
Pemberian Edukasi Pencegahan Diabetes Melitus pada Masyarakat di Desa Lau Bakeri

Ade Rahmah Juliana Sinaga^{1*}, Shahrul Rahman²

Pendidikan Dokter, Fakultas Kedokteran, Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara^{1,2}

 Email Korespodensi: aderahma.js@gmail.com

INFO ARTIKEL

Histori Artikel:

Diterima 25-08-2025

Disetujui 05-09-2025

Diterbitkan 07-09-2025

Katakunci:

*diabetes melitus,
edukasi kesehatan,
lansia,
pencegahan*

ABSTRAK

Diabetes melitus menjadi salah satu dari penyakit kronis yang jumlah prevalensi terus semakin meningkat, terutama pada masyarakat dengan usia lanjut. Kondisi ini berisiko menyebabkan banyak komplikasi, seperti penyakit pada kardiovaskular, gangguan ginjal, dan neuropati jika tidak dapat penanganan yang sesuai. Oleh karena itu, edukasi kesehatan menjadi salah satu strategi penting untuk meningkatkan pemahaman dan perilaku pencegahan dari DM. Tujuan dari kegiatan pengabdian masyarakat ini untuk membantu meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat serta lansia tentang diabetes melitus (DM), upaya pencegahan komplikasi, serta pentingnya penerapan pola hidup sehat dengan menggunakan media poster, diskusi interaktif dengan masyarakat, dan juga bersama dengan tenaga kesehatan setempat. Metode yang digunakan dalam pengabdian masyarakat ini dengan melakukan penyuluhan pada bidang kesehatan berupa pengecekan kadar gula darah sewaktu terhadap 15 peserta di Desa Lau Bakeri. Hasil pengabdian menunjukkan bahwa terdapat beberapa peserta menderita DM tipe 2 yang dapat diidentifikasi melalui pemeriksaan kadar gula darah sewaktu. Adapun hasil kegiatan menunjukkan adanya antusias tinggi dari peserta, terlihat dari keaktifan masyarakat dalam diskusi dan tanya jawab seputar penyakit diabetes melitus dan pola hidup yang sehat. Edukasi sederhana melalui media poster mampu memberikan pemahaman yang lebih baik terkait diabetes melitus, sementara pemeriksaan kadar glukosa darah sewaktu membantu peserta mengetahui kondisi kesehatan mereka secara langsung.

Bagaimana Cara Sitasi Artikel ini:

Ade Rahmah Juliana Sinaga, & Shahrul Rahman. (2025). Pemberian Edukasi Pencegahan Diabetes Melitus pada Masyarakat di Desa Lau Bakeri. Aksi Kita: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat, 1(5), 1118-1123. <https://doi.org/10.63822/ve4frp80>

PENDAHULUAN

International Diabetes Federation (IDF) mendefinisikan diabetes melitus menjadi satu penyakit kronis yang paling banyak di dunia, disebabkan oleh kegagalan pankreas untuk menghasilkan cukup insulin atau gagalnya tubuh dalam menggunakan insulin secara efektif. (Zuriati et al., 2021) Indonesia berada dalam 10 besar dengan penderita diabetes melitus di seluruh dunia, Amerika Serikat berada di peringkat pertama, India berada di peringkat kedua dan Cina di peringkat ketiga. (Susilawati et al., 2024) Dibalik keseharian masyarakat desa yang sederhana dan penuh rasa kebersamaan, terdapat ancaman kesehatan yang semakin nyata, salah satunya diabetes melitus. Penyakit DM kerap muncul tanpa adanya gejala yang menonjol, namun secara perlahan mampu memengaruhi kualitas hidup penderitanya. Wilayah pedesaan sering menghadapi kendala dalam upaya deteksi dini serta penatalaksanaan penyakit tidak menular. Terbatasnya sarana kesehatan, minimnya tenaga medis, serta rendahnya literasi kesehatan masyarakat menjadikan penduduk desa lebih rentan mengalami komplikasi penyakit kronis. (Sukmara, 2025)

Terdapat dua tipe dari diabetes melitus, yaitu tipe 1 yang disebabkan oleh reaksi autoimun pada protein sel pulau pankreas, serta DM tipe 2 yang disebabkan oleh faktor genetik dan lingkungan. Obesitas, pola makan yang berlebihan, kurang melakukan aktivitas fisik, stres, dan penuaan merupakan faktor dari lingkungan. Faktor genetik memengaruhi gangguan sekresi insulin dan resistensi insulin. (Munir et al., 2023) Penurunan kondisi fisik dan mental akan terjadi seiring bertambahnya usia, yang memiliki berbagai efek. Meningkatnya risiko komplikasi mikrovaskular dan makrovaskular akibat diabetes melitus menjadi salah satu masalah kesehatan pada kelompok lansia. (Wahyurin et al., 2019)

Data epidemiologi menunjukkan bahwa kurangnya kesadaran masyarakat terhadap risiko diabetes masih menjadi hambatan besar dalam upaya pengendalian penyakit ini. Laporan Kementerian Kesehatan RI juga menyebutkan bahwa banyak penderita diabetes yang belum terdeteksi, sehingga berpotensi mengalami komplikasi serius di kemudian hari. Karena itu, upaya yang menitik beratkan pada skrining dini dan edukasi pencegahan sangat dibutuhkan untuk menekan angka kejadian diabetes di Indonesia. (I Putu Sudyasa et al., 2024)

Upaya edukasi merupakan proses berkesinambungan yang perkembangannya perlu dipantau secara rutin. Edukasi dapat diberikan melalui pemeriksaan glukosa darah sewaktu sebagai deteksi dini risiko diabetes dan dapat juga menjadi langkah awal untuk mengendalikan gula darah. Program pengabdian masyarakat yang disertai pengecekan glukosa darah sebagai kegiatan penyuluhan dapat meningkatkan kesadaran masyarakat terhadap kesehatan mereka. Peningkatan pengetahuan tentang diabetes melitus diharapkan mampu memicu perubahan sikap serta meningkatkan kepatuhan dalam menjalani gaya hidup sehat. (Sundari et al., 2025)

Artikel ini ditujukan untuk menelaah strategi pencegahan serta edukasi yang dapat diimplementasikan di wilayah pedesaan dalam upaya menurunkan prevalensi diabetes melitus. Dengan berfokus pada pendekatan kolaboratif dan berkesinambungan, diharapkan bahwa artikel ini dapat membantu meningkatkan status kesehatan masyarakat desa, khususnya mengenai penyakit diabetes melitus.

METODE

Metode yang digunakan, yaitu dengan pemberian edukasi dengan media poster dan pemeriksaan kadar gula darah sewaktu gratis kepada peserta. Kegiatan ini dilaksanakan selama satu hari pada hari Jumat tanggal 15 Agustus 2025 yang di dilakukan di Puskesmas Pembantu Desa Lau Bekeru Kec. Kutalimbaru. Sampel penelitian ini terdiri dari 15 peserta, analisis deskriptif digunakan untuk menggambarkan kondisi kesehatan peserta yang berkaitan dengan kadar gula darah sewaktu.



Gambar 1. Lampiran Pemberian Edukasi



Gambar 2. Lampiran Pemeriksaan Kadar Gula Darah Sewaktu

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pemberian edukasi dan pengecekan gula darah sewaktu berlangsung lancar. Sebelumnya, Mahasiswa melakukan survey lapangan ke dusun II Desa Lau Bakeri untuk melakukan observasi di posyandu yang sedang diadakan disana dan mewawancarai ibu bidan Rama selaku bidan desa di Lau Bakeri. Hasil dari wawancara tersebut kebanyakan lansia mengeluhkan penyakit diabetes melitus dan hipertensi. Pelaksanaan KKN dimulai dari koordinasi dan pelaporan dengan kepala desa Lau Bakeri, Kecamatan Kutalimbaru, Kab. Deli Serdang, Sumatera Utara yaitu bapak Adir, lalu dengan bidan desa Lau Bakeri yaitu ibu bidan Rama karena KKN dilakukan di Puskesmas Pembantu Lau Bakeri.

Edukasi dilakukan menggunakan media poster yang berisi informasi mengenai upaya pencegahan dini komplikasi serta pencegahan penyakit DM. Kementerian Kesehatan mengajarkan perilaku CERDIK yang pengertian dari singkatannya, yaitu memeriksa kesehatan secara teratur, menghindari rokok dan asapnya, rajin olahraga, mengikuti diet gizi seimbang, istirahat yang cukup, dan mengelola stres. Penerapan perilaku ini disarankan sebagai bagian dari pola hidup sehat, baik bagi individu yang masih dalam kondisi sehat maupun mereka yang memiliki risiko terkena penyakit tidak menular, dengan tujuan utama mencegah terjadinya penyakit tidak menular. (Nuraeni & Darni, 2024) Selama kegiatan berlangsung, masyarakat tampak antusias, terlihat dari partisipasi aktif mereka dalam mendengarkan materi, mengajukan pertanyaan, serta berdiskusi mengenai kebiasaan sehari-hari yang mereka lakukan.

