



## Penyuluhan Diabetes Melitus (DM) di RW 10 Kelurahan Sindangrasa Kabupaten Ciamis

Eli Kurniasih<sup>1\*</sup>, Chita Widia<sup>2</sup>, Anih Kurnia<sup>3</sup>

<sup>1</sup> Universitas Bakti Tunas Husada, Indonesia

Email Koresponden: [elikurniasih@universitas-bth.ic.id](mailto:elikurniasih@universitas-bth.ic.id)<sup>1</sup>

### Info Artikel

Riwayat Artikel

Diajukan: 2023-12-15

Diterima: 2024-01-06

Diterbitkan: 2024-04-19

Kata Kunci:

Diabetes Mellitus; Penyuluhan;  
Pemeriksaan gula darah;  
Pencegahan Diabetes

Keywords:

Diabetes Mellitus; Counseling;  
Checking blood sugar;  
Diabetes Prevention



Lisensi: cc-by-sa

Copyright © 2024 Eli

Kurniasih, Chita Widia, Anih  
Kurnia

### ABSTRAK

Angka kejadian penyakit Diabetes Mellitus tipe 2 masih tinggi baik di dunia maupun di Indonesia memerlukan upaya promotif dan preventif. Upaya pencegahan dapat dilakukan dengan cara memberikan informasi tentang Diabetes Mellitus tipe 2 dan pencegahannya melalui promosi kesehatan menggunakan pendekatan Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (GERMAS). Pendekatan GERMAS adalah sebuah gerakan yang bertujuan untuk memasyarakatkan budaya hidup sehat serta meninggalkan kebiasaan dan perilaku masyarakat yang kurang sehat. Pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk pemeriksaan kadar gula darah sewaktu serta menyampaikan informasi tentang Diabetes Mellitus tipe 2 dan pencegahannya upayapencegahan terjadinya penyakit diabetes tipe 2 menggunakan pendekatan Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (GERMAS). Metode yang digunakan dalam kegiatan ini adalah Pemeriksaan Gula darah yang dilanjutkan Penyuluhan kesehatan serta diskusi. Hasil Penyuluhan diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan keluarga tentang pencegahan penyakit diabetes. Materi penyuluhan yang diberikan mencakup materi tentang pengertian penyakit diabetes, faktor risiko dan penyebab penyakit diabetes, akibat penyakit diabetes dan pencegahan penyakit diabetes. Diskusi dilakukan setelah pemberian materi selesai dilaksanakan. Peserta bertanya tentang materi yang belum dipahami tentang penyakit diabetes. Pemeriksaan kadar gula darah bertujuan mengetahui risiko diabetes pada masyarakat petani di Jatimulyo. Penyuluhan terbukti efektif meningkatkan pemahaman tentang pencegahan penyakit diabetes. Pelaksanaan penyuluhan dilakukan kepada masyarakat selama kurang lebih 30 menit dan hasil yang di dapat pengetahuan masyarakat seputar Diabetes Mellitus meningkat yang mulanya 50% menjadi 95%.

### ABSTRACT

Introduction; The incidence of type 2 Diabetes Mellitus is still high both in the world and in Indonesia, requiring promotive and preventive efforts. Prevention efforts can be made by providing information about Type 2 Diabetes Mellitus and its prevention through health promotion using the Healthy Living Community Movement (GERMAS) approach. The GERMAS approach is a movement that aims to promote a culture of healthy living and leave people's unhealthy habits and behavior behind. This community service aims to check blood sugar levels while also conveying information about type 2 Diabetes Mellitus and its prevention, efforts to prevent type 2 diabetes using the Healthy Living Community Movement (GERMAS) approach. The method used in this activity is Checking Adrah Sugar followed by Health counseling and discussion. Discussion; Counseling is expected to increase family knowledge about diabetes prevention. The counseling material provided includes material on the definition of diabetes, risk factors and causes of diabetes, consequences of diabetes and prevention of diabetes. The discussion was carried out after the presentation of the material was completed. Participants asked about material that they had not understood about diabetes. Examination of blood sugar levels aims to determine the risk of diabetes in the farming community in Jatimulyo. Counseling has proven to be effective in increasing understanding of diabetes prevention. The counseling was carried out to the community for approximately 30 minutes and the results obtained by the community's knowledge about Diabetes Mellitus increased from 50% to 95%.

