Cindy Atta Lestari	5. [Signature]
21156011017	Fahurrahman	6. [Signature]
21156011018	Fida Yusrayah	7. [Signature]
21156011019	Firiana Syaikhayum	8. [Signature]
21156011020	Ina Marlina	9. [Signature]
21156011022	Intan Medi Ety	10. [Signature]
21156011023	Kartika Nurwahyuni	11. [Signature]
21156011024	Levana Angelina L	12. [Signature]
21156011026	Nabila Putri	13. [Signature]
21156011027	Nia Karniah	14. [Signature]
21156011027	Olivia Salma Quratu'ain	15. [Signature]
21156011029	[Signature]	16. [Signature]
21156011030	[Signature]	17. [Signature]

21156011033	Rayssa Sabwa Afifah S	17. [Signature]
21156011034	Ressi Ashari	18. [Signature]
21156011037	Sally Yosephin Cornelia	19. [Signature]
21156011039	Siti Milawati	20. [Signature]
21156011042	Suci Fadilah	21. [Signature]
21156011043	Tasya	22. [Signature]
21156011044	Tia Jessica	23. [Signature]
21156011048	Wahyu Kurniawan	24. [Signature]
21156011049	Wamah	25. [Signature]
21156011051	Yolanfari Amalia	26. [Signature]

7. Daftar Hadir Peserta

ABSENSI KEGIATAN PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT

Hari/Tanggal : Senin, 26 Juni 2023
 Tempat : Bld. di Kelurahan Setapak Jember
 Topik (PKM) : Edukasi 5 Pilar Penatalaksanaan Diabetes Mellitus

No	Nama Lengkap	Tanda Tangan
1	EVIWARU, S.Pd 1	[Signature]
2	Tini badarwan	[Signature]
3	Dwi Rosalia	[Signature]
4	H. Didi Soewandi	[Signature]
5	[Signature]	[Signature]
6	[Signature]	[Signature]
7	SURCSO	[Signature]
8	Ahm.s	[Signature]
9	Faziah	[Signature]
10	DORA	[Signature]
11	[Signature]	[Signature]
12	TUTI, S	[Signature]
13	KOMARIAH	[Signature]
14	[Signature]	[Signature]
15	Nurhidah	[Signature]
16	Ade Supri	[Signature]
17	MACHYUDI (Yudi)	[Signature]
18	TIMAN	[Signature]
19	Nursafitri	[Signature]
20		

ABSENSI KEGIATAN PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT

Hari/Tanggal : Senin, 26 Juni 2023
 Tempat : Bld. di Kelurahan Setapak Jember
 Topik (PKM) : Edukasi 5 Pilar Penatalaksanaan Diabetes Mellitus

No	Nama Lengkap	Tanda Tangan
1	AWATY	[Signature]
2	YUSU P.	[Signature]
3	LILIS K.	[Signature]
4	Tunggal S	[Signature]
5	[Signature]	[Signature]
6	Rochyati	[Signature]
7	[Signature]	[Signature]
8	[Signature]	[Signature]
9	Ibu Eli	[Signature]
10	Herry Hidayat	[Signature]
11	Nano	[Signature]
12	Usep Mulyana	[Signature]
13	SARWADI, SE	[Signature]
14	Alfisa Dwi	[Signature]
15	Haryanto	[Signature]
16		
17		
18		
19		
20		

8. Lampiran Banner



9. Lampiran Sertifikat





**SAT
UAN
ACA
RA
PEN
YUL
UHA
N (SAP)**

Topik : “Edukasi 5 pilar penatalaksanaan diabetes melitus”

Sasaran : Masyarakat

Tempat : Rw 08 Kelurahan Sepanjangjaya

Waktu : senin, 26 juni 2023

Penyuluh :

1	Arabta M Peraten Pelawi, S.Kep.,Ners.,M.Kep
2	Lina indrawati, S.kep., Ners., M.kep
3	Aisyah Della Permana
4	Alfaza Navira Permata P
5	Ari Septian
6	Bintara Galih Tirta Ganda
7	Chandra Kirani Putri
8	Cindy Arta Lestari
9	Fathurrahman
10	Fida Yusriyah
12	Fitriana Syaidhusyiam

13	Ina Marlina
14	Intan Medi Ety
15	Kartika Nurwahyuni
16	Levona Angelna L
17	Nabila Putri
18	Nia Karniah
19	Olivia Salma Quratu'ain
20	Rayssya Salwa Afivah S
21	Ressi Ashari
22	Sally Yosephin Cornelia
23	Siti Milawati
24	Suci Fadilah
25	Tashya
26	Tia Jesica
27	Wahyu Kurniawan
28	Warnah
29	Yolandari Amalia

I. LATAR BELAKANG

Dilihat dari latar belakang pendidikan masyarakat

II. TUJUAN INSTRUKSIONAL UMUM

Setelah melakukan penyuluhan pada masyarakat Rw 08 Kelurahan Sepanjang Jaya diharapkan dapat memahami penanganan yang benar.

III. TUJUAN INSTRUKSIONAL KHUSUS

Masyarakat RW 08 Kelurahan Sepanjang Jaya akan memahami dan mengimplementasikan cara menangani diabetes melitus.

IV. MATERI

Pemberian Edukasi 5 pilar penatalaksanaan diabetes melitus.

V. METODE

Penyuluhan

VI. MEDIA DAN ALAT PENYULUHAN

Media : Materi yang berbentuk PowerPoint dan Leaflet

Alat : - infocus
- Layar Infocus
- Speaker
- Mic
- Laptop

VII. TEMPAT

Pondopo 08 Kelurahan SepanjangJaya, Kota Bekasi

VIII. PENGORGANISASIAN

**a. Pembimbing : Arabta M. Peraten Pelawi, S.Kep.,Ners.,M.Kep
Lina Indrawati S,Kep.,Ners.,M,Kep**

Tugas Pembimbing :

1. Membantu dan mengarahkan mahasiswa sebelum dan sesudah kegiatan
2. Memberikan evaluasi kepada mahasiswa setelah kegiatan

**b. Moderator : - Intan Medi Ety
- Warnah**

Tugas Moderator:

1. Membuka penyuluhan.
2. Memperkenalkan diri
3. Memberitahu pokok bahasan penyuluhan kepada peserta. Kontrak waktu dengan peserta penyuluhan.
4. Menyampaikan rute atau tahap-tahap dalam penyuluhan.
5. Menguraikan secara singkat latar belakang dan tujuan penyuluhan.
6. Mempersilakan pemateri untuk menyampaikan materi
7. Membuka sesi tanya-jawab.
8. Mempersilakanpeserta untuk bertanya.
9. Mempersilakan pemateri untuk menjawab pertanyaan peserta.
10. Merangkum inti presentasi pemateri.
11. Mengucapkan terimakasih kepada pemateri dan peserta.
12. Menutup penyuluhan.

**c. Pemateri : - Aiayah Della Permana
- Cindy Arta Lestari**

Tugas Pemateri:

- a. Menyampaikan materi penyuluhan.

b. Menjawab pertanyaan yang diajukan oleh peserta.

d. Notulen : - Suci Fadilah
- Fathurrahman

Tugas Notulen :

1. Bertanggung-jawab atas daftar hadir peserta penyuluhan.
2. Mencatat pertanyaan-pertanyaan yang diajukan oleh peserta.
3. Mencatat jawaban-jawaban yang disampaikan oleh pemateri.
4. Membuat rangkuman materi penyuluhan.
5. Membuat Laporan Penyuluhan setelah terlaksananya penyuluhan.

e. Observer : - Fitriana Syaidhusyiam
- Siti Milawati

Tugas Observer:

1. Memonitor atau memantau selama berjalannya penyuluhan.
2. Mengamati reaksi peserta penyuluhan.
3. Mengamati keberhasilan penyuluhan.

f. Koordinator Lapangan: - Ressi Ashari

Tugas koordinator lapangan :

1. mengkoordinasi hal-hal yang terjadi pada saat penyuluhan, baik sebelum, sedang, maupun sesudah penyuluhan

IX. KEGIATAN PENYULUHAN

No	Tahapan	Kegiatan		Waktu	Media Yang
		Penyuluh	Peserta		Digunakan
1.	Pembukaan	a. Mengucapkan Salam Pembuka b. Menyebutkan Nama dan Asal Instansi. c. Menjelaskan Tujuan Pendidikan Kesehatan. d. Menyebutkan Materi yang akan dijelaskan. e. Menanyakan kesiapan peserta didik dalam menerima materi pendidikan kesehatan	a. Menjawab salam. · Memperhatikan dan Mendengarkan Menjawab pertanyaan	15 menit	Proyektor Laptop

2.	Pelaksanaan	<p>a. Menjelaskan pengertian 5 pilar penatalaksanaan diabetes melitus</p> <p>b. Menjelaskan penyebab 5 pilar penatalaksanaan diabetes militus</p> <p>c. Menjelaskan komplikasi 5 pilar penatalaksanaan diabetes miletus</p> <p>d. Menjelaskan pencegahan diabetes miletus</p> <p>e. Menjelaskan arti Terapi farmakologis</p> <p>f. Memperagakan senam pencegahan diabetes</p>	<p>Mendengarkan dan menyimak pemaparan materi.</p> <p>Mengikuti arahan Bertanya. Mencatat hal-hal yang perlu dan dikira penting</p>	30 menit	<p>Proyektor</p> <p>Laptop</p> <p>Lembar balik/ Leaflet</p>
3.	Tanya jawab	<p>a. Memberikan kesempatan kepada peserta untuk bertanya.</p> <p>b. Mengevaluasi hasil dari pendidikan kesehatan tentang 5 pilar penatalaksanaan diabetes melitus</p> <p>c. Membacakan kesimpulan. Mengucapkan salam penutup</p>	<p>a.Peserta didik bertanya tentang 5 pilar penatalaksanaan diabetes miletus</p> <p>b.Peserta didik memberi respon yang baaik tentang 5 pilar</p> <p>c.penatalaksanaan DM dengan mengajukan pertanyaan</p>	25 menit	

	Penutup		d. Mendengarkan e. Menjawab salam c .		LCD Laptop
--	---------	--	--	--	---------------

X. EVALUASI

Kegiatan pengabdian masyarakat telah berjalan sesuai dengan rancangan yang telah disiapkan oleh Dosen Pembimbing dan Anggota Kelompok. Masyarakat RW 08 Kelurahan Sepanjang Jaya, Kota Bekasi dengan pendampingan Ketua RW dan sekretaris RW 08, terdapat dalam meningkatkan kesehatan masyarakat melalui

“5 pilar penatalaksanaan DM” di RW 08 Kelurahan Sepanjang Jaya, Kota Bekasi. Pendampingan Ketua rw dan sekretaris rw sangat penting terhadap Kendalikan diabetes melitus dengan gerakan 5 pilar penatalaksanaan dm di rw 08 Kelurahan Sepanjang Jaya, Kota Bekasi. Antusias warga dalam proses berjalannya acara sangat membuat kami sebagai Anggota kelompok yang menyelenggarakan Penyuluhan menjadi lebih semangat dalam memberikan penyuluhan. Warga sangat aktif dalam bertanya dan menjawab pertanyaan mengenai 5 pilar penatalaksanaan.