



**LAPORAN AKHIR PROPOSAL PROGRAM KREATIFITAS
MAHASISWA**

**KENALI, KELOLA, KENDALIKAN (3K) DIABETMU DAN HIDUP SEHAT
BERSAMA SAHABAT DIABET**

BIDANG KEGIATAN :

PKM – PENGABDIAN MASYARAKAT

Disusun Oleh :

Ketua	: Rosevalentin Jerry Widyantri	P27820721117
Anggota	: Andini Azzahra Isnaini	P27820721090
	Fariskah Lailiyah Maharani	P27820721098
	Hilza Natasya Haq	P27820721101
	Vania Nastari Putri	P27820721125

TINGKAT 2 SEMESTER 3

PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS

JENJANG SARJANA TERAPAN KEPERAWATAN

POLITEKNIK KESEHATAN KEMENTERIAN KESEHATAN SURABAYA

2022

LEMBAR PENGESAHAN

1. Judul Kegiatan : KENALI, KELOLA, KENDALIKAN (3K)
DIABETMU DAN HIDUP SEHAT BERSAMA SAHABAT DIABET.
2. Bidang Kegiatan : PKM - Pengabdian Masyarakat
3. Ketua Pelaksana Kegiatan
Nama Lengkap : Rosevalentin Jerry Widyantri
NIM : P27820721117
Jurusan : Sarjana Terapan Keperawatan
Alamat/No.Telepon : Jl. Batu Safir Merah GK.18 / 082233312697
Email : rosevalentinjerrywidyantri@gmail.com
4. Anggota Pelaksana Kegiatan : 4 Mahasiswa
5. Dosen Pendamping
Nama Lengkap : Dr. Joko Suwito, S.Kp, M.Kes
NIP : 19680124 199203 1 002
Email : jokosw@poltekkesdepkes-sby.ac.id
6. Biaya Kegiatan Total : Rp. 2.880.100,-
7. Jangka Waktu Pelaksanaan : Bulan Mei s/d September 2022
8. Lokasi Pelaksanaan : Desa Mojo, Kecamatan Gubeng, Kota Surabaya, Provinsi Jawa Timur.

Menyetujui,

Pakar

Ketua Pelaksana Kegiatan



Dr. Hanik Endang Nihayati, S.Kep., Ns., M.Kep

Rosevalentin Jerry Widyantri

NIP. 19690921992031

NIM. P27820721117

Ketua Pusat PPM

Direktur Poltekkes
Kemenkes Surabaya

Setiawan, SKM, M.Psi

Drg. Bambang Hadi Sugito, M.Kes

NIP. 19630421 198503 1 005

NIP. 19620429 199303 1 003

RINGKASAN

Tujuan utama dalam kegiatan upaya pengenalan kepada masyarakat Mojo dan sekitarnya mengenai diabetes melalui kegiatan penyuluhan dengan judul “kenali, Kelola, Kendalikan(3K) Diabetmu dan Hidup Bersama Sahabat Diabet”. Kegiatan ini adalah upaya dalam meningkatkan pengetahuan Masyarakat Mojo Rw. 02 tentang diabet.

Berdasarkan data yang diperoleh, pada tahun 2020 tercatat penduduk Desa Mojo sekitar 47.604 jiwa yang merupakan desa dengan jumlah penduduk terbanyak di Kecamatan Gubeng. Penduduk Desa Mojo mayoritas berprofesi sebagai karyawan swasta, pengusaha kecil, dan profesi seperti dokter dan polisi. Permasalahan utama yang dihadapi oleh masyarakat Desa Mojo adalah kurang memperhatikan kesehatan. Masyarakat Desa Mojo memiliki masyarakat usia remaja yang mungkin bisa saja terkena serangan diabetes karena faktor makanan dan keturannya, serta kalangan lansia yang kurang memaksimalkan pengobatan dikarenakan pandemik.

Target yang diharapkan dari Pengabdian Masyarakat adalah : 1) Masyarakat dapat lebih memperhatikan dan mementingkan kesehatan sehingga dapat meningkatkan kualitas kesehatan diri; 2) Masyarakat lebih mengenal tentang Diabetes; 3) Masyarakat mendapatkan solusi untuk mengatasi masalah kesehatan terutama penyakit diabetes.

Keyword : penyuluhan, diabetes, kualitas kesehatan, masalah kesehatan.

KATA PENGANTAR

Puji syukur kami panjatkan Allah SWT, karena limpahan rahmat, karunia, hidayah dan magfirah-Nya, sehingga penelitian ini dapat kami susun dalam laporan akhir PKM yang berjudul “KENALI, KELOLA, KENDALIKAN (K3) DIABETMU DAN HIDUP SEHAT BERSAMA SAHABAT DIABET”. Laporan ini berisi tentang besarnya nilai pengetahuan yang harus dimiliki dalam mengenali, mengelola, dan mengendalikan dampak dari penyakit Diabet Mellitus pada masyarakat Mojo.

Terima kasih yang sebesar-besarnya kami sampaikan kepada :

1. Dosen pendamping yang telah membimbing kami dalam memahami dan menyusun penelitian ini.
2. Pihak Instansi Poltekkes yang sudah mendanai penelitian kami, sehingga mendapatkan hasil yang memuaskan.
3. Pihak Jurusan Keperawatan yang selalu memberikan dorongan dan bantuan untuk menyelesaikan penelitian ini.
4. Masyarakat Mojo yang berpartisipasi dan menerima kami sehingga dapat membantu mempermudah dalam penelitian ini di lapangan.
5. Ibu Dokter Dewi dari Puskesmas Mojo dan Ibu Kader Desa Mojo yang membantu kami dalam berjalannya giat ini.
6. Para orang tua kami yang terus memberikan dukungn doa dan semangat dalam proses pengerjaan penelitian ini.

Kami merasa dalam pembuatan penelitian ini sangat jauh dari sempurna baik dari bentuk penyusunan maupun materinya, sehingga diharapkan saran dan kritik yang membangun untuk penelitian ini. Semoga penelitian ini dapat bermanfaat bagi kami khususnya dan pihak-pihak yang berpartisipasi dalam penelitian ini.

Sidoarjo, 22 September 2022

Penulis

DAFTAR ISI

LEMBAR PENGESAHAN.....	i
RINGKASAN.....	ii
KATA PENGANTAR.....	iii
DAFTAR ISI.....	iv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang Masalah.....	1
1.2 Identifikasi Masalah.....	2
1.3 Perumusan Masalah.....	2
1.4 Tujuan Kegiatan.....	2
1.5 Kegunaan.....	3
BAB II METODE PENDEKATAN.....	4
BAB III PELAKSANAAN KEGIATAN.....	7
3.1 Panitia dan Partisipan.....	7
3.2 Waktu dan Tempat Pelaksanaan.....	8
3.3 Tahapan Pelaksanaan.....	9
3.4 Instrumen Pelaksanaan.....	16
BAB IV HASIL KEGIATAN DAN PEMBAHASAN.....	18
4.1 Hasil Kegiatan.....	18
4.2 Pembahasan.....	19
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	21
DAFTAR PUSTAKA.....	22
LAMPIRAN.....	23

DAFTAR LAMPIRAN

LAMPIRAN I : Rincian Anggaran Biaya (RAB)	23
LAMPIRAN II : Susunan Acara	24
LAMPIRAN III : Dokumentasi Kegiatan	26
LAMPIRAN IV : Konsep Aplikasi	33
LAMPIRAN V : Berkas Pengantar dan Perizinan	34
LAMPIRAN VI : Bukti Pembayaran.....	39
LAMPIRAN VII : Swab Antigen Panitia	46

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Diabetes Mellitus (DM) merupakan penyakit kronis yang menjadi tantangan di dalam dunia kesehatan. Diabetes mellitus merupakan salah satu Penyakit Tidak Menular (PTM) yang menyebabkan 1,6 juta kematian di dunia pada tahun 2010 (Kementrian kesehatan republik indonesia, 2020). Diabetes tidak hanya menyebabkan kematian premature di seluruh dunia. Penyakit ini juga menjadi penyebab utama kebutaan, penyakit jantung, dan gagal ginjal.

Organisasi International Diabetes Federation (IDF) memperkirakan sedikitnya terdapat 463 juta orang pada usia 20-79 tahun di dunia menderita diabetes pada tahun 2019 atau setara dengan angka prevalensi sebesar 9,3% dari total penduduk pada usia yang sama.

Organisasi Internasional Diabetes Federation (IDF) telah melakukan riset di tahun 2019 tentang negara yang memiliki jumlah penderita diabetes tertinggi di dunia. Dan Indonesia berada di peringkat ke-7 dari 10 negara teratas dengan jumlah penderita diabetes terbanyak yaitu sebesar 10,7 juta. Indonesia menjadi satu-satunya negara di Asia Tenggara pada daftar tersebut, sehingga dapat diperkirakan besarnya kontribusi Indonesia terhadap kasus diabetes di Asia Tenggara.

Berdasarkan jenis kelamin, IDF memperkirakan prevalensi diabetes di tahun 2019 yaitu 9% pada perempuan dan 9,65% pada laki-laki. Prevalensi diabetes diperkirakan meningkat seiring penambahan umur penduduk menjadi 19,9% atau 111,2 juta orang pada umur 65-79 tahun. Angka diprediksi terus meningkat hingga mencapai 578 juta di tahun 2030 dan 700 juta di tahun 2045. Adapun solusi yang dapat diterapkan dalam mengatasi diabetes pada beberapa kalangan dan tetap menerapkan protokol kesehatan adalah membuat aplikasi kesehatan yang dapat diakses masyarakat.

