



Penyuluhan Kesehatan Tentang Diabetes Mellitus Di Puskesmas Bintuhan Desa Sinar Pagi Kelurahan Bandar Kecamatan Kaur Selatan Kabupaten Kaur

Mike Milo Diana Putri ¹⁾; Noviza ²⁾; Dewi Putri Kemala Sari ³⁾; Dian Pratiwi ⁴⁾; Yeka Hermalena ⁵⁾;
Emi Kasih Lestari ⁶⁾; Septinawati ⁷⁾; Seventri Herma Handayani ⁸⁾; Ferry Surahman ⁹⁾; Tuti Rohani¹⁰⁾
Fikitri Marya Sari ¹¹⁾

^{1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11)} Universitas Dehasen Bengkulu

Email: ¹mikemilodiana@gmail.com, ²noviza0502@gmail.com, ³putrikemalasar1896@gmail.com,
⁴dianpratiwi313@gmail.com, ⁵yhermalena@gmail.com, ⁶septisep1382@gmail.com,
⁷seventri.hermahandayani@gmail.com, ⁸emifbk_lestari12@yahoo.co.id, ⁹fery.surahman@unived.ac.id,
¹⁰tuti.rohani.unived@gmail.com

ARTICLE HISTORY

Received [08 Februari 2025]

Revised [10 Maret 2025]

Accepted [14 Maret 2025]

KEYWORDS

Health, Counsellor, Diabetes Mellitus.

This is an open access article under the [CC-BY-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/) license



ABSTRAK

Diabetes Mellitus (DM) adalah penyakit yang akhir-akhir ini semakin banyak dijumpai. Penyakit Diabetes Mellitus juga sering kita sebut dengan istilah kencing manis atau penyakit gula darah. Penyakit yang satu ini termasuk jenis penyakit kronis yang tanda awalnya yaitu meningkatnya kadar gula dalam darah sebagai akibat adanya gangguan sistem metabolisme dalam tubuh. Organ tubuh yang terganggu adalah pankreas yang mana sudah tidak berfungsi sebagaimana mestinya. Pankreas sudah tidak mampu memproduksi hormon insulin dalam memenuhi kebutuhan tubuh. Faktor-faktor yang mempengaruhi diabetes mellitus salah satunya adalah kurangnya pengetahuan. Pengetahuan masyarakat mengenai penyakit diabetes mellitus sangat dibutuhkan sebagai pondasi masyarakat dalam menunjukkan perilaku pencegahan diabetes mellitus. Pengetahuan menjadi hal yang sangat penting untuk terbentuknya sebuah perilaku (Donsu, 2017). Pengetahuan juga berkaitan dengan tingkat pendidikan. Semakin tinggi tingkat pendidikan seseorang tentunya akan semakin banyak pula informasi yang dimiliki sehingga berpengaruh terhadap perilaku seseorang (Notoatmodjo, 2002). Salah satu alternatif dalam menangani diabetes mellitus ini adalah dengan melakukan senam diabetes mellitus. **Tujuan** : Pada akhir proses penyuluhan, seluruh lansia dan pra-lansia di Desa Sinar pagi dapat mengerti dan memahami tentang penyakit Diabetes Mellitus serta ikut berpartisipasi dalam melakukan senam diabetes mellitus. **Metode** : Metode yang digunakan dalam penyuluhan tentang diabetes mellitus adalah ceramah dan tanya jawab serta membagikan leaflet. Kemudian metode senam diabetes mellitus yang digunakan adalah dengan praktik langsung senam diabetes mellitus. **Hasil dan Pembahasan** : Dalam kegiatan penyuluhan ini, para lansia mengalami peningkatan pengetahuan dari pre-test dengan rata-rata 65 dan post-test dengan rata-rata 80, dengan selisih 15. Hasil akhir dari kegiatan senam diabetes mellitus ini membuat para kader sepakat untuk melakukan senam diabetes mellitus pada lansia paling tidak 1-2 kali setiap bulan.

