

LAPORAN PENGABDIAN MASYARAKAT



**PEMERIKSAAN KESEHATAN, KONSELING DAN PENYULUHAN DIABETES
MELITUS, HIPERTENSI DAN TERAPI KOMPLEMENTER DI PADUKUHAN
GUNUNG PENTUL WATES KULON PROGO**

Oleh :

Tim Dosen STIKES Wira Husada

**SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN WIRA HUSADA
YOGYAKARTA
2024**

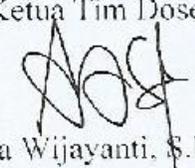
HALAMAN PENGESAHAN

1. Judul Pengabdian : **PEMERIKSAAN KESEHATAN, KONSELING DAN PENYULUHAN DIABETES MELITUS, HIPERTENSI DAN TERAPI KOMPLEMENTER DI PADUKUHAN GUNUNG PENTUL WATES KULON PROGO**
2. Bidang Ilmu : Kesehatan
3. Tim Pengabmas Dosen :
 - a. Nama Lengkap : 1) Tria Hadi Prasctya, S. Kep.,Ns.,M.Kep
2) Nur Hidayat, S.Kep.,Ns.,M.Kes
Program Studi : Keperawatan Program Sarjana
 - b. Nama Lengkap : 1) Novita Sekarwati, S.KM., M.Si
2) Ariana Sumekar, S.KM..M.Sc
Program Studi : Kesehatan Masyarakat Program Sarjana
 - c. Nama Lengkap : 1) Agnes Erida Wijayanti, S.Kep.,Ns.,M.Kep
2) Novi Istanti, S.Kep.,Ns.,M.Kep
3) Murgj Handati, S.KM..M.Kes
4) Maria Margaretha Marsiyah, S.Kep.,Ns.,M.Kep
Program Studi : Keperawatan Program Diploma Tiga
 - d. Nama Lengkap : 1) Novita Sari, S.Si.,M.Si
2) Dewi Nur Anggraeni, S.Si.,M.Sc
Program Studi : Teknologi Bank Darah Program Diploma
4. Mahasiswa yang terlibat : 8
5. Lokasi Kegiatan : Padukuhan Gunung Pentul Wates Kulom Progo
6. Waktu Pelaksanaan : Bulan Maret 2024
7. Perguruan Tinggi : STIKES Wira Husada Yogyakarta

Yogyakarta, Juli 2024



Ketua Tim Dosen



Agnes Erida Wijayanti, S.Kep.,Ns.,M.Kep



KATA PENGANTAR

Alhamdulillahirobbil'alamin, Puji syukur kami ucapkan kepada Alloh SWT, atas berkat rahmatdan hidayah-Nya, penulis bisa menyusun laporan kegiatan pengabdian masyarakat dengan judul PEMERIKSAAN KESEHATAN, KONSELING, PENYULUHAN DIABETES MELLITU, HIPERTENSI DAN TERAPI KOMPLEMENTER DI PADUKUHAN GUNUNG PENTUL, WATES, KULON PROGO. Kegiatan ini merupakan salah satu bentuk kegiatan TriDharma perguruan tinggi, yaitu pengabdian masyarakat.

Penulis mengucapkan terimakasih kepada berbagai pihak yang telah memberikan bantuan dan dukungan dalam penyusunan laporan ini, antara lain kepada :

1. Ketua dan seluruh pengurus Yayasan Wira Husada Yogyakarta sebagai pemilik STIKES Wira Husada Yogyakarta.
2. Ketua dan segenap pimpinan STIKES Wira Husada Yogyakarta yang telah memberikan izin dan bantuan dalam penyusunan laporan ini.
3. Kepala Sekolah SMK Citra Semesta Indonesia Kulon Progo yang telah bersedia bekerjasama dalam kegiatan pengabdian masyarakat
4. Kepala Dusun Gunung Pentul yang telah memberikan kesempatan kepada Dosen STIKES Wira Husada untuk melaksanakan pengabdian masyarakat
5. Seluruh staf dosen dan karyawan STIKES Wira Husada Yogyakarta yang telah memberikan dukungan dan bantuan dalam penyusunan laporan ini.
6. Civitas akademika STIKES Wira Husada Yogyakarta yang sudah membantukelancaran penyusunan laporan ini.
7. Berbagai pihak yang telah mendukung dan membantu kelancaran penyusunan laporan ini, yang tidak dapat penulis sebutkan satu-persatu. .