Desa Mojo merupakan lokasi sasaran yang kami pilih untuk menerapkan kegiatan yang kami rencanakan. Berdasarkan data yang diperoleh, pada tahun 2020

tercatat penduduk Desa Mojo sekitar 47.604 jiwa yang merupakan desa dengan jumlah penduduk terbanyak di Kecamatan Gubeng. Penduduk Desa Mojo mayoritas berprofesi sebagai karyawan swasta, pengusaha kecil, dan profesi seperti dokter dan polisi.

Berdasarkan penjelasan di atas, maka PKM-PM Politeknik Kesehatan Kementrian Kesehatan Surabaya telah melakukan KEGIATAN PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT DENGAN JUDUL KENALI, KELOLA, KENDALIKAN(3K) DIABETMU DAN HIDUP SEHAT BERSAMA SAHABAT DIABET.

1.2 Identifikasi Masalah

Permasalahan utama yang dihadapi oleh masyarakat Desa Mojo adalah kurang memperhatikan kesehatan. Masyarakat Desa Mojo memiliki masyarakat usia remaja yang mungkin bisa saja terkena serangan diabetes karena factor makanan dan keturannya, serta kalangan lansia yang kurang memaksimalkan pengobatan dikarenakan pandemik. Solusi yang diterapkan masyarakat Desa Mojo adalah pengobatan masing masing individu. Oleh karena itu tim PKM-PM kami dari Politeknik Kementrian Kesehatan Surabaya ingin melakukan suatu giat dan inovasi dalam rangka meningkatkan kualitas kesehatan dan rasa peduli masyarakat Desa Mojo terhadap kesehatan terutama kepedulian pada bahaya penyakit diabetes yang saat ini sudah banyak diderita oleh masyarakat.

1.3 Perumusan Masalah

dari latar belakang diatas, maka dapat dirumuskan masalah yaitu :

1. Apa yang dimaksud dengan penyakit diabetes?
2. Apa saja faktor yang bisa menyebabkan seseorang terkena diabetes?
3. Apa saja solusi dan inovasi yang bisa dilakukan untuk mengatasi permasalahan diabetes yang banyak diderita masyarakat?

1.4 Tujuan Kegiatan

1. Meningkatkan kesadaran masyarakat terhadap pentingnya kesehatan.

2. Meningkatkan kualitas kesehatan masyarakat.
3. Memberikan penyuluhan serta informasi kepada masyarakat tentang penyakit diabetes yang banyak diderita masyarakat.
4. Memberikan solusi untuk mengatasi masalah kesehatan terutama penyakit diabetes kepada masyarakat Desa Mojo.
5. Memperkenalkan kepada masyarakat Desa Mojo tentang sebuah aplikasi kesehatan untuk mengatasi permasalahan diabetes.

1.5 Kegunaan

1. Dengan diadakannya program ini, diharapkan kami bisa memberikan informasi dan meningkatkan kesadaran masyarakat tentang pentingnya hidup sehat.
2. Masyarakat Desa Mojo bisa mendapatkan solusi untuk mengatasi permasalahan diabetes.
3. Masyarakat Desa Mojo bisa belajar memanfaatkan teknologi dengan mengakses aplikasi kesehatan "Sahabat Diabet" untuk mengatasi permasalahan diabetes.
4. Dari program ini diharapkan dapat memandirikan masyarakat untuk hidup sehat dan belajar mengatasi permasalahan kesehatan seperti penyakit diabetes.

BAB II

METODE PENDEKATAN

Metode pendekatan yang digunakan pada kegiatan PKM-PM dengan judul “Kenali, Kelola, dan Kendalikan (K3) Diabetmu dan Hidup Sehat Bersama Sahabat Diabet” adalah metode kualitatif. Metode kualitatif sebagai prosedur penelitian yang menghasilkan data deskriptif berupa kata-kata tertulis atau lisan dari orang-orang atau perilaku yang dapat diamati. Untuk mencapai tujuan kegiatan PKM-PM ini dilakukan beberapa langkah :

1. Pengumpulan informasi

Mencari berbagai informasi akurat yang berkaitan dengan penyakit diabetes mellitus. Melaksanakan studi literature di berbagai media. Studi literature ini dimaksudkan untuk memperkuat kebutuhan masyarakat sasaran. Masyarakat sasaran dalam program ini adalah lansia.

2. Persiapan PKM-PM

Persiapan PKM-PM ini mulai dari pendalaman dan perencanaan aplikasi sahabat diabet, penyerahan proposal dan surat pengantar dari jurusan, kunjungan ke Dinas Kesehatan Surabaya untuk perizinan kegiatan PKM-PM, survey tempat dan kunjungan ke puskesmas untuk meminta perizinan dan arahan dari kepala puskesmas untuk pelaksanaan giat kami, dan kunjungan ke desa Mojo untuk pendekatan kepada masyarakat, persiapan penyuluhan mulai dari teknis, operasional sampai tahap evaluasi.

Adapun surat pengantar dari instansi, surat rekomendasi dari DPM, dan juga surat rekomendasi dari Dinas Kesehatan telah tertera di lampiran.

Terkait aplikasi “Sahabat Diabet”, persiapan kami dalam mencari ide dan merancang konsep aplikasi, kami lakukan secara bersama sama hingga terbentuk suatu konsep aplikasi. Untuk saat ini konsep aplikasi yang telah kami buat masih dalam bentuk tampilan dan untuk merealisasikan tampilan aplikasi tersebut, kami dibantu oleh salah seorang teman dari rekan kami secara sukarela. Walaupun konsep aplikasi yang telah kami rancang masih dalam

bentuk tampilan, tetapi kami tetap memperkenalkan kepada para sasaran dalam giat kami dengan tujuan agar sasaran (masyarakat lansia RW.02 Mojo) dapat memiliki gambaran akan teknologi yang telah semakin berkembang sehingga untuk meningkatkan kualitas kesehatan dapat dilakukan secara efisien dengan menggunakan sebuah aplikasi yang dapat membantu pengguna dalam meningkatkan pengetahuan dasar tentang diabetes, menjadi reminder untuk hidup sehat, dapat mengatur jadwal harian seperti kapan melakukan aktivitas olahraga rutin, jadwal makan menu diet, dan juga kapan pengguna dijadwalkan melakukan check up rutin. Pengguna juga bisa membuat catatan di aplikasi ini seperti hasil dari check up rutin sehingga pengguna dapat melihat perkembangan status kesehatannya.

3. Pemberian Penyuluhan ke Masyarakat

Dalam serangkaian proses penerapannya ke masyarakat akan didukung dengan pemberian penyuluhan terkait dengan diabetes melitus dan aplikasi sahabat diabet. Dalam pemberian penyuluhan ini kami juga mengadakan game dan quiz yang bertujuan untuk mengetahui seberapa paham masyarakat terhadap penyuluhan yang kami berikan. Manfaat dan efek yang dapat diberikan dengan adanya penyuluhan ini untuk kebaikan masyarakat kedepannya, dan harapan dengan adanya sahabat diabet ini masyarakat bisa mengenal, mengelola, serta mengendalikan kesehatannya dan tetap hidup sehat dirumah.

4. Evaluasi

Evaluasi ini bertujuan untuk melihat perkembangan dari Program Kreativitas Mahasiswa yang telah dilakukan. Dalam pelaksanaan program ini, akan dicari tahu dan ditemukan terdapatnya kendala atau tidak. Apabila ditemukan, dilakukan pemecahan dan penyelesaian atas permasalahan tersebut. Evaluasi, pada tahap ini akan dilihat kondisi di tempat sasaran apakah sudah berhasil atau belum program yang telah dilaksanakan.

BAB III

PELAKSANAAN KEGIATAN

3.1 Panitia dan Partisipan

A. Daftar Panitia

No.	Nama / NIM	Jabatan dalam Tim
1	Rosevalentin Jerry Widyantri NIM. P27820721	Ketua
2	Vania Nastari Putri NIM. P27820721	Manager
3	Andini Azzahra Isnaini NIM. P27820721090	Bendahara
4	Fariskah Lailiyah Maharani NIM. P27820721098	Sie Humas
5	Hilza Natasya Haq NIM. P27820721101	Sie Dekdok
6	Stevani Azahra NIM. P27820721035	Anggota tambahan

B. Daftar Partisipan/Warga

Peserta pada kegiatan ini berjumlah 14 orang yang merupakan warga lansia rentan diabet di RW 02 Mojo Gubeng yang dapat dilampirkan sebagai berikut:

No.	Nama Warga	Usia
1	Bapak Imam Sabiin	72 tahun
2	Ibu Soeparmi	66 tahun
3	Ibu Sri Indarwati	67 tahun
4	Ibu Nasri	61 tahun
5	Ibu Riyanti	62 tahun
6	Ibu Kusmiyah	60 tahun

7	Ibu Sunarti	67 tahun
8	Ibu Sumiati	70 tahun
9	Ibu Suparmi	72 tahun
10	Ibu Dwi Lestari	56 tahun
11	Ibu Roekani	65 tahun
12	Ibu Marsih	71 tahun
13	Ibu Sri Sunarti	65 tahun
14	Ibu Yuni	57 tahun

3.2 Waktu dan Tempat Pelaksanaan

Program PKM-PM kami yang berbentuk penyuluhan telah dilaksanakan tepat pada hari Sabtu, 3 September 2022 bertempat di Balai RW 02 Mojo Gubeng. Giat kami dimulai pukul 07.00 -10.30 WIB. Kami juga telah bekerja sama dengan Puskesmas Mojo dan Kader di wilayah setempat dalam pengadaan giat pengabdian masyarakat kami.