ABSTRACT

Diabetes Mellitus (DM) is a disease that has recently become more common. We also often refer to diabetes mellitus as diabetes or blood sugar disease. This disease is a type of chronic disease whose initial sign is an increase in blood sugar levels as a result of a disturbance in the body's metabolic system. The body organ that is disturbed is the pancreas, which no longer functions as it should. The pancreas is no longer able to produce the hormone insulin to meet the body's needs. One of the factors that influence diabetes mellitus is a lack of knowledge. Public knowledge about diabetes mellitus is very much needed as a foundation for society in demonstrating diabetes mellitus prevention behavior. Knowledge is very important for the formation of behavior (Donsu, 2017). Knowledge is also related to the level of education. The higher a person's level of education, the more information they will have, which will influence a person's behavior (Notoatmodjo, 2002). One alternative for dealing with diabetes mellitus is to do diabetes mellitus exercises. **Objective**: At the end of the counseling process, all elderly and pre-elderly people in Sinar Pagi Village will be able to understand and understand Diabetes Mellitus and participate in doing diabetes mellitus exercises. **Method**: The method used in providing education about diabetes mellitus is lectures and questions and answers as well as distributing leaflets. Then the diabetes mellitus exercise method used is direct practice of diabetes mellitus exercises. **Results and Discussion**: In this outreach activity, the elderly experienced an increase in knowledge from the pre-test with an average of 65 and post-test with an average of 80, with a difference of 15. The final results of this diabetes mellitus exercise activity made the cadres agree to Do diabetes mellitus exercises for the elderly at least 1-2 times every month

PENDAHULUAN

Diabetes melitus (DM), lebih sederhana disebut diabetes, adalah kondisi serius jangka panjang (atau 'kronis') yang terjadi ketika ada peningkatan kadar glukosa dalam darah karena tubuh tidak dapat memproduksi atau cukup hormon insulin, atau tidak dapat menggunakan insulin yang dihasilkannya secara efektif. DM adalah ancaman serius bagi kesehatan global yang tidak melihat status sosial ekonomi maupun batas-batas nasional. Semakin bertambah usia manusia maka semakin bertambah

kemungkinan terkena penyakit. Semakin bertambah usia maka sel – sel manusia bertambah tua dan berkurang fungsi serta anatominya. Dengan demikian akan semakin dekat dan mudah terkena penyakit. Penyakit yang mungkin muncul adalah salah satunya Diabetes Melitus. Dari tahun ke tahun penderita Diabetes Melitus sangat meningkat. Penyakit ini lebih banyak terjadi pada orang dewasa. Makin tua umur makin tinggi resiko terkena penyakit. Diabetes Melitus merupakan suatu kumpulan gejala yang timbul pada seseorang yang disebabkan oleh karena adanya peningkatan kadar gula/glukosa darah akibat kekurangan insulin baik absolut maupun relatif. Diabetes Melitus merupakan penyakit yang tidak dapat disembuhkan akan tetapi dapat dikendalikan.

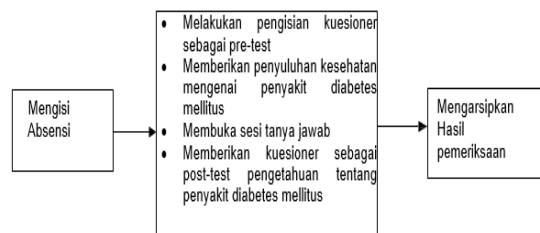
Untuk mengendalikan penyakit Diabetes Melitus diperlukan pengetahuan dan kemauan dari pasien. Untuk itu pasien memerlukan bantuan dalam menghadapi penyakit Diabetes Melitus dengan asuhan keperawatan yang komprehensif, salah satunya adalah dengan melakukan kegiatan senam diabetes militus. Fenomena saat ini ada kecenderungan bahwa penderita diabetes mellitus meningkat di berbagai belahan dunia (Firani, 2022). International Diabetes Federation pada tahun 2021 melaporkan bahwa 537 juta orang dewasa (20-79 tahun) hidup dengan diabetes di seluruh dunia. Jumlah ini diperkirakan akan meningkat menjadi 643 juta (1 dari 9 orang dewasa) pada tahun 2030 dan 784 juta (1 dari 8 orang dewasa) pada tahun 2045.

Diabetes mellitus menyebabkan 6,7 juta kematian pada tahun 2021. Diperkirakan 44% orang dewasa yang hidup dengan diabetes (240 juta orang) tidak terdiagnosis. 541 juta orang dewasa di seluruh dunia, atau 1 dari 10, mengalami gangguan toleransi glukosa, menempatkan mereka pada risiko tinggi terkena diabetes tipe 2 (International Diabetes Federation, 2021). Seiring dengan perkembangan kasus diabetes mellitus tipe 2 yang terjadi di Indonesia yang cenderung mengalami peningkatan (Sutomo, 2023). Wilayah Asia Tenggara dimana Indonesia menempati peringkat ketiga dengan prevalensi sebesar 11,3%. Indonesia menjadi satu-satunya negara di Asia Tenggara pada daftar tersebut, sehingga dapat diperkirakan besarnya kontribusi Indonesia terhadap prevalensi kasus diabetes di Asia Tenggara (Kemenkes RI, 2020). Pada tahun 2021 di Indonesia sebanyak 19,47 juta jiwa mengalami diabetes mellitus (Kemenkes RI, 2022). Prevalensi Diabetes Melitus berdasarkan data dari Survey Kesehatan Indonesia Tahun 2023 sebesar 877.531 kasus. Untuk kasus DM Tipe 2 sebesar 50,2 % (Survey Kesehatan Indonesia, 2023). Jumlah kasus tahun 2024 di Puskesmas Bintuhan sebanyak 2.057 kasus.

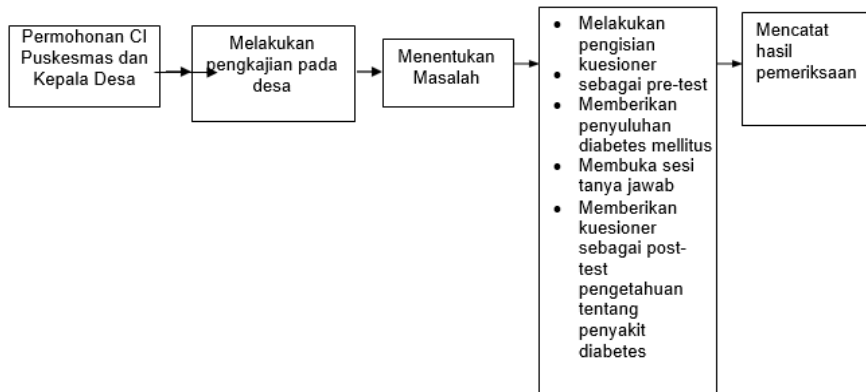
METODE

Pengabdian ini dilakukan di desa dimana desa ini tempat mahasiswa/ melakukan kegiatanKuliah Kerja Nyata(KKN) Program Studi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Dehasen Bengkulu. Sasarannya adalah Masyarakat Dusun II Desa Pekik Nyaringkhususnya bagi Pra-Lansia hingga Lansia yang tengah mengalami diabetes militus maupun yang berisiko mengalami diabets militus. Cara kerja dimulaidengan permohonan izinke Kepala Desa Pekik Nyaring, Kadun Pekik Nyaring serta Kader Pekik Nyaring. melakukan pengkajian pada dusun II. Dari hasil pengkajian didapat kan masalah pada pra lansia dan lansia yaitu diabetes militus, kemudian melakukan penyuluhan kesehatan dengan masalah diabetes militus. Serta mengajarkan senam diabetes militus. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dengan melakukan penyuluhan mengenai Diabetes Mellitus dilaksanakan pada tanggal 10 Januari 2025, jam 09:00 di Balai Desa Sinar Pagi Kelurahan Bandar Kecamatan Kaur Selatan Kabupaten Kaur. Rangkaian kegiatan penyuluhan tentang diabeten militus ini adalah:

1. Para Pra Lansia dan Lansia mengisi absensi
2. Melakukan pengisian kuesioner sebagai pre-test
3. Memberikan penyuluhan kesehatan mengenai penyakit diabetes mellitus
4. Membuka sesi tanya jawab
5. Memberikan kuesioner sebagai post-test pengetahuan tentang penyakit diabetes mellitus
6. MengarsipkanHasil pemeriksaan



Gambar 1. Alur Aktivitas Penyuluhan Diabetes Mellitus



Gambar 2. Skema Kegiatan Penyuluhan Diabetes Mellitus

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Aktivitas

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dengan melakukan penyuluhan mengenai Diabetes Mellitus dilaksanakan pada tanggal 10 Januari 2025, jam 09:00 di Balai Desa Sinar Pagi Kelurahan Bandar Kecamatan Kaur Selatan Kabupaten Kaur. Sasarannya adalah Masyarakat Desa Sinar Pagi khususnya bagi Pra-Lansia hingga Lansia yang tengah mengalami Diabetes Militus maupun yang berisiko mengalami Diabetes Militus.

Kegiatan penyuluhan tentang diabetes mellitus

Dalam pelaksanaan kegiatan penyuluhan diabetes militus melalui penyuluhan kesehatan pada warga Sinar Pagi Kelurahan Bandar Kecamatan Kaur Selatan Kabupaten Kaur, menggunakan berupa dokumen diantaranya:

1. Lembar Leafleat
2. Lembar Absensi
3. Dokumentasi kegiatan
4. Berita Acara
5. PPT

Tabel 1 Hasil Pre-Test Dan Post-Test Setelah Pemberian Penyuluhan Tentang Diabetes Mellitus

No.	Kuesioner	Rata-Rata Nilai	Kategori
1.	Kuesioner Pre-Test	65	Cukup
2.	Kuesioner Post-Test	80	Baik

Penyelesaian Masalah

Kegiatan penyuluhan mengenai Diabetes Mellitus dengan menjelaskan pengertian, penyebab, tanda dan gejala, komplikasi, pantangan makanan, dan cara penanganan dari penyakit diabetes mellitus. Kegiatan ini bermanfaat agar masyarakat terutama lansia dan pra-lansia mengetahui pengertian, penyebab, tanda dan gejala, komplikasi, pantangan makanan, dan cara penanganan dari penyakit diabetes mellitus.

KESIMPULAN DAN SARAN

Diabetes Mellitus (DM) adalah penyakit yang akhir-akhir ini semakin banyak dijumpai. Penyakit Diabetes Melitus juga sering kita sebut dengan istilah kencing manis atau penyakit gula darah. Penyuluhan adalah suatu bentuk kegiatan yang memberikan pengaruh baik terhadap tingkat kemampuan manusia. Dengan adanya kegiatan penyuluhan dapat menambah pengetahuan, pemahaman, dan

manfaat dari senam diabetes militus pada lansia. Hasil penyuluhan pre-test dan post-test kuesioner tentang diabetes mellitus adalah mengalami peningkatan

DAFTAR PUSTAKA

- Decroli. (2019). *Diabetes Mellitus Tipe 2*. Pusat Penerbitan Bagian Ilmu Penyakit Dalam Fakultas Kedokteran Universitas Andalas Padang
- Dewi, R. A., Rahman, H. F., & Khotimah, H. (2022). Hubungan Indeks Masa Tubuh Dan Rasio Lingka Pinggang Panggul Dengan Kadar Gula Darah Dan Kolesterol Pada Klien Diabetes Mellitus Di Instalasi Rawat Jalan. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 4(3), 771–784. <http://jurnal.globalhealthsciencegroup.com/index.php/JPPP/article/download/83/65>
- Dinas Kesehatan Provinsi Bengkulu. (2021). *Profil Kesehatan Provinsi Bengkulu Tahun 2021*. (2022). *Profil Kesehatan Provinsi Bengkulu Tahun 202*
- Dinas Kesehatan Kota Bengkulu. (2024). *Profil Kesehatan Kota Bengkulu Tahun 202*
- Febrinasari, R. P., Sholikah, T. A., Pakha, D. N., & Putra, S. E. (2020). *Buku Saku Diabetes Melitus untuk Awam (Cetakan 1, Edisi 1)*. Surakarta: UNS Press, November
- Firani, N. K. (2022). Pengendalian Diabetes Mellitus Melalui Edukasi Pemantauan Kesehatan Mandiri Dengan Panduan Buku Saku. *Majalah Kesehatan*, 9(1), 29–36. <https://doi.org/10.21776/ub.majalahkesehatan.2022.009.01>.
- Gayatri, R. W., Kistianita, A. N., Virrizqi, V. S., & Sima, A. P. (2019). *Diabetes Mellitus Dalam Era 4.0*
- Hanum, L., Meidelfi, D., & Erianda, A. (2020). *JOURNAL OF APPLIED COMPUTER SCIENCE AND TECHNOLOGY (JACOST)* Kajian Penggunaan Aplikasi Android Sebagai Platform Untuk Menghitung Indeks Massa Tubuh (IMT). 1(1), 15–20.
- Harahap, A. M., Ariati, A., & Siregar, Z. A. (2020). Hubungan Indeks Massa Tubuh Dengan Kadar Gula Darah Pada Penderita Diabetes Mellitus Di Desa Sisumut, Kecamatan Kotapinang. *Ibnu Sina: Jurnal Kedokteran Dan Kesehatan - Fakultas Kedokteran Universitas Islam Sumatera Utara*, 19(2), 81–86. <https://doi.org/10.30743/ibnusina.v19i2.44>
- Haryono. (2021). Mutu Pelayanan Kesehatan Setelah Persalinan Yang Berhubungan Dengan Kepuasan Pelayanan Ibu Nifas Melina. *Indonesian Journal of Public Health and Nutrition* <http://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/IJPHN>
- Heryana. (2020). *Hipotesis Penelitian*. Universitas Esa Unggul
- International Diabetes Federation. (2021). *Diabetes Around The World in 2021*. <https://diabetesatlas.org>
- Kementerian Kesehatan RI. (2018). *Hari Diabetes Sedunia*. Diakses dari: <file:///C:/Users/Acer/Downloads/infodatin-Diabetes-2018.pdf>
- Kemendes RI. (2019). *Buku Pintar Kader Posbindu*. Buku Pintar Kader Posbindu, 1–65. http://p2ptm.kemkes.go.id/uploads/VHcrbkVobjRzUDN3UCs4eUJ0dVBndz09/2019/03/Buku_Pintar_Kader_POSBINDU.pdf
- Kemendes RI, K. K. R. I. (2020). *Infodatin Tetap Produktif, Cegah, dan Atasi Diabetes Melitus 2020*. In Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan RI (pp. 1–10). <https://pusdatin.kemkes.go.id/resources/download/pusdatin/infodatin/Infodatin-2020-Diabetes-Melitus.pdf>
- Kemendes RI, K. K. R. I. (2022). *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2021*. P2PTM Kementerian Kesehatan Republik Indonesia
- Khalish, N., & Hansen. (2021). Hubungan IMT dengan Kadar Gula Pada Penderita Diabetes Mellitus Tipe 2. *Borneo Student Research*, 2(3), 1987–1995.
- Kusnanto, Putri Mei Sundari, Candra Panji Asmoro, dan Hidayat Arifin (2019). Tingkat Pengetahuan dan Diabetes Self-Management terhadap Tingkat Stres Pasien Diabetes Melitus yang Menjalani Diet. *Jurnal Keperawatan Indonesia*. 22(1): 31-42
- Profil Puskesmas Bintuhan. (2024). *Profil Kesehatan Puskesmas Bintuhan Tahun 2024*