

Lampiran 1 1 SAP Diabetes Mellitus

**SATUAN ACARA PENYULUHAN  
DIABETES MELLITUS**



**Disusun oleh :**

SINDI NUR HALIZAH

2014471083

Tingkat III Reguler 2

**POLITEKNIK KESEHATAN TANJUNGGARANG  
PRODI KEPERAWATAN KOTABUMI  
TAHUN 2022/2023**

## SATUANACARA PENYULUHAN

Pokok Bahasan : DM

Sub pokok :

- a. Menyebutkan pengertian diabetes mellitus
- b. Menyebutkan penyebab diabetes mellitus
- c. Menyebutkan tanda dan gejala diabetes mellitus
- d. Menyebutkan upaya untuk mencegah terjadinya diabetes mellitus
- e. Menyebutkan komplikasi pada diabetes mellitus
- f. Menyebutkan penanganan diabetes mellitus

Sasaran : Keluarga Ny. S

Waktu : 30 menit (pukul 09.00-09.30)

Tanggal : 17 Oktober 2022

Tempat : Rumah Ny. S

Pelaksana : Sindi Nur Halizah

### 1. Tujuan Instruksional Umum (TIU)

Hasil yang diharapkan setelah dilakukan pendidikan kesehatan yaitu agar keluarga Ny.S mengetahui tentang diabetes mellitus dan dapat melakukan perawatan terhadap anggota keluarga yang menderita penyakit diabetes mellitus.

### 2. Tujuan Instruksional Khusus (TIK)

Setelah mengikuti pendidikan kesehatan selama 30 menit, keluarga Ny. S mampu:

- a. Menyebutkan pengertian DM
- b. Menyebutkan penyebab DM
- c. Menyebutkan tanda dan gejala DM

- d. Menyebutkan upaya untuk mencegah terjadinya DM
  - e. Menyebutkan komplikasi pada DM
3. Menyebutkan penanganan DM Materi  
Diabetes mellitus
  4. Kegiatan Penyuluhan

No	Tahapan	Kegiatan		Waktu
		Penyuluhan	Sasaran	
	Pembukaan	<ol style="list-style-type: none"> <li>a. Mengucapkan salam</li> <li>b. Memperkenalkan diri</li> <li>c. Menjelaskan tujuan</li> <li>d. Menyebutkan materi</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Menjawab salam</li> <li>- Mendengarkan</li> <li>- Memperhatikan</li> <li>- Memperhatikan</li> </ul>	5 menit
	Pelaksanaan	<ol style="list-style-type: none"> <li>a. Menjelaskan tentang pengertian penyakit DM</li> <li>b. Menjelaskan tentang hal-hal baik penyebab, tanda dan gejala penyakit, komplikasi DM</li> <li>c. Menjelaskan hal-hal yang berhubungan dengan pencegahan dan penatalaksanaan DM</li> <li>d. Memberi kesempatan peserta untuk bertanya</li> <li>e. Menjawab pertanyaan</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Memperhatikan</li> <li>- Memperhatikan</li> <li>- Memperhatikan</li> <li>- Bertanya dan menjawab pertanyaan yang Diajukan</li> <li>- Bertanya kepada pemberi materi</li> </ul>	15 Menit
	Evaluasi	- Menanyakan kepadapeserta tentang materi yang telah diberikan	- Menjawab pertanyaan	10 Menit
	Terminasi	<ol style="list-style-type: none"> <li>a. Mengucapkan apresiasi atas peran serta peserta</li> <li>a. Mengucapkan salam</li> <li>b. Penutup</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Mendengarkan</li> <li>- Menjawab salam</li> </ul>	2 menit

5. Metode

Diskusi atau tanya jawab

6. Media dan sumber

Leaflet

7. Evaluasi

a. Evaluasi Proses

Seluruh peserta penyuluhan antusias terhadap materi penyuluhan, tidak ada peserta yang meninggalkan tempat sebelum kegiatan selesai, serta peserta terlibat aktif dalam kegiatan penyuluhan.

b. Evaluasi Hasil

Peserta mengerti tentang penyakit DM, dapat menyebutkan pengertian, penyebab, tanda dan gejala, pencegahan, penanganan serta komplikasi pada DM.

