

## PRORGAM NO: 345

### KOMPLIKASI DIABETES / TUNTUNAN SAKING GUSTI

Sedhèrèk kula, pinanggih malih kaliyan Cahyaning Agesang sesarengan kaliyan kula, Lilis. Kados pundi pawartos panjenengan ing dinten menika? Pendonga saha pangajeng-ajeng kula, panjenengan séhat saha bagya sesarengan kaliyan kulawarga. Wonten ing bagéyan kaping sepindhah adicara menika, kula badhé atur kaweruh ngéngingi komplikasi diabètes, utawi tuwuhipun penyakit énggal minangka tambahan ingkang kasebabaken karana diabètes/penyakit gendhis. Mugi-mugi kaweruh menika migunani kanggé panjenengan. Wonten ing bagéyan kaping kalih, kados ing padatan, Ibu Arin badhé dumugi saha badhé atur siraman rohani kanggé panjenengan. Inggih sedhèrèk kula, ing pundi kémawon kawontenan panjenengan, sugeng anikmati giyaran Cahyaning Agesang ingkang kawula segahaken kanggé panjenengan.

Sedhèrèk kula, penyakit diabètes sampun mboten anèh malih kanggénipun kita, karana kathah sanget tiyang ingkang katempuh déning penyakit menika. Wiwit saking laré-laré ngantos yuswa sepuh, wiwit tiyang miskin ngantos tiyang ingkang sugih, saha para jaler ugi èstri. Penyakit diabètes menawi mboten dipun kendhalèni utawi dipun tangani kanthi saé, piyambakipun badhé njedhulaken sawetawis komplikasi tumrap panandhangipun. Wonten kathah komplikasi ingkang badhé dipun alami déning panandhangipun, antawisipun inggih menika:

Panandhang diabètes saged kaserang déning penyakit jantung, setrok, ugi tekanan rah inggil/hipertènsi. Mboten sekedhik tiyang ingkang kaserang setrok karana diabètes. Menawi wonten ing rah kandhutan gendhis kalangkung inggil, pramila panandhang diabètes ugi saged ngalami karisakan pembuluh rahipun. Diabètes ingkang sampun seru, saged nyebabaken prekawis ilinipun rah saking jantung dhateng sedaya badan. Tanpa ilinipun rah ingkang saé, badhé sanget èwed nyarasaken tatu ingkang wonten ing badan. Menawi jaringan kirang asupan rah, pramila jaringan menika badhé pejah saha dipun kanthèni tatu tinarbuka ingkang sanget gampil kénging infèksi baksil.

Salintunipun karisakan pembuluh rah, diabètes ingkang mboten kakendhalèni badhé murugaken karisakan sarap. Kandhutan gendhis ingkang inggil wonten ing rah, saged murugaken risakipun sarap, temah panandhang mboten nyumerepi menawi tatu wonten ing badanipun ingkang kathah-kathahipun wonten ing suku, sangsaya dangu sangsaya ageng. Malahan panandhangipun mboten ngraosaken menapa-menapa, sanadyana wonten tatu ingkang ageng karana sarapipun sampun risak.

Panandhang diabètes ugi saged ngalami kerisakan mripat, mliginipun rétina. Kerisakan rétina njedhul ing nalika dumadosipun prekawis wonten ing pembuluh rah rétina, menawi dipun jaraken pramila

saged murugaken kawutan. Glukoma saha katarak ugi kalebet komplikasi ingkang mbok menawi kemawon saged dumados tumrapipun diabètes.

Ginjel ugi badhé ngalami kerisakan, menawi panandhang diabètes mboten saged ngendhalèni kandhutan gendhis wonten ing rahipun. Kita sumerep, ginjel menika nggadhahi yutan pembuluh rah alus ingkang nyaring limbah/rereged saking rah. Nah, pembuluh rah alus menika saged kasumpet utawi bocor, karana kandhutan gendhis wonten ing rah kalangkung inggil ingkang dumadosipun lami, pramila makaryanipun ginjel saged mandhap. Kerisakan ingkang seru tumrapipun ginjel saged nyebabaken gagal ginjel saha mbetahaken cuci darah/ngimbah rah, utawi malahan saged ugi kedah transplantasi ginjel/operasi ginjel kanggé nggantos ginjel ingkang rusak menika kaliyan ginjel sanès.

Sedhèrèk kula, panandhang diabètes ugi gampil kaserang déning penyakit kulit, kados ta, infèksi jamur saha baktèri. Kandhutan gendhis ing rah ingkang inggil, saged mbebayani tumraping ibu saha calon banyinipun. Risiko keluron saha kelairan pejah badhé mindhak, menawi diabètes mboten énggal dipun tangani. Kandhutan gendhis ing rah ingkang mboten kajagi wonten ing wiwitan ngandheg, ugi saged nginggilaken risiko/pitunan cacad lair. Ibu ingkang saweg ngandheg ingkang ugi nandhang diabètes, dipun aturi pitedah supados tansah nyumerepi kandhutan gendhis ing rahipun kanthi ajeg.

