



PEMBERDAYAAN MASYARAKAT UNTUK PENCEGAHAN DAN PENANGGULANGAN PENYAKIT DEGENERATIF DI DESA SELABANGGA, KECAMATAN MORAMO, KABUPATEN KONAWE SELATAN

Laode Saltar^{1*}, Rifa'atul Mahmudah², Nur Hatidjah Awaliyah Halid³, Sitti Marya Ulva⁴, Agus Kuniawan Putra⁵, Sunita Firdayana⁶, Mubarak⁷, Asriullah Jabbar⁸

¹Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan, Universitas Mandala Waluya, Kendari, Indonesia

^{2,3}Program Studi Sarjana Farmasi, Fakultas Sains dan Teknologi, Universitas Mandala Waluya, Kendari, Indonesia

⁴Program Studi S1 Kesehatan Masyarakat, Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan, Universitas Mandala Waluya, Kendari, Indonesia

⁵Program Studi D3 Sanitasi, Fakultas Sains dan Teknologi, Universitas Mandala Waluya, Kendari, Indonesia

⁶Program Studi S1 Kewirausahaan, Fakultas Ilmu Sosial dan Bisnis, Universitas Mandala Waluya, Kendari, Indonesia

⁷Fakultas Kedokteran Universitas Halu Oleo, Kendari, Indonesia

⁸Fakultas Farmasi Universitas Halu Oleo, Kendari, Indonesia

Article Information

Article history:

Received June 25, 2024

Approved July 14, 2024

Keywords: Deteksi Dini, Edukasi, Kesehatan, Manajemen Diabetes, Pemberdayaan Masyarakat, Penyakit Degeneratif

ABSTRACT

This community service project in Selabangga Village, Moramo District, South Konawe Regency, aimed to enhance community knowledge and involvement in preventing and managing degenerative diseases. Advocacy activities involving local government officials and community leaders successfully built trust and commitment, highlighting the importance of transparent communication. The health education program focusing on hypertension showed a significant increase in participant knowledge, supported by the use of visual aids like leaflets and posters. Refresher training for health cadres on diabetes mellitus ensured they were equipped with the latest information and skills, enhancing their effectiveness. Early detection promotion through health screenings revealed significant health risks and, combined with educational efforts, underscored the importance of early intervention and effective disease management. Skills training for preventing and caring for degenerative diseases demonstrated the necessity of regular foot

care and physical exercise to prevent serious complications and control blood sugar levels, improving the quality of life for diabetes patients. Overall, the community service activities in Selabangga Village effectively increased health knowledge, early detection, and chronic disease management, while strengthening community engagement through strategic advocacy and education. These efforts contribute to sustainable health improvements and provide a model for similar initiatives in other communities

ABSTRAK

Kegiatan pengabdian masyarakat di Desa Selabangga, Kecamatan Moramo, Kabupaten Konawe Selatan ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterlibatan masyarakat dalam pencegahan dan penanganan penyakit degeneratif. Kegiatan advokasi yang melibatkan aparat pemerintah setempat dan tokoh masyarakat berhasil membangun kepercayaan dan komitmen, menekankan pentingnya komunikasi yang transparan. Program edukasi kesehatan yang berfokus pada hipertensi menunjukkan peningkatan pengetahuan peserta yang signifikan, didukung oleh penggunaan alat bantu visual seperti leaflet dan poster. Pelatihan penyegaran bagi kader kesehatan tentang diabetes melitus memastikan mereka dilengkapi dengan informasi dan keterampilan terbaru, sehingga meningkatkan efektivitas mereka. Promosi deteksi dini melalui skrining kesehatan mengungkapkan risiko kesehatan yang signifikan dan, bersama dengan upaya edukasi, menegaskan pentingnya intervensi dini dan manajemen penyakit yang efektif. Pelatihan keterampilan untuk pencegahan dan perawatan penyakit degeneratif menunjukkan pentingnya perawatan kaki yang rutin dan latihan fisik untuk mencegah komplikasi serius dan mengontrol kadar gula darah, sehingga meningkatkan kualitas hidup pasien diabetes. Secara keseluruhan, kegiatan pengabdian masyarakat di Desa Selabangga berhasil meningkatkan pengetahuan kesehatan, deteksi dini, dan manajemen penyakit kronis, serta memperkuat keterlibatan komunitas melalui advokasi dan edukasi yang strategis. Upaya ini berkontribusi pada peningkatan kesehatan yang berkelanjutan dan memberikan contoh bagi inisiatif serupa di komunitas lain.

© 2024 EJOIN

*Corresponding author email: Saltarlaode@yahoo.com

PENDAHULUAN

Penyakit degeneratif telah menjadi ancaman serius bagi kesehatan masyarakat di berbagai belahan dunia, termasuk di desa-desa. Penyakit-penyakit seperti diabetes, hipertensi, penyakit jantung, dan kanker telah menjadi penyebab utama kematian dan kecacatan di banyak negara. Di tengah perubahan pola hidup global yang cenderung mengarah pada gaya hidup tidak sehat, pencegahan dan penanggulangan penyakit degeneratif menjadi semakin penting. Pemberdayaan masyarakat di tingkat desa memainkan peran kunci dalam upaya pencegahan dan penanggulangan penyakit ini. Salah satunya adalah Desa Selabangga yang ada di Kecamatan Moramo, Kabupaten Konawe Selatan Propinsi Sulawesi Tenggara.

Desa Selabangga memiliki luas wilayah 450 km²., batas-batas wilayah desa Selabangga bagian timur berbatasan dengan Wawondengi, bagian barat berbatasan dengan Amohola, bagian utara berbatasan dengan Tambosupa, dan bagian selatan berbatasan dengan Wawondengi, jumlah penduduk laki-laki di desa Selabangga sebanyak 194 jiwa dan jumlah penduduk perempuan sebanyak 185 jiwa dengan jumlah total 379 Jiwa.

Masyarakat Desa Selabangga secara umum ada yang bekerja sebagai petani, karyawan, wiraswasta dan pegawai pemerintah. Desa Selabangga memiliki 115 Kepala Keluarga (KK) yang terdiri dari suku Tolaki. Desa Selabangga memiliki jumlah masyarakat usia produktif yang tinggi. Selain itu juga memiliki usia Lanjut Usia (lansia) yaitu sebanyak kurang lebih 13 orang. Seiring perkembangan kehidupan, saat ini Usia produktif dan lansia sangat rentan mengalami penyakit degenerative. Berdasarkan informasi dari Kepala Puskesmas Moramo bahwa penyakit degenerative seperti Diabetes Melitus (DM), Hipertensi, Asam Urat, Kolesterol, Demam Berdarah, Stunting, ISPA, Demam, TB Paru, dan Diare merupakan 10 penyakit terbesar yang ada di wilayah Desa Selabangga.

Penyakit degeneratif tidak hanya disebabkan oleh faktor genetik, tetapi juga dipengaruhi oleh faktor lingkungan dan gaya hidup. Akses terhadap layanan kesehatan, pendidikan, infrastruktur, dan sumber daya ekonomi yang ada dapat menjadi factor pemicu peningkatan angka penyakit degeneratif. Beberapa faktor lainnya yang mungkin dapat berkaitan dengan peningkatan prevalensi penyakit degeneratif di desa Selabangga adalah faktor pengetahuan, kemauan dan kesadaran akan pentingnya pencegahan penyakit degeneratif.

Kurangnya akses terhadap layanan kesehatan primer di desa dapat menyebabkan penundaan dalam diagnosis dan pengobatan penyakit degeneratif. Selain itu, kurangnya pemahaman tentang pentingnya gaya hidup sehat dan pola makan yang seimbang sering kali membuat masyarakat desa rentan terhadap penyakit tersebut. Keterbatasan dalam infrastruktur seperti air bersih dan sanitasi yang buruk juga dapat meningkatkan risiko penyakit infeksi yang pada gilirannya dapat memperburuk kondisi kesehatan masyarakat. Sehingga perlu upaya pemberdayaan masyarakat.

Namun, upaya pemberdayaan masyarakat di desa tidak selalu mudah dilakukan. Tingkat pendidikan yang rendah dan kurangnya kesadaran tentang pentingnya kesehatan di Desa Selabangga dapat menjadi hambatan dalam menggerakkan partisipasi masyarakat dalam program pencegahan penyakit degeneratif. Selain itu norma dan budaya lokal sering kali memengaruhi perilaku masyarakat terkait dengan kesehatan. Misalnya, kebiasaan makan yang tidak sehat atau kebiasaan merokok yang dianggap sebagai bagian dari budaya dapat sulit diubah. Tantangan lainnya adalah masyarakat Desa Selabangga dalam pengobatan penyakit DM dan Hipertensi masih cenderung mengandalkan pengobatan tradisional daripada mencari perawatan medis yang tepat. Hal ini dapat menyebabkan penundaan dalam diagnosis dan pengobatan penyakit degeneratif.

Meskipun ada tantangan, namun juga terdapat sejumlah peluang yang dapat dimanfaatkan untuk memperkuat pemberdayaan masyarakat dalam pencegahan dan penanggulangan penyakit degeneratif di Desa Selabangga antara lain kemajuan teknologi informasi dan komunikasi (TIK) saat ini memberikan peluang untuk meningkatkan akses terhadap informasi kesehatan dan menyediakan layanan kesehatan yang lebih cepat di desa Selabangga, komitmen pemerintah desa, perangkat desa, dan kerjasama dengan Perguruan Tinggi dapat memperluas sumber daya dan pengetahuan yang tersedia untuk masyarakat.

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dengan tema “Pemberdayaan Masyarakat Untuk Pencegahan dan Penanggulangan Penyakit Degeneratif di Desa Selabangga Kecamatan Moramo Kabupaten Konawe Selatan” bertujuan untuk mengimplementasikan tahap-tahap pemberdayaan masyarakat di Desa Selabangga Kecamatan Moramo sehingga diharapkan memberikan dampak kepada masyarakat yaitu berupa peningkatan pengetahuan, sikap dan keterampilan masyarakat tentang perilaku hidup sehat untuk mencegah penyakit hipertensi dan DM.

METODE PELAKSANAAN

Kegiatan pengabdian masyarakat yang dilakukan diawali dengan proses identifikasi masalah. Proses identifikasi masalah dilakukan dengan metode wawancara kepada Kepala Puskesmas dan tenaga kesehatan Puskesmas Moramo, Kepala Desa dan Sekretaris Desa Selabangga. Dari proses wawancara tersebut diperoleh informasi terkait masalah yang berhubungan dengan 5 penyakit terbanyak yaitu: Hipertensi, Diabetes Melitus, ISPA, Dislipidemia, dan Demam Berdarah.

Lima penyakit terbanyak ini menunjukkan masalah yang perlu diprioritaskan berdasarkan urgensi dan kasus yang paling sering terjadi. Oleh karena itu, Penyakit degeneratif seperti Hipertensi, DM, dipilih sebagai masalah utama yang perlu diintervensi karena penyakit degeneratif mempengaruhi kualitas hidup penderitanya sehingga dapat mempengaruhi produktivitas dan menimbulkan tingkat ketergantungan/beban bagi keluarga. Penanganan penyakit degeneratif bukan hanya menjadi tanggung jawab individu, tetapi juga merupakan agenda bersama antara pemerintah dan masyarakat desa dalam memastikan kesejahteraan dan kesehatan seluruh anggota masyarakat yang ada di desanya. Sehingga strategi pendekatan yang digunakan dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah pemberdayaan masyarakat.

Bentuk intervensi yang direncanakan dalam strategi pemberdayaan masyarakat ini adalah:

1. Penyusunan dan implementasi Program edukasi kesehatan.
2. Pelatihan kader kesehatan
3. Advokasi kepada Pemerintah Desa, tokoh Masyarakat dan tokoh Agama
4. Sosialisasi dan kampanye upaya peningkatan kesehatan penyakit degeneratif
5. Promosi deteksi dini penyakit degeneratif
6. Pelatihan keterampilan pencegahan dan perawatan penyakit degeneratif
7. Evaluasi dan pemantauan
8. Penyebarluasan Hasil

Sasaran intervensi dalam Pemberdayaan masyarakat di Desa Selabangga adalah: Masyarakat usia dewasa (18- 59 tahun), Masyarakat lanjut usia (60-75 tahun), Keluarga dengan riwayat penyakit degeneratif, Peserta Program Pengelolaan Penyakit Kronis (Prolanis), Penderita DM dan Hipertensi, dan Kader kesehatan. Waktu pelaksanaan selama 4 minggu mulai tanggal 13 Mei 2024 sampai tanggal 10 Juni 2024 di desa Selabangga Kecamatan Moramo Kabupaten Konawe Selatan

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Advokasi kepada Pemerintah Desa, tokoh Masyarakat dan tokoh Agama

Kegiatan diawali dengan kunjungan di kediaman Kepala Desa Selabangga, serta rumah ketua RW setempat. Kunjungan ini bertujuan untuk perkenalan diri dan menjelaskan tujuan kegiatan PKM. Selanjutnya dilakukan kegiatan musyawarah masyarakat desa (MMD) 15 Mei 2024 pukul 19.30 WITA yang dihadiri oleh kepala desa dan tokoh-tokoh masyarakat serta perwakilan masyarakat sebanyak 36 orang (**gambar 1**). Pada kegiatan MMD ini tim PKM menyampaikan program kerja dan rencana kegiatan.

Pendekatan advokasi yang melibatkan kunjungan langsung dan musyawarah terbukti efektif dalam membangun kepercayaan dan komitmen bersama antara tim PKM dan masyarakat. Studi oleh (Rijal.,2023) menegaskan bahwa interaksi langsung dengan pemangku kepentingan lokal dapat meningkatkan partisipasi komunitas dan memperkuat implementasi program. Dalam konteks ini, kehadiran tokoh masyarakat dan agama sangat berperan dalam meyakinkan komunitas mengenai pentingnya program yang akan dijalankan.

Lebih lanjut, kegiatan advokasi ini menunjukkan pentingnya komunikasi yang efektif dan transparan antara tim PKM dan masyarakat. Menurut penelitian (Renders dkk., 2001) komunikasi yang baik dan penyampaian informasi yang jelas dapat meningkatkan pemahaman dan dukungan masyarakat terhadap program kesehatan. Keterlibatan aktif masyarakat melalui forum seperti MMD juga memberikan ruang bagi mereka untuk menyampaikan aspirasi dan kekhawatiran, yang dapat membantu tim PKM dalam menyesuaikan program agar lebih sesuai dengan kebutuhan lokal.



Gambar 1. Musyawarah Masyarakat Desa Selabangga

2. Program edukasi kesehatan.

Kegiatan pengabdian masyarakat dalam program edukasi dimulai dengan penyusunan satuan Acara Pembelajaran (SAP), materi edukasi, pembuatan media pembelajaran seperti leaflet dan poster. Selanjutnya sesuai dengan waktu yang telah disepakati dilakukan kegiatan penyuluhan massa tentang Hipertensi (**gambar 2**). Peserta yang hadir sebanyak 26 orang. Sebelum penyuluhan dimulai dilakukan pemeriksaan tekanan darah. Setelah pemeriksaan tekanan darah, selanjutnya salah satu anggota tim melakukan penyuluhan kesehatan mengenai penyakit hipertensi mencakup pengertian, penyebab, faktor risiko, komplikasi, dan penatalaksanaan penyakit hipertensi. Penyuluhan menggunakan media leaflet dan poster yang telah dibuat.

Selama penyuluhan, anggota tim menjelaskan secara komprehensif tentang penyakit hipertensi, mencakup pengertian, penyebab, faktor risiko, komplikasi, dan penatalaksanaan. Materi penyuluhan disampaikan menggunakan leaflet dan poster yang telah disiapkan. Menurut (Chaerunnisa, 2022), penggunaan media visual seperti leaflet

dan poster dapat membantu peserta memahami dan mengingat informasi dengan lebih baik, dibandingkan dengan metode ceramah saja.



Gambar 2. Penyuluhan tentang Hipertensi di Desa Selabangga.

Evaluasi program edukasi dilakukan dengan melihat hasil pre-test dan post-test. Hasil evaluasi menunjukkan peningkatan pengetahuan peserta setelah mengikuti materi penyuluhan. Hal ini dapat dilihat pada tabel 1.

Tabel 1. Distribusi responden berdasarkan pengetahuan hipertensi pre-test dan post-test pada Warga Desa Selabangga, Kecamatan Moramo, Kab. Konawe Selatan, 20 Mei 2024 (n=26)

Kategori	Pretest (n)	Posttest (n)
Tinggi (Benar 6-10)	7	23
Rendah (Benar 1-5)	19	3

Tabel 1 menunjukkan bahwa setelah edukasi peserta memperoleh tambahan pengetahuan tentang hipertensi dan penatalaksanaannya. Kegiatan penyuluhan dihadiri oleh 26 orang peserta yang didominasi oleh perempuan (58%). Kegiatan penyuluhan efektif meningkatkan pengetahuan.

Pemberian informasi dalam kegiatan penyuluhan kepada masyarakat dilakukan dengan metode ceramah dan Tanya jawab. Metode ini efektif digunakan pada peserta penyuluhan lebih dari 10 orang. Peningkatan pengetahuan yang signifikan ini menunjukkan keberhasilan program edukasi kesehatan dalam meningkatkan kesadaran dan pemahaman masyarakat tentang hipertensi. Program edukasi yang efektif tidak hanya meningkatkan pengetahuan, tetapi juga dapat mendorong perubahan perilaku yang lebih sehat di kalangan Masyarakat (Hou, 2011). Dengan demikian, program edukasi kesehatan ini diharapkan dapat berkontribusi pada penurunan angka kejadian hipertensi di Desa Selabangga.

3. Penyegaran kader kesehatan

Kegiatan penyegaran kader Posbindu PTM tentang diabetes mellitus (DM) dilaksanakan pada hari Rabu, 29 Mei 2024 pukul 09.00 WITA di Balai Desa Selabangga, dengan dihadiri oleh 10 orang kader (**gambar 3**). Kegiatan ini mencakup kehadiran kader Posbindu dan Posyandu Desa Selabangga, yang bertujuan untuk menyegarkan kembali pengetahuan kader terkait peran dan tugas pokok dalam melaksanakan tugas di Posbindu PTM. Penyegaran pengetahuan ini sangat penting untuk memastikan bahwa kader memiliki informasi yang up-to-date dan dapat menjalankan peran mereka dengan efektif.



Gambar 3. Penyegaran kader Kesehatan Desa Selabangga

Ceramah yang diberikan pada kegiatan ini mencakup berbagai aspek penting seperti peran dan tugas kader Posbindu, faktor risiko penyakit tidak menular (PTM), serta dampak dan pengendalian penyakit DM. Menurut penelitian oleh Rahayu dkk., (2020), pelatihan dan penyegaran pengetahuan bagi kader kesehatan adalah komponen kunci dalam keberhasilan program kesehatan masyarakat. Pelatihan ini tidak hanya meningkatkan pengetahuan, tetapi juga motivasi dan keterampilan kader dalam menjalankan tugasnya. Pengetahuan yang diperoleh kader melalui penyegaran ini mencakup pemahaman yang lebih baik tentang faktor risiko PTM dan strategi pengendalian DM. Menurut (Alhumaid dkk., 2021), pemahaman yang baik tentang faktor risiko dan strategi pengendalian sangat penting bagi kader kesehatan karena mereka adalah garda terdepan dalam pencegahan dan penanganan penyakit di komunitas. Dengan pengetahuan yang diperbarui, kader dapat memberikan edukasi yang lebih efektif kepada masyarakat serta membantu dalam deteksi dini dan pengendalian DM.

Dengan adanya kegiatan penyegaran ini, diharapkan kader Posbindu dan Posyandu Desa Selabangga dapat lebih kompeten dalam menjalankan tugas mereka, khususnya dalam pencegahan dan pengendalian DM. Keberhasilan program ini akan sangat bergantung pada dukungan berkelanjutan dan pemberian pelatihan yang terus-menerus kepada kader kesehatan.

4. Promosi deteksi dini penyakit degeneratif

Kegiatan pengabdian masyarakat ini meliputi skrining kesehatan berupa pemeriksaan tekanan darah, glukosa darah sewaktu (GDS), kolesterol, dan lingkar perut.

Penyuluhan mengenai faktor risiko penyakit degeneratif juga dilakukan sebagai bagian dari kegiatan ini. Pelaksanaan kegiatan pada tanggal 24 Mei 2024 melibatkan petugas kesehatan Puskesmas Moramo, mahasiswa keperawatan, tokoh masyarakat, dan kader kesehatan. Hasil skrining dirangkum dalam Tabel 2.

Tabel 2. Hasil Skrining Kadar Glukosa Darah, Kadar Kolesterol, dan Tekanan Darah pada Warga Desa Selabangga, Kecamatan Moramo, Kab. konsel, 24 Mei 2024 (n=31)

Karakteristik	Kategori	Jumlah (n)	Persentase (%)
Jenis Kelamin	Laki-Laki	12	39
	Perempuan	19	61
Usia	19 - 44 tahun	8	24
	45 – 59 tahun	19	52
	>60 tahun	4	24
Glukosa Darah Sewaktu (GDS)	< 200mg/dl	25	80,6
	200 – 300 mg/dl	4	13
	>300 mg/dl	2	6,4
Kolesterol	< 200mg/dl	18	58
	200 – 249 mg/dl	8	26
	>250 mg/dl	5	16
Lingkar Perut Laki-laki	< 90 cm	4	33
	≥ 90 cm	8	67
Perempuan	< 80 cm	7	37
	≥ 80 cm	12	63
Tekanan Darah	Normal	18	58
	Pre hipertensi	4	13
	Hipertensi Grade 1	7	22,5
	Hipertensi Grade 2	2	6,5

Dari hasil skrining yang tercantum dalam Tabel 2, terlihat bahwa dari 31 responden, mayoritas adalah perempuan (61%). Sebagian besar responden berada dalam rentang usia 45-59 tahun (52%), yang merupakan kelompok usia dengan risiko tinggi terkena penyakit degeneratif. Sebagian besar responden (80,6%) memiliki kadar GDS < 200 mg/dl, yang menunjukkan tingkat gula darah dalam batas normal. Namun, terdapat 6,4% responden dengan kadar GDS > 300 mg/dl, yang menunjukkan risiko diabetes yang tinggi. Sebanyak 58% responden memiliki kadar kolesterol < 200 mg/dl, yang termasuk dalam kategori normal. Namun, terdapat 16% responden dengan kadar kolesterol > 250 mg/dl, yang menunjukkan risiko tinggi penyakit kardiovaskular. Pengukuran lingkar perut menunjukkan bahwa 67% laki-laki memiliki lingkar perut \geq 90 cm dan 63% perempuan memiliki lingkar perut \geq 80 cm. Pengukuran ini menunjukkan adanya risiko tinggi penyakit kardiovaskular dan metabolik pada sebagian besar responden. Sebanyak 58% responden memiliki tekanan darah normal, namun 22,5% memiliki hipertensi grade 1 dan 6,5% memiliki hipertensi grade 2, yang menunjukkan adanya risiko tinggi penyakit kardiovaskular.

Hasil skrining menunjukkan adanya prevalensi yang signifikan dari faktor risiko penyakit degeneratif di antara warga Desa Selabangga. Mayoritas responden menunjukkan tingkat gula darah, kolesterol, dan lingkar perut yang mengkhawatirkan.

Penelitian oleh Setyawati dkk., 2024, menyatakan bahwa deteksi dini faktor risiko ini sangat penting untuk pencegahan dan pengendalian penyakit degeneratif.

Kegiatan penyuluhan yang dilakukan setelah skrining bertujuan untuk meningkatkan kesadaran masyarakat tentang faktor risiko penyakit degeneratif dan cara pencegahannya. Menurut Yu dkk., 2019, edukasi kesehatan yang efektif dapat mendorong perubahan perilaku yang lebih sehat dan meningkatkan kepatuhan terhadap rekomendasi medis.

Kombinasi antara skrining kesehatan dan edukasi dapat meningkatkan deteksi dini dan manajemen penyakit degeneratif. Edukasi yang diberikan melalui penyuluhan dapat membantu masyarakat memahami pentingnya menjaga kadar gula darah, kolesterol, dan tekanan darah dalam batas normal. Dengan adanya data skrining yang komprehensif, program pengabdian masyarakat ini dapat mengidentifikasi kelompok berisiko tinggi dan memberikan intervensi yang tepat. Evaluasi dari Nugrahaeni dkk., 2023, menyarankan bahwa program kesehatan masyarakat yang terfokus pada deteksi dini dan edukasi dapat secara signifikan mengurangi beban penyakit degeneratif di komunitas.

5. Pelatihan keterampilan pencegahan dan perawatan penyakit degeneratif

Pelatihan keterampilan pencegahan dan perawatan penyakit degeneratif dilakukan melalui pendampingan perawatan kaki, senam kaki, dan latihan peregangan pada hari Minggu, 24 Mei 2024 pukul 07.30 WITA (gambar 4). Kegiatan ini diadakan di rumah warga Desa Selabangga yang telah melakukan pemeriksaan kesehatan sebelumnya dan memiliki hasil GDS di atas nilai normal. Pelatihan dimulai dengan pemeriksaan GDS ulang, yang hasilnya dicatat dalam daftar yang telah disiapkan.

Kegiatan ini merupakan bagian penting dari pengelolaan penyakit degeneratif, khususnya diabetes mellitus (DM), yang membutuhkan perawatan kaki yang baik untuk mencegah komplikasi serius seperti ulkus diabetikum dan amputasi. Menurut Brown dan Smith (2021), perawatan kaki yang rutin dan latihan fisik yang sesuai dapat secara signifikan mengurangi risiko komplikasi diabetes, serta meningkatkan kualitas hidup pasien DM.



Gambar 4. Pendampingan latihan senam kaki bagi pasien DM.

Setelah pemeriksaan GDS, tim PKM melanjutkan dengan pendampingan keterampilan perawatan kaki, senam kaki, dan latihan peregangan. Penderita DM dan keluarga diajarkan teknik-teknik perawatan yang benar dan pentingnya menjaga kebersihan serta kesehatan kaki. Edukasi ini termasuk cara memeriksa kaki setiap hari untuk mendeteksi luka atau infeksi dini, serta cara merawat kulit kaki agar tetap lembab dan terhindar dari kekeringan yang dapat memicu luka (Bubun dkk., 2020).

Senam kaki dan latihan peregangan juga diajarkan sebagai bagian dari kegiatan untuk meningkatkan sirkulasi darah dan menjaga fleksibilitas otot. Latihan fisik ini penting untuk mencegah stagnasi darah dan mengurangi risiko komplikasi kardiovaskular yang sering dihadapi oleh penderita diabetes (Colberg dkk., 2010). Latihan yang teratur juga dapat membantu mengontrol kadar gula darah dan meningkatkan sensitivitas insulin, yang merupakan faktor penting dalam pengelolaan diabetes.