Pert.	Hari	Tanggal	Jam	Lokasi
I	Rabu	11 Mei 2022	15.20 – 17.18	Gmeet (Daring)
II	Sabtu	21 Mei 2022	10.30 - 13.15	Gmeet (Daring)
III	Rabu	1 Juni 2022	18.30 - 21.00	Gmeet (Daring)
IV	Selasa	14 Juni 2022	09.30 – 10.00	Puskesmas Mojo
V	Selasa	14 Juni 2022	14.00 - 16.30	Gmeet (Daring)
VI	Senin	20 Juni 2022	09.15 – 10.18	Kampus Sutomo Poltekkes Kemenkes Surabaya
VII	Jumat	24 Juni 2022	09.22 – 10.15	Kampus Sutomo Poltekkes Kemenkes Surabaya
VIII	Senin	11 Juli 2022	11.25 – 13.00	Kampus Sutomo Poltekkes Kemenkes Surabaya
IX	Minggu	7 Agustus 2022	12.31 (7 Agustus) – 12.45 (8 Agustus)	https://sswalfa.surabaya.go.id
X	Senin	15 Agustus 2022	14.37 – 15.00	Dinas Kesehatan Kota Surabaya

XI	Jumat	19 Agustus 2022	14.45 – 15.05	Dinas Kesehatan Kota Surabaya
XII	Senin	22 Agustus 2022	15.00 – 17.30	Kampus Sutomo Poltekkes Kemenkes Surabaya
XIII	Rabu	24 Agustus 2022	10.05 – 10.58	Puskesmas Mojo
XIV	Minggu	28 Agustus 2022	12.25 – 16.00	Gmeet (daring)
XV	Senin	29 Agustus 2022	10.28 – 14.00	Gmeet (daring)
XVI	Rabu	31 Agustus 2022	19.00 – 19.30	WA (daring)
XVII	Jumat	2 September 2022	16.37 – 19.00	Balai RW 02 Mojo
XVIII	Jumat	2 September 2022	16.10 – 17.00	Klinik Kita Kertajaya
XIX	Sabtu	3 September 2022	05.30 – 11.00	Balai RW 02 Mojo

3.3 Tahapan Pelaksanaan

Giat pengabdian masyarakat kami dilakukan di pagi hari mulai pukul 07.00 tepat setelah senam lansia di balai RW 02 Mojo diadakan dan hingga pukul 10.30 WIB. Pengadaan giat kami dilakukan setelah senam lansia di wilayah tersebut karena agar dapat lebih efektif dalam menjangkau sasaran giat kami yaitu masyarakat lanjut usia yang rentan terkena diabetes, sesuai dengan tujuan kami sebelumnya untuk bisa berbagi edukasi bagaimana cara mengenali, mengelola, dan mengendalikan diabetes, serta untuk mengenalkan konsep aplikasi yang telah kami rancang yaitu aplikasi “Sahabat Diabet”.

Adapun rundown acara yang telah kami susun adalah sebagai berikut:

Hari / Tanggal	Rabu, 11 Mei 2022
Nama Kegiatan / Sub Kegiatan	Rapat Anggota
Tujuan Kegiatan	Mendiskusikan tentang perancangan aplikasi

Uraian Kegiatan	Membahas fitur apa saja yang ingin dimasukkan dalam aplikasi
Penggunaan Waktu	15.20 – 17.18
Hasil Yang Diperoleh	Fitur yang akan kami masukkan dalam aplikasi berupa: fitur edukasi, fitur atur jadwalmu, fitur catatan, fitur konsul, fitur ada pertanyaan, fitur perkembangan
Hari / Tanggal	Sabtu, 21 Mei 2022
Nama Kegiatan / Sub Kegiatan	Rapat anggota
Tujuan Kegiatan	Membahas materi edukasi yang akan di tampilkan dalam aplikasi
Uraian Kegiatan	Mendiskusikan materi edukasi yang dilampirkan
Penggunaan Waktu	10.30-13.15
Hasil Yang Diperoleh	Berikut materi yang yang telah kami putuskan untuk tampilkan di aplikasi : pengertian diabetes, gejala-gejala, cara pencegahan (edukasi, pengaturan pola makan, latihan jasmani, terapi farmakologi, monitoring kadar gula darah), dan komplikasi dari dampak diabetes mellitus
Hari / Tanggal	Rabu, 1 Juni 2022
Nama Kegiatan / Sub Kegiatan	Menghubungi pengembang aplikasi
Tujuan Kegiatan	Melakukan kontrak dengan editor/pengembang tampilan aplikasi
Uraian kegiatan	Tim PKM melakukan forum untuk membahas konsep dan pengembangan tampilan aplikasi melalui via G-meet
Penggunaan Waktu	18.30-21.00
Hasil yang Diperoleh	Mendapatkan kesepakatan/kontrak tentang desain aplikasi
Hari / Tanggal	Selasa, 14 Juni 2022
Nama Kegiatan / Sub Kegiatan	Survey Puskesmas Mojo
Tujuan Kegiatan	Untuk mendapatkan informasi mengenai alur perizinan pengadaan PKM-PM dalam bentuk penyuluhan kepada warga kelurahan Mojo
Uraian Kegiatan	Penggalian informasi tentang alur perizinan pengadaan penyuluhan di wilayah kelurahan Mojo
Penggunaan Waktu	09.30 – 10.00
Hasil Yang Diperoleh	Mendapat informasi alur perizinan dari petugas puskesmas Mojo
Hari / Tanggal	Selasa, 14 Juni 2022
Nama Kegiatan / Sub Kegiatan	Evaluasi perkembangan aplikasi

Tujuan Kegiatan	Tim PKM mengetahui hasil akhir aplikasi
Uraian Kegiatan	Tim PKM melakukan forum kembali dengan pihak pembuat aplikasi untuk mengetahui hasil akhir dari tampilan aplikasi
Penggunaan Waktu	14.00-16.30
Hasil Yang Diperoleh	Aplikasi hanya berbentuk tampilan, dan tampilan sudah sesuai dengan rencana yang kami buat.
Hari / Tanggal	Senin, 20 Juni 2022
Nama Kegiatan / Sub Kegiatan	Pengajuan permintaan surat pengantar dari instansi Poltekkes Kemenkes Surabaya
Tujuan Kegiatan	Untuk kelengkapan berkas perizinan
Uraian Kegiatan	Meminta surat pengantar yang dari kampus yang ditujukan ke Dinas Kesehatan perihal pelaksanaan PKM-PM di Kelurahan Mojo
Penggunaan Waktu	09.15 – 10.18
Hasil Yang Diperoleh	Berhasil mendapat surat pengantar dari kampus yang ditujukan kepada Dinas Kesehatan Kota Surabaya
Hari / Tanggal	Rabu, 22 Juni 2022
Nama Kegiatan / Sub Kegiatan	Konsultasi alur perizinan di Dinas Kesehatan Kota Surabaya
Tujuan Kegiatan	Agar tahu dengan detail bagaimana alur perizinan pengadaan penyuluhan kesehatan
Uraian Kegiatan	Penggalian informasi tentang alur perizinan dan persyaratan apa saja yang harus dipenuhi dalam pengadaan penyuluhan kesehatan
Penggunaan Waktu	09.22 – 10.15
Hasil Yang Diperoleh	Mendapatkan informasi alur perizinan dan persyaratan yang harus dipenuhi
Hari / Tanggal	Jumat, 24 Juni 2022
Nama Kegiatan / Sub Kegiatan	Rapat Anggota
Tujuan Kegiatan	Membahas cara pendaftaran akun Surabaya Single Window untuk keperluan perizinan kegiatan
Uraian Kegiatan	Berdiskusi dan mempelajari cara pendaftaran SSW yang benar
Penggunaan Waktu	15.18 – 17.35
Hasil Yang Diperoleh	Mengerti bagaimana sistem pendaftaran dan berkas apa saja yang harus dilengkapi

Hari / Tanggal	Jumat, 1 Juli 2022
Nama Kegiatan / Sub Kegiatan	Pengajuan permintaan surat pengantar dari instansi Poltekkes Kemenkes Surabaya
Tujuan Kegiatan	Untuk melengkapi berkas syarat perizinan
Uraian Kegiatan	Meminta surat pengantar yang dari kampus yang ditujukan ke Dinas Penanaman Modal Kota Surabaya perihal pelaksanaan PKM-PM di Kelurahan Mojo
Penggunaan Waktu	11.25 – 13.00
Hasil Yang Diperoleh	Berhasil mendapat surat pengantar dari kampus yang ditujukan kepada Dinas Penanaman Modal Kota Surabaya
Hari / Tanggal	Kamis, 7 Agustus 2022
Nama Kegiatan / Sub Kegiatan	Pendaftaran akun Surabaya Single Window
Tujuan Kegiatan	Untuk melengkapi berkas syarat perizinan
Uraian Kegiatan	Mengajukan permintaan surat pengantar dari DPM untuk nanti diberikan kepada Dinas Kesehatan sebagai salah satu syarat perizinan
Penggunaan Waktu	12.31 (7 Agustus) – 12.45 (8 Agustus)
Hasil Yang Diperoleh	Berhasil mendaftar dan menerima surat pengantar dari DPM
Hari / Tanggal	Senin, 15 Agustus 2022
Nama Kegiatan / Sub Kegiatan	Penyerahan berkas dan pengajuan perizinan ke Dinas Kesehatan Kota Surabaya
Tujuan Kegiatan	Mendapatkan perizinan dari Dinas Kesehatan terkait pengadaan penyuluhan kesehatan
Uraian Kegiatan	Menyerahkan berkas persyaratan perizinan secara lengkap (proposal, surat pengantar dari kampus, surat pengantar dari DPM, foto copy KTP)
Penggunaan Waktu	14.37 -15.00
Hasil Yang Diperoleh	Berkas perizinan diterima lengkap
Hari / Tanggal	Jumat, 19 Agustus 2022
Nama Kegiatan / Sub Kegiatan	Pengambilan surat perizinan dari Dinas Kesehatan
Tujuan Kegiatan	Untuk melengkapi berkas perizinan
Uraian Kegiatan	Mengambil surat perizinan dari Dinkes yang nantinya akan ditujukan ke puskesmas Mojo terkait pelaksanaan giat

