

## Cegah Diabet, Sebelum Terlambat

JE & KAN / 12 Agustus 2019

Tim Pengabdian kepada Masyarakat Upaya Pencegahan Penyakit Diabetes Mellitus pada Usia Muda

Jumat tanggal 9 Agustus 2019 yang lalu, Fakultas Farmasi Universitas Airlangga (FFUA) kembali melaksanakan edukasi kepada masyarakat mengenai Upaya Pencegahan Penyakit Diabetes Mellitus pada Usia Muda, di Gedung MTsN 3 Kota Surabaya, jalan Medokan Asri Tengah. Ketua Tim, **Dr. Juni Ekowati, MSi., Apt.** menyatakan bahwa program ini merupakan kegiatan pengabdian kepada masyarakat sebagai bagian dari Tri Dharma Perguruan Tinggi yang melibatkan dosen Fakultas Farmasi Universitas Airlangga dari Departemen Kimia Farmasi dan Farmasi Komunitas, mulai dari asisten ahli hingga guru besar. Selain itu mahasiswa, baik S1, S2, dan S3, serta tenaga kependidikan juga ikut memberikan sumbangsih dalam kegiatan ini. Kelancaran kegiatan ini juga karena adanya sumbangan tenaga dari mahasiswa Fakultas Kedokteran Gigi dan Fakultas Keperawatan Universitas Airlangga.

Adanya fakta bahwa jumlah penderita diabetes di Indonesia yang mengalami lonjakan drastis dan pergeseran usia penderita yang semula pada orang usia lanjut, sekarang juga menyerang pada usia muda. Pemahaman dan informasi yang diterima masyarakat masih kurang mengenai kepatuhan penggunaan obat, komplikasi dan penyakit degeneratif susulan lainnya sebagai akibat penanganan yang kurang tepat. Demikian sebagai latar belakang kegiatan ini diadakan seperti yang disampaikan oleh Ketua Tim.

Peserta mengajukan pertanyaan kepada tim

" *Penyebab utama dari penyakit diabetes mellitus tipe 2 yaitu, gaya hidup yang tidak sehat, seperti konsumsi gula yang berlebihan dan kurangnya gerak atau olah raga. Oleh karena itu, edukasi mengenai pola makan yang benar, secara tidak langsung akan dapat mengurangi prevalensinya*", demikian penjelasan dari I Nyoman Wijaya, SpFRS, mahasiswa S3 yang menjadi salah satu nara sumber dalam sesi diskusi. "Kepatuhan minum obat merupakan hal yang sangat penting dan hendaknya dihindari penggunaan bersama obat tradisional yang belum diketahui dengan jelas kandungannya pada pengobatan diabetes ini", demikian tambahan informasi dari I Nyoman Widjaya, Sp. FRS, Apt. menjawab pertanyaan salah satu peserta yang menanyakan apakah boleh minum obat diabetes dari dokter bersama dengan daun insulin. Peserta ini menyampaikan orang tuanya lemas hampir tidak sadar setelah minum kombinasi obat dan obat tradisional tersebut.

Selain penyakit diabetes mellitus, pelatihan ini juga memberikan perhatian pada berbagai jenis minuman kemasan, seperti minuman berenergi atau energy drink, sport drink dan juga soft drink. Dr Nuzul Wahyuning Diah, MSi., Apt. sebagai pemateri kegiatan ini mengatakan masih banyak masyarakat yang tidak memahami perbedaan antara energy drink dengan sport drink. Pemilihan sport drink pun harus disesuaikan dengan intensitas aktivitasnya, apakah dipilih hipotonis, isotonis atau hipertonis. " *Bahkan, mungkin masih banyak orang yang tidak sadar betapa tingginya kadar gula dalam banyak produk soft drink yang beredar, dan ini menjadi salah satu pemicu penyalit Diabetes Mellitus tipe 2*", demikian ia menambahkan.

Target dari program ini yaitu siswa dan guru di MTsN 3 Kota Surabaya. " *Kami memilih siswa dan guru tingkat SLTP, karena kami ingin memberikan edukasi sedini mungkin kepada masyarakat. Anak-anak usia remaja sudah mulai bisa diajak berdiskusi, berfikir kritis dan logis, serta mulai belajar mengambil keputusan apa yang terbaik untuk dirinya. Sedangkan guru-guru MTsN 3 Kota Surabaya, selain bermanfaat untuk mereka secara pribadi, kami juga berharap pengetahuan akan dapat disampaikan kepada para siswa mereka, yang tidak bisa ikut dalam kegiatan ini*", demikian Dr. Juni Ekowati menambahkan.

## Foto bersama tim dan peserta

Total peserta kegiatan ini yaitu 65 peserta. Selain memberikan pelatihan, tim pengmas juga memberikan cek gula dara darah gratis setelah acara. Kegiatan ini terselenggara dengan pendanaan dari Lembaga Pemberdayaan dan Pengabdian Masyarakat Universitas Airlangga.

***Pen. Juni Ekowati & Kholis Amalia N***