

SATUAN ACARA PENYULUHAN

Pokok Bahasan	: Diabetes Melitus (DM)
Sub Pokok Bahasan	: Perawatan dan Pencegahan DM
Sasaran	: Pasien Diabetes Melitus Di Ruang Seruni
Hari/Tanggal	: Selasa, 27 Juni 2018
Waktu	: 15 menit
Penyuluh	: Restu Alief Heryani

A. Tujuan Umum

Setelah diberikan penyuluhan, diharapkan klien mampu melakukan perawatan dan pencegahan penyakit DM

B. Tujuan Khusus

Setelah mengikuti penyuluhan selama 15 menit diharapkan klien mampu:

1. Menjelaskan pengertian DM
2. Menyebutkan penyebab dari DM
3. Menyebutkan tanda dan gejala DM
4. Menyebutkan apa saja komplikasi dari DM
5. Menyebutkan tanda hiperglikemi
6. Menyebutkan penanganan hiperglikemi
7. Menyebutkan makanan yang dianjurkan dan dihindari

C. Materi (Terlampir)

1. Pengertian DM
2. Penyebab DM
3. Tanda dan gejala DM

4. Komplikasi DM
5. Tanda hiperglikemi
6. Penanganan hiperglikemi
7. Makanan yang dianjurkan dan dihindari

D. Kegiatan Belajar Mengajar (KBM)

No	Kegiatan Penyuluhan	Metode	Media	Waktu
1	Pembukaan: <ol style="list-style-type: none"> a. Memberi salam b. Memperkenalkan diri c. Menyampaikan tujuan d. Kontrak waktu penyuluhan 	Ceramah	-	2 menit
2	Pelaksanaan: <ol style="list-style-type: none"> a. Menjelaskan pengertian DM b. Menjelaskan penyebab dari DM c. Menjelaskan tanda dan gejala DM d. Menjelaskan komplikasi dari DM e. Menjelaskan tanda hiperglikemi f. Menjelaskan penanganan hiperglikemi g. Menjelaskan makanan yang dianjurkan dan dihindari 	Ceramah Diskusi Tanya jawab	Lembar balik	10 menit
3	Penutup: <ol style="list-style-type: none"> a. Evaluasi b. Menyimpulkan materi c. Mengucapkan salam. 	Ceramah	-	3 menit

E. Evaluasi

1. Bentuk : Essay
2. Prosedur Evaluasi : Lisan
3. Waktu : 5 menit
4. Jumlah Soal : 6 soal

F. Sumber

Black & Hawks. (2014). *MEDICAL-URGICAL NURSING: Clinical Management for Positive Outcomes*. Singapore: Elsevier.

Kemkes RI. (2008). *Pedoman Teknis Penemuan dan Tata Laksana Penyakit Diabetes Melitus*. Jakarta: Kemkes RI.

Kurniadi, Helmanu. (2014). *STOP! Gejala Penyakit Jantung Koroner, Kolesterol Tinggi, Diabetes Melitus, Hipertensi*. Yogyakarta: Istana Media.

DIABETES MELITUS (DM)

A. Pengertian DM

Diabetes Melitus (DM) adalah gangguan metabolisme yang ditandai dengan hiperglikemi yang berhubungan dengan abnormalitas metabolisme karbohidrat, lemak, dan protein yang disebabkan oleh penurunan sekresi insulin atau penurunan sensitivitas insulin atau keduanya dan menyebabkan komplikasi kronis mikrovaskular, makrovaskular, dan neuropati. Batas normal gula darah adalah pada perempuan 2,4 – 6,0 mg/dL, laki – laki 3,4 – 7,0 mg/dL dan anak – anak 2,0 – 5,5mg/dL.

B. Penyebab DM yaitu:

1. Usia (biasanya terjadi setelah usia 30 tahun).
2. Kelebihan berat badan (obesitas).
3. Kurang aktivitas.
4. Faktor keturunan (herediter).
5. Pola makan yang salah
6. Minum obat-obat steroid
7. Stress

C. Tanda dan Gejala DM (Black, 2014)

- | | |
|------------------------------|-----------------------------|
| 1. Polyuria (banyak kencing) | 5. Pandangan kabur berulang |
| 2. Polidipsi (banyak minum) | 6. Pruritus |
| 3. Polifagi (banyak makan) | 7. Ketonuria |
| 4. Penurunan berat badan | 8. Lemas |

9. Keletihan

10. Pusing

D. Komplikasi DM (Kurniadi, 2014)

1. Masalah pada mata, yaitu retinopati, katarak, dan glaukoma.
2. Komplikasi pada ginjal, yaitu nefropati
3. Komplikasi pada saraf, yaitu neuropati pada tungkai kaki (ulkus/gangren), saluran pencernaan dan kandung kemih
4. Komplikasi pada jantung dan otak, yaitu aterosklerosis, miocard infark, dan stroke.
5. Disfungsi seksual, yaitu impoten dan berkurangnya cairan pelumas, nyeri saat berhubungan seksual, kadang terjadi anorgasme.
6. Komplikasi pada hati, yaitu fatty liver.

E. Tanda dan gejala hiperglikemi

1. Sering BAK khususnya malam hari
2. Badan terasa lelah dan lemas
3. Nyeri perut, mual, muntah
4. Mudah ngantuk, nafsu makan turun

F. Penanganan hiperglikemi

1. Diberi obat atau suntik insulin
2. Diminta untuk minum air putih yang banyak
3. Disarankan olahraga

Soal

1. Apa yang dimaksud dengan DM?
2. Sebutkan penyebab dari DM?
3. Sebutkan tanda dan gejala dari DM?
4. Sebutkan komplikasi dari DM?
5. Sebutkan tanda dan gejala hiperglikemi?
6. Sebutkan penanganan hiperglikemi?

Jawaban:

1. Pengertian DM

Diabetes Melitus (DM) adalah peningkatan kadar gula darah dalam tubuh.

Batas normal gula darah adalah pada perempuan 2,4 – 6,0 mg/dL, laki – laki

3,4 – 7,0 mg/dL dan anak – anak 2,0 – 5,5mg/dL

2. Penyebab DM

- a. Usia (biasanya terjadi setelah usia 30 tahun).
- b. Kelebihan berat badan (obesitas).
- c. Faktor keturunan (hereditas).
- d. Pola makan yang salah
- e. Stres

3. Tanda dan Gejala DM

- a. Polyuria (banyak kencing)

- b. Polidipsi (banyak minum)
 - c. Polifagi (banyak makan)
 - d. Lemas
4. Komplikasi DM (Kurniadi, 2014)
- a. Masalah pada mata.
 - b. Komplikasi pada ginjal
 - c. Luka gangrene
 - d. Stroke.
5. Tanda dan gejala hiperglikemi
- a. Sering BAK khususnya malam hari
 - b. Badan terasa lelah dan lemas
 - c. Nyeri perut, mual, muntah
 - d. Mudah ngantuk, nafsu makan turun
6. Penanganan hiperglikemi
- a. Diberi obat atau suntik insulin
 - b. Diminta untuk minum air putih yang banyak
 - c. Disarankan olahraga