
Pendidikan Kesehatan Tentang Diabetes Mellitus

Endang Sawitri^{1*}, Puput Risti Kusumaningrum², Esri Rusminingsih³, Ema Kusumawati⁴

^{1,3}Program Studi Keperawatan, Universitas Muhammadiyah Klaten

^{2,4}Program Studi Pendidikan Profesi Ners, Universitas Muhammadiyah Klaten

Email: endangsawitri02@gmail.com^{1*}, puputristi89@gmail.com², esrirusminingsih@yahoo.co.id³, emakusuma09@gmail.com⁴

Abstract

Diabetes Mellitus (DM) is a chronic disease with a globally increasing prevalence, including in Indonesia. This condition is characterized by high blood sugar levels due to impaired insulin production or function, which can lead to serious complications. A health education session on Diabetes Mellitus was conducted, to enhance community awareness regarding risk factors, symptoms, prevention, and DM management. The method included preparation, direct delivery of materials, and interactive evaluation. Results showed an increase in community understanding of DM, including its definition, symptoms, risk factors, and preventive measures. Participants also demonstrated greater awareness of adopting healthy lifestyles and improving DM management. This education program is expected to reduce the risk of complications and improve the community's quality of life.

Keyword: diabetes mellitus; health education.

Abstrak

Diabetes Mellitus (DM) adalah penyakit kronis dengan prevalensi yang terus meningkat secara global, termasuk di Indonesia. Penyakit ini ditandai oleh kadar gula darah yang tinggi akibat gangguan produksi atau fungsi insulin, yang berpotensi menyebabkan komplikasi serius. Tempat di Dukuh Kuncen, Desa Cawas, Kabupaten Klaten, untuk meningkatkan pemahaman masyarakat mengenai faktor risiko, gejala, pencegahan, dan pengelolaan DM. Metode kegiatan mencakup persiapan, penyampaian materi secara langsung, dan evaluasi berbasis interaksi. Hasil menunjukkan peningkatan pemahaman masyarakat tentang DM, termasuk pengertian, tanda, faktor risiko, dan langkah pencegahan. Peserta juga menunjukkan kesadaran untuk menjalani pola hidup sehat dan pengelolaan DM yang lebih baik. Edukasi ini diharapkan dapat meminimalkan risiko komplikasi serta meningkatkan kualitas hidup masyarakat.

Kata Kunci: diabetes mellitus; penyuluhan kesehatan.

1. Pendahuluan

Diabetes Mellitus (DM) merupakan salah satu masalah kesehatan masyarakat yang signifikan di seluruh dunia, termasuk di Indonesia. Menurut data dari Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) dan Federasi Diabetes Internasional (IDF), jumlah penderita diabetes terus meningkat setiap tahunnya. Diabetes Mellitus, yang ditandai oleh kadar gula darah yang tinggi akibat gangguan produksi atau fungsi insulin, dapat menimbulkan berbagai komplikasi serius jika tidak dikelola dengan baik. Komplikasi ini meliputi penyakit kardiovaskular, gagal ginjal, gangguan penglihatan, hingga amputasi [1]. Di Indonesia, prevalensi Diabetes Mellitus menunjukkan tren yang

mengkhawatirkan. Berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesmas) terbaru, jumlah kasus diabetes terus meningkat seiring dengan perubahan gaya hidup masyarakat, termasuk pola makan yang tidak sehat, kurangnya aktivitas fisik, serta meningkatnya angka obesitas. Hal

ini berdampak besar pada beban ekonomi dan kualitas hidup individu yang terkena serta keluarganya[2].

Penyuluhan tentang Diabetes Mellitus menjadi langkah penting untuk meningkatkan pemahaman masyarakat mengenai penyakit ini. Melalui penyuluhan, masyarakat dapat diberikan informasi tentang faktor risiko, gejala, pencegahan, serta pentingnya pengelolaan diabetes melalui pola hidup sehat. Edukasi ini juga bertujuan untuk mendorong deteksi dini, sehingga komplikasi dapat dicegah atau diminimalkan. Dengan latar belakang ini, penyuluhan mengenai Diabetes Mellitus dirancang untuk memberikan wawasan yang komprehensif kepada masyarakat. Penyuluhan ini diharapkan dapat meningkatkan kesadaran dan tindakan preventif, sekaligus mendukung mereka yang sudah didiagnosis diabetes untuk mengelola penyakitnya secara lebih efektif [3].

2. Metode

Pendidikan kesehatan tentang penyakit Diabetes Militus kepada masyarakat Dukuh Kuncen, Cawas ini dilakukan dengan 2 tahap yaitu:

a. Tahap 1. Persiapan

Pelaksana mengajukan perijinan kepada mitra, pelaksana melakukan koordinasi dengan mitra terkait / kader kesehatan dukuh Kuncen ,mempersiapkan materi yang akan diberikan, pelaksana mempersiapkan leaflet sebagai prasarana masyarakat .

b. Tahap ke 2 Pelaksanaan

Kegiatan ini dilakukan dengan menyampaikan materi yang telah disiapkan. Kegiatan penyuluhan kepada masyarakat dilaksanakan secara luring. Tim penyuluhan membagikan leaflet kepada audien yang hadir untuk dibaca kembali oleh audien.

c. Tahap 3. Evaluasi

Setelah materi memberikan dipaparkan, audien yang hadir diberi kesempatan untuk bertanya dan menjawab pertanyaan yang diberikan oleh tim penyuluh. Evaluasi berupa pertanyaan dan jawaban diberikan secara lisan langsung dengan audien.

3. Hasil dan Pembahasan

Peserta yang hadir dalam pelaksanaan program pengabdian kepada masyarakat berjumlah sebanyak 35 orang masyarakat dari RW 009 dusun Kuncen, Desa Cawas, Klaten. Peserta yang hadir menunjukkan keantusiasannya yang ditandai dengan memperhatikan saat materi disampaikan. Keaktifan peserta tampak dari partisipasi aktif dan feedback yang baik dalam menjawab dan memberi pertanyaan. Penyuluhan kesehatan ini merupakan suatu kegiatan atau usaha menyampaikan pesan kesehatan kepada masyarakat, kelompok atau individu. Dengan adanya pesan tersebut maka diharapkan masyarakat, kelompok atau individu dapat memperoleh pengetahuan tentang penyakit Diabetes Militus[4].

Hasil penyuluhan tentang Diabetes Mellitus ini dilakukan evaluasi secara lisan pada audien . Hasil kognitif menunjukkan adanya peningkatan pemahaman masyarakat mengenai penyakit Diabetes Militus. Peserta penyuluhan umumnya menunjukkan peningkatan pengetahuan tentang: pengertian, tanda gejala, faktor risiko utama diabetes militus, pencegahan dan penatalaksanaan penyakit Diabetes Militus Selain itu, audien juga memahami pentingnya pemeriksaan kadar gula darah secara rutin untuk deteksi dini. Hasil Afektif menunjukan bahwa peserta yang hadir menyatakan setuju untuk melakukan pencegahan agar tidak terjadi penyakit Diabetes Militus. Peserta juga sepakat untuk melakukan penatalaksanaan penyakit Diabetes Militus pada diri sendiri atau keluarga yang menderita penyakit tersebut. Efek dari penyuluhan ini juga mencakup peningkatan kesadaran peserta yang sudah didiagnosis diabetes untuk lebih disiplin dalam menjalankan pengobatan dan memantau kadar gula darah. Dengan adanya

penyuluhan ini, masyarakat diharapkan lebih proaktif dalam mencegah dan mengelola diabetes, sehingga angka komplikasi dapat diminimalkan [5].

4. Kesimpulan

Setelah dilakukan kegiatan diadakan tanya jawab seputar materi yang diberikan, para peserta yang menjawab dengan baik Penyuluhan tentang Diabetes Mellitus memiliki peran penting dalam meningkatkan kesadaran masyarakat terhadap penyakit ini. Dengan memberikan informasi yang akurat tentang pengertian, tanda gejala, faktor risiko, gejala, dan cara pencegahan, penatalaksanaan Penyakit Diabetes Militus. Masyarakat dapat mengambil langkah preventif yang efektif untuk mencegah atau mengelola diabetes. Edukasi yang tepat juga membantu penderita diabetes untuk menjalani pola hidup sehat dan mengurangi risiko komplikasi.

Ucapan Terima Kasih

Penulis mengucapkan terima kasih kepala desa desa Kuncen dan warga dukuh Kuncen yang telah memberikan dukungan sehingga terlaksananya kegiatan pengabdian ini

Daftar Pustaka

- [1] Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018. Jakarta: Kemenkes RI; 2018.
- [2] World Health Organization. Global report on diabetes. Geneva: WHO Press; 2021.
- [3] International Diabetes Federation. IDF Diabetes Atlas. 10th ed. Brussels: IDF; 2021.
- [4] American Diabetes Association. Standards of medical care in diabetes. Diabetes Care. 2022;45(Suppl 1):S1-S100.
- [5] Perhimpunan Endokrinologi Indonesia. Pedoman pengelolaan dan pencegahan diabetes melitus tipe 2 di Indonesia 2021. Jakarta: Perkeni; 2021.