Penulis sadar bahwa laporan ini masih ada kekurangannya, sehingga penulis mengharap kritik dan saran yang baik untuk perbaikan penulisan laporan berikutnya. Semoga laporan ini bisa bermanfaat bagi kami, dan para pembaca yang budiman, Amiiin

Yogyakarta, Juli 2024

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PENGESAHAN	ii
KATA PENGANTAR	iii
DAFTAR ISI	iv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	2
C. Tujuan	2
D. Manfaat	2
BAB II TINJAUAN TEORI	3
A. Diabetes Melitus	3
B. Complementer Therapy	5
C. Hipertensi	6
BAB III METODE PELAKSANAAN	9
A. Tempat dan Waktu Pelaksanaan	9
B. Peserta Penyuluhan	9
C. Alat dan Media Penyuluhan	9
D. Metode	9
E. Tim Pengabdian Masyarakat Dosen	9
F. Penyelenggara	10
G. Pelaksanaan	10
H. Rencana Agenda Kegiatan	10
I. Sumber Dana	10
BAB IV HASIL DAN EVALUASI KEGIATAN	11
A. Hasil Kegiatan	11
B. Evaluasi Kegiatan	12
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	13
A. Kesimpulan	13
B. Saran	13
REFERENSI	14

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pengabdian Masyarakat merupakan salah satu pilar Tri Dharma Perguruan Tinggi, disamping dharma pendidikan dan pengajaran serta dharma penelitian. Pengabdian masyarakat adalah suatu kegiatan yang bertujuan membantu masyarakat tertentu dalam beberapa aktivitas tanpa mengharapkan imbalan dalam bentuk apapun. Secara umum program ini dirancang oleh berbagai universitas atau institut yang ada di Indonesia untuk memberikan kontribusi nyata bagi bangsa Indonesia, khususnya dalam mengembangkan kesejahteraan dan kemajuan bangsa Indonesia. Kegiatan Pengabdian Masyarakat merupakan salah satu bagian dari Tri Dharma Perguruan Tinggi.

Kegiatan pengabdian masyarakat merupakan pelaksanaan pengamalan ilmu pengetahuan, teknologi, dan seni budaya langsung pada masyarakat secara kelembagaan. Aktivitas ini dilaksanakan sebagai penyebaran Tri Dharma Perguruan Tinggi serta tanggung jawab yang luhur dalam usaha mengembangkan kemampuan masyarakat, sehingga dapat mempercepat laju pertumbuhan tercapainya pembangunan nasional.

Dies Natalis dalam sejumlah besar budaya dianggap sebagai peristiwa penting yang menandai awal perjalanan kehidupan, karena itu, biasanya peringatan tersebut dirayakan dengan penuh syukur dan kebahagiaan. Bertambahnya usia selalu dibarengi dengan pengharapan akan bertambahnya kedewasaan, Tidak hanya bagi manusia, pertambahan usia bagi suatu Institusi Perguruan Tinggi selalu dikaitkan dengan kedewasaan. Apalagi bagi sebuah perguruan tinggi yang punya fungsi utama melahirkan ilmuwan akademisi yang berkualitas.

Bagi STIKES Wira Husada Yogyakarta Dies Natalis mempunyai makna penting bukan hanya sebagai penanda bertambahnya usia, tetapi juga penanda tingkat kedewasaan dalam berkarya. Keberadaan STIKES Wira Husada yang sudah menginjak usia Tujuh Belas Tahun menjadi bukti bahwa STIKES Wira Husada mempunyai daya tarik sehingga mampu bertahan ditengah persaingan yang makin ketat diantara perguruan-perguruan tinggi negeri maupun swasta. Dies Natalis STIKES Wira Husada seharusnya menjadi momentum untuk menguatkan komitmen akan perubahan demi kemajuan. Perlu ada penegasan tentang upaya-upaya yang harus dilakukan sebagai bagian dari resolusi ulang tahun.

Pengucapan syukur kepada Tuhan Yang maha Esa sebagai bukti atas pencapaian yang telah diraih oleh STIKES Wira Husada Yogyakarta, maka pada kegiatan dies natalis kali ini STIKES Wira Husada akan melakukan kegiatan bakti sosial. Bakti sosial yang akan dilaksanakan bekerjasama dengan Sekolah Menengah kejuruan Citra Semesta Indonesia Kulon Progo.

B. Rumusan Masalah

“Pengabdian kepada masyarakat dalam rangka Dies Natalis STIKES Wira Husada ke 22 perludilakukan di Dusun Gunung Pentul, Wates, Kulon Progo”.

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Mengaplikasikan ilmu kesehatan kepada masyarakat melalui kegiatan pemeriksaan kesehatan, penyuluhan kesehatan dan konseling kesehatan.

2. Tujuan Khusus

- a. Melaksanakan pengabdian masyarakat sebagai salah satu tugas utama Perguruan Tinggi, yaitu Tri dharma Perguruan Tinggi.
- b. Mengoptimalkan pemanfaatan hasil-hasil penelitian oleh masyarakat dan mengatasi masalah-masalah yang dihadapi oleh masyarakat.
- c. Meningkatkan pengetahuan masyarakat.
- d. Mempertahankan dan meningkatkan kerjasama antara STIKES Wira Husada dengan SMK Citra Semesta Indonesia
- e. Mensosialisasikan STIKES Wira Husada agar lebih dikenal oleh masyarakat

D. Manfaat

1. Bagi Peserta Pengabdian Masyarakat

Mendapat informasi tentang kesehatan dirinya dan informasi mengenai diabetes mellitus dan terapi komplementer.

2. Bagi Pelaksana

- a. Sebagai bentuk Tri Darma Perguruan Tinggi (Pengabdian kepada Masyarakat)
- b. Meningkatkan kerjasama yang baik antara civitas akademika dengan masyarakat terutamayang ada di lokasi pengabdian masyarakat.

BAB II

TINJAUAN TEORI

A. Diabetes Melitus

1. Pengertian

Diabetes merupakan keadaan yang timbul karena ketidakmampuan tubuh mengolah karbohidrat/glukosa akibat kurangnya jumlah insulin atau insulin tidak berfungsi sempurna.

2. Tipe Penyakit Diabetes Melitus

- a) DM Tipe 1 : DM yang disebabkan tidak adanya produksi insulin sama sekali
- b) DM Tipe 2 : DM yang disebabkan tidak cukup dan tidak efektifnya kerja insulin
- c) DM Gestasional : DM yang terjadi saat kehamilan
- d) DM Tipe lainnya : DM tipe lain yang disebabkan oleh pemakaian obat, penyakit lain.

3. Faktor Resiko Diabetes Melitus

Faktor resiko DM yang bisa diubah meliputi :

- a) Kegemukan (BB lebih/IMT $> 23\text{Kg/m}^2$) dan lingkar perut (Pria $> 90\text{ cm}$ dan perempuan $> 80\text{ cm}$)
- b) Kurang aktifitas fisik
- c) Dislipidemia (Kolesterol HDL $< 35\text{ mg/dl}$, trigliserida $> 250\text{ mg/dl}$)
- d) Riwayat penyakit jantung
- e) Hipertensi ($> 140/90\text{ mmHg}$)
- f) Diet tidak seimbang (tinggi gula, garam, lemak dan rendah serat)

Faktor resiko DM yang tidak bisa diubah meliputi :

- a) Usia > 40 tahun
- b) Ada riwayat keliarga dengan DM
- c) Riwayat kehamilan dengan DM
- d) Riwayat melahirkan anak dengan berat badan $> 4\text{ Kg}$
- e) Riwayat lahir dengan berat badan bayi $< 2,5\text{ Kg}$

4. Gejala Utama Diabetes Melitus

Gejala utama penderita diabetes melitus yaitu :

- a) Sering merasa haus (Polidipsi)
- b) Cepat merasa lapar (Polifagi)

c) Intensitas buang air kecil yang cukup sering (Poliuri)

Gejala Tambahan pada penderita Diabetes Melitus meliputi :

- a) Stroke
- b) Serangan jantung
- c) Gangguan peredaran darah dan sel saraf (rangsangan berkurang)
- d) Kebutaan
- e) Gagal ginjal
- f) Luka kronis/penyembuhan memanjang

5. Langkah Mengendalikan Diabetes Melitus

Cara mengendalikan agar tidak terkena diabetes melitus yaitu :

- a) Kontrol BB
- b) Pola makan yang baik
- c) Hidup lebih aktif
- d) Minum obat secara teratur sesuai anjuran
- e) Periksa gula darah secara teratur
- f) Hindari merokok dan minum alkohol

6. Diet Penderita Diabetes Melitus

Diet Penderita DM hanya perlu memperhatikan 3 hal yaitu :

- a) Makanan yang boleh dimakan
- b) Makanan yang dibatasi
- c) Makanan yang tidak boleh dikonsumsi

Diet diabetes mellitus (DM) dilakukan dengan pola makan sesuai dengan aturan 3J (Jumlah, jenis, dan Jadwal Makan)

- a) Jumlah : jumlah makanan yang dikonsumsi disesuaikan dengan BB memadai yaitu BB yang dirasa nyaman untuk seorang diabetesi, jumlah makanan yang dikonsumsi disesuaikan dengan hasil konseling gizi.
- b) Jenis : Jenis makanan utama yang dikonsumsi dapat disesuaikan dengan Konsep Piring Makan Model T
- c) Jadwal : jadwal makan terdiri dari 3x makan utama dan 2-3x makanan selingan mengikuti prinsip porsi kecil.

Diet DM bisa menggunakan panduan piring makan (T-Shape Plate) untuk memenuhi gizi seimbang yaitu :

- a) $\frac{1}{2}$ dari piring makan terdiri dari sayur dan buah – buahan

- b) ¼ dari piring diisi dengan protein. Bisa juga dapat memilih ikan, ayam, atau kacang – kacang. Batasi konsumsi daging merah ataupun daging olahan seperti sosis.
- c) ¼ dari piring makan dipenuhi dengan biji-bijian utuh dari beras, gandum, atau pasta. Kandungan gula dari roti atau beras berwarna putih tergolong tinggi, sebaiknya batasi untuk yang memiliki masalah dengan gula darah.

B. Complementary Therapy

1. Definisi

Terapi komplementer merupakan terapi tambahan bersamaan dengan terapi utama dan berfungsi sebagai terapi suportif untuk mengontrol gejala, meningkatkan kualitas hidup dan berkontribusi terhadap penatalaksanaan pasien secara keseluruhan.

Menurut WHO, pengobatan komplementer adalah pengobatan non konvensional yang bukan berasal dari negara yang bersangkutan .

2. Tujuan *Complementary Therapy*

- a) Memperbaiki fungsi dan sistem kerja organ – organ tubuh secara keseluruhan.
- b) Meningkatkan sistem kekebalan tubuh terhadap penyakit
- c) Menstimulasi dan mengaktifkan mekanisme penyembuhan alami tubuh

3. Manfaat *Complementary Therapy*

- a) Mengurangi stress dan kecemasan
- b) Meningkatkan kualitas tidur
- c) Mengurangi rasa sakit
- d) Meningkatkan sistem kekebalan tubuh
- e) Meningkatkan kesehatan mental
- f) Meningkatkan kualitas tidur

4. Jenis – Jenis *Complementary Therapy*

Jenis – Jenis *Complementary Therapy* meliputi :

a) Mind Therapy

Merupakan bentuk psikoterapi kombinasi yang menekankan prinsip terapinya adalah berakar pada mindset sehingga terdapat hubungan yang erat antara pikiran, emosi dan kondisi fisiologis. Contoh : Hipnotherapy, Meditasi, Zikir, Cognitive Behavioral Therapy, Terapi seni.

b) *Body Therapy*

Terapi dengan cara memberikan perangsangan pada tubuh untuk mengembalikan fungsi normal tubuh. Perangsangan dapat berupa sentuhan, tekanan, maupun menggerakkan anggota tubuh. Contoh : Terapi pijat, akupunktur, akupresure, bekam, yoga

c) *Herbal Therapy*

Terapi herbal merupakan pengobatan dengan memanfaatkan tanaman obat atau produuk hewani yang mengandung zat berkhasiat untuk melawan penyakit. Di Indonesia, tanaman yang digunakan untuk terapi herbal sangat banyak. Contoh : jamu, juice dari rimpang tumbuh-tumbuhan tradisional dan dari buah – buahan.

C. Hipertensi

1. Definisi

Hipertensi adalah suatu keadaan dimana tekanan darah sistolik pada tubuh seseorang lebih dari atau sama dengan 140 mmHg dan atau tekanan darah diastolik lebih dari atau sama dengan 90 mmHg. Hipertensi sebagai salah satu penyakit yang cukup berbahaya hingga mendapatkan julukan *The Silent Killer*.

2. Gejala Hipertensi

Meskipun pada umumnya **penderita hipertensi** tidak menunjukkan gejala atau keluhan tertentu, namun terdapat keluhan tidak spesifik yang bisa dirasakan oleh penderita hipertensi, diantaranya adalah:

- a. Sakit kepala dan pusing
- b. Jantung berdebar-debar
- c. Rasa sakit di dada
- d. Gelisah
- e. Penglihatan kabur
- f. Mudah lelah
- g. Nyeri kepala berputar,
- h. Rasa berat di tengkuk,
- i. Marah/emosi tidak terkendali,
- j. Mata berkunang-kunang,
- k. Telinga berdengung,
- l. Suka Tidur,
- m. Kesemutan,

- n. Kesulitan bicara,
 - o. Rasa mual/muntah.
3. Pengobatan Hipertensi

Pengobatan hipertensi yang utama adalah dengan mengubah gaya hidup. Pola hidup sehat yang dapat diterapkan, diantaranya : olah raga teratur, jaga berat badan tetap ideal, batasi konsumsi garam, hindari merokok dan menghindari stres.