## MATERI

### DIABETES MELLITUS

Diabetes melitus atau sering disebut kencing manis merupakan suatu penyakit yang sering dijumpai di masyarakat. Diabetes dikatakan sebagai Mother Of Diseases karena merupakan “Ibu” dari segala macam penyakit didunia seperti hipertensi, penyakit jantung, gagal ginjal, dan stroke. Diabetes adalah kondisi kronik karena peningkatan kadar glukosa darah dalam tubuh (Hiperglikemia) akibat tubuh tidak secara efektif dapat memproduksi atau menggunakan insulin. Diabetes dapat dibagi menjadi tiga yaitu DM tipe 1, DM tipe 2, dan diabetes melitus gestational (Tirta aditya prima, 2021).

#### 1. Etiologi

Etiologi dari penyakit diabetes yaitu gabungan antara faktor genetic dan faktor lingkungan. Etiologi lain dari diabetes yaitu sekresi atau kerja insulin, abnormalitas, metabolic yang mengganggu sekresi insulin, abnormalitas mitokondria, dan sekelompok kondisi lain yang mengganggu toleransi glukosa. Diabetes melitus dapat muncul akibat penyakit eksokrin pancreas ketika terjadi kerusakan pada mayoritas islet dari pancreas. Hormone yang bekerja sebagai antagonis insulin juga dapat menyebabkan diabetes (Biologi et al 2021). Menurut (Anugrah, 2020) Penyebab diabetes melitus digolongkan menjadi:

##### a. Virus/Bakteri

Melalui mekanisme infeksi sitolitik dalam sel beta virus/ bakteri merusak sel, juga bisa merusak autoimun dalam sel beta. Bahan toksik atau beracun yang mampu merusak sel beta secara langsung adalah aloksan, Pyrinuron (rodentisida) dan streptozocin (produk dari sejenis jamur) bahan lain adalah sianida berasal dari singkong.

##### b. Genetik/faktor keturunan

Para ahli kesehatan menyebutkan penyakit DM merupakan penyakit yang terpaut kromosom seks atau kelamin. Biasanya laki-laki menjadi penderitanya. sedangkan kaum perempuan sebagai piha pembawa gen untuk diwariskan pada anak-anak.

c. Obesitas

Semakin banyak timbunan lemak diperut, maka semakin sulit insulin bekerja sehingga gula darah naik.

d. Usia

Resiko terkena diabetes meningkat seiring bertambahnya umur, terutama setelah umur 40 tahun.

e. Glukotoksisitas

Kadar glukosa darah yang berlangsung lama akan menyebabkan peningkatan stress oksidatif, IL 1 $\beta$  dan NF-KB dengan akibat peningkatan apoptosis sel beta.

f. Lipotoksisitas

Peningkatan asam lemak bebas yang berasal dari jaringan adiposa dalam proses lipolysis.

2. Tanda gejala

Menurut ( Saputri, 2021) tanda dan gejala DM adalah:

- a. Sering kencing (polyuria) adalah kondisi dimana terjadi kelainan pada produksi urin didalam tubuh yang abnormal yang menyebabkan sering berkemih. Biasanya berkemih normal 4-8 kali sehari, karena kelebihan produksi urin dalam tubuh maka berkemih lebih dari normal sehari.
- b. Cepat haus (polidipsia) adalah kondisi akibat poliuria (sering kencing) menyebabkan rasa haus yang berlebihan.
- c. Polifagia (cepat lapar) adalah kondisi dimana sering merasa lapar. Hal ini disebabkan karena glukosa darah pada penderita DM tidak semuanya dapat diserap oleh tubuh yang berakibat tubuh kekurangan energi.
- d. Berat badan menurun adalah kondisi dimana kemampuan metabolisme glukosa terganggu sehingga tubuh tidak dapat menyimpan glukosa dan membuangnya melalui urin, sehingga tubuh mengambil glukosa cadangan di jaringan tubuh sebagai energi.
- e. Luka infeksi yang sukar sembuh adalah kondisi yang disebabkan efek dari hiperglikemia, sehingga terjadi komplikasi akut dan komplikasi kronik yang merusak jaringan tubuh.
- f. Mudah Lelah adalah kondisi yang terjadi akibat poliuria dan polidipsia.

