

# Prajurit dan PNS Kodim 0804/Magetan Terima Penyuluhan Kesehatan Tentang Bahaya Diabetes Melitus

**Raditya - [MAGETAN.INDONESIASATU.CO.ID](http://MAGETAN.INDONESIASATU.CO.ID)**

Feb 17, 2025 - 10:45

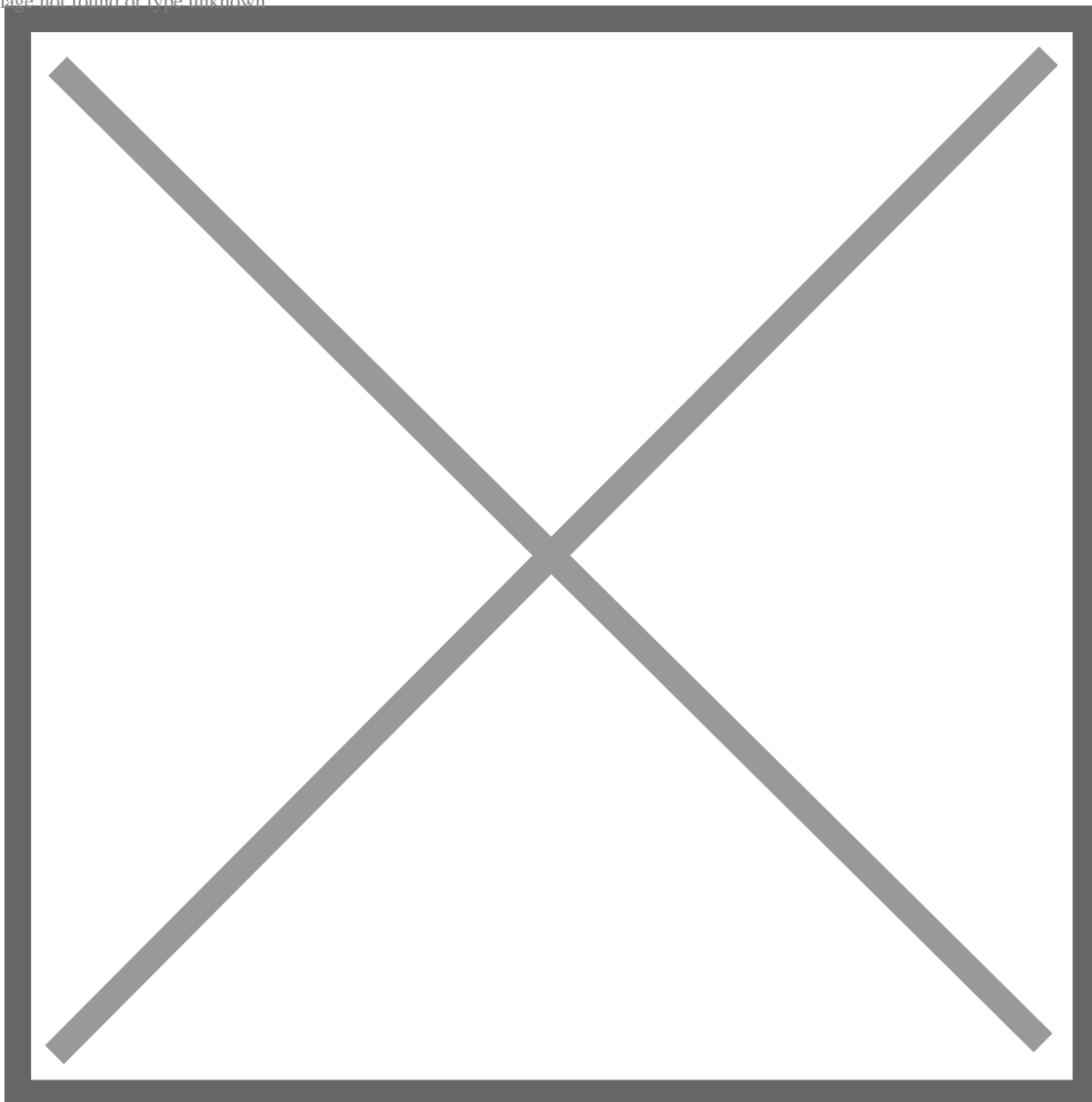


*Prajurit dan PNS Kodim 0804/Magetan Terima Penyuluhan Kesehatan Tentang Bahaya Diabetes Melitus*

Magetan. Kodim 0804/Magetan, bekerja sama dengan Yayasan Penyuluhan Kesehatan Indonesia, mengadakan penyuluhan kesehatan bertema Diabetes Melitus atau kencing manis, Senin (17/2/2025). Acara ini bertujuan untuk

meningkatkan pemahaman tentang penyakit tersebut di kalangan prajurit dan PNS Kodim 0804/Magetan.

Image not found or type unknown



Penyuluhan berlangsung di Aula Makodim 0804/Magetan peserta terdiri dari Prajurit, PNS Kodim 0804/Magetan, dan Minvetcad Magetan. Narasumber utama, Eka Suryanti, S.K.M., dari Yayasan Penyuluhan Kesehatan Indonesia, memberikan penjelasan rinci terkait Diabetes Melitus.

Dalam paparannya, Eka Suryanti, S.K.M., menjelaskan bahwa Diabetes Melitus adalah penyakit metabolik yang terjadi akibat tingginya kadar gula dalam tubuh yang tidak dapat dimanfaatkan secara maksimal.