4. Tabel Derajat Hipertensi

Klasifikasi Tekanan Darah	TDS (mmHg)	TDD (mmHg)
Normal	<120	<80
Pre-Hipertensi	120-139	80-89
Hipertensi Stage 1	140-159	90-99
Hipertensi Stage 2	>160	>100

5. Faktor Yang Mempengaruhi Hipertensi

- a. Riwayat keluarga dengan Hipertensi
- b. Umur
- c. Kegemukan
- d. Merokok
- e. Stres
- f. Alkohol
- g. Obat-obatan
- h. Kurang olahraga
- i. Makanan berlemak
- j. Berhenti haid
- k. Penyakit (Diabetes Mellitus, Jantung, Ginjal).

6. Komplikasi

- a. Stroke
- b. Penyakit jantung koroner
- c. Gagal jantung
- d. Penyakit ginjal
- e. Penyakit pembuluh perifer (misalnya gejala semutan).

7. Pencegahan

- a. Pertahankan berat badan ideal
- b. Olahraga
- c. Batasi pemakaian garam
- d. Hindari konsumsi alkohol
- e. Tidak/berhenti merokok
- f. Makan banyak buah dan sayuran
- g. Hindari minum kopi berlebihan
- h. Rekreasi
- i. Hindari/atasi stres
- j. Cek tensi teratur/bulan (bila umur > 40 tahun).

8. Makanan Untuk Penderita Hipertensi

Makanan yang diperbolehkan:

- Semua bahan makanan segar atau diolah tanpa garam natrium, seperti beras, kentang, ubi, mie, maizena, hunkwee, terigu, gula pasir,
- Kacang-kacangan dan hasilnya seperti kacang hijau, kacang merah, kacang tanah, kacang tolo, tempe, tahu tawar, oncom,
- Minyak goreng, margarin tanpa garam,
- Sayuran dan buah-buahan tawar,
- Bumbu-bumbu seperti bawang merah, bawang putih, jahe, kemiri, kunyit, kencur, laos, lombok, salam, sere, cukak.

Bahan makanan yang dibatasi:

Untuk diet rendah garam, penggunaan daging/daging ayam/ikan dibatasi paling banyak 100 gram per hari. Telur ayam/telur bebek paling banyak 1 butir sehari.

BAB III

METODE PELAKSANAAN

A. Tempat dan Waktu Pelaksanaan

Tempat : Dusun Gunung Pentul Kulon Progo
Kegiatan : Pemeriksaan kesehatan, konseling, penyuluhan diabetes melitus dan terapi komplementer di Dusun Gunung Pentul Kulon Progo
Waktu pelaksanaan : Selasa, 5 Maret 2024

B. Peserta Penyuluhan

Peserta dalam kegiatan penyuluhan ini yaitu masyarakat di Dusun Gunung Pentul Kulon Progo

C. Alat dan Media Penyuluhan

Alat yang digunakan dalam penyuluhan yaitu LCD, Laptop, Tensi dan Stetoskop, *Easy touch* dan stik untuk pemeriksaan gula darah, asam urat, dan kolesterol sedangkan media yang digunakan yaitu power point dan leaflet.

D. Metode

Metode dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat yaitu memberikan penyuluhan kesehatan tentang diabetes melitus, hipertensi dan terapi komplementer dengan menggunakan metode ceramah dan diskusi.

E. Tim Pengabdian Masyarakat Dosen

1. Nama Lengkap : a) Tria Prasety Hadi, S.Kep.,Ns.,M.Kep
b) Nur Hidayat, S.Kep.,Ns.,M.Kep
Fakultas/Jurusan : Keperawatan Program Sarjana
2. Nama Lengkap : a) Agnes Erida Wijayanti, S.Kep.,Ns.,M.Kep
b) Novi Istanti, S.Kep.,Ns.,M.Kep
c) Murgi Handari, S.KM.,M.Kes
d) Maria Margaretha Marsiyah, S.Kep.,Ns.,M.Kep
Fakultas/Jurusan : Keperawatan Diploma Tiga
3. Nama Lengkap : a) Novita Sekarwati, S.KM., M.Si

- b) Ariana Sumekar, S.KM., M.Sc
 Fakultas/Jurusan : Kesehatan Masyarakat Program Sarjana
4. Nama Lengkap : a) Novita Sari, S.Si, M.Si
 b) Dewi Nur Anggraeni, S.Si.,M.Sc
 Fakultas/Jurusan : Teknologi Bank Darah Program Diploma

F. Penyelenggara

Civitas akademika Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Wira Husada Yogyakarta bekerjasama dengan Sekolah SMK Citra Semesta Indonesia Kulon Progo.

