



Peningkatan pengetahuan karyawan swasta mengenai bahaya diabetes mellitus di PT X

Melly Kristanti^{1*}, Marlina Dewi Astuti¹, Nugrahayu¹, Yanti Harjono¹, Aulia Chairani¹, Pratiwi Soni Redha²

¹Fakultas Kedokteran, Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta

²Universitas Muhammadiyah Sumatera Barat, Padang

*e-mail: mellyk@upnvj.ac.id

Nomor Handphone *corresponding author* : 0853 7426 2494

Riwayat Artikel :

Diterima pada 26 April 2024

Revisi 1 pada 14 Mei 2024

Disetujui pada 15 juni 2024

Kata Kunci :

Pengetahuan,
Diabetes Mellitus,
Karyawan

Keywords :

Knowledge,
Diabetes Mellitus,
Employee

Abstrak

Prevalensi diabetes mellitus di Indonesia mengalami peningkatan dari tahun ke tahun, pada tahun 2018 mengalami peningkatan menjadi 2%. Kematian yang berkaitan dengan pekerjaan menyumbang sebanyak 5% kematian secara global. pekerja Banyak menghabiskan Sekitar sepertiga waktunya di tempat kerja. Jadwal bekerja dapat menyebabkan perilaku yang tidak sehat seperti makan, perilaku merokok, dan perilaku olahraga. Perilaku tersebut merupakan salah satu faktor risiko terhadap penyakit degeneratif salah satunya banyak ditemukan pada pekerja yaitu Diabetes Mellitus (DM). Selain itu, bukan hanya perilaku karyawan tetapi pengetahuan seseorang terhadap faktor risiko DM juga sangat penting guna pencegahan sejak dini agar tidak terkena DM. Pengetahuan yang rendah dalam mengontrol gula darah dalam tubuh dapat berisiko mengakibatkan kadar gula darah menjadi tinggi. Pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan karyawan di PT X mengenai bahaya diabetes. Kegiatan ini dilakukan secara online dengan memaparkan materi penyuluhan menggunakan power point. Jumlah peserta sebanyak 19 orang di PT X. Hasil kegiatan ini membuktikan peningkatan pengetahuan karyawan terhadap bahaya diabetes yaitu nilai p-value 0.015, dimana persentase pengetahuan baik, sebelum penyuluhan 11.1% meningkat menjadi 38.9% setelah penyuluhan. Penyuluhan ini bermanfaat dalam meningkatkan pengetahuan karyawan dalam pengaturan pola makan yang baik dan gaya hidup yang sehat agar dapat mengurangi risiko terjadinya risiko penyakit degenerative terutama diabetes meliitus.

Abstract

The prevalence of diabetes mellitus in Indonesia has increased from year to year, in 2018 it increased to 2%. Work-related deaths account for as many as 5% of deaths globally. Many workers spend about one-third of their time at work. Work schedules can lead to unhealthy behaviors such as eating, smoking behavior, and exercise behavior. This behavior is one of the risk factors for degenerative diseases, one of which is found in many workers, namely Diabetes Mellitus (DM). In addition, not only employee behavior but one's knowledge of DM risk factors is also very important for early prevention so as not to get DM. Low knowledge in controlling blood sugar in the body can risk causing high blood sugar levels. This community service aims to increase the knowledge of employees at PT X about the dangers of diabetes. This activity is carried out online by presenting counseling materials using power points. The number of participants was 19 people at PT X. The results of this activity proved an increase in employee knowledge of the dangers of diabetes, namely the p-value of 0.015, where the percentage of good knowledge, before counseling 11.1% increased to 38.9% after counseling. This counseling is useful in increasing employee knowledge in managing a good diet and a healthy lifestyle in order to reduce the risk of degenerative diseases, especially diabetes meliitus.

1. PENDAHULUAN

Prevalensi Diabetes Mellitus (DM) di Indonesia mengalami peningkatan dari tahun ke tahun, pada tahun 2007 prevalensi diabetes 1.1% meningkat jadi 1.5% ditahun 2013, berdasarkan data riskesdas tahun 2018 ditemukan prevalensi diabetes mellitus berdasarkan diagnosis dokter pada penduduk usia 15 tahun meningkat yaitu 2.0% (Kemenkes, 2019).

Berdasarkan Work Safety and Health Institute tahun 2017 mengestimasi sebanyak 2.78 juta kematian terjadi diseluruh negara yang berkaitan dengan pekerjaan dan angka ini lebih tinggi dibandingkan pada tahun 2014. Kematian yang berkaitan dengan pekerjaan menyumbang sebanyak 5% kematian secara global (Takala, 2017).

Dalam hal ini, pekerja banyak menghabiskan sekitar sepertiga waktunya di tempat kerja. Jadwal bekerja dapat menyebabkan perilaku yang tidak sehat seperti makan, perilaku merokok, dan perilaku olahraga (Zhao & Turner, 2008).