Penggunaan Waktu	14.45 – 15.05
Hasil Yang Diperoleh	Mendapatkan izin dari Dinas Kesehatan terkait pelaksanaan giat yaitu pada tanggal 3 September 2022
Hari / Tanggal	Senin, 22 Agustus 2022
Nama Kegiatan / Sub Kegiatan	Rapat Anggota
Tujuan Kegiatan	Membahas tentang kuiz, doorprize untuk partisipan
Uraian Kegiatan	Berdiskusi tentang soal apa saja yang akan dijadikan kuiz, kapan kuiz akan dilaksanakan, doorprize untuk pemenang kuiz, doorprize partisipan.
Penggunaan Waktu	15.00 – 17.30
Hasil Yang Diperoleh	Kuis akan diberikan 2 sesi, untuk persesinya terdapat 2 pertanyaan sehingga total ada 4 pertanyaan, dan ada 4 doorprize utama, setiap partisipan / peserta penyuluhan juga akan diberikan doorprize
Hari / Tanggal	Kamis, 24 Agustus 2022
Nama Kegiatan / Sub Kegiatan	Konsultasi dengan Kepala Puskesmas Mojo
Tujuan Kegiatan	Membahas pengadaan penyuluhan kesehatan di wilayah sekitar
Uraian Kegiatan	Mengonsultasikan bagaimana sistem pengadaan penyuluhan dan menggali informasi data masyarakat sasaran
Penggunaan Waktu	10.05 – 10.58
Hasil Yang Diperoleh	Kegiatan penyuluhan kesehatan dapat direalisasikan dengan evaluasi penyuluhan berupa pemberian kuisioner kepada masyarakat sasaran sehingga kita dapat mengukur peningkatan pengetahuan masyarakat sasaran setelah mendapatkan penyuluhan. Terkait kapan pelaksanaan penyuluhan diadakan, Kepala Puskesmas Mojo menyarankan untuk melaksanakan giat tersebut setelah posyandu lansia diadakan sehingga sasaran giat kami adalah masyarakat lanjut usia yang rentan terkena diabetes. Dan kami diarahkan untuk berkonsultasi kembali dengan Dokter Dewi untuk menyesuaikan jadwal posyandu lansia dengan giat yang akan kami lakukan.
Hari / Tanggal	Minggu, 28 Agustus 2022
Nama Kegiatan / Sub Kegiatan	Finalisasi media penyuluhan
Tujuan Kegiatan	Melengkapi media penyuluhan

Uraian Kegiatan	Salah satu media penyuluhan kami berupa PPT dan dalam PPT tersebut sudah mencakup materi edukasi yang akan kami sampaikan nanti kepada partisipan
Penggunaan Waktu	12.25 – 16.00
Hasil Yang Diperoleh	Media penyuluhan PPT
Hari / Tanggal	Senin, 29 Agustus 2022
Nama Kegiatan / Sub Kegiatan	Finalisasi media penyuluhan
Tujuan Kegiatan	Melengkapi media penyuluhan
Uraian Kegiatan	Kami menggunakan Leaflet, kuisisioner, papan games juga sebagai media penyuluhan.
Penggunaan Waktu	10.28 – 14.00
Hasil Yang Diperoleh	Media penyuluhan Leaflet, kuisisioner, papan games (menentukan makanan yang bersiko dan tidak untuk penderita diabetes)
Hari / Tanggal	Rabu, 31 Agustus 2022
Nama Kegiatan / Sub Kegiatan	Konsultasi dengan Kader
Tujuan Kegiatan	Kepastian tanggal, waktu, tempat pelaksanaan, dan sistem pelaksanaan.
Uraian Kegiatan	Berkonsultasi dengan kader terkait kepastian tanggal, waktu, tempat pelaksanaan, dan sistem pelaksanaan.
Penggunaan Waktu	19.00 – 19.30
Hasil Yang Diperoleh	Tanggal pelaksanaan 3 September 2022, dilaksanakan mulai pukul 07.00 tepat setelah senam lansia diadakan, dan bertempat di balai RW 02 kelurahan Mojo.
Hari / Tanggal	Jumat, 2 September 2022
Nama Kegiatan / Sub Kegiatan	Survey Balai RW 02 & Koordinasi bersama Kader Desa
Tujuan Kegiatan	Mengetahui lokasi dan penataan tempat penyuluhan
Uraian Kegiatan	Survey lokasi, menata alat dan menyiapkan beberapa keperluan.
Penggunaan Waktu	16.37 – 19.00
Hasil Yang Diperoleh	Penataan tempat, banner acara, sound system, dan proyektor terpasang.
Hari / Tanggal	Jumat, 2 September 2022
Nama Kegiatan / Sub Kegiatan	SWAB Antigen
Tujuan Kegiatan	Memastikan anggota PKM-PM dalam kondisi sehat

Uraian Kegiatan	Melakukan swab antigen untuk memastikan anggota PKM-PM dalam kondisi sehat sebelum acara dilaksanakan
Penggunaan Waktu	16.10 – 17.00
Hasil Yang Diperoleh	5 anggota mendapatkan hasil negatif dalam tes swab antigen.
Hari / Tanggal	Sabtu, 3 September 2022
Nama Kegiatan / Sub Kegiatan	Penyuluhan Kesehatan “Kenali, Kelola, dan Kendalikan (3K) Diabetmu dan Hidup Sehat Bersama Sahabat Diabet”
Tujuan Kegiatan	<ul style="list-style-type: none"> • Berbagi edukasi kesehatan seputar diabetes sehingga tercapainya perubahan perilaku individu, keluarga, dan masyarakat dalam membina dan memelihara kesehatan, berperan aktif mewujudkan kesehatan yang optimal sesuai hidup sehat baik fisik, mental, dan social, terutama agar masyarakat sasaran dapat mengenali, mengelola, dan mengendalikan diabetes. • Memperkenalkan rancangan aplikasi Sahabat Diabetes (dalam bentuk tampilan) kepada masyarakat sasaran, menjelaskan guna dan fungsinya.
Uraian Kegiatan	<p>Kami mengawalinya dengan senam lansia bersama setelah itu membantu dalam pelaksanaan posyandu lansia bersama pihak puskesmas dan para kader, setelah kegiatan tersebut selesai barulah kami melaksanakan penyuluhan kami dengan:</p> <ul style="list-style-type: none"> • memberikan edukasi seputar diabetes, memberikan beberapa pertanyaan kuiz, • membagikan doorprize bagi pemenang kuiz dan partisipan lainnya dengan tujuan agar partisipan semangat dalam mengikuti jalannya penyuluhan, • mengajak partisipan lansia untuk bermain games mengelompokkan makanan yang beresiko diabetes dan yang tidak hal ini bertujuan juga untuk menambah pengetahuan partisipan, • memperkenalkan aplikasi Sahabat Diabet yang memiliki fitur

	<p>pelayanan kesehatan yang efisien kepada masyarakat sasaran.</p> <ul style="list-style-type: none"> • memberikan kuisisioner kepada partisipan yang bertujuan untuk mengevaluasi peningkatan pengetahuan setelah diadakannya penyuluhan kesehatan.
Penggunaan Waktu	05.30 – 11.00
Hasil Yang Diperoleh	<p>Acara berjalan dengan cukup lancar, partisipan mengikuti acara dengan baik dan tertib, partisipan cukup aktif dalam acara, partisipan dapat menjawab pertanyaan kuis dengan baik dan benar, partisipan aktif dan bersemangat dalam bermain games pengetahuan mengelompokkan makanan yang beresiko dan tidak beresiko menyebabkan diabetes, dan berdasarkan kuisisioner yang telah diisi partisipan setelah diadakan penyuluhan, pengetahuan partisipan seputar diabetes telah meningkat. Partisipan mengenal aplikasi Sahabat Diabet sebagai aplikasi yang efektif untuk bisa meningkatkan pengetahuan, mengatur pola hidup sehat, reminder, serta dapat membuat catatan perkembangan kesehatan dengan baik.</p>

3.4 Instrumen Pelaksanaan

Program Kreativitas Mahasiswa dalam bidang Pengabdian Masyarakat yang berbentuk penyuluhan sebagai upaya pengenalan kepada masyarakat sekitar tentang diabetes juga bagaimana cara mengelola dan mengendalikan diabetes agar masyarakat dapat meningkatkan edukasinya dan dapat meningkatkan budaya hidup sehat dijelaskan sebagai berikut. Penyiapan alat dan bahan dilaksanakan oleh anggota pelaksana PKM-PM. Kegiatan PKM-PM dilaksanakan dengan melakukan kegiatan penyiapan alat dan bahan pengadaan penyuluhan lainnya. Adapun instrument pelaksanaan kami sebagai berikut:

No.	Nama Barang	Jumlah
1.	Sound Aktif Standing	1
2.	Mixer 8 channel	1
3.	Standing sound	1
4.	Mic kabel	2

5.	Screen	1
6.	Projector	1

BAB IV

HASIL KEGIATAN DAN PEMBAHASAN

4.1 Hasil Kegiatan

Hasil yang dicapai dari pelaksanaan program kreativitas mahasiswa dengan bidang kegiatan pengabdian masyarakat yang berjudul “Kenali, Kelola, dan Kendalikan (K3) Diabetmu dan Hidup Sehat Bersama Sahabat Diabet” ini adalah tingkat pengetahuan masyarakat Mojo Rw.02 meningkat melalui game dan pengisian kuis tentang diabetes.