G. Pelaksanaan

Pelaksanaan kegiatan penyuluhan ini, sudah melalui perencanaan antara lain:

No	Tanggal	Kegiatan	Tempat	Penanggung Jawab
1	5 Maret 2024 Jam 09.00 – 10.00 WIB	Pemeriksaan Kesehatan	Dusun Gunung Pentul	Tim Pengabmas STIKES Wira Husada
2	5 Maret 2024 Jam 10.00-11.00 WIB	Konseling Kesehatan	Dusun Gunung Pentul	Tim Pengabmas STIKES Wira Husada
3	5 Maret 2024 Jam 11.00 – 12.00 WIB	Penyuluhan Kesehatan dan pembagian pakaian pantas pakai.	Dusun Gunung Pentul	Tim Pengabmas STIKES Wira Husada dan Tim SMK Citra Semesta Indonesia Kulon Progo

H. Rencana Agenda Kegiatan

Terlampir

I. Sumber Dana

Adapun rencana sumber dana kegiatan ini dari STIKES Wira Husada dan Sponsor.

BAB IV

HASIL DAN EVALUASI KEGIATAN

A. Hasil Kegiatan

Kegiatan pengabdian masyarakat Dies Natalis STIKES Wira Husada bekerjasama dengan SMK Citra Semesta Indonesia Kulon Progo. Kegiatan pengabdian masyarakat meliputi pengukuran BB dan TB, pemeriksaan tekanan darah, pemeriksaan gula darah, pemeriksaan asam urat, pemeriksaan kolesterol dan konseling kesehatan. Selain itu, juga dilakukan penyuluhan kesehatan tentang hipertensi, DM dan terapi komplementer serta kegiatan bakti sosial.

Sebelum kegiatan dimulai, dibuka dengan sambutan dari Kepala Dukuh Gunung Pentul dan sambutan dari Ketua Dies Natalis Stikes Wira Husada yang dipandu oleh MC dari mahasiswa. Kegiatan penyuluhan kesehatan disampaikan oleh perwakilan dari Prodi Keperawatan Diploma Tiga yaitu Alvito dan pendamping Ibu Agnes Erida Wijayanti, S.Kep.,Ns.,M.Kep tentang terapi komplementer, perwakilan dari Prodi Keperawatan Program Sarjana yaitu Nurwidayati dan pendamping Bapak Tria Prasetya Hadi, S.Kep.,Ns.M.Kep tentang DM dan perwakilan dari SMK Citra Semesta Indonesia Kulon Progo tentang hipertensi.

Adapun teknis kegiatan pengabdian masyarakat meliputi kegiatan pertama, peserta satu persatu melakukan penimbangan BB dan TB yang dilakukan oleh mahasiswa STIKES Wira Husada dan siswa SMK Citra Semesta Indonesia Kulon Progo kemudian dilanjutkan dengan pemeriksaan tekanan darah oleh dosen Prodi Kesehatan Masyarakat Program Sarjana. Kegiatan kedua yaitu melakukan pemeriksaan gula darah, kolesterol, asam urat dan konsultasi kesehatan oleh dosen Prodi Keperawatan Program Sarjana, Prodi Keperawatan Diploma Tiga dan Prodi Teknologi Bank Darah Program Diploma. Kegiatan ketiga yaitu bakti sosial dengan membagikan baju bekas layak pakai kepada peserta oleh mahasiswa STIKES Wira Husada dan siswa SMK Citra Semesta Indonesia Kulon Progo. Kegiatan keempat yaitu penyuluhan kesehatan terkait hipertensi, DM dan terapi komplementer oleh mahasiswa dan dosen Prodi Keperawatan S1, Prodi Keperawatan Diploma Tiga dan SMK kesehatan Sadewa.

Hasil observasi dari kegiatan ini yaitu peserta kegiatan pengabdian masyarakat mengikuti rangkaian kegiatan dengan baik dan lancar diantaranya peserta mendengarkan materi penyuluhan tentang diabetes melitus, hipertensi dan terapi komplementer, melakukan pengukuran berat badan, pemeriksaan kadar gula darah dan konseling

kesehatan dengan tim pengabdian masyarakat. Ketika sesi tanya jawab saat penyuluhan kesehatan, ada beberapa warga yang bertanya tentang materi yang disampaikan, selanjutnya pertanyaan tersebut dijawab dengan baik oleh tim penyuluh. Hal tersebut menunjukkan adanya antusias warga dalam mengikuti kegiatan penyuluhan kesehatan.