Cara mensitasi artikel:

Kurniasih, E., Widia, C., Kurnia, A. (2024). Penyuluhan Diabetes Melitus (DM) di RW 10 Kelurahan Sindangrasa Kabupaten Ciamis. *JPKMU: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Kesehatan Unigal*, 1(1), 23–30. <https://jurnal.unigal.ac.id/jpkmu>



## PENDAHULUAN

Diabetes Mellitus adalah suatu kumpulan gejala yang timbul pada seseorang yang disebabkan karena adanya peningkatan kadar gula (glukosa) darah akibat kekurangan insulin baik absolut maupun relatif (Suyono, 1995). DM merupakan penyakit yang menjadi masalah pada kesehatan masyarakat. Oleh karena itu DM tercantum dalam urutan keempat prioritas penelitian nasional untuk penyakit degeneratif setelah penyakit kardiovaskuler, serebrovaskuler, rheumatik dan katarak (Tjokroprawiro, dalam Iwa 2020).

Diabetes Mellitus (DM) adalah salah satu penyakit kronik yang terjadi pada jutaan orang di dunia. Diabetes Mellitus merupakan sekelompok penyakit metabolik dengan karakteristik terjadinya peningkatan kadar glukosa darah (hiperglikemia), yang terjadi akibat kelainan sekresi insulin, aktifitas insulin dan keduanya.

Penyakit kronis merupakan penyakit dengan durasi panjang yang pada umumnya berkembang secara lambat dan merupakan akibat faktor genetik, fisiologis, lingkungan dan perilaku. Secara global, regional, dan nasional pada tahun 2030 diproyeksikan terjadi transisi epidemiologi dari penyakit menular menjadi penyakit tidak menular (World Health Organization, 2018).

Diabetes mellitus dapat menjadi serius dan menyebabkan kondisi kronik yang membahayakan apabila tidak diobati. Akibat dari hiperglikemia dapat terjadi komplikasi metabolik akut seperti Ketoasidosis Diabetik (KAD) dan keadaan hiperglikemia dalam jangka waktu yang lama berkontribusi terhadap komplikasi kronik pada kardiovaskuler, ginjal, penyakit mata dan komplikasi neuropatik. Diabetes mellitus juga berhubungan dengan peningkatan kejadian penyakit makrovaskuler seperti stroke. Hal ini akan memberikan efek terhadap kualitas hidup penderita. Penurunan kualitas hidup mempunyai hubungan yang signifikan terhadap angka kesakitan dan kematian, serta mempengaruhi usia harapan hidup penderita DM.

Upaya pencegahan Diabetes Mellitus dapat dilakukan melalui perilaku kesehatan dalam rangka mencegah penyakit, di mana perilaku tersebut dipengaruhi oleh berbagai faktor. Teori L. Green (1980) dalam Jati (2020) menyatakan bahwa terdapat 3 faktor yang mempengaruhi perilaku seseorang, yaitu faktor predisposisi, faktor pendukung, dan faktor pendorong. Faktor predisposisi terwujud dalam pendidikan, pengetahuan, sikap, kepercayaan, keyakinan, nilai-nilai, dsb. Faktor pendukung terwujud dalam lingkungan fisik, dan tersedia atau tidaknya fasilitas kesehatan. Faktor pendorong terwujud dalam sikap dan

perilaku petugas kesehatan atau petugas lain serta dukungan dari keluarga (Notoatmodjo, 2010 dalam jati 2020).

Diantara faktor predisposisi yang mempengaruhi perilaku kesehatan tersebut adalah faktor pendorong yakni perilaku petugas kesehatan untuk memberikan promosi kesehatan berhubungan dengan Diabetes Mellitus. Berdasarkan survey didapatkan data bahwa kurangnya pengetahuan masyarakat mengenai Diabetes Mellitus dan kurangnya promosi kesehatan ke desa tersebut yang membuat masyarakat menjadi acuh terhadap pola hidup yang dapat memicu terjadinya Diabetes Mellitus

Angka kejadian penyakit Diabetes Mellitus tipe 2 masih tinggi baik di dunia maupun di Indonesia memerlukan upaya promotif dan preventif. Upaya pencegahan dapat dilakukan dengan cara memberikan informasi tentang Diabetes Mellitus tipe 2 dan pencegahannya melalui promosi kesehatan menggunakan pendekatan Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (GERMAS). Pendekatan GERMAS adalah sebuah gerakan yang bertujuan untuk memasyarakatkan budaya hidup sehat serta meninggalkan kebiasaan dan perilaku masyarakat yang kurang sehat. Setidaknya terdapat 7 langkah penting melakukan aktivitas fisik, makan buah dan sayur, tidak merokok, tidak mengonsumsi minuman beralkohol, melakukan cek kesehatan berkala, menjaga kebersihan lingkungan dan menggunakan jamban

## **METODE**

Metode pelaksanaan promosi kesehatan tentang Diabetes Mellitus dilakukan selama 1 hari di Desa Cibereum Sindangrasa Ciamis. Kegiatan ini mencakup upaya-upaya perbaikan dan peningkatan derajat kesehatan masyarakat melalui kegiatan promotif dan preventif. Kegiatan dilaksanakann dengan pemberian Asuhan Keperawatan Komunitas berupa proses pengkajian, analisa data hasil pengkajian, perencanaan intervensi, implementasi, dan evaluasi. Tahapan asuhan keperawatan komunitas terdiri dari survei, ceramah, diskusi, demonstrasi, Kegiatan dilaksanakan dalam bentuk :

### **1. Pengkajian**

Pengkajian dilakukan dengan menggunakan angket berisi pertanyaan yang menanyakan masalah kesehatan warga. Pengkajian dilakukan dengan mengundang warga. Selain melalui angket pengkajian juga diperoleh melalui data sekunder berupa rekapan data puskesmas tentang masalah kesehatan yang dialami warga.

## 2. Analisa data

Hasil pengkajian penentuan masalah dan prioritas masalah : Masalah yang dirasakan warga menjadi tampak melalui proses pengkajian yang dianalisis untuk menentukan jumlah dan persentasenya. Masalah dengan jumlah terbanyak, paling dirasakan warga, dan memiliki sumber daya untuk diselesaikan dijadikan sebagai masalah prioritas.

## 3. Perencanaan Intervensi

Hasil pengkajian yang diperoleh dipaparkan kepada warga, petugas kesehatan dan pemerintah daerah setempat melalui kegiatan Musyawarah Masyarakat Dusun. Kemudian tim pengabdian masyarakat menyampaikan rencana intervensi yang akan dilaksanakan selama pengabdian.

## 4. Implementasi kegiatan

Implementasi kegiatan meliputi penyuluhan kesehatan, pemeriksaan kesehatan, senam dan relaksasi otot progresif pada lansia dengan hipertensi serta penyebaran *leaflet*.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Diabetes Mellitus ( DM ) merupakan kelompok penyakit metabolic dengan karakteristik hiperglikemia yang terjadi karena kelainan sekresi insulin, kinerja insulin atau keduanya.(Perkeni, 2015)

Pelaksanaan penyuluhan dilakukan kepada masyarakat selama kurang lebih 60 menit dan hasil yang di dapat pengetahuan masyarakat seputar Diabetes Mellitus meningkat yang mulanya 50% menjadi 95%.

Pelaksanaan Pengabdian dilakukan oleh Dosen dan Mahasiswa Keperawatan tingkat dua. Adapun pelaksanaan penyuluhan dilakukan di RW 10, Kelurahan Sindangrasa Kabupaten Ciamis. Dengan proses penyuluhan selama 60 menit, yang diawali dengan pemeriksaan kadar gula darah selama kurang lebih 50 menit untuk keseluruhan peserta sebanyak 15 orang. Hasil Penyuluhan didapat sebagai berikut.

Tabel 1  
Tingkat Penyuluhan  
Pengetahuan

No	Tingkat Penyuluhan Pengetahuan	
	Sebelum	Sesudah
1	50 %	95%

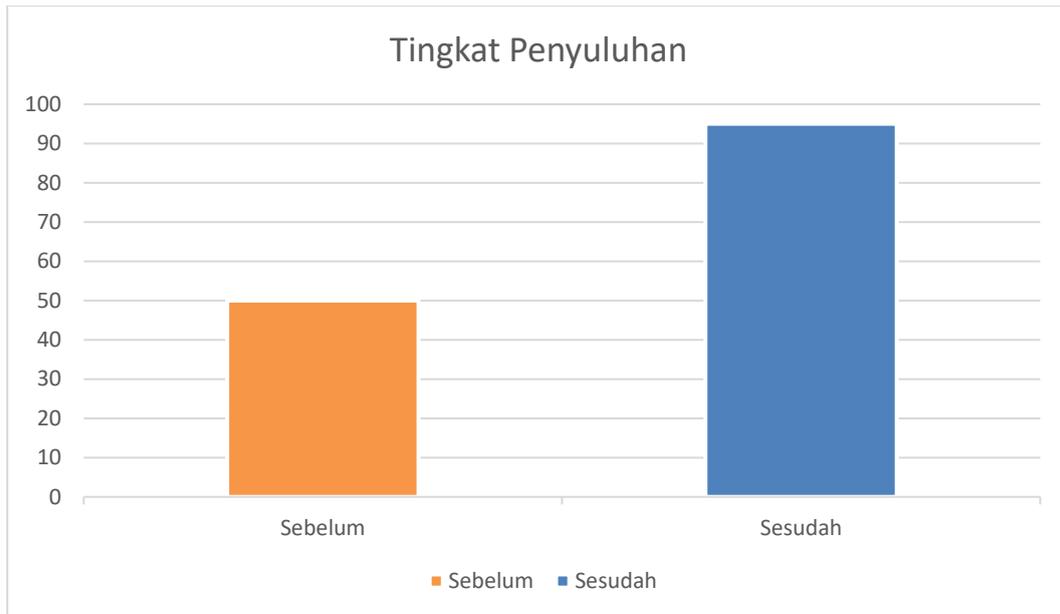


Diagram 1

Keterangan

- Pengetahuan Sebelum
- Pengetahuan Sesudah Penyuluhan



Gambar 1 :  
Pembukaan dan Penyiapan Materi



Gambar 2 :  
Penyampaian Materi



Gambar 3 :  
Para Sasaran Memperhatikan Materi yang Sedang Diberikan



Gambar 6 :  
Pengecekan Tekanan Darah dan Gula Darah

Evaluasi hasil dari kegiatan penyuluhan di masyarakat tentang tanda dan gejala Diabetes Mellitus dapat terlihat bahwa masyarakat dapat antusias dengan adanya penyuluhan ini dan dampak mendengarkan apa materi yang sedang didengarkan, juga bertanya seputar masalah Diabetes Mellitus. Adanya perubahan perilaku ini juga sesuai dengan apa yang dikatakan Soejoeti dalam Iwa (2020) yang mengatakan bahwa terdapat tiga faktor yang menyebabkan timbulnya perubahan, pemahaman, sikap dan perilaku seseorang,

sehingga seseorang mau mengadopsi perilaku baru yaitu :

1. Kesiapan psikologis, ditentukan tingkat pengetahuan, kepercayaan
2. Adanya tekanan positif dari kelompok atau individu
3. Adanya dukungan lingkungan.

Dijelaskan juga oleh Bastable dalam Jati (2020) bahwa mewujudkan sikap menjadi perbuatan yang nyata diperlukan faktor pendukung atau kondisi yang memungkinkan. faktor yang mendukung tersebut adalah :

1. Faktor Predisposisi (Pengetahuan, sikap, keyakinan, persepsi)
2. Faktor Pendukung (Akses pada pelayanan kesehatan, keterampilan, dan adanya referensi)
3. Faktor Pendorong terwujud dalam bentuk dukungan keluarga, tetangga, dan tokoh masyarakat.

## SIMPULAN

Pentingnya mengetahui tentang tanda dan gejala Diabetes Mellitus membuat masyarakat menjadi lebih bisa berhati-hati dengan pola hidupnya, dan juga mencegah agar keturunannya tidak memiliki riwayat Diabetes Mellitus. Pengetahuan masyarakat yang semulanya masih kurang diharapkan dengan diberikannya penyuluhan ini dapat menambah pengetahuan masyarakat seputar Diabetes Mellitus.

## DAFTAR PUSTAKA

- Albert, C., & Garcí'a-Serrano, C. (2010). Cleaning the slate? School choice and educational outcomes in Spain. *High Educ*, 559–582. <http://doi.org/10.1007/s10734-010-9315-9>
- Brown, S. D., & Lent, R. W. (2013). *Career Development and Counseling: Putting Theory and Research to Work*. (2, Ed.) John Wiley & Sons (2nd ed., Vol. 53). New Jersey: John Wiley & Sons. <http://doi.org/10.1017/CBO9781107415324.004>
- Heppner, P. P., Wampold, B. E., & Kivlighan, D. M. (2008). *Research Design in Counseling, Third Edition*. Belmont: Thomson Higher Education.
- Iwa, K. (2020). ASUHAN KEPERAWATAN KOMUNITAS PADA MASALAH PHBS DAN COVID-19 UNTUK WARGA DUSUN REJENG DESA BANGKA LELAK KABUPATEN MANGGARAI NUSA TENGGARA TIMUR. Volume 3, No 3, Oktober 2020, (148-157).
- Jati, B. (2020). UPAYA PEMBERDAYAAN PEREMPUAN PADA KELUARGA PENDERITA DIABETES

MELLITUS MELALUI PROMOSI KESEHATAN. Volume 3, No 2 (2020), (30-44). Diakses pada 19 Desember 2022, dari Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Abdi Nusantara Jakarta.

Ketepatan Pemilihan Obat pada Pasien Diabetes Mellitus Geriatri di Rumah Sakit PKU Muhammadiyah Surakarta pada tahun 2019. (2019). Diakses pada 19 Desember 2022 dari [http://eprints.ums.ac.id/14984/2/BAB\\_1.pdf](http://eprints.ums.ac.id/14984/2/BAB_1.pdf)

Penyakit Kronis. (2020). Diakses pada 19 Desember 2022 dari <http://scholar.unand.ac.id/70903/2/Muhammad%20Adib%20BAB%201%20PENDAHULUAN.pdf>

Wampold, B. E., & Kivlighan, D. M. (2008). *Research Design in Counseling, Third Edition*. Belmont: Thomson Higher Education.