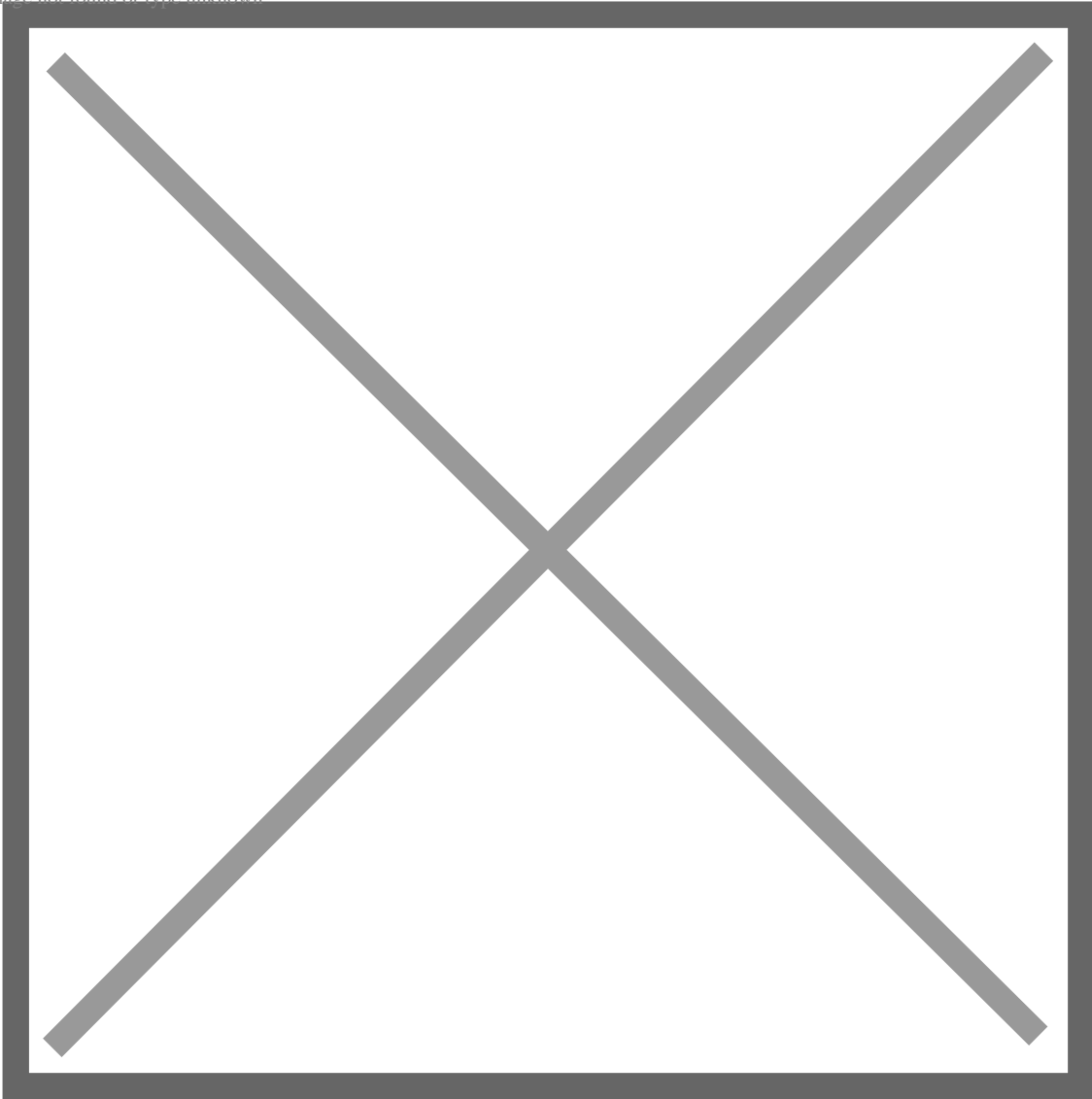
Image not found or type unknown



“Diabetes termasuk kategori penyakit kronis yang berbahaya, terutama jika sudah terjadi komplikasi,” jelasnya.

Ia menambahkan bahwa pola hidup kurang aktif menjadi salah satu faktor risiko utama. “Saat tubuh menerima asupan gula berlebih tanpa aktivitas fisik yang memadai, gula darah akan menumpuk dan meningkatkan risiko diabetes dalam jangka panjang,” ujarnya.

Image not found or type unknown



Eka Suryanti, S.K.M., juga memaparkan gejala-gejala umum kelebihan gula darah, di antaranya sering merasa lelah meski tidak melakukan aktivitas berat, rasa haus yang berlebihan meski sudah minum cukup, penurunan berat badan tanpa sebab yang jelas, rasa lapar ekstrem yang sering muncul, luka yang lama sembuh atau sulit sembuh, pandangan kabur, frekuensi buang air kecil yang meningkat, serta sering mengalami infeksi, termasuk pada kulit, gusi, dan organ intim.

Menurut Eka Suryanti, S.K.M., pengobatan diabetes memerlukan waktu panjang dan kedisiplinan tinggi. Lima pilar utama dalam pengobatan diabetes meliputi edukasi kesehatan, pengaturan pola makan, olahraga teratur, konsumsi obat-obatan sesuai anjuran dokter, dan pemantauan gula darah mandiri.

“Disiplin dalam menjalankan kelima pilar ini sangat penting untuk mengelola diabetes dan mencegah komplikasi yang berbahaya,” tegasnya.

Melalui penyuluhan ini, Kodim 0804/Magetan berharap dapat meningkatkan kesadaran dan pemahaman para prajurit serta staf tentang pentingnya menjaga kesehatan, khususnya terkait Diabetes Melitus.

Kegiatan ini juga merupakan bagian dari komitmen Kodim dalam mendukung

pola hidup sehat bagi seluruh anggotanya. Dengan informasi yang didapat, diharapkan peserta dapat menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari, baik untuk diri sendiri maupun keluarga, demi menjaga kualitas hidup yang lebih baik.  
(MC0804)