B. Evaluasi Kegiatan

Evaluasi kegiatan pengabdian masyarakat berupa pemeriksaan kesehatan, konseling kesehatan dan penyuluhan kesehatan sebagai berikut :

1. Peserta yang hadir dalam kegiatan pengabdian masyarakat sebanyak 31 orang
2. Kegiatan berjalan dengan baik dan sesuai rencana
3. Tim pengabmas sampai ke lokasi tidak sesuai dengan waktu yang telah ditentukan sehingga peserta telah menunggu di lokasi.
4. Konsultasi kesehatan terkait dengan hasil pemeriksaan membutuhkan waktu yang lama sehingga peserta yang dari pemeriksaan tekanan darah harus mengantri untuk dilakukan pemeriksaan gula darah, asam urat dan kolesterol.
5. Peserta antusias memperhatikan dan mendengarkan penyuluhan kesehatan

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Kegiatan pengabdian masyarakat dapat disimpulkan bahwa pemeriksaan kesehatan, konseling, penyuluhan kesehatan di Dusun Gunung Pentul telah dilakukan sebagai kegiatan dalam mengaplikasikan ilmu kesehatan dari tim pengabdian masyarakat dan mampu meningkatkan pengetahuan peserta tentang diabetes melitus, hipertensi dan terapi komplementer.

B. Saran

Pengabdian masyarakat berupa penyuluhan kesehatan perlu diadakan lagi terutama tentang materi penyuluhan kesehatan yang diperlukan oleh warga.

REFERENSI

American Diabetes Association, 2021. Standards Of Medical Care In Diabetes. Clinical And Applied Research And Education , 44(SUPPL), 11-16. <https://doi.org/10.23337/diacare.29.02.06.dc05-1989>

Kemkes, 2024. Mengenal Penyakit Hipertensi, <https://upk.kemkes.go.id/new/mengenal-penyakit-hipertensi>, diakses pada tanggal 11 Juli 2024.

Mailani, Fitri, 2023. Terapi Komplementer Dalam Keperawatan, Cetakan Pertama, Eureka Media Aksara : Jawa Tengah

PERKENI, 2021. Pengelolaan dan Pencegahan Diabetes Melitus Tipe 2 di Indonesia, PERKENI, Jakarta

P2PTM Kemenkes RI, 2024. Penyakit Diabetes Melitus. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, <https://p2ptm.kemkes.go.id/>

Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas), 2018. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian RI Tahun 2018

RSUD Ratu Zalecha Martapura, 2016. Materi Edukasi:Hipertensi, <https://rsraza.banjarkab.go.id/site/?p=345>, diakses pada tanggal 11 Juli 2024

Rufaida, Zulfa., Lestari, Sri, Wardini, Puji & Sari, Dyah, Permata, 2018. Terapi Komplementer, Cetakan Pertama, STIKes Majapahit Mojokerto : Mojokerto

Widyatuti, 2008. Terapi Komplementer Dalam Keperawatan. *Jurnal keperawatan Indonesia*, 12(1) : 53-57

LAMPIRAN

SATUAN ACARA PENYULUHAN (SAP)

TEMA : Penyuluhan Kesehatan tentang Diabetes Melitus, Hipertensi dan *Complementary Therapy*

TEMPAT : Dusun Gunung Pentul Wates Kulon Progo

WAKTU : 09.00 – 12.00 WIB

HARI/TANGGAL : Selasa/5 Maret 2024

1. TUJUAN

Setelah dilakukan penyuluhan kesehatan tentang diabetes melitus, hipertensi dan terapi komplementer selama 1 kali pertemuandiharapkan pengetahuan peserta penyuluhan tentang diabetes melitus, hipertensi dan terapi komplementerbertambah.

2. INDIKATOR PENCAPAIAN TUJUAN

Setelah mengikuti penyuluhan kesehatan, peserta dapat mengetahui dan memahami tentang diabetes melitus, hipertensi dan terapi komplementer.

3. MATERI PENYULUHAN

Terlampir dalam bentuk *copy* materi

4. KEGIATAN PEMBELAJARAN

TAHAP KEGIATAN	KEGIATAN PEMBELAJARAN	METODE PEMBELAJARAN	MEDIA DAN ALAT PEMBELAJARAN	ESTIMASI WAKTU
PENDAHULUAN	1) Menyapa pesertapenyuluhand enganmengucapkans alam danmemperkenalkan diri 2) Menyampaikantujua n penyuluhan	Ceramah	Media :PPT materi Alat : Laptop	5 menit
INTI	1) Penyuluhmenyampa ikanmateri tentangdiabetes melitus 2) Penyuluh menyampaikan materi tentang hipertensi 3) Penyuluh menyampaikan	Ceramah, Tanya Jawab	Media : PPT materi Alat : laptop	20 menit

	<p>materi tentang terapi komplementer</p> <p>4) Tanya jawab singkat tentang materi yang sudah disampaikan</p>			
PENUTUP	<p>1) Penyuluh melakukan evaluasi hasil penyuluhan</p> <p>2) Penyuluh menyimpulkan materi yang telah disampaikan tentang diabetes melitus, hipertensi dan terapi komplementer</p> <p>3) Penyuluh menutup penyuluhan dengan mengucapkan salam</p>	Ceramah	Alat : Laptop	5 menit
TOTAL				30 menit

5. EVALUASI

- a. Jelaskan jenis – jenis terapi komplementer !
- b. Sebutkan gejala utama penderita Diabetes Mellitus !