Perilaku tersebut merupakan salah satu faktor risiko terhadap penyakit degeneratif salah satunya banyak ditemukan pada pekerja yaitu Diabetes Mellitus. Penelitian (Poulsen et al., 2014). menemukan sebanyak 3.5% pekerja kesehatan mengalami diabetes selama 7 tahun periode pengamatan. Selain itu penelitian yang dilakukan oleh (Yusvita & Modjo, 2016) di PT X bahwa terdapat 49.1% memiliki risiko rendah, 33% risiko meningkat dan 9.7% yang mengalami risiko sedang.

Diabetes ini dapat menyerang hampir

seluruh sistem tubuh manusia, mulai dari kulit sampai jantung. Adapun bentuk komplikasi jika seseorang terkena DM yaitu dapat berupa: Hipertensi, infark miokard, katarak, retinopati diabetika, tuberculosis (TBC), sirosis hepatitis, gangrene, ulkus dan furunkel (Bustan, 2015).

Selain itu jika seorang pekerja mengalami diabetes mellitus akan dapat mengganggu kelancaran pekerjaan sehingga menurunkan produktivitas dan menurunkan daya saingnya dalam bekerja (Kurniawidjaja & Susilowati, 2018).

Selain itu, bukan hanya karyawan tetapi pengetahuan seseorang terhadap faktor risiko DM juga sangat penting guna pencegahan sejak dini agar tidak terkena DM, Pengetahuan yang rendah dalam mengontrol gula darah dalam tubuh dapat berisiko mengakibatkan kadar gula darah menjadi tinggi (Misdarina, 2012).

Kurangnya pengetahuan masyarakat tentang diabetes mengakibatkan terlambat dalam diagnosis penderita sehingga lebih banyak masyarakat baru sadar setelah terkena diabetes mellitus (Notoatmodjo, 2011).

Maka dari itu, kami melakukan penyuluhan bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan karyawan di PT X mengenai bahaya diabetes beserta pencegahannya untuk dapat mencegah terjadinya Diabetes Mellitus pada karyawan.

2. METODE

Metode kegiatan ini berupa penyuluhan kepada karyawan swasta yang rata-rata kerja kantoran dan masih minimnya pengetahuan

mengenai penyakit, terutama penyakit degeneratif salah satunya diabetes mellitus. Kegiatan ini dilakukan secara online, dimana peserta karyawan salah satu kantor engineering di Jakarta selatan, jumlah peserta dalam kegiatan ini ada 19 orang. Sebelum dilakukannya penyuluhan, kami melakukan pretes dimana ingin melihat data baseline dari seluruh karyawan terkait pengetahuan apa itu diabetes dan penyebabnya. Selanjutnya dilakukan penyuluhan dengan durasi kurang lebih 45 menit presentasi dan 10-20 menit tanya jawab. Setelah dilakukan nya sesi tanya jawab, kami memberikan posttest untuk mengevaluasi hasil dari penyuluhan yang kami lakukan.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Penyuluhan diberikan kepada seluruh karyawan beserta jajaran petinggi di salah satu perusahaan engineering di Jakarta selatan. Seluruh peserta dilibatkan secara aktif dalam kegiatan ini sehingga pengetahuan dari seluruh peserta mengalami peningkatan. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini menggunakan zoom meeting dengan durasi penyuluhan keseluruhan 1 jam, dimana penyuluhan selama 45 menit dan sesi tanya jawab 15 menit. Pnegabdian ini berjalan dengan baik, antusias peserta sangat bagus, sesi tanya jawab dari penyuluhan ini berjalan dengan baik dan sangat informatif. Peserta banyak menanyakan terkait masalah penyakitnya dan pola makan mereka yang masih jauh dari apa yang diberikan saat penyuluhan. Berikut data karakteristik peserta

dari penyuluhan ini :

Tabel 1. Karakteristik Responden

Variabel	Frekuensi (N)	Persentase (%)
Jenis Kelamin		
Laki-Laki	12	66.7
Perempuan	6	33.7
Usia, Median(Q25-Q75)	24 (23-28)	
Riwayat Penyakit Degeneratif pada Keluarga		
Ada	12	66.7
Tidak Ada	6	33.3

Berdasarkan tabel 1, dapat dilihat bahwa lebih banyak laki-laki dalam kegiatan ini yaitu 66.7% dibandingkan perempuan 33,7%. Hal ini disebabkan karena perusahaan ini bekerja di bidang engineering maka mayoritas lebih banyak peminat laki-laki dibandingkan perempuan. Selanjutnya rata-rata usia peserta kegiatan ini masih dalam rentang yang masih dalam usia produktif yaitu 24 tahun. Selanjutnya lebih banyak peserta yang memiliki riwayat penyakit degenerative pada keluarga yaitu 66.7% dibandingkan yang tidak ada 33.7%.

Maka dapat dilihat, bahwa persentase jumlah Riwayat penyakit degenerative pada keluarga lebih tinggi dan ini merupakan salah satu faktor utama pencetus seseorang berisiko terkena Diabetes Mellitus. Sebaiknya bagi peserta yang memiliki Riwayat penyakit pada keluarga lebih menjaga pola makan dan gaya hidup yang lebih sehat lagi agar dapat mengurangi risiko terkena diabetes mellitus dengan cepat.