6. Evaluasi dan pemantauan

Evaluasi kegiatan pengabdian masyarakat dilakukan dalam acara musyawarah masyarakat Desa Selabangga yang dihadiri langsung oleh Kepala Desa Selabangga, para ketua RW dan ketua RT, tokoh-tokoh masyarakat, kader kesehatan, dan beberapa perwakilan masyarakat. Pada acara tersebut tim PKM menyampaikan laporan kegiatan yang telah dilaksanakan dalam 4 minggu. Pemerintah desa setempat memberikan apresiasi dan ucapan terima kasih atas intervensi yang telah dilakukan.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kegiatan pengabdian masyarakat di Desa Selabangga menunjukkan kemajuan signifikan dalam peningkatan pengetahuan tentang penyakit degeneratif dan keterlibatan komunitas. Kegiatan advokasi dengan pemerintah desa dan tokoh masyarakat berhasil membangun kepercayaan dan komitmen antara tim PKM dan masyarakat setempat, menegaskan pentingnya komunikasi yang jelas dan transparan dalam memperoleh dukungan.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Rektor dan Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat Universitas Mandala Waluya Kendari atas segala dukungan yang diberikan sehingga pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini dapat berjalan lancar.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] Alhumaid, S., Al Mutair, A., Al Alawi, Z., Alsuliman, M., Ahmed, G. Y., Rabaan, A. A., Al-Tawfiq, J. A., & Al-Omari, A., 2021, Knowledge of infection prevention and control among healthcare workers and factors influencing compliance: a systematic review. *Antimicrobial Resistance and Infection Control*, 10(1), 1–32. <https://doi.org/10.1186/s13756-021-00957-0>
- [2] Bubun, J., Yusuf, S., Syam, Y., Hidayat, W., & Usman, S., 2020, Diabetic Foot Screening for Early Detection Diabetic Foot Ulcer in Diabetic Patient Diabetic Foot Screening for Early Detection Diabetic Foot Ulcer in Diabetic Patient Magister Keperawatan Universitas Hasanuddin. *Jurnal Ilmiah Keperawatan*, October.
- [3] Chaerunnisa, N., 2022, The Effect of Education by Leaflet and Audio-Visual Media on the Use of Insulin at Kimia Farma Pharmacy Hasanuddin Makassar. *Journal of Aafiyah Health Research (JAHR)*, 3(1), 13–24.
- [4] Colberg, S. R., Sigal, R. J., Fernhall, B., Regensteiner, J. G., Blissmer, B. J., Rubin, R. R., Chasan-Taber, L., Albright, A. L., & Braun, B., 2010, Exercise and type 2 diabetes: The American College of Sports Medicine and the American Diabetes

- Association: Joint position statement. *Diabetes Care*, 33(12). <https://doi.org/10.2337/dc10-9990>
- [5] Hou, S.-I., 2011, Evaluating Public and Community Health Programs. *Health Promotion Practice*, 12(5), 641–644. <https://doi.org/10.1177/1524839911421197>
- [6] Nugrahaeni, D. K., Mauliku, N. E., & Budiana, T. A., 2023, Deteksi Dini Faktor Risiko Terjadinya Penyakit Tidak Menular. *Faletahan Health Journal*, 10(01), 9–17. <https://doi.org/10.33746/fhj.v10i01.483>
- [7] Rahayu, E., Kurniawan, D. W., & Shodiq, D., 2020, Effectiveness of training on improving knowledge of non communicable diseases cadres rempoah Village Baturraden District Banyumas Regency. *Journal of Community Health Development*, 1(1), 27–32.
- [8] Renders, C. M., Valk, G. D., Griffin, S. J., Wagner, E. H., Van Eijk, J. T. M., & Assendelft, W. J. J., 2001, Interventions to improve the management of diabetes in primary care, outpatient, and community settings: A systematic review. *Diabetes Care*, 24(10), 1821–1833. <https://doi.org/10.2337/diacare.24.10.1821>
- [9] Rijal, S., 2023, The Importance of Community Involvement in Public Management Planning and Decision-Making Processes. *Journal of Contemporary Administration and Management (ADMAN)*, 1(2), 84–92. <https://doi.org/10.61100/adman.v1i2.27>
- [10] Setyawati, R., Astuti, A., Utami, T. P., Adiwijaya, S., & Hasyim, D. M., 2024, The Importance of Early Detection in Disease Management The Importance of Early Detection in Disease Management Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Kesosi , Indonesia Poltekkes Kemenkes Kupang , Indonesia Universitas Esa Unggul , Indonesia Universitas Palangka. *Journal of World Future Medicine, Health and Nursing*, 2(1). <https://doi.org/10.55849/health.v2i1.692>
- [11] Yu, H., Zhang, P., Wang, X., Wang, Y., & Zhang, B., 2019, Effect of health education based on behavioral change theories on self-efficacy and self-management behaviors in patients with chronic heart failure. *Iranian Journal of Public Health*, 48(3), 421–428. <https://doi.org/10.18502/ijph.v48i3.884>