6. KUNCI JAWABAN

- a. Jenis terapi komplementer yaitu
 - 1) Mind therapy yang berpusat pada mindset,
 - 2) Body therapy dengan cara memberikan perangsangan pada tubuh
 - 3) Herbal therapy dengan memanfaatkan tanaman obat atau produk hewani
- b. Gejala utama penderita DM yaitu :
 - 1) Sering merasa haus (Polidipsi)
 - 2) Cepat merasa lapar (Polifagi)
 - 3) Intensitas buang air kecil yang cukup sering (Poliuri)

7. DAFTAR PUSTAKA

- a. Mailani, Fitri, 2023. Terapi Komplementer Dalam Keperawatan, Cetakan Pertama, Eureka Media Aksara : Jawa Tengah
- b. P2PTM Kemenkes RI, 2024. Penyakit Diabetes Melitus. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, <https://p2ptm.kemkes.go.id/>
- c. Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas), 2018. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian RI Tahun 2018



SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN (STIKES) WIRA HUSADA YOGYAKARTA

(SCHOOL OF HEALTH SCIENCE WIRA HUSADA YOGYAKARTA)

SK Menteri Pendidikan Nasional No. 74/D/O/2002

Jl. Babarsari, Glendongan, Tambak Bayan, Catur Tunggal, Depok, Sleman Yogyakarta 55281

Telp. (0274) 485110, 485113, Fax 485110

Home page: www.stikeswirahusada.ac.id, e-mail: info@stikeswirahusada.ac.id

DAFTAR HADIR MAHASISWA PENGABDIAN MASYARAKAT DIES NATALIS XXII STIKES WIRA HUSADA YOGYAKARTA TAHUN 2024

Hari, Tanggal : Selasa, 5 Maret 2024

Waktu : 09.00 WIB - Selesai

Tempat : Balai Pertemuan Padukuhan Gunung Pentul, Wates, Kulon Progo

No	Nama	Tugas Kegiatan	Tanda Tangan
1	Desvi Ratnasari	Mengukur Tekanan Darah	
2	Yunisa Nihai S	MC	
3	Murwidhyati	Penyuluhan DM	
4	Wigian	Petugas Cek Tekanan Darah	
5	Rima Nur Hidayati	Petugas Cek GDS	
6	Alvito	Penyuluh	
7	Ilham	Petugas cek tekanan darah	
8	Aelha	Pengukur TB	
9			
10			

Mengetahui

Ketua Panitia Dies Natalis XXII

Agnes Erida Wijayanti, S.Kep.,Ns.,M.Kep



SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN (STIKES) WIRA HUSADA YOGYAKARTA

(SCHOOL OF HEALTH SCIENCE WIRA HUSADA YOGYAKARTA)

SK Menteri Pendidikan Nasional No. 74/D/O/2002

Jl.. Babarsari, Glendongan, Tambak Bayan, Catur Tunggal, Depok, Sleman Yogyakarta 55281

Telp. (0274) 485110 , 485113, Fax 485110

Home page: www.stikeswirausaha.ac.id , e-mail: info@stikeswirausaha.ac.id

DAFTAR HADIR DOSEN

PENGABDIAN MASYARAKAT DIES NATALIS XXII STIKES WIRA HUSADA YOGYAKARTA TAHUN 2024

Hari, Tanggal : Selasa, 5 Maret 2024
Waktu : 09.00 WIB - Selesai
Tempat : Balai Pertemuan Padukuhan Gunung Pentul, Wates, Kulon Progo

No	Nama	Instansi	Tanda Tangan
1	Agnes Erida	Prodi Diploma tiga kep	
2	Muzi Handan	- " -	
3	Dewi Nur Anggraeni	Prodi D3 TBD	
4	NUR Hidayat	prodi s1 kp	
5	Novi Istanti	Prodi Diploma tiga kep	
6	Marisa MM	prodi diploma tiga kep	
7	NOVITA SAKI	prodi D3 TBD	
8	Novita Sekarwati	Prodi kemas	
9	Aniana Sumekar	Prodi kemas	
10			

Mengetahui

Ketua Panitia Dies Natalis XXII

Agnes Erida Wijayanti, S.Kep..Ns..M.Kep

DOKUMENTASI KEGIATAN