Nah, sacara cekak kula badhé wangsuli malih komplikasi saking diabètes, inggih menika, penyakit jantung, setrok, tekanan rah inggih, risakipun pembuluh-pembuluh rah, risakipun jaringan-jaringan sarap, karisakan rétina mripat, njedhulipun penyakit kulit, gagal ginjel; saha tumrapipun ibu ingkang saweg ngandheg ingkang ugi nandhang diabètes, saged ngganggu kandheganipun, inggih menika saged keluron saha pejahing calon bayinipun.

Sedhèrèk kula, kanyata saèstu kathah komplikasi diabètes, saha komplikasi menika sanget mbebayani tumrap gesangipun manungsa. Pramila saking menika, menawi kita sampun kaserang déning diabètes, kita kedah ngendhalèni kandhutan gendhis wonten ing rah, supados tetep normal. Kados pundi caranipun? Dhateng dhokter utawi Puskesmas kanggé mriksakaken badan, menapa kita kaserang penyakit diabètes menapa mboten, menawi kanyata sampun kaserang diabètes, pramila kita kedah ngèstokaken pituturipun dhokter. Padatanipun tiyang ingkang nandhang diabètes kedah sregep ngombé obat, kedah ngatur jinis tetedhanipun, gunggungipun tetedhanipun, ugi kedah njadwal nedhanipun sarta sregep olah-raga. Mugi-mugi kita katebihaken saking sedaya komplikasi diabètes, supados gesang kita tentrem saha saged makarya kanthi saé.

Sedhèrèk kula, mugi-mugi kaweruh cekak ngéngingi komplikasi diabètes menika kalawau migunani kanggé panjenengan sakulawarga. Tetepa sesarengan kaliyan giyaran Cahyaning Agesang menika, karana sekedhap malih ibu Arin badhé dumugi saha ngajak kita nggegilut Dhawuh Pangandikanipun

Gusti. Nanging sadèrèngipun, mangga kita mirengaken satunggal lagu pepujèn ingkang sampun kula cawisaken kanggé panjenengan wonten ing pundi kémawon kawontenan panjenengan. Sugeng mirenganan saha mugi-mugi panjenengan kalipur.

### **Tuntunan saking Gusti**

Sedhèrèk kula, sakben tiyang kepingin gesang wonten ing margi ingkang leres. Nah, kanggé gesang wonten ing margi ingkang leres, kita mbetahaken tuntunan, karena menawi mboten wonten tuntunan tumuju dhateng kaleresan kita badhé lumampah wonten ing margi ingkang lepat, malahan margi ingkang nasaraken. Ing samangké kathah tiyang ingkang gesang wonten ing margi ingkang lepat, temah nglayakaken/matutaken kalepatan saha dosa. Kathah tiyang mboten purun nganggé tuntunan saking Gusti, nanging nganggé tuntunan saking dhirinipun piyambak utawi saking tiyang ingkang lepat, pramila saking menika kathah tiyang ingkang wonten ing margi ingkang lepat.

Sedhèrèk kula, wonten cariyos ngéngingi satunggalipun bapak ingkang taksih enèm ingkang sadangunipun tigang taun gesang wonten ing dosa, karena tigang taun menika piyambakipun ngrodha-peksa anakipun piyambak. Anakipun ingkang taksih umur 16 taun menika dados kurban kekejemaning bapakipun. Selami tigang taun laré kenya menika gesang wonten ing ancamaning bapakipun piyambak. Karena tansah dipun ancam, pramila laré kenya menika mboten wantun nyariosaken kejahatananing bapakipun dhateng sok sintena kémawon. Nah, bapak menika rumaos aman nglampahaken kejahatanipun. Piyambakipun lajeng kémawon ngrodha-peksa anakipun ngantos anakipun menika ngandhut, lajeng mboten saged dipun tutupi malih kejahatanipun bapak menika. Piyambakipun dipun cepeng saha dipun lebetaken ing pakunjaran.

Menika salah satunggalipun conto manungsa ingkang gesang wonten ing margi ingkang lepat. Bapak menika mesthi mboten nggadhahi tuntunan ingkang saged nuntun gesangipun dhateng margi ingkang leres. Bapak menika mesthi mboten ndhèrèk tuntunan ingkang dipun paringaken Gusti dhateng piyambakipun, temah piyambakipun dipun tuntun déning pepinginanipun saha pikajengipun piyambak. Saha pikajengan sarta pepinginanipun bapak menika, inggih menika nglampahken tumindak jahat. Wicanten ngéngingi tuntunan utawi iridan, kula ènget tumrap tugu méga ingkang ngirid bangsa Israèl medal saking Mesir. Mangga kita waos malih cariyosipun. Kados mekaten cariyosipun:

***Nalika bangsa Israèl dililani lunga déning Sang Pringon, Allah enggoné ngirid ora metu pesisir nuju negara Filistia, senjata dalam iku luwih cedhak. Gusti Allah menggalih, "Bangsa iki menawa kecuwan atiné, aja nganti banjur bali menyang tanah Mesir, yaiku samasa ngerti yèn dhèwèkné kudu perang."***

