



**EDUKASI TENTANG DIABETES MELLITUS, UPAYA PENCEGAHAN SAMPAI
PENGOBATANNYA, MENUJU DESA KARANG BUNGA SEHAT****Oleh****Tuty Mulyani^{1*}, Mi'rajunnisa², Yulianita Pratiwi Indah Lestari³, Rizka Mulya Miranti⁴,
Nurul Fajeriyati⁵****^{1,2,3,4,5}Fakultas Farmasi, Universitas Muhammadiyah Banjarmasin****E-mail: ¹tutymulyani@umbjm.ac.id**

Article History:*Received: 22-05-2025**Revised: 28-05-2025**Accepted: 25-06-2025***Keywords:***Edukasi, Diabetes**Mellitus, Pencegahan,**Pengobatan*

Abstract: *Diabetes Melitus merupakan suatu penyakit akibat penumpukan glukosa dalam darah dan terjadi akibat tubuh tidak memproduksi cukup insulin, atau tidak bisa mempergunakan insulin secara tepat yang ditandai dengan kondisi hiperglikemia dengan gejala khas yaitu buang air kecil terus menerus (dalam jumlah banyak) dengan rasa manis (kencing manis). Diabetes melitus memerlukan penanganan medis, edukasi tentang self management serta dukungan yang berkelanjutan untuk mencegah penyakit komplikasi akut maupun kronis. Tujuan kegiatan ini adalah untuk meningkatkan pemahaman masyarakat terkait Diabetes Mellitus, cara pencegahan serta pengobatannya. Kegiatan ini dilakukan melalui penyuluhan interaktif, pre-test dan post-test, diskusi tanya jawab dan demonstrasi untuk cara penggunaan insulin dengan benar. Peserta pada penyuluhan ini adalah 20 orang ibu-ibu PKK Desa Katang Bunga, Kecamatan Mandastana, Kabupaten Barito Kuala. Kegiatan ini berjalan lancar dan baik. Peserta sangat antusias dan bersemangat dalam mengikuti kegiatan ini. Berdasarkan hasil pre-test dan post-test menunjukkan bahwa terjadi peningkatan pemahaman peserta terkait Diabetes Mellitus, cara pencegahan penyakit hingga penggunaan obat yang tepat.*

PENDAHULUAN

Penyakit kronis merupakan penyakit yang tidak menular, namun memerlukan waktu jangka panjang dan proses yang sangat lambat untuk sembuh. Berdasarkan data penelitian yang dilakukan WHO 2015, 70% kematian yang terjadi dunia disebabkan oleh penyakit kronis. Penyakit menahun termasuk diabetes melitus memerlukan penanganan medis, edukasi tentang self management serta dukungan yang berkelanjutan untuk mencegah penyakit komplikasi akut maupun kronis (Warti dkk., 2022).

Diabetes Melitus merupakan suatu penyakit akibat penumpukan glukosa dalam darah dan terjadi akibat tubuh tidak memproduksi cukup insulin, atau tidak bisa mempergunakan insulin secara tepat yang ditandai dengan kondisi hiperglikemia dengan gejala khas yaitu buang air kecil terus menerus (dalam jumlah banyak) dengan rasa manis (kencing manis). Diabetes diklasifikasikan menjadi Diabetes tipe 1 yang terjadi akibat penghancuran autoimun dari sel β penghasil insulin; Diabetes tipe 2 akibat gangguan sekresi insulin yang

menyebabkan resistensi insulin; Diabetes Gestasional yang terjadi pada saat kehamilan; dan Diabetes tipe lain yang terjadi akibat kelainan genetik maupun infeksi (Bilous dan Donelly, 2015).

Diabetes Melitus merupakan penyakit menahun (kronis) yang banyak terjadi di seluruh dunia. Prevalensi orang dewasa mengalami peningkatan 8,5% (422 juta orang) yang menderita Diabetes Melitus di dunia, dan sering terjadi di negara-negara dengan status ekonomi menengah dan rendah (Safitri dkk., 2022). Organisasi Internasional Diabetes Federation (IDF) tahun 2021, memperkirakan sekitar 536,6 juta orang yang terkena Diabetes di seluruh dunia, sedangkan Indonesia menempati peringkat ke lima dengan jumlah 19,5 juta orang berusia 20-79 tahun. Data dari *Global status report on Noncommunicable Diseases* (NCD) *World Health Organization* (WHO) DM menempati peringkat ke-6 sebagai penyebab kematian (WHO, 2023). International Diabetes Federation (IDF) memperhitungkan angka kejadian DM di dunia pada tahun 2012 adalah 371 juta jiwa, tahun 2013 meningkat menjadi 382 juta jiwa dan diperkirakan pada tahun 2035 DM akan meningkat menjadi 592 juta jiwa (International Diabetes Federation, 2021). Di Indonesia angka kejadian DM termasuk urutan terbesar ke-7 dunia yaitu sebesar 7,6 juta jiwa sedangkan angka kejadian penderita ulkus diabetikum sebesar 15% dari penderita DM, bahkan angka kematian dan amputasi masih tinggi yaitu sebesar 32,5% dan 23,5% (Prastica, 2013). Di Kalimantan Selatan, prevalensi penderita Diabetes Melitus itu sendiri diperkirakan sekitar 1,4 % atau sekitar 38.113 jiwa dari total jumlah penduduk berumur >14 tahun yaitu 2.722.366 jiwa (Kementerian Kesehatan Indonesia, 2018).

Seseorang yang menderita Diabetes Melitus akan terganggu kualitas hidupnya. Pasien dengan DM tipe 2 umumnya merasa terganggu secara fisik, psikologis, hubungan sosial, serta lingkungan, dimana hal tersebut merupakan dimensi dari kualitas hidup. Penderita Diabetes yang sudah terdiagnosa selama lebih dari 5 tahun akan merasa jenuh dan tertekan karena harus melakukan pengobatan berulang tetapi kesehatannya tidak segera membaik (Andri dkk., 2021).

Melalui berbagai penelitian dalam pengobatan untuk menanggulangi penyakit ini sudah banyak kemajuan dengan ditemukan jenis insulin dan obat-obatan yang adekuat. Tetapi penanganan penyakit ini tidak semata mengandalkan terapi, masih diperlukan upaya lain berupa pola hidup sehat yaitu diet dan olahraga yang khusus untuk Diabetes Melitus. Menurut infodatin (pusat data kementerian kesehatan RI) bahwa kadar gula darah pada penderita Diabetes Melitus dapat dikontrol dengan baik jika disertai juga dