



**LAPORAN PENANGGUNGJAWABAN TERAPI AKTIVITAS
KELOMPOK (TAK) PADA KLIEN DENGAN DIABETES MELLITUS
DI WISMA PISANG PANTI SOSIAL TRESNA WERDHA BUDIMULYA 2
JAKARTA BARAT TAHUN 2023**

*Responsibility Report On Group Activity Therapy On Clients With Diabetes
Mellitus At Wisma Pisang Panti Sosial Tresna Werdha Budi Mulya 2
Jakarta Barat Year 2023*

**Alfika Safitri¹, Muhamad Dian Permana Angga Dirja², Suci Ririn Puspita³,
Kasifah⁴, Nurul Siti Khodijah⁵, Rika Apriliana⁶, Hesty Oktalia⁷, Yulia
Sartika Sari⁸, Annisa Rahmawati⁹, Tasya Rezky Amelia¹⁰, Riska Elda
Sari¹¹, Tuti Selfiani¹², Dewi Puji Astuti¹³**

Universitas Yatsi Madani

Email : dianaceng80@gmail.com

Abstract

Introduction Diabetes mellitus is still an important health problem in the world, including in Indonesia, because cases continue to occur and are increasing (Nuraisyah, 2018). This disease is a metabolic disease characterized by chronic hyperglycemia resulting from damage/deficiency of insulin secretion, impaired response to insulin hormone or both (IDF, 2021 in Sutomo & Hadi, 2023). Diabetes Mellitus is not only the cause of death worldwide but is the main cause of blindness, heart disease and kidney failure (Ministry of Health of the Republic of Indonesia, 2020). The International Diabetes Federation in 2022 reports that 537 million adults (20-79 years) live with diabetes worldwide. This number is expected to increase to 643 million (1 in 9 adults) in 2030 and 784 million (1 in 8 adults) in 2045. Diabetes mellitus causes 6.7 million deaths in 2021. It is estimated that 44% of adults living with diabetes (240 million people) undiagnosed. 541 million adults worldwide, or 1 in 10, have impaired glucose tolerance, placing them at high risk of developing type 2 diabetes (IDF, 2021). The Ministry of Health of the Republic of Indonesia reports that the number of people with diabetes mellitus in 2021 is 19.47 million people (Ministry of Health RI, 2022). In Indonesia, the percentage of the population suffering from diabetes mellitus is 1.5% percent of the total population of Indonesia, which is approximately 172.5 million people. Diabetes mellitus (DM) is a condition that is often associated with an increased risk of morbidity and mortality. Elderly (elderly) who suffer from DM often also experience other diseases, physical disabilities, psychosocial disorders and cognitive function, as well as increased medical services. In the end, the complications that occur will affect the quality of life of the elderly (Simatupang & Mita Kristina, 2023). Type 2 DM is found in 85-90% of the total DM sufferers and is often found in the elderly. The highest prevalence of DM was found in residents aged ≥ 60 years with the highest incidence also found in that age group. The results of the Canadian Study of Health and Aging (CHSA) showed that the prevalence of DM was 12.1%. According to a survey conducted by the World Health Organization (WHO), Indonesia ranks 4th with the largest number of DM sufferers in the world after India, China and the United States. (Simatupang & Mita Kristina, 2023).

Keywords: Therapy, Activities, Groups



Abstrak

Pendahuluan Diabetes mellitus sampai saat ini masih menjadi permasalahan kesehatan penting di dunia termasuk di Indonesia, karena kasusnya yang terus terjadi dan mengalami peningkatan (Nuraisyah, 2018). Penyakit ini merupakan penyakit metabolik yang ditandai dengan hiperglikemia kronis yang diakibatkan karena kerusakan / defisiensi sekresi insulin, kerusakan respon terhadap hormon insulin ataupun keduanya (IDF, 2021 dalam Sutomo & Hadi, 2023). Diabetes Mellitus tidak hanya penyebab kematian di seluruh dunia tetapi sebagai penyebab utama kebutaan, penyakit jantung, dan gagal ginjal (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2020). International Diabetes Federation pada tahun 2022 melaporkan bahwa 537 juta orang dewasa (20-79 tahun) hidup dengan diabetes di seluruh dunia. Jumlah ini diperkirakan akan meningkat menjadi 643 juta (1 dari 9 orang dewasa) pada tahun 2030 dan 784 juta (1 dari 8 orang dewasa) pada tahun 2045. Diabetes mellitus menyebabkan 6,7 juta kematian pada tahun 2021. Diperkirakan 44% orang dewasa yang hidup dengan diabetes (240 juta orang) tidak terdiagnosis. 541 juta orang dewasa di seluruh dunia, atau 1 dari 10, mengalami gangguan toleransi glukosa, menempatkan mereka pada risiko tinggi terkena diabetes tipe 2 (IDF, 2021). Kementerian Kesehatan Republik Indonesia melaporkan jumlah penderita diabetes mellitus pada tahun 2021 sebanyak 19,47 juta jiwa (Kemenkes RI, 2022). Di Indonesia presentase penduduk yang menderita diabetes mellitus adalah 1,5% persen dari keseluruhan penduduk Indonesia yaitu kurang lebih 172,5 juta jiwa, Diabetes mellitus (DM) merupakan keadaan yang seringkali dikaitkan dengan meningkatnya risiko kesakitan dan kematian. Lanjut usia (lansia) yang menderita DM seringkali juga mengalami penyakit lainnya, ketidakmampuan fisik, gangguan psikososial dan fungsi kognisi, serta meningkatnya pelayanan kedokteran. Pada akhirnya, komplikasi yang terjadi akan mempengaruhi kualitas hidup lansia (Simatupang & Mita Kristina, 2023). DM tipe 2 didapatkan pada 85-90% dari total penderita DM dan seringkali ditemukan pada lansia. Prevalensi DM tertinggi didapatkan pada penduduk berusia ≥ 60 tahun dengan insidens tertinggi juga didapatkan pada kelompok usia tersebut. Hasil penelitian The Canadian Study of Health and Aging (CHSA) menunjukkan prevalensi DM besarnya 12,1%. Menurut survei yang dilakukan World Health Organization (WHO), Indonesia menempati urutan ke-4 dengan jumlah penderita DM terbesar di dunia setelah India, Cina dan Amerika Serikat. (Simatupang & Mita Kristina, 2023).

Kata kunci: Terapi, Aktivitas, Kelompok

PENDAHULUAN

Diabetes mellitus sampai saat ini masih menjadi permasalahan kesehatan penting di dunia termasuk di Indonesia, karena kasusnya yang terus terjadi dan mengalami peningkatan (Nuraisyah, 2018). Penyakit ini merupakan penyakit metabolik yang ditandai dengan hiperglikemia kronis yang diakibatkan karena kerusakan / defisiensi sekresi insulin, kerusakan respon terhadap hormon insulin ataupun keduanya (IDF, 2021 dalam Sutomo & Hadi, 2023). Diabetes Mellitus tidak hanya penyebab kematian di seluruh dunia tetapi sebagai penyebab utama kebutaan, penyakit jantung, dan gagal ginjal (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2020).

International Diabetes Federation pada tahun 2022 melaporkan bahwa 537 juta orang dewasa (20-79 tahun) hidup dengan diabetes di seluruh dunia. Jumlah ini diperkirakan akan meningkat menjadi 643 juta (1 dari 9 orang dewasa) pada tahun 2030 dan 784 juta (1 dari 8 orang dewasa) pada tahun 2045. Diabetes mellitus



menyebabkan 6,7 juta kematian pada tahun 2021. Diperkirakan 44% orang dewasa yang hidup dengan diabetes (240 juta orang) tidak terdiagnosis 541 juta orang dewasa di seluruh dunia, atau 1 dari 10, mengalami gangguan toleransi glukosa, menempatkan mereka pada risiko tinggi terkena diabetes tipe 2 (IDF, 2021). Kementerian Kesehatan Republik Indonesia melaporkan jumlah penderita diabetes mellitus pada tahun 2021 sebanyak 19,47 juta jiwa (Kemenkes RI, 2022).

Di Indonesia presentase penduduk yang menderita diabetes mellitus adalah 1,5% persen dari keseluruhan penduduk Indonesia yaitu kurang lebih 172,5 juta jiwa, Diabetes mellitus (DM) merupakan keadaan yang seringkali dikaitkan dengan meningkatnya risiko kesakitan dan kematian. Lanjut usia (lansia) yang menderita DM seringkali juga mengalami penyakit lainnya, ketidakmampuan fisik, gangguan psikososial dan fungsi kognisi, serta meningkatnya pelayanan kedokteran. Pada akhirnya, komplikasi yang terjadi akan mempengaruhi kualitas hidup lansia (Simatupang & Mita Kristina, 2023).

DM tipe 2 didapatkan pada 85-90% dari total penderita DM dan seringkali ditemukan pada lansia. Prevalensi DM tertinggi didapatkan pada penduduk berusia ≥ 60 tahun dengan insidens tertinggi juga didapatkan pada kelompok usia tersebut. Hasil penelitian The Canadian Study of Health and Aging (CHSA) menunjukkan prevalensi DM besarnya 12,1%. Menurut survei yang dilakukan World Health Organization (WHO), Indonesia menempati urutan ke-4 dengan jumlah penderita DM terbesar di dunia setelah India, Cina dan Amerika Serikat. (Simatupang & Mita Kristina, 2023).

METODE

Metode yang digunakan ialah dengan sosialisasi atau diskusi untuk memberikan penyuluhan serta demonstrasi senam diabetes mellitus. Untuk mengetahui pengertian dan kegunaan senam diabetes serta adanya sesi tanya jawab diakhir kegiatan, dalam kegiatan ini jumlah peserta ada 15 orang di wisma pisang panti sosial tresna werdha budi mulya 2 jakarta barat. Kegiatan Kegiatan Terapi Aktivitas Kelompok (TAK) ini dilakukan dilakukan pada hari Kamis, 06 Juni 2023 diselenggarakan secara langsung di wisma pisang panti sosial tresna werdhabudi mulya 2 jakarta barat, pada pukul 09.30-selesai WIB. Sasaran dalam kegiatan ini adalah penderita diabetes mellitus.

HASIL PELAKSANAAN KEGIATAN

Kegiatan Terapi Aktivitas Kelompok (TAK), dilakukan pada hari Kamis, 06 Juni 2023 diselenggarakan secara langsung di wisma pisang panti sosial tresna Werdha Budi Mulya 2 Jakarta Barat, pada pukul 09.30 - selesai. Selanjutnya kegiatan diawali dengan pembukaan yaitu pengenalan tim TAK dengan peserta. Ti menjelaskan tujuan dari kegiatan yang akan dilakukan. Tahap kegiatan selanjutnya dengan cara tanya jawab kepada peserta seputar materi dan praktik mengenai Senam Diabetes sehingga peserta sudah memahami dan menguasai materi dan senam diabetes, dikarenakan materi dan senam tersebut merupakan inti dari penyuluhan



tersebut.

Kemudian dilanjutkan dengan tahap praktek, dalam hal ini dilakukan dengan cara memandu senam diabetes, sehingga dapat dilaksanakan secara langsung serta dipraktikkan bersama. Dengan adanya beberapa peserta yang ingin bertanya menandakan bahwa peserta berperan aktif dan antusias setelah melakukan senam, hal ini peserta sudah memahami dan menguasai senam diabetes.

Hasil observasi di dapatkan bahwa peserta mendapatkan mempraktikkan senam diabetes melitus dan secara langsung panitia mengkoordinir satu persatu klien bisa melakukan senam dengan menilai dari hasil pengamatan yang dilakukan oleh panitia.

KESIMPULAN DAN SARAN

Diabetes Mellitus merupakan penyakit kronis dimana organ pancreas sudah tidak dapat menghasilkan insulin secara cukup atau saat tubuh tidak dapat secara efektif menggunakan insulin yang dihasilkan sehingga menyebabkan peningkatan konsentrasi glukosa dalam darah (hiperglikemia). Hiperglikemia dalam jangka panjang dapat menimbulkan komplikasi mikrovaskular (retinopati, nefropati, neuropati) dan komplikasi makrovaskular (aterosklerotik, stroke, angina, infark miokardium, gangrene). Diharapkan terapi ini dapat membantu klien mengerti akan penggunaan senam diabetes, serta menjaga peningkatan kesehatan fisik.

DAFTAR PUSTAKA

- ADA, A. D. A. (2022). Improving Care and Promoting Health in Populations: Standards of Medical Care in Diabetes 2022. *Diabetes Care*, 45, S8–S16.
- Adam, L., & Tomayahu, M. B. (2019). Tingkat stres dengan kadar gula darah pada pasien diabetes melitus. *Jambura Health and Sport Journal*, 1(1), 1–5.
- Kemendes RI, K. K. R. I. (2020). Infodatin Tetap Produktif, Cegah, dan Atasi Diabetes Melitus 2020. In Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan RI (pp. 1–10).
- Nanda, O. D., Wiryanto, B., & Triyono, E. A. (2018). Hubungan kepatuhan minum obat anti diabetik dengan regulasi kadar gula darah pada pasien laki-laki diabetes mellitus. *Amerta Nutrition*, 2(4), 340–348.
- Perkeni, P. E. I. (2021). Pedoman Pengelolaan dan Pencegahan Diabetes Mellitus Tipe 2 Dewasa di Indonesia. 119.
- Setiyorini, E., Wulandari, N. A., & Efyuwinta, A. (2018). Hubungan kadar gula darah dengan tekanan darah pada lansia penderita Diabetes Tipe 2. *Jurnal Ners Dan Kebidanan (Journal of Ners and Midwifery)*, 5(2), 163–171.
- Standar prosedur operasional senam kaki Diabetes Mellitus. Universitas Yatsi Madani
- Wijayanti, S. P. M., Nurbaiti, T. T., & Maqfiroch, A. F. A. (2020). Analisis Faktor Risiko Kejadian Diabetes Mellitus Tipe II di Wilayah Pedesaan. *Jurnal Promosi Kesehatan Indonesia*, 15(1), 16.