



## **PENYULUHAN KESEHATAN MENGENAI PENYAKIT DIABETES**

**Dian Utama Pratiwi Putri**

Program Studi Magister Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kesehatan, Universitas Mitra Indonesia, Jl. ZA. Pagar Alam No.7, Gedong Meneng, Bandar Lampung, Lampung 40115, Indonesia  
[dian@umitra.ac.id](mailto:dian@umitra.ac.id)

### **ABSTRAK**

Pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang Diabetes Melitus di Dusun Grujugan 2, Desa Roworejo, Kabupaten Pesawaran, Provinsi Lampung. Diabetes Melitus merupakan penyakit kronis yang memerlukan pemahaman yang baik agar pencegahan dan pengelolaannya dapat dilakukan secara optimal. Metode yang digunakan adalah edukasi langsung kepada masyarakat melalui penyuluhan mengenai pengertian, faktor risiko, gejala, serta cara pencegahan dan pengelolaan Diabetes Melitus. Selain itu, diberikan pelatihan pembuatan teh celup herbal sebagai salah satu upaya pengendalian penyakit secara alami. Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan signifikan dalam pengetahuan masyarakat setelah mengikuti kegiatan edukasi tersebut. Kesadaran masyarakat terhadap pentingnya pengelolaan Diabetes Melitus juga meningkat, yang diharapkan dapat menurunkan angka kejadian dan komplikasi penyakit ini di wilayah tersebut. Penelitian ini menegaskan pentingnya penyuluhan kesehatan sebagai strategi efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan perilaku masyarakat terkait Diabetes Melitus.

Kata kunci: diabetes melitus; pengetahuan; masyarakat; edukasi kesehatan

### ***HEALTH COUNSELING ON DIABETES***

#### ***ABSTRACT***

*This study aims to improve public knowledge about Diabetes Mellitus in Dusun Grujugan 2, Roworejo Village, Pesawaran Regency, Lampung Province. Diabetes Mellitus is a chronic disease that requires a good understanding so that prevention and management can be carried out optimally. The method used is direct education to the community through counseling regarding the definition, risk factors, symptoms, and how to prevent and manage Diabetes Mellitus. In addition, training was provided on making herbal tea bags as an effort to control the disease naturally. The results of the study showed a significant increase in public knowledge after participating in the educational activities. Public awareness of the importance of managing Diabetes Mellitus also increased, which is expected to reduce the incidence and complications of this disease in the area. This study emphasizes the importance of health counseling as an effective strategy in improving public knowledge and behavior related to Diabetes Mellitus.*

*Keywords: diabetes mellitus; health education; public knowledge*

### **PENDAHULUAN**

Diabetes Melitus (DM) merupakan penyakit metabolik kronis yang ditandai dengan tingginya kadar gula darah akibat gangguan produksi atau kerja insulin. Penyakit ini menjadi masalah kesehatan global dan nasional karena prevalensinya yang terus meningkat serta komplikasi serius yang dapat ditimbulkannya, seperti gangguan jantung, ginjal, dan saraf. Di Indonesia, termasuk di wilayah pedesaan seperti Dusun Grujugan 2 Desa Roworejo Kabupaten Pesawaran Provinsi Lampung, pengetahuan masyarakat tentang DM masih rendah sehingga berdampak pada kurang

optimalnya pencegahan dan pengelolaan penyakit ini.

Pengetahuan yang memadai sangat penting untuk meningkatkan kualitas hidup penderita DM dan mendorong kepatuhan dalam pengelolaan penyakit, termasuk pola hidup sehat dan pengobatan yang tepat. Edukasi kesehatan menjadi salah satu pilar utama dalam pengendalian DM karena dapat meningkatkan kesadaran dan kemampuan masyarakat dalam mengenali faktor risiko, gejala, serta cara pencegahan dan pengelolaan diabetes secara efektif. Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang Diabetes Melitus di Dusun Grujugan 2 Desa Roworejo Kabupaten Pesawaran Provinsi Lampung melalui intervensi edukasi kesehatan. Diharapkan hasil penelitian ini dapat menjadi dasar bagi upaya promotif dan preventif dalam pengendalian Diabetes melitus di komunitas tersebut.