Selain edukasi, dilakukan juga pengecekan KGD sewaktu. Sehingga dijumpai hasil seperti berikut:

Tabel 1. Hasil Pemeriksaan Kadar Gula Darah Sewaktu Pada Masyarakat Di Puskesmas Pembantu Desa Lau Bakeri

Nama	Umur	KGD Sewaktu (mg/dL)
Ibu SLT	68	100
Ibu MN	72	96
Ibu NBH	74	154
Ibu IZ	63	122
Ibu ZN	66	130
Ibu J	69	121
Ibu MM	66	140
Ibu MBS	70	124
Ibu R	57	111
Ibu PBS	70	258
Ibu KBS	52	160
Ibu M	53	261
Ibu AR	65	145
Ibu CM	68	132
Ibu EF	69	138

Kegiatan edukasi yang dilaksanakan di Desa Lau Bakeri menunjukkan bahwa masyarakat memiliki ketertarikan tinggi terhadap informasi kesehatan, khususnya mengenai diabetes melitus. Antusiasme peserta dalam mengikuti penyuluhan dan pemeriksaan kesehatan membuktikan bahwa kegiatan semacam ini efektif dalam meningkatkan kesadaran masyarakat. Hasil penelitian ini sejalan dengan temuan Harti dkk. (2024) yang melaksanakan pengabdian masyarakat di Puskesmas Ketawang, Malang. Dalam penelitian tersebut, edukasi kesehatan terbukti meningkatkan pengetahuan kader kesehatan secara signifikan melalui kegiatan penyuluhan, serta diikuti dengan perubahan profil glukosa darah dan tekanan darah pasien PROLANIS yang cenderung ke arah normal. (Harti et al., 2024)

Pelaksanaan pemeriksaan KGD sewaktu memberikan gambaran awal mengenai kondisi glukosa darah masyarakat. Walaupun sebagian besar hasil berada dalam batas normal, adanya beberapa temuan

kadar glukosa darah tinggi menunjukkan bahwa risiko diabetes sudah ada di lingkungan masyarakat desa. Kondisi ini menjadi penting karena diabetes melitus seringkali tidak menimbulkan gejala pada tahap awal, sehingga skrining dini menjadi langkah penting dalam pencegahan komplikasi lebih lanjut.

Diabetes biasanya muncul ketika pola hidup dan kebiasaan seseorang sudah terbentuk dengan gaya hidup modern. Karena itu, peran keluarga, pasien, dan masyarakat sangat penting, dengan dukungan tenaga kesehatan, agar tercipta perilaku hidup yang lebih sehat. Supaya perubahan perilaku ini berhasil, diperlukan edukasi yang menyeluruh serta dorongan motivasi. Edukasi sendiri harus dilakukan secara konsisten dan perkembangannya perlu dipantau secara berkelanjutan. (Nelma & Ratnalela, 2023) Pengarahan pada bidang kesehatan tentang DM terhadap usia lanjut bisa dilakukan dengan banyak cara yang mengikutsertakan kader posyandu. Metode yang persuasif dan partisipatif, seperti dialog kelompok, forum pertanyaan, atau praktik langsung, dapat dipakai untuk memudahkan pemahaman peserta. (Suprpto dkk., 2022) Selain itu, kegiatan posyandu lansia juga memberi manfaat tambahan, yaitu membantu meningkatkan kesehatan mental sekaligus spiritual para lansia. (Runtu et al., 2024)

KESIMPULAN

Kesimpulannya, Kegiatan KKN berupa edukasi dan pemeriksaan gula darah di Desa Lau Bakeri menunjukkan bahwa masyarakat sangat membutuhkan informasi yang praktis dan mudah dipahami mengenai diabetes melitus. Melalui poster dan interaksi langsung, peserta dapat menambah pengetahuan dan motivasi agar lebih peduli terhadap kesehatan diri. Temuan adanya beberapa peserta dengan kadar gula darah tinggi menjadi pengingat bahwa risiko diabetes sudah ada di tingkat masyarakat desa, sehingga diperlukan tindak lanjut berupa pemeriksaan lanjutan dan pendampingan kesehatan secara berkesinambungan. Kedepan, program serupa perlu dilakukan secara rutin dengan melibatkan kader posyandu dan tenaga kesehatan, sehingga edukasi berkelanjutan dapat tercapai dan kualitas hidup masyarakat desa meningkat.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih diberikan kepada dosen pendamping lapangan KKN kelompok 25 yang banyak memberikan bimbingan dan arahan, sehingga kegiatan dapat berjalan dengan baik dan lancar. Terima kasih juga diberikan kepada Kepala Desa Kuala Lau Bakeri dan bidan Desa Lau Bakeri atas dukungan dan partisipasinya dalam kegiatan KKN. Selain itu, penulis juga berterima kasih kepada masyarakat Desa Kuala Lau Bakeri khususnya yang bersedia menjadi peserta dan berpartisipasi dengan antusias pada acara ini di Puskesmas Pembantu. Serta semua anggota kelompok 25 yang bekerja sama dengan baik dalam terlaksananya kegiatan KKN ini menjadi lancar.