Pengetahuan melalui pengisian kuis tentang diabetes mellitus bervariasi. Skor minimum yang diperoleh yaitu 80 dan skor maksimum yaitu 95 dengan rerata skor pengetahuan yaitu 90. Distribusi subjek dapat dilihat pada tabel berikut.

Kategori Pengetahuan	N	%
Kurang sekali	0	0%
Kurang	0	0%
Cukup	0	0%
Baik	14	100%
Total	14	100%

Menurut hasil penelitian, diketahui bahwa partisipan dapat menangkap dan memahami materi yang dibuktikan dengan seluruh partisipan sebanyak 14 warga (100%) termasuk kategori baik.

Maka dari itu, kami merancang konsep aplikasi “Sahabat Diabet” yang membantu penderita diabetes untuk bisa mengenali, mengelola, dan mengendalikan diabetes. Dalam aplikasi yang kami rancang, terdapat beberapa fitur yang menarik. Yaitu:

1. Fitur Edukasi: berisi tentang pengetahuan dasar diabetes, terapi gizi medis, latihan jasmani, terapi farmakologi, dan pemantauan darah.
2. Fitur Atur Jadwalmu: berisikan kalender untuk mengatur jadwal aktivitas olahraga, check up, dll.
3. Fitur Catatan: berisikan catatan kegiatan yang dilakukan, makanan yang dikonsumsi, hasil check up, dll.

4. Fitur Konsul: berisikan catatan informasi (nomor telepon) rumah sakit terdekat.
5. Fitur Pertanyaan: memberikan klien fasilitas untuk bertanya seputar diabetes.
6. Fitur Perkembangan: berisi tentang catatan perkembangan kesehatan klien.

Kami juga berharap ide aplikasi yang kami rancang dapat menjadi acuan untuk hidup sehat.

4.2 Pembahasan

Penyuluhan ini dilaksanakan pada bulan September 2022. Target yang kami harapkan dari penyuluhan ini adalah dengan meningkatnya pengetahuan warga Mojo Rw.02 terutama warga lansia rentan diabet sebagai partisipan dalam penyuluhan ini. Hal ini dapat dilihat dari keaktifan dan antusias partisipan. Setelah partisipan diberikan edukasi kesehatan mengenai diabetes, partisipan mengikuti game yang dibuat oleh tim mahasiswa PKM tentang mengelompokkan makanan yang beresiko tinggi diabet dan rendah diabet dengan baik. Dalam penyuluhan ini kami juga mengenalkan tentang konsep aplikasi yang telah kami rancang. Respon masyarakat sasaran cukup positif dan mereka tertarik untuk bisa mencoba aplikasi ini, karena aplikasi ini tergolong efisien dan dapat membuat pola hidup pengguna jauh lebih teratur.

Tak hanya itu, masyarakat juga berpartisipasi dalam pengisian kuisisioner. Kuisisioner ini yang menjadi acuan seberapa jauh partisipan dalam mengerti tentang diabet.

Variabel pengetahuan tentang diabetes mellitus diukur berdasarkan total jawaban benar pada kuisisioner. Kuisisioner berisi 15 pernyataan yang dapat ditentukan dengan memberi tanda apakah pernyataan benar atau salah. Total skor pengetahuan dikategorikan baik (jawaban benar 80-100%), cukup (jawaban benar 65-80%), kurang (jawaban benar 40-65%), dan kurang sekali (jawaban benar <40%).

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

Dari kegiatan PKM - PM yang telah terlaksana yaitu dengan memberikan penyuluhan kesehatan mengenai Diabetes dengan judul "KENALI, KELOLA, KENDALIKAN (3K) DIABETMU DAN HIDUP SEHAT BERSAMA SAHABAT DIABET" pada masyarakat RW 02 Mojo tepatnya para lansia di wilayah tersebut. Partisipan aktif dan antusias dalam mengikuti jalannya acara penyuluhan, partisipan juga telah meningkatkan pengetahuan kesehatan terutama tentang diabetes.

Dengan ini diharapkan setelah diberikan edukasi, para partisipan lansia yang mengikuti dapat dengan baik mengenali, mengelola, mengendalikan diabetes dan dapat menerapkan hidup sehat. Partisipan juga diharapkan dapat memilah makan makanan yang harus dikonsumsi untuk menghindari penyakit diabetes melitus. Semoga kedepannya, prevalensi diabetes di Indonesia dapat menurun yang didukung dengan meningkatnya kesadaran masyarakat untuk hidup sehat.

DAFTAR PUSTAKA

- Khairani. Info Datin (Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan Republik Indonesia). Hari diabetes sedunia. (2020)
- Romli, L. Y., & Baderi, B. (2020). 5 Pilar di Era Pandemi: Langkah Antisipatif Bagi Penderita Diabetes.
- Alodokter. Komplikasi Diabetes Melitus Bisa Menyerang Mata Hingga Ujung kaki. (2020). Diakses dari <https://www.alodokter.com/komplikasi-diabetes-melitus-bisa-menyerang-mata-hingga-ujung-kaki>
- Kementrian Kesehatan RI. (2019). Apa Saja Komplikasi dan Akibat dari Diabetes. Diakses dari <http://p2ptm.kemkes.go.id/infographic-p2ptm/penyakit-diabetes-melitus/page/6/apa-saja-komplikasi-dan-akibat-dari-diabetes#:~:text=Komplikasi%20termasuk%20serangan%20jantung%20dan,s emua%20komplikasi%20Diabetes%20meningkat%20tajam.>
- Kementrian Kesehatan RI. (2019). Yuk Mengenal Apa itu Diabetes Melitus. Diakses dari <http://p2ptm.kemkes.go.id/infographic-p2ptm/penyakit-diabetes-melitus/page/5/yuk-mengenal-apa-itu-penyakit-diabetes-melitus-dm>

LAMPIRAN

LAMPIRAN I : Rincian Anggaran Biaya (RAB)

a. Pemasukan

No.	Rincian	Jumlah	Harga Satuan	Biaya
1	Dana institusi		Rp. 5.000.000,-	Rp. 5.000.000,-
Total				Rp. 5.000.000,-

b. Pengeluaran

No.	Rincian	Jumlah	Harga Satuan	Biaya
1	Print Proposal	8	Rp.12.000,-	Rp.96.000,-
2	Print berita acara,MOU, lockbook, amplop, retribusi dinkes		Rp. 6000,-	Rp. 18.500,-
			Rp. 7000,-	
			Rp. 5.500,-	
3	Materai 10.000	5	Rp.12.000,-	Rp.60.000,-
4	Transportasi	4	Rp. 29.000,-	Rp. 104.000,-
			Rp. 30.000,-	
			Rp. 25.000,-	
			Rp. 20.000,-	
5	Cetak banner	1	Rp. 30.000,-	Rp. 30.000,-
6	Cetak leafleat + biaya potong 15.000	40	Rp. 5000,-	Rp. 215.000,-
7	Sewa LCD,sound system		Rp. 450.000,-	Rp. 450.000,-
8	Bahan game penyuluhan		Rp. 44.000,-	Rp. 71.500,-
			Rp. 13.000,-	
			Rp. 14.500,-	
9	Print kuesioner,naskah mc,materi	152	Rp. 500,-	Rp. 76.000,-
10	Paperbag	2	Rp. 7.500,-	Rp. 27.000,-
		2	Rp. 6000,-	
11	Tali rafia, tissue, tas kresek		Rp. 3000,-	Rp. 17.000,-
			Rp. 7000,-	

			Rp. 7000,-	
12	Doorprize (tropicana dan oat)	4	Rp. 22.900,-	Rp. 118.300,-
		2	Rp. 12.350,- + ongkir Rp. 2000,-	
13	Doorprize (sunlight)	16	Rp. 11.600,-	Rp.357.800,-
		14	Rp. 12.300,-	
14	Bingkisan pembuat web	2	Rp.32.000	Rp. 64.000
15	Konsumsi rapat	5	Rp. 23.600,-	Rp. 138.000,-
		2	Rp. 10.000,-	
16	Konsumsi orang lcd	2	Rp.5000,-	Rp.10.000,-
17	Konsumsi Kader dan dokter puskesmas	5	Rp. 30.000,-	Rp. 171.000,-
		1	Rp. 21.000,-	
18	Konsumsi Peserta	40	Rp.7.650,-	Rp. 306.000,-
19	Konsumsi Panitia	6	Rp. 25.000	Rp. 150.000,-
20	Swab antigen	5	Rp. 80.000	Rp. 400.000,-
Total				Rp. 2.880.100,-

c. Rekapitulasi

No.	Deskripsi	Jumlah
1	Pemasukan	Rp. 5.000.000,-
2	Pengeluaran	Rp. 2.880.100,-
Sisa		Rp. 2.119.900,-

LAMPIRAN II : Susunan Acara

Rundown Acara PKM

Penyuluhan Puskesmas Mojo Surabaya

Balai RW 02 Mojo Gubeng

Sabtu, 03 September 2022

No	Kegiatan	Deskripsi Kegiatan	Waktu	Penanggung Jawab
1.	Persiapan tempat dan alat	Mahasiswa sudah tiba di puskesmas. Mahasiswa mempersiapkan tempat dan alat untuk penyuluhan	05.00-06.00	Semua mahasiswa
2.	Senam lansia	Mahasiswa mengikuti jalannya kegiatan senam lansia bersama partisipan	06.00-07.00	Semua mahasiswa
3.	Membimbing lansia untuk persiapan penyuluhan	Mahasiswa membimbing para partisipan untuk mengikuti acara penyuluhan	07.00-07.30	Vania, Rose, dan Fariskah
4.	Pembukaan dan perkenalan mahasiswa	Penyuluhan dibuka dengan doa oleh moderator dan mahasiswa memperkenalkan diri dan mengkondisikan partisipan	07.30-07.50	Vania, Rose, dan Fariskah
5.	Sambutan dari ketua panitia	Ketua panitia memberikan sambutan kepada partisipan yang telah hadir	07.50-08.00	Rose
6.	Pembukaan materi oleh moderator	Moderator membuka materi terlebih dahulu	08.00-08.10	Vania
7.	Penyampaian materi	Penyampaian materi : - Pengertian DM - Tipe-tipe DM - Gejala-gejala DM	08.10-08.40	Rose dan Fariskah
8.	Game berhadiah	Moderator memberikan quiz di sela-sela presentasi dan memberikan hadiah kepada partisipan jika benar menjawab.	08.40-08.50	Vania
9.	Penyampaian materi kembali	- Cara mengendalikan dan mencegah DM - Komplikasi DM - Memperkenalkan sahabat diabet	08.50-09.20	Rose dan Fariskah
10.	Game berhadiah	Moderator memberikan quiz di sela-sela presentasi dan memberikan hadiah	09.20-09.30	Vania

		kepada partisipan jika benar menjawab.		
11.	Pengisian kuisisioner	Para partisipan akan diberikan lembar kuisisioner untuk tes pengetahuan setelah pemaparan materi	09.30-10.00	Partisipan
12	Penutupan	Penutupan oleh moderator	10.00-10.10	Vania
13	Foto bersama	Mahasiswa dan para partisipan melakukan foto bersama untuk dokumentasi	10.10-10.20	Semua mahasiswa dan partisipan

LAMPIRAN III : Dokumentasi Kegiatan

- Pemeriksaan kesehatan dengan mengukur tekanan darah dan gula darah



- Senam pagi



o Pemaparan materi





○ Pembagian leaflet



o Warga bermain game





○ Pemberian hadiah



○ Foto bersama warga Mojo Rw. 02



○ Foto panitia



- Pengisian kuisioner oleh warga



- Banner



o Leaflet

Penelitian Jumlah Penderita Diabetes di Indonesia

Organisasi Internasional Diabetes Federation (IDF) telah melakukan riset di tahun 2019 tentang negara yang memiliki jumlah penderita diabetes tertinggi di dunia. Dan Indonesia berada di peringkat ke-7 dari 10 negara keatas dengan jumlah penderita diabetes terbanyak yaitu sebesar 10,7 juta. Indonesia menjadi satu-satunya negara di Asia Tenggara pada daftar tersebut, sehingga dapat diperkirakan besarnya kontribusi Indonesia terhadap kasus diabetes di Asia Tenggara.

Berdasarkan jenis kelamin, IDF memperkirakan prevalensi diabetes di tahun 2019 yaitu 9% pada pempuan dan 9,65% pada laki-laki. Prevalensi diabetes diperkirakan meningkat seiring penambahan umur penduduk menjadi 19,9% atau 111,2 juta orang pada umur 65-79 tahun. Angka dipredikasi terus meningkat hingga mencapai 578 juta di tahun 2030 dan 700 juta di tahun 2045.



Mencegah dan Mengendalikan Penyakit Diabetes

Pencegahan dan pengendalian diabetes mellitus di Indonesia dilakukan agar individu yang sehat tetap sehat, orang yang sudah memiliki faktor risiko dapat mengendalikan faktor risiko agar tidak jatuh sakit diabetes, dan orang yang sudah menderita Diabetes Mellitus dapat mengendalikan penyakitnya agar tidak terjadi komplikasi atau kematian dini.

Diabetes Mellitus tidak dapat disembuhkan tetapi glukosa darah penderita dapat diturunkan melalui penatalaksanaan yang baik dengan lima pilar DM yaitu :

1. Edukasi
2. Pengaturan pola makan/terapi nutrisi medis
3. Latihan jasmani/aktivitas fisik
4. Terapi farmakologis
5. Monitoring kadar gula darah



Gejala-gejala Penyakit Diabetes

1. Meningkatnya frekuensi buang air kecil
2. Rasa haus berlebihan
3. Penurunan berat badan
4. Kelaparan
5. Kulit jadi bermasalah
6. Penyembuhan lambat
7. Infeksi jamur
8. Iritasi genital
9. Kelelahan dan mudah tersinggung
10. Pandangan kabur
11. Kesemutan atau mati rasa



Tipe Diabetes Berdasarkan Penyebabnya

- **DM tipe 1 :** Diabetes yang disebabkan kenaikan kadar gula darah karena kerusakan sel beta pankreas sehingga produksi insulin tidak ada sama sekali. Insulin adalah hormon yang dihasilkan oleh pancreas untuk mencerna gula dalam darah. Penderita diabetes tipe 1I membutuhkan asupan insulin dari luar tubuhnya.
- **DM tipe 2 :** Diabetes yang disebabkan kenaikan gula darah karena penurunan sekresi insulin yang rendah oleh kelenjar pankreas.
- **DM tipe destasional :** Diabetes tipe ini ditandai dengan kenaikan gula darah pada selama masa kehamilan. Gangguan ini biasanya terjadi pada minggu ke-24 kehamilan dan kadar gula darah akan kembali normal setelah persalinan.

Apa itu Diabetes?

Menurut Info DATIN (Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan RI), Diabetes adalah penyakit menahun (kronis) berupa gangguan metabolik yang ditandai dengan kadar gula darah yang melebihi batas normal. Nah, penyebab kenaikan kadar gula darah tersebut menjadi landasan pengelompokan jenis atau tipe *Diabetes Mellitus, yaitu :

- *Diabetes Mellitus tipe 1
- *Diabetes Mellitus tipe 2
- *Diabetes Mellitus tipe gestasional

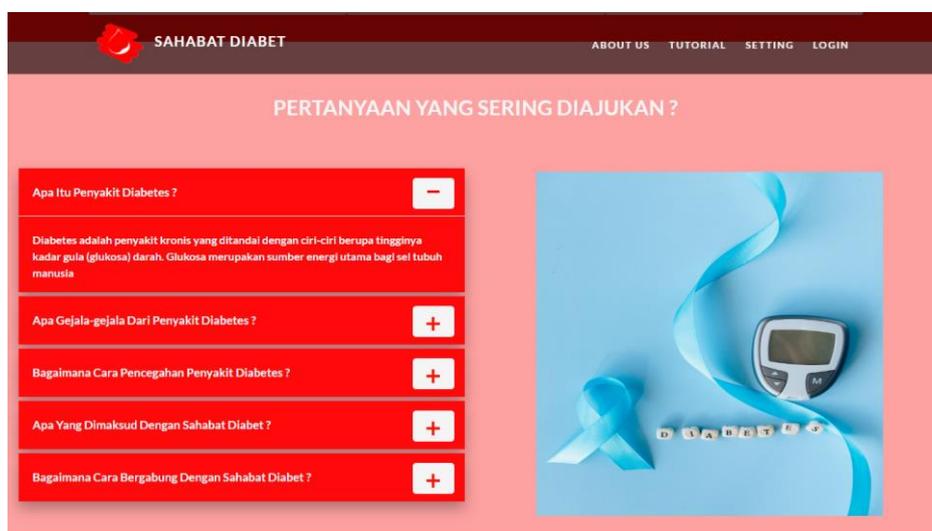
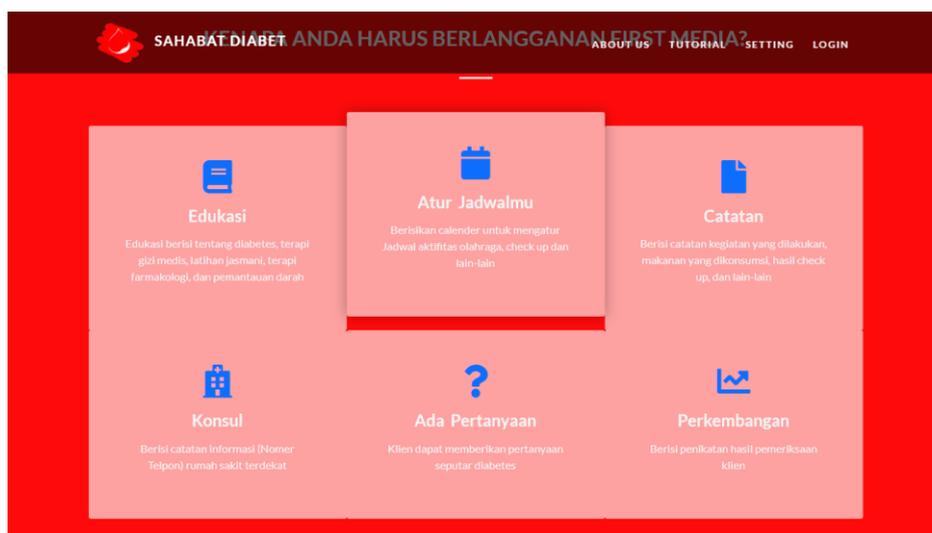


KENALI, KELOLA, KENDALIKAN (3K) DIABETMU DAN HIDUP SEHAT BERSAMA SAHABAT DIABET

"Do something today that your future self will thank you for." - Sean Patrick Flanery



LAMPIRAN IV : Konsep Aplikasi



LAMPIRAN V : Berkas Pengantar dan Perizinan



KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
DIREKTORAT JENDERAL TENAGA KESEHATAN
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES SURABAYA
JURUSAN KEPERAWATAN



Jl. Mayjen. Prof. Dr. Moestopo No. 8C Surabaya Telp. (031) 5030379, 5034222, 501734 Fax. 501734, 5030379

Surabaya, 4 Juli 2022

Nomor : LB.01.01 / 1 / 895 / 2022
Lampiran : 1 exs
Perihal : Permohonan Ijin Melaksanakan
Pengabdian Kepada Masyarakat

Kepada Yth :
Kepala Dinas Penanaman Modal dan
Pelayanan Terpadu Satu Atap Kota Surabaya
Jl. Tunjungan No.1-3 Surabaya
Di
Tempat

Dalam rangka melaksanakan kegiatan Tri Dharma Perguruan Tinggi Program Studi Pendidikan Profesi Ners Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Surabaya akan mengadakan kegiatan Program Kreativitas Mahasiswa Pengabdian Masyarakat di Puskesmas Mojo Surabaya dengan judul "Kenali, Kelola, Kendalikan (3K) Diabetmu dan Hidup Sehat Bersama Sahabat Diabet "

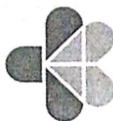
Sehubungan dengan hal tersebut, kami mengajukan ijin melaksanakan kegiatan tersebut.

Demikian atas perhatian dan kerjasamanya kami sampaikan terima kasih.



Ketua Jurusan Keperawatan

[Handwritten Signature]
Drs. Suryanto, SKp. M.Kes
NIP. 196909211992031001



KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
DIREKTORAT JENDERAL TENAGA KESEHATAN
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES SURABAYA
JURUSAN KEPERAWATAN



Jl. Mayjen. Prof. Dr. Moestopo No. 8C Surabaya Telp. (031) 5030379, 5034222, 501734 Fax. 501734, 5030379

Surabaya, 16 Juni 2022

Nomor : LB.01.01 / 1 / 733 / 2022
Lampiran : 1 eks
Perihal : Permohonan Ijin Melaksanakan
Pengabdian Kepada Masyarakat

Kepada Yth :
Kepala Dinas Kesehatan Kota Surabaya
Jl. Raya Jemursari No.197 Surabaya

Di
Tempat

Dalam rangka melaksanakan kegiatan Tri Dharma Perguruan Tinggi Program Studi Pendidikan Profesi Ners Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Surabaya akan mengadakan kegiatan Program Kreativitas Mahasiswa Pengabdian Masyarakat di Puskesmas Mojo Surabaya dengan judul "Kenali, Kelola, Kendalikan (3K) Diabetmu dan Hidup Sehat Bersama Sahabat Diabet "

Sehubungan dengan hal tersebut, kami mengajukan ijin melaksanakan kegiatan tersebut.

Demikian atas perhatian dan kerjasamanya kami sampaikan terima kasih.

Ketua Jurusan Keperawatan
Dr. Supriyanto, SKp, M.Kes
NIK 196909211992031001

Tembusan Kepada Yth,
1. Kepala Puskesmas Mojo Surabaya



PEMERINTAH KOTA SURABAYA
DINAS PENANAMAN MODAL DAN PELAYANAN
TERPADU SATU PINTU

Jalan Tunjungan No. 1-3 (Lt.3) Surabaya (60275)
Telp. (031) 99001785 Fax. (031) 99001785

Surabaya, 8 Agustus 2022

Nomor : 070 / 2237 / S / RPM / 436.7.15 /
2022
Lampiran : 2 Lembar
Hal : Rekomendasi Magang / PKL

Kepada
Yth. (terlampir)
di -
Surabaya

REKOMENDASI MAGANG/PKL/KKN

- Dasar :
1. Peraturan Menteri Dalam Negeri Republik Indonesia Nomor 7 Tahun 2014 Tentang Perubahan Atas Peraturan Menteri Dalam Negeri Republik Indonesia Nomor 64 Tahun 2011 Tentang Pedoman Penerbitan Rekomendasi Penelitian
 2. Peraturan Menteri Dalam Negeri Nomor 3 Tahun 2018 Tentang Penerbitan Surat Keterangan Penelitian
 3. Peraturan Walikota Surabaya No 41 Tahun 2021 Tentang Perizinan Berusaha, Perizinan Non Berusaha dan Pelayanan Non Perizinan
 4. Persetujuan Teknis Kepala Badan Kesatuan Bangsa, Politik Dan Perlindungan Masyarakat Kota Surabaya Nomor 070/11866/436.8.6/2022 Tanggal 08 Agustus 2022
- Memperhatikan :
- Surat dari Ketua Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Surabaya Nomor LB.01.01/1/890/2022 Tanggal 4 Juli 2022 Perihal Permohonan Ijin Melaksanakan Pengabdian Kepada Masyarakat.
- Kepala Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu Kota Surabaya memberikan Rekomendasi kepada :
- a. Nama : ROSE VALENTIN JERRY WIDYANTRI
 - b. Alamat : DUKUH PAKIS 3/28
 - c. Pekerjaan/Jabatan : MAHASISWA
 - d. Instansi/Organisasi : POLITEKNIK KESEHATAN KEMENTERIAN KESEHATAN SURABAYA
 - e. Kewarganegaraan : INDONESIA
- Untuk melakukan penelitian/survey/kegiatan dengan :
- a. Judul / Tema : PROGRAM KREATIVITAS MAHASISWA KENALI, KELOLA, KENDALIKAN(3K) DIABETMU DAN HIDUP SEHAT BERSAMA SAHABAT DIABET
 - b. Tujuan : Magang/PKL/KKN
 - c. Bidang Penelitian : PROGRAM KREATIVITAS MAHASISWA / PKM-PM
 - d. Penanggung jawab : DR. JOKO SUWITO, S.KP, M.KES
 - e. Anggota Peserta : 5 Orang (terlampir)
 - f. Waktu : 03 September 2022 s.d. 03 September 2022
 - g. Lokasi : (terlampir)
- Dengan persyaratan :
1. Dalam masa pandemi Covid-19, Pelaksanaan Penelitian/survei/kegiatan wajib menerapkan protokol kesehatan sesuai Peraturan Walikota Surabaya Nomor 67 Tahun 2020;
 2. Untuk kegiatan tatap muka yang berpotensi menimbulkan kerumunan wajib mengajukan permohonan assessment kegiatan yang ditujukan kepada Ketua Satgas Covid-19 Tingkat Kecamatan Wilayah setempat;
 3. Kegiatan sebagaimana dimaksud pada nomor 2 (dua) sewaktu-waktu dapat berubah mengikuti ketentuan pembatasan kegiatan oleh Pemerintah;
 4. Peserta Penelitian/survey/kegiatan wajib dalam keadaan sehat saat pelaksanaan kegiatan penelitian;
 5. Peserta Penelitian/survey/kegiatan wajib mentaati persyaratan/peraturan yang berlaku di Lokasi/Tempat dilakukan Penelitian serta tidak membebani kepada OPD, Camat, Lurah dalam pengambilan data primer dan sekunder;
 6. Pelaksanaan Penelitian/survey/kegiatan tidak boleh menimbulkan keresahan di masyarakat, disintegrasi bangsa atau mengganggu keutuhan NKRI;
 7. Rekomendasi ini akan dicabut/tidak berlaku apabila yang bersangkutan tidak memenuhi persyaratan seperti tersebut diatas.

Demikian atas bantuannya disampaikan terima kasih.

a.n WALIKOTA SURABAYA,
Kepala Dinas Penanaman Modal dan
Pelayanan Terpadu Satu Pintu



DEWI SOERYAWATI, ST., MT
Pembina Tingkat I
NIP.197405132001122001

Tembusan :
Yth. 1. Ketua Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Surabaya.
2. Saudara yang bersangkutan.

Lampiran
Nomor : 070 / 2237 / S / RPM / 436.7.15 / 2022
Tanggal : 8 Agustus 2022

DATA ANGGOTA KELOMPOK

No.	Nama	Alamat	No. HP / Telp
1.	FARISKAH LAILIYAH MAHARANI	JL.MANDALA 605 RT.22 RW.06, SEMAMBUNG, GEDANGAN	083856876945
2.	HILZA NATASYA HAQ	JL. ANGGREK 5A NO.17 KUREKSARI, SIDOARJO	0895367365217
3.	VANIA NASTARI PUTRI	JL. PANGLIMA SUDIRMAN GG. PRIKSAN NO.43, PROBOLINGGO	081259253280
4.	ANDINI AZZAHRA ISNAINI	DS. PLOSOBUDEN,DEKET, LAMONGAN	085707612294
5.	ROSEVALENTIN JERRY WIDYANTRI	JL. BATU SAFIR MERAH, KBD, GRESIK	082233312697

Kepada :

1. Camat Gubeng Kota Surabaya
2. Lurah Mojo Kota Surabaya



PEMERINTAH KOTA SURABAYA DINAS KESEHATAN

Jalan Jemursari No. 197 Surabaya 60243
Telp. (031) 8439473, 8439372, 8473729 Fax. (031) 8483393

Surabaya, 19 Agustus 2022

Nomor : 074 / 2022 / 436.7.2 / 2022
Sifat : Biasa
Lampiran :
Hal : Pengabdian Masyarakat

Kepada
Yth. Kepala Puskesmas
(sesuai daftar terlampir)
di -

SURABAYA

Memperhatikan Surat dari Kepala Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu nomor 070/2237/S/RPM/436.7.15/2022 tanggal 8 Agustus 2022 perihal pada pokok surat tersebut diatas, kami informasikan bahwa **Wilayah Binaan** Saudara dipergunakan sebagai tempat Pengabdian Masyarakat bagi Mahasiswa Profesi Ners Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Surabaya. Sehubungan hal tersebut diharap Saudara memberikan pengarahan dan bimbingan sepenuhnya.

Demikian atas perhatiannya, disampaikan terima kasih

KEPALA DINAS
Sekretaris,

drg. Primayanti, M. Kes
Perbina
NIP. 197210232005022003

Tembusan :
Yth. Ketua Jurusan Keperawatan
Politeknik Kesehatan Kemenkes Surabaya

<http://dinkes.surabaya.go.id>, Email : dinkes.surabaya@gmail.com



23/08/2022
 -Transportasi : 25.000
 Fariskah

Scanned with CamScanner



SPBU 54.602.57
 Jl. Raya Jemursari 194 Surabaya
 Telp. 031-8415834

01/09/2022 19:42
 Receipt No. : 000271

Pump No. 16
 Grade PERTAMAX
 Volume 2,400
 Unit Price 12500
 Amount 30000

Vehicle No. Not Entered

TERIMAKASIH DAN SELAMAT JALAN

Scanned with CamScanner

3. Nota pembelian hadiah



No. Pesanan: 220823UKS28R8T

Total Pembayaran Waktu Pembayaran
Rp91.600 23/08/22

Rincian Pengiriman Metode Pembayaran
andinisnaini ShopeePay
Jl. Kedung Tarukan Baru II B
No.14, RT.004/RW.06, Mojo,
Kec. Gubeng, KOTA
SURABAYA, GUBENG, JAWA
TIMUR, ID, 60285
6285707612294

No. Pesanan: 220823UM1F69BF

Total Pembayaran Waktu Pembayaran
Rp26.700 23/08/22

Rincian Pengiriman Metode Pembayaran
andinisnaini ShopeePay
Jl. Kedung Tarukan Baru II B
No.14, RT.004/RW.06, Mojo,
Kec. Gubeng, KOTA
SURABAYA, GUBENG, JAWA
TIMUR, ID, 60285
6285707612294

Rincian Pesanan

Tropicana Slim Hokkaido Cookies Sugar... x 4
Rp91.600

Subtotal untuk Produk Rp91.600
Subtotal Pengiriman - Reguler Rp7.000
Total Diskon Pengiriman -Rp7.000
Total Pembayaran Rp91.600

Rincian Pesanan

Naraya Oat Choco Vanilla Strawberry C... x 2
Variasi: Chocolate Rp24.700

Subtotal untuk Produk Rp24.700
Subtotal Pengiriman - Reguler Rp7.000
Total Diskon Pengiriman -Rp5.000
Total Pembayaran Rp26.700

Tuan
Toko

NOTA No.

BANYAKNYA	NAMA BARANG	HARGA	JUMLAH
2	Tas batik	7500	15.000
2	Tas Batik - Selang	6000	12.000
		Jumlah Rp.	27.000

Tanda Terima Hormat kami,

2/9. 2022
1 pak pth. pth (B)
Rp 2000

4. Nota pembelian bahan-bahan penyuluhan

pentagon digital print
www.pentagondigitalprint.com

No Nota: 002217 Tgl: 21/8/22
Customer: Operator:

Qty	Keterangan	@ Rp	Total
20	otak Artpaper 150 lembar	10.000	Rp. 200.000
	batik		Rp. 15.000
	snackes potong		
		Total	Rp. 215.000
		Uang Muka	
		Sisa	

Hormat kami,

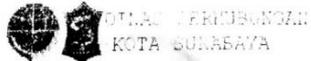
Pembayaran:
Cash / Debit / Kartu Kredit / Transfer
No Rek: Bank BCA 0640392029
a/n Karolas Hoky Siantoputra
Jl. Karang Menjangan 34A, Surabaya
Telp: (031) 2021539

Tuan An-Nur
Toko Jl. Gubeng 2022
Layangar 21

NOTA NO.

BANYAKNYA	NAMA BARANG	HARGA	JUMLAH
1	tissue nuke	2.000	2.000
		Jumlah Rp.	2.000

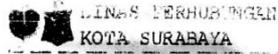
Scanned with CamScanner



Bukti Pembayaran Retribusi

Barcode : 00750
Masuk : 15/08/2022
Keluar : 15/08/2022
Petugas : Sausar
Retribusi : 2.000
No. Karcis : DKS00750
Nopol :-

CS Scanned with CamScanner
dishub.surabaya.go.id



Bukti Pembayaran Retribusi

Barcode : 01262
Masuk : 23/08/2022 11:00:47
Keluar : 23/08/2022 11:01:09
Durasi : 0:00:22
Petugas : ULFI
Retribusi : 2000
Nopol : 0
No. Karcis : DKS01262

CS Scanned with CamScanner
dishub.surabaya.go.id

Handwritten receipt form with fields for No. (1-0916-2022), received from (TOPO SHIFA), amount (Rp 3000), and purpose (Tali Kapak 2 pc @ 1500). Includes a signature and a stamp.

PANORAMA FOTO COPY CENTRE
FOTOCOPY WARNA | PENJILIDAN | PRINT | LAMINATING
Jl. Raya Jemur Sari 207 Surabaya, 08123276975
panoramacopycentre@gmail.com

SURABAYA
YTH: 23/22
8

NOTA KONTAN table with columns: BANYAKNYA, URAIAN, HARGA, JUMLAH. Row 1: 6 lembar fe, 250, 1500. Total: 1500.

CS Scanned with CamScanner
PERHATIAN !!!
Harap periksa kembali dokumen yang sudah di fotocopy, kami tidak bertanggungjawab bila ada kerusakan/kehilangan

No. 1046
Telah terima dari Rose
Uang sejumlah Empat ratus lima puluh ribu rupiah
Untuk pembayaran Pelunasan sewa Sound system, screen dan Projector

Surabaya, 02 September 2022

Rp. 450.000
Marketing Samsel Production

KLINIKITA
Sahabat Pembinaan Keluarga

KLINIKITA GROUP INDONESIA
WWW.KLINIKITA.CO.ID
SMS Center 08112726487 Email : cs@klinikita.co.id
No Telpn : (031) 99445290

NOTA MANUAL No :
Nama : Hlza Natasya H - Farisrah Lailiyah M. Tanggal : 02 - sep - 2022
No. RM : Rose Valentin J. W.
Alamat : Vania Nastari P.
No HP : Andini Azzahra I.
Dokter Pemeriksa : dr. Anshika Bayu Pratomo
SIF. 362.445421/111/PD/14367.2/2021

Pembayaran (Rp.) :
Jasa Dokter : Paket :
Jasa Tindakan : Obat :
Laboratorium : Barang :
Lain - Lain : Swab Antigen 5 orang @ Rp. 80.000

TOTAL PEMBAYARAN Rp. 400.000

Terimakasih atas kepercayaan anda kepada Klinikita
Klinikita memberikan bebas biaya periksa untuk kunjungan ulang dengan
kasus yang sama dan menerima pengembalian, penukaran obat yang
telah diresepkan

Petugas: [Signature] Kertajaya 160 Surabaya
Klien: [Signature] Telp. 031-99445290
www.klinikita.co.id

CS Scanned with CamScanner

LAMPIRAN VII : Swab Antigen Panitia

KLINIKITA
Teman Anda Berbagi Sehat

LABORATORIUM KLINIKITA
Jl. Kertajaya No. 160 Surabaya
Telp. 031-99445290

Kertajaya No. 160 Surabaya
Telp. 031-99445290

No. Lab :
NO 43 Nama : VANIA NASTARI PUTRI
Umur : 20th

KLINIKITA
Teman Anda Berbagi Sehat

LABORATORIUM KLINIKITA
Jl. Kertajaya No. 160 Surabaya
Telp. 031-99445290

Kertajaya No. 160 Surabaya
Telp. 031-99445290

No. Lab :
Nama : FARISKAH LAILIYAH MAHARANI
Umur : 19th



LABORATORIUM KLINIKITA

Jl. Kertajaya No. 160 Surabaya
Telp. 031-99445290

Teman Anda Berbagi Sehat

Kertajaya No. 160 Surabaya
Telp. 031-99445290

No. Lab :
Nama : ROSE VALENTIN JERRY WIDYANTRI
Umur : 19th



LABORATORIUM KLINIKITA

Jl. Kertajaya No. 160 Surabaya
Telp. 031-99445290

Teman Anda Berbagi Sehat

Kertajaya No. 160 Surabaya
Telp. 031-99445290

No. Lab :
Nama : HILZA NATASYA HAQ
Umur : 20th



LABORATORIUM KLINIKITA

Jl. Kertajaya No. 160 Surabaya
Telp. 031-99445290

Teman Anda Berbagi Sehat

Kertajaya No. 160 Surabaya
Telp. 031-99445290

No. Lab :
Nama : ANDINI AZZAHRA ISNAINI
Umur : 19th