### 3. Penatalaksana Diabetes Mellitus

Menurut (Febriana erna, 2022) ada 5 komponen dalam penatalaksana diabetes mellitus yaitu:

#### a. Diet yang tepat

Diet dan pengendalian berat badan merupakan dasar dari penatalaksanaan Diabetes Melitus. Menurut Departemen Kesehatan RI menetapkan bahwa kebutuhan kalori individu sebesar 2000 kalori/hari. Penatalaksanaan nutrisi pada penderita Diabetes Melitus diarahkan untuk mencapai tujuan berikut ini:

- b. Memberikan semua unsur makanan esensial (misalnya vitamin, mineral)
- c. Mencapai dan mempertahankan berat badan yang sesuai.
- d. Memenuhi kebutuhan energy
- e. Mencegah fluktuasi kadar glukosa darah mendekati normal melalui cara yang aman dan praktis
- f. Menurunkan kadar lemak darah jika kadar mi meningkat.

#### b. Latihan fisik

Latihan sangat penting dalam penatalaksanaan Diabetes Melitus karena efeknya dapat menurunkan kadar glukosa darah dan mengurangi faktor resiko kardiovaskuler. Latihan akan menurunkan kadar glukosa darah dengan meningkatkan pengambilan glukosa oleh otot dan memperbaiki pemakaian insulin. Latihan dengan cara melawan tahanan (resistance training) dapat meningkatkan lean body mass dan dengan demikian menambah laju metabolisme istirahat (resting metabolic rate).

#### c. Pemantauan Kadar Glukosa Darah Secara Mandiri

Dengan melakukan pemantauan kadar glukosa darah secara mandiri (SMBG, Self Monitoring of Blood Glucose) penderita DM kini dapat mengatur terapinya untuk mengendalikan kadar glukosa darah secara optimal Cara ini memungkinkan deteksi dengan pencegahan hipoglikemia serta hiperglikemia dan berperan untuk menentukan kadar glukosa darah

normal yang kemungkinan akan mengurangi komplikasi DM jangka Panjang.

d. Terapi obat oral atau insulin (jika diperlukan)

Pada individu sehat sekresi insulin mengimbangi jumlah asupan makanan yang bermacam-macam dengan latihan fisik, sebaliknya, individu dengan diabetes melitus tidak mampu menyekresi jumlah yang cukup untuk mempertahankan kadar glukosa darah. Sebagai akibatnya, kadar glukosa meningkat tinggi sebagai respon terhadap makanan dan tetap tinggi dalam keadaan puasa.

e. Pendidikan Kesehatan

Upaya pencegahan dapat dilakukan dengan tiga tahap yaitu pencegahan primer, sekunder dan tersier. Pencegahan primer merupakan semua aktivitas yang ditujukan untuk mencegah timbulnya hiperglikemia pada populasi umum misalnya dengan kampanye makanan sehat dan penyuluhan bahaya DM. Pencegahan sekunder yaitu upaya mencegah atau menghambat timbulnya penyulit pada pasien yang menderita penyakit DM dengan pemberian pengobatan dan tindakan deteksi dini penyakit Pencegahan tersier adalah semua upaya untuk mencegah komplikasi atau kecacatan melalui penyuluhan dan pendidikan kesehatan.

Upaya pencegahan ini memerlukan memerlukan keterlibatan semua pihak untuk mensukseskannya baik dokter, perawat, ahli gizi, keluarga, dan pasien itu sendiri. Perawat sebagai edukator sangat berperan untuk memberikan informasi yang tepat pada pasien Diabetes Melitus tentang penyakit, pencegahan, komplikasi, pengobatan, dan pengelolaan Diabetes Mellitus termasuk didalamnya memberi motivasi dan meningkatkan efikasi diri (kepercayaan pada kemampuan diri).

f. Terapi nonfarmakologis

Salah satu terapi non farmakologis yang dapat menurunkan kadar gula darah adalah dengan mengkonsumsi rebusan daun belimbing wuluh. Hasil penelitian (Ma'ruf rizky, 2022) menjelaskan ada pengaruh air rebusan daun belimbing wuluh yang dikonsumsi secara teratur mendapatkan kadar gula turun dari kadar gula sebelumnya.



#### 4. Komplikasi

Menurut Kemenkes (2019), Komplikasi diabetes mellitus berkembang secara bertahap. Komplikasi nya yaitu:

- a. *Retinopati diabetic*: Gangguan mata atau penglihatan
- b. *Nefropati diabetic*: Gangguan ginjal
- c. *Neuropati diabetic*: Gangguan syaraf yang menyebabkan luka dan amputasi pada kaki
- d. Penyakit kardiovaskler: Penyakit jantung dan pembuluh darah.

## Lampiran 1 2 Leaflet Diabetes Mellitus



# DIABETES MELLITUS



SINDI NUR HALIZAH  
2014471083  
TINGKAT 3 REGULER 2

Diabetes adalah kondisi di mana kandungan gula dalam darah melebihi normal dan cenderung tinggi. Diabetes mellitus merupakan salah satu penyakit metabolisme yang mampu menyerang siapa saja.



**Tanda dan gejala**

1. Sering BAK
2. Sering haus
3. Cepat lapar
4. Berat badan turun drastis
5. Kulit kering
6. Luka susah sembuh
7. Gangguan penglihatan

**Penyebab diabetes melitus:**

1. Faktor gaya hidup
2. Kurang aktivitas fisik
3. Konsumsi tinggi gula
4. Keturunan



**Klasifikasi diabetes:**

1. DM tipe 1 : DM yang disebabkan tidak adanya produksi insulin sama sekali
2. DM tipe 2. DM yang disebabkan tidak cukup dan tidak efektifnya kerja insulin.
3. DM Gestasional : DM yang terjadi saat kehamilan DM tipe lainnya
4. DM tipe lain yang disebabkan oleh pemakaian obat, penyakit lain-lain, dsb

**Komplikasi diabetes melitus:**

1. Penyakit kardiovaskuler (seperti stroke, serangan jantung dan penyempitan pembuluh darah)
2. Penyakit ginjal
3. Kerusakan syaraf
4. Kerusakan mata
5. Masalah kulit





# DIABETES MELLITUS



**Penatalaksanaan diabetes melitus:**

1. Rutin Berolahraga
2. Menjaga Berat Badan tetap Ideal
3. Menerapkan Pola Makan Sehat
4. Melakukan Pengecekan Gula Darah Secara Berkala
5. Mengelola Stres
6. Rajin Minum Air Putih
7. Mempertahankan Radar Vitamin D secara Optimal
8. Mnghentikan Kebiasaan Merokok.






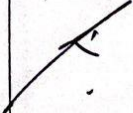

Stay safe  
And  
Stay healthy 😊

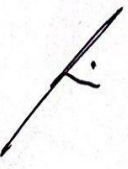



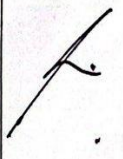
## Lampiran 1 3 lembar konsul


**LEMBAR KONSULTASI**  
**LAPORAN TUGAS AKHIR (LTA)**



**Nama** : Sindi Nur Halizah  
**NIM** : 2014471083  
**Judul LTA** : Asuhan Keperawatan Keluarga Dengan Gangguan Nutrisi Pada Kasus Diabetes Mellitus Terhadap Ny. S di Desa Bandar Putih 17-19 Oktober 2022 Wilayah Kerja Puskesmas Kotabumi II  
**Pembimbing 1**: Ns. Rina Mariani., M. Kes

NO	HARI/TANGGAL	CATATAN PEMBIMBING	PARAF
1	2	3	4
1.	30-Maret-2023	<p>BAB I =</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Lengkapi data</li> <li>• Perbaiki penulisan</li> <li>• Lengkapi sumber</li> <li>• Lengkapi penulisan</li> </ul> <p>Sesuai arahan.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Perbaiki penulisan judul</li> </ul>	
2.	03-April-2023	<p>BAB I</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Perbaiki Penulisan</li> <li>• Lengkapi data</li> <li>• Lengkapi sumber</li> <li>• Perbaiki penomoran</li> </ul>	

NO	HARI/TANGGAL	CATATAN PEMBIMBING	PARAF
1	2	3	4
3	08-April-2023	<p>BAB 2</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Spasi judul</li> <li>- tambahkan KDM yang terganggu</li> <li>- tambahkan terapi non farmakologis</li> <li>- Diagnosa sesuai teori</li> <li>- Renpra ditulis semua sesuai SIKI</li> </ul> <p>BAB 3</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Penulis diperbaiki</li> <li>- data dilengkapi</li> <li>- tambahkan data fokus baru Analisa data</li> <li>- tambahkan prioritas masalah sesuai skoring</li> <li>- Perbaiki Renpra</li> <li>- Perbaiki cakem sesuai renpra</li> </ul>	

NO	HARI/TANGGAL	CATATAN PEMBIMBING	PARAF
1	2	3	4
4	10- April -2023	BAB I - Perbaiki penulisan - Perbaiki jarak penulisan  BAB 2 - Perbaiki penomoran - tambahkan sumber - Perbaiki penulisan  BAB 3 - Perbaiki penomoran - Perbaiki pengkajian - Perbaiki cakem sesuai renpra	
5	12- April -2023	BAB I - Penulisan - Data + sumber  BAB 2 - penomoran - penulisan sesuai pedoman  BAB 3 - cakem sesuai renpra.	