DAFTAR PUSTAKA

Harti, L. B., Achmad, A., Khasanah, U., Yunita, E. P., & Wilujeng, C. S. (2024). *Peran Edukasi Kesehatan Terhadap Peningkatan Pengetahuan dan Pencegahan Komplikasi Diabetes Melitus di Puskesmas Ketawang*. 4(1), 46–53.

- I Putu Sudayasa, Andi Ad'Yusuf Kithfirul Azis, & Yuyun Julianti. (2024). Skrining Kadar Gula Darah dan Edukasi Pencegahan Diabetes Mellitus Pada Masyarakat Pesisir Kecamatan Poasia, Kota Kendari. *Jurnal Pengabdian Meambo*, 3(2), 74–79. <https://doi.org/10.56742/jpm.v3i2.93>
- Munir, N. W., Safruddin, & Yuliana, A. (2023). Edukasi Pencegahan Dan Pengendalian Diabetes Melitus. *Borneo Community Health Service Journal*, 3(1).
- Nelma, N., & Ratnalela, I. (2023). Edukasi Dan Deteksi Dini Diabetes Mellitus Sebagai Upaya Mengurangi Prevalensi Serta Resiko Penyakit Degeneratif Pada Masyarakat Di Desa Mbaruai Kecamatan Biru-Biru Kabupaten Deli Serdang. *Jurnal Mitra Prima*, 5(2), 1–6. <https://doi.org/10.34012/mitraprima.v5i2.4280>
- Nuraeni, A., & Darni, Z. (2024). Peningkatan Pengetahuan Lansia Melalui Edukasi Pencegahan Penyakit Tidak Menular Dengan Gerakan Cerdik Dan Patuh. *BERNAS: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 5(1), 306–313. <https://doi.org/10.31949/jb.v5i1.7454>
- Runtu, A. R., Enggune, M., Pondaag, A., Lariwu, C., Sarayar, C., Pondaag, L., Lolowang, N., Merentek, G., Lontaan, E., & Sumarauw, J. (2024). Penyuluhan Kesehatan Diabetes Mellitus dan Deteksi Kadar Gula Darah pada Lansia. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Nusantara (JPkMN)*, 5(1), 1492–1499.
- Sukmara, U. P. (2025). Meningkatkan Kesadaran Pencegahan Penyakit Tidak Menular pada Hipertensi dan Diabetes Melitus melalui Edukasi di Masyarakat. *Jurnal Medika: Medika*, 4(3), 436–441.
- Sundari, A. S., Ajrina, A., Kurniati, A., Indriati, D. W., & Handayani, N. S. (2025). Edukasi Berbasis Masyarakat dalam Upaya Pencegahan dan Deteksi Dini Penyakit Diabetes Melitus melalui Penyuluhan Perilaku Hidup Sehat. *Jurnal Pengabdian Masyarakat: Pemberdayaan, Inovasi Dan Perubahan*, 5(4). <https://doi.org/10.59818/jpm.v5i4.1473>
- Susilawati, E. F., Kuzzairi, & Denta, A. O. (2024). Pemberdayaan Keluarga dalam Penatalaksanaan dan Pencegahan Kegawatan Diabetes Melitus pada Lansia Melalui Edukasi dan Senam Kaki Diabetes di Desa Plakpak Pamekasan. *Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 3(1), 45–56. <https://ebsina.or.id/journals/index.php/djpm>
- Wahyurin, I. S., Purnamasari, A. D., & Khoiriani, I. N. (2019). Edukasi Pencegahan dan Penanganan Diabetes Mellitus pada Kader Kesehatan Posyandu Lansia Aisyiyah Karanglewas Kidul. *Journal of Community Health Development*, 2(2), 49. <https://doi.org/10.20884/1.jchd.2021.2.2.4159>
- Zuriati, Z., Zahlimar, Z., & Suriya, M. (2021). Edukasi Kesehatan Pencegahan Risiko Diabetes Melitus Di Desa Sijau Kecamatan Rimbo Tengah Bungo. *LOSARI: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 3(1), 21–25. <https://doi.org/10.53860/losari.v3i1.37>