Tabel 2. Peningkatan pengetahuan terhadap bahaya diabetes mellitus pada karyawan setelah penyuluhan

Variabel	Pre Test N(%)	Persentase (%)
Pengetahuan Rendah	7 (38.9)	3 (16.7)
Pengetahuan Sedang	9 (50)	8 (44.4)
Pengetahuan Tinggi	2 (11.1)	7 (38.9)

Selain itu, hasil penyuluhan ini didapatkan tingkat pengetahuan karyawan PT X mengalami peningkatan dengan dibuktikan hasil uji statistik Wilcoxon test dengan nilai p-value 0.015 yang artinya pengetahuan terkait bahaya Diabetes Mellitus beserta pencegahannya pada karyawan PT X mengalami peningkatan dari sebelum dilakukan penyuluhan sampai setelah dilakukan penyuluhan. Kegiatan ini sangat efektif dilakukan kepada karyawan dewasa muda yang mana rata-rata peserta pengabdian ini banyak di usia dewasa muda. Hasil penyuluhan didapatkan rata-rata skor peserta sebelum penyuluhan berada pada rentang 8(7-9) dan setelah penyuluhan mengalami peningkatan menjadi 9(8-10).

Berdasarkan tabel 2, hasil ini kami kategorikan agar dapat menggambarkan tingkatan pengetahuan karyawan berapa banyak yang meningkat sebelum dan setelah penyuluhan. Pengetahuan rendah sebelum penyuluhan cukup tinggi yaitu 38.9% dan setelah penyuluhan mengalami penurunan menjadi 16.7%, begitu juga pengetahuan sedang cukup tinggi dari 50% turun menjadi 44.4% dan pada karyawan dengan status pengetahuan yang tinggi sebelum penyuluhan sangat sedikit yaitu 11.1% dan setelah penyuluhan meningkat menjadi 38.9%. Hasil penyuluhan ini mengalami peningkatan yang signifikan dan efektif dalam pemberian

informasi yang cukup kepada peserta.



Gambar 1. Dokumentasi Kegiatan

Berikut dapat dilihat gambar 1 dokumentasi kegiatan penyuluhan ini yang sudah berlangsung dengan baik. Kendala dalam penyuluhan ini, beberapa peserta ada yang offcam dikarenakan mereka menggunakan komputer dari kantor yang tidak difasilitasi dengan kamera. Salah satu peserta penyuluhan ada manager dari PT X dan beliau sangat berterimakasih dengan adanya kegiatan ini, akan di tindaklanjuti terkait sarana olahraga di kantor untuk pegawai kantor di PT X.

4. KESIMPULAN

Setelah dilakukan penyuluhan kepada karyawan yang mengikuti kegiatan ini, dapat disimpulkan bahwa terdapat peningkatan pengetahuan karyawan terhadap bahaya diabetes mellitus. Selain itu masih banyaknya ditemukan keluarga peserta yang memiliki Riwayat penyakit degenerative, maka dari itu perlunya pengetahuan karyawan dalam pengaturan pola makan yang baik dan gaya hidup yang sehat agar dapat mengurangi risiko terjadinya risiko penyakit degenerative terutama diabetes mellitus.

DAFTAR PUSTAKA

- Bustan, M. N. (2015). Manajemen Pengendalian Penyakit Tidak Menular. In Rineka Cipta.
- Kemenkes. (2019). RISKESDAS 2018. Kementerian Kesehatan RI, 1(1).
- Kurniawidjaja, L. M., & Susilowati, I. H. (2018). Improving Healthy Behaviour in the Workplace. *KnE Life Sciences*, 4(5). <https://doi.org/10.18502/cls.v4i5.2583>
- Misdarina. (2012). Pengetahuan Diabetes Melitus Dengan Kadar Gula Darah Pada Pasien Dm Tipe 2. *Jurnal Keperawatan Klinis*, 2(1).
- Notoatmodjo, S. (2011). Ilmu Kesehatan Masyarakat Prinsip-Prinsip Dasar. In Rineka Cipta.
- Poulsen, K., Cleal, B., Clausen, T., & Andersen, L. L. (2014). Work, diabetes and obesity: A seven year follow-up study among Danish health care workers. *PLoS ONE*, 9(7). <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0103425>
- Takala, J. (2017). Global Estimates of Occupational Accidents and Work-related Illnesses 2017. Workplace Safety and Health Institute, 2017.
- Yusvita, F., & Modjo, R. (2016). Analisis Risiko Kejadian Diabetes Mellitus Tipe 2 Pada Pekerja di PT. X Tahun 2014. *Forum Ilmiah*, 13(2).
- Zhao, I., & Turner, C. (2008). The impact of shift work on people's daily health habits and adverse health outcomes. In *Australian Journal of Advanced Nursing* (Vol. 25, Issue 3).