***Mulané Gusti Allah enggoné ngirid bangsa iku diénggokaké metu ara-ara samun nuju marang Segara Teberau. Lan wong Israèl tansah cecawis maju ing perang.***

***Balungé Yusuf digawa déning Musa saka tanah Mesir, sebab nalika uripé wis njaluk sumpahé wong Israèl mengkonon. Yusuf wis weling, "Yèn Gusti Allah ngentasaké kowé kabèh, jisimku gawanen saka panggonan iki."***

***Wong Israèl banjur padha mangkat saka Sukot tekan kutha Étam, ing tapel watesé ara-ara samun.***

***Gusti Allah tindak ana ing ngarepé, ing wayah awan ana ing tugu méga, déné ing wayah bengi ana ing tugu geni kanggo nuntun lakuné; mulané wong-wong mau awan bengi bisa nerusaké lakuné.***

***Sedina muput tugu méga mau ana ing ngarepé, lan sewengi natas tugu geni ngirid bangsa mau. (Pangentasan 13;17-22).***

Sedhèrèk kula, Gusti menika saèstu-èstu saé dhateng umatipun. Gusti nuntun umat Israèl ing wekdal siyang saha dalu. ***Gusti Allah tindak ana ing ngarepé, ing wayah awan ana ing tugu méga, déné ing wayah bengi ana ing tugu geni kanggo nuntun lakuné; mulané wong-wong mau awan bengi bisa nerusaké lakuné.***

Sedhèrèk kula, panjenengan tamtu kepingin kadosdéné bangsa Israèl ingkang dipun irid déning Gusti menika, ta? Nanging ing samangké Gusti mboten ngginakaken tugu méga saha tugu latu kanggé ngirid kita, Gusti ngirid gesang kita lumantar Dhawuh Pangandikanipun. Dhawuh Pangandikanipun Gusti badhé nuntun kita dhateng margi ingkang leres, Dhawuh Pangandikanipun Gusti mboten badhé nasaraken kita, karana Dhawuh Pangandikanipun Gusti mingangka pepadhang kanggé gesang kita, Piyambakipun badhé madhangi pikiran saha manah kita. Dhawuh Pangandikanipun Gusti adamel gesang kita bagya.

Prabu Daud ngandika:

***Begja wong sing lakuné ora kaya sing dipéngini déning wong ala, lan ora niru lakuné wong dosa sarta ora sesrawungan karo wong sing dhemen memoyok, nanging sing seneng nglakoni angger-anggeré Gusti Allah lan dirasak-rasakaké rina wengi.***

***Wong mau kaya wit, sing ditandur ana ing pinggir kali, sing tansah awoh manut mangsané, lan godhongé ora tau gogrog; apa waé sing ditandangi mesthi olèh gawé. (Masmur 1:1-3).***

Sedhèrèk kula, kathah tiyang ingkang mikir, bilih Dhawuh Pangandikanipun Gusti utawi printahipun Gusti menika èwed dipun lampahaken utawi dipun èstokaken. Kathah tiyang ingkang mikir,

gesangipun badhé sangsara saha sisah menawi nglampahaken Dhawuh Pangandikanipun Gusti, karena Dhawuh Pangandikanipun Gusti menika lelawanan kaliyan pepinginanipun piyambak. Kathah ugi tiyang ingkang mikir, bilih Dhawuh Pangandikanipun Gusti menika matesi impèn saha pengajeng-ajengipun.

Pramila saking menika, kathah tiyang ingkang kesasar, kathah tiyang ingkang lepat marginipun, kathah tiyang ingkang nglampahaken kejahatan saha dosa. Saha sasampunipun nadhang kasangsaran, kathah tiyang ingkang lajeng ènget bilih piyambakipun mbetahaken tuntunan saha iridan ingkang leres. Kathah tiyang ingkang lajeng ènget, bilih piyambakipun mboten saged gesang kanthi leres tanpa Dhawuh Pangandikanipun Gusti ingkang nuntun gesangipun.

Sedhèrèk kula, Gusti Yesus ngandika:

***Yèn kowé nunggal karo Aku, lan piwulang-Ku koklakoni, kowé kepareng nyuwun apa waé sing kokkarepaké; panyuwunmu mau bakal dikabulaké. (Yohanes 15:7).***

***Menawa kowé padha nglakoni pepakon-pepakon-Ku, Aku bakal tetep nresnani kowé. Ora béda karo Aku dhéwé: Sang Rama nresnani Aku, sebab Aku nglakoni dhawuh-dhawuhé Sang Rama. (Yohanes 15:10).***

Sedhèrèk kula, mangga kita nggadhahi Dhawuh Pangandikanipun Gusti saha ngèstokaken, supados kita nggadhahi tuntunan saha iridan ingkang leres wonten ing nglampahi gesang kita menika. Menawi kita mlampah wonten ing margi ingkang leres, pramila kita badhé bagya saha ngluhuraken Asmanipun Gusti.