NO	HARI/TANGGAL	CATATAN PEMBIMBING	PARAF
1	2	3	4
6.	02-Mei-2023	<p>BAB I</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Lengkapi Latar belakang</li><li>- Rapiakan penulisan</li></ul> <p>BAB II</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Pathway gejala (kekecilan) (pakai font 11/12)</li><li>- Rapiakan penomoran</li><li>- Lengkapi sumber</li><li>- tambahkan no diatas tabel</li></ul> <p>BAB III</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- lengkapi diagnosa medis</li><li>- perbaiki Renpra</li><li>- perbaiki cakem.</li></ul>	

NO	HARI/TANGGAL	CATATAN PEMBIMBING	PARAF
1	2	3	4
7	09-Mei -2023	<p>BAB 1 ACC ✓</p> <p>BAB 2 ACC ✓</p> <p>BAB 3 -perbaiki cakem sesuai saran</p> <p>BAB 4 - tambahkan data + sumber</p> <p>BAB 5 - Perbaiki saran sesuai operasional</p>	
8	25/05 -2023	<p>BAB I - II : ACC</p> <p>Dapus : revisi, Kita</p> <p>Isi OK : ACC</p> <p>Abstrak : OK</p> <p>Pernyataan - diri untuk ujian LTA. → ACC.</p>	

**LEMBAR KONSULTASI**  
**LAPORAN TUGAS AKHIR (LTA)**

**Nama** : Sindi Nur Halizah

**NIM** : 2014471083





**Judul LTA** : Asuhan Keperawatan Keluarga Dengan Gangguan Nutrisi Pada Kasus Diabetes Mellitus Terhadap Ny. S di Desa Bandar Putih 17-19 Oktober 2022 Wilayah Kerja Puskesmas Kotabumi II

**Pembimbing2** : Fitarina., SKM., M. Kes

NO	HARI/TANGGAL	CATATAN PEMBIMBING	PARAF
1	2	3	4
1.	16-Mei-23	<ul style="list-style-type: none"> <li>→ perhatikan proses ke pd jurnal LTA, Spya</li> <li>→ jurnal tabel hrs. ini yg ini</li> <li>→ font isi tabel mii 11.</li> <li>→ copy ke isi tabel Rysel</li> <li>→ perhatikan yg kts 3, ke 3, baris 3 ke 4</li> <li>→ perhatikan font yang ini LTA, lalu font yg Rysel 11.</li> <li>→ perhatikan hs rumus &amp; konstante</li> </ul>	↓.



17-Mei-2023	BAB III	<p>Ukuran Margin 4,3,3,8</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Penomoran Lebih Rapi</li><li>• Penulisan Lebih rapi lagi</li><li>• lihat pedoman penulisan LTA.</li></ul>	Juf
18-Mei-2023	BAB II	<p>Penulisan Rapi lagi</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Konsekuensi dalam Penulisan</li><li>• Perbaiki Spasi</li><li>• spasi untuk sub pokok bahasan</li></ul>	Juf

NO	HARI/TANGGAL	CATATAN PEMBIMBING	PARAF
1	2	3	4
	18-Mei-2023	<ul style="list-style-type: none"> <li>→ pgsse jndue LTA .</li> <li>→ gpi y sub pda bda</li> <li>↳ kntue lru di bnd</li> <li>→ kufur pstrda</li> <li>→ jndue tndel gpiya 12</li> <li>trusya di bnd.</li> </ul>	
	19-Mei-2023	<ul style="list-style-type: none"> <li>→ pnbare pndri</li> <li>bi, kntue gpiya</li> <li>grip kndri</li> <li>→ sub pnda bnda tda</li> <li>mu di bnd.</li> </ul>	
	20-Mei-2023	<ul style="list-style-type: none"> <li>→ pnbare tnd</li> <li>bnd.</li> </ul>	
	22-Mei-2023	<ul style="list-style-type: none"> <li>→ pnbri: pgsse jndue</li> <li>LTA</li> <li>↳ pnbri gpi</li> </ul>	
	24-Mei-2023	<ul style="list-style-type: none"> <li>→ kufur pnda di pnd:</li> <li>↳ jndue tndel</li> <li>→ acc</li> </ul>	