## **METODE**

Metode pengabdian kepada masyarakat ini menggunakan desain quasi eksperimen dengan rancangan pre-test dan post-test tanpa kelompok kontrol. Populasi penelitian adalah seluruh masyarakat Dusun Grujugan 2 Desa Roworejo Kabupaten Pesawaran yang memenuhi kriteria inklusi, yaitu warga yang bersedia mengikuti edukasi dan berusia di atas 18 tahun. Sampel diambil secara purposive sampling dengan jumlah disesuaikan kemampuan dan kondisi lapangan. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan kuesioner terstruktur yang berisi pertanyaan tentang pengetahuan Diabetes Melitus, meliputi definisi, faktor risiko, gejala, pencegahan, dan pengelolaan penyakit. Kuesioner diberikan sebelum (pre-test) dan setelah (post-test) pelaksanaan penyuluhan edukasi kesehatan. Intervensi berupa penyuluhan yang mengedukasi masyarakat tentang Diabetes Melitus, termasuk cara pencegahan dan pengelolaan melalui pola hidup sehat. Penyuluhan dilakukan secara langsung dengan metode ceramah, diskusi, dan pembagian leaflet sebagai bahan pendukung. Data hasil pre-test dan post-test dianalisis menggunakan uji Wilcoxon untuk mengetahui perbedaan signifikan peningkatan pengetahuan masyarakat setelah intervensi. Analisis ini dipilih karena data bersifat ordinal dan sampel relatif kecil. Penelitian ini bertujuan untuk memberikan gambaran efektivitas edukasi kesehatan dalam meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang Diabetes Melitus di wilayah penelitian.



Gambar 1. Kegiatan penyuluhan kesehatan

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Berdasarkan hasil pemeriksaan kesehatan pada 25 responden di Dusun 3 Grujugan 2, Desa Roworejo, mayoritas responden berusia lanjut, dengan rentang usia 35 hingga 96 tahun. Hasil tekanan darah menunjukkan bahwa beberapa responden mengalami hipertensi, seperti Hartati

(170/80 mmHg), Ngadinem (167/87 mmHg), Mur (140/100 mmHg), dan Pariyah (198/85 mmHg), sedangkan sebagian lainnya memiliki tekanan darah dalam batas normal. Pada pemeriksaan gula darah, didapatkan 11 responden (48%) memiliki kadar gula darah  $\geq 126$  mg/dl yang mengindikasikan diabetes, di antaranya Ayu (146 mg/dl), Hartati (130 mg/dl), Komsatun (138 mg/dl), Mur (128 mg/dl), Tati (144 mg/dl), Muji Lestari (553 mg/dl), Tri Utami (171 mg/dl), Supriati (223 mg/dl), Karni (254 mg/dl), Cokro (192 mg/dl), dan Susi (123 mg/dl, mendekati batas atas prediabetes). Selain itu, 8 responden (35%) berada pada kategori prediabetes dengan kadar gula darah 100–125 mg/dl, seperti Katiyem (117 mg/dl), Ngadinem (124 mg/dl), Sularmi (109 mg/dl), Siswanti (107 mg/dl), Sugiman (111 mg/dl), Katimin (102 mg/dl), dan Satiyem (100 mg/dl). Hanya 4 responden (17%) yang memiliki kadar gula darah normal, yaitu Lis (92 mg/dl), Tumiatin (91 mg/dl), Kamsiah (92 mg/dl), dan Pariyah (80 mg/dl).

Tabel 1.  
 Hasil Pengukuran Tekanan Darah dan Gula Darah

Nama	Umur	Hasil Tensi Darah Diastolik/Sistolik	Hasil Gula Darah
Ayu	35	151/03 Mm Hg	146 mg/dl
Katiyem	68	124/80 Mm Hg	117 mg/dl
Susi	37	122/77 Mm Hg	123 mg/dl
Ratinah	68	144/90 Mm Hg	123 mg/dl
Lis	45	120/80 Mm Hg	92 mg/dl
Tumiatin	66	120/72 Mm Hg	
Sularmi	76	109/71 Mm Hg	
Hartati	80	170/80 Mm Hg	130 mg/dl
Komsatun	63	132/82 Mm Hg	138 mg/dl
Ngadinem		167/87 Mm Hg	124 mg/dl
Mur		140/100 Mm Hg	128 mg/dl
Pariyah	70	198/85 Mm Hg	80 mg/dl
Cokro	96	101/64 Mm Hg	192 mg/dl
Satiyem	74	110/80 Mm Hg	100 mg/dl
Tumiati		110/70 Mm Hg	91 mg/dl
Tati		130/70 Mm Hg	144 mg/dl
Muji lestari		148/87 Mm Hg	553 mg/dl
Tri utami		125/80 Mm Hg	171 mg/dl
Supriati		125/85 Mm Hg	223 mg/dl
Kamsiah		120/80 Mm Hg	92 mg/dl
Karni		140/80 Mm Hg	254 mg/dl
Satiyem	74	110/80 Mm Hg	100 mg/dl
Siswanti		140/100 Mm Hg	107 mg/dl
Sugiman		123/100 Mm Hg	111 mg/dl
Katimin		120/80 Mm Hg	102 mg/dl

## SIMPULAN

Berdasarkan hasil pemeriksaan kesehatan di Dusun 3 Grujugan 2, Desa Roworejo, ditemukan bahwa hampir separuh responden (48%) memiliki kadar gula darah yang mengindikasikan diabetes, sementara 35% lainnya berada pada kategori prediabetes. Selain itu, kasus tekanan darah tinggi juga cukup banyak ditemukan, terutama pada responden usia lanjut. Kondisi ini menunjukkan bahwa masyarakat desa memiliki risiko tinggi terhadap penyakit diabetes dan

komplikasinya, khususnya pada kelompok usia tua. Temuan ini menegaskan pentingnya pelaksanaan penyuluhan kesehatan, deteksi dini, serta edukasi berkelanjutan mengenai pencegahan dan pengelolaan diabetes dan hipertensi. Upaya promotif dan preventif perlu terus digalakkan untuk meningkatkan kesadaran masyarakat terhadap pola hidup sehat, sehingga dapat menekan angka kejadian diabetes dan komplikasi yang menyertainya di lingkungan Dusun 3 Grujugan 2, Desa Roworejo.

### UCAPAN TERIMAKASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Allah SWT atas rahmat-Nya sehingga penelitian ini dapat diselesaikan. Terima kasih kepada Kepala Dusun Grujugan 2, perangkat desa, dan masyarakat Desa Roworejo yang telah mendukung dan berpartisipasi. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada Universitas mitra Indonesia dan semua pihak yang membantu selama proses penelitian. Semoga penelitian ini bermanfaat bagi pengembangan pengetahuan tentang Diabetes Melitus.

### DAFTAR PUSTAKA

- Brilyana, A. A., Abbas, H. H., & Mahmud, N. U. (2021). Efektivitas air rebusan daun kersen terhadap penurunan kadar gula darah sewaktu penderita diabetes mellitus tipe 2. *Window of Public Health Journal*, 732-742.
- Vitri, D. H., Putra, F. A., & Safitri, A. I. (2021). Pengaruh rebusan daun kersen (*muntingia calabura* L) terhadap tingkat kadar gula darah pada peserta diabetes mellitus tipe II prolans. *JIKI*. 14 (1).
- Purwandari, K. P., & Suryaningsih. L. (2021). Efektifitas rebusan daun kersen (*muntingia calabura* L) untuk menurunkan kadar gula darah terhadap penderita diabetes mellitus di Desa Kedung Ringin Giripurwo Wonogiri. *Jurnal Keperawatan GSH*. 10 (1).
- Karita, dkk. (2021). Pengaruh ekstrak daun kersen terhadap kadar Malondialdehid Rattus norvegicus Model Diabetes Tipe II Induksi Streptozotocin-Nicotinamide. *Muhammaddiyah Journal of Geriatric*. Vol. 2 No 2. 2021
- Reski, P., Wira, E. A., & Fajar, S. T. (2020). Pengaruh pemberian rebusan daun kersen (*muntingia calabura* L) terhadap kadar gula darah pasien diabetes mellitus tipe 2 di Klinik Pratama Alifa. *Jurnal Kesehatan Global*. 3 (3): 123-129.
- Afrianti, N., Dewiyuliana, D., & Dewiyuliana, D. (2021). Penerapan Terapi Akupresur pada Pasien Diabetes Mellitus. *Jurnal Ilmiah Permas: Jurnal Ilmiah STIKES Kendal*, 11(4), 579-586. <https://doi.org/https://doi.org/10.32583/pskm.v11i4.1689>
- Reski, P., Wira, E. A., & Fajar, S. T. (2020). Pengaruh pemberian rebusan daun kersen (*muntingia calabura* L) terhadap kadar gula darah pasien diabetes mellitus tipe 2 di Klinik Pratama Alifa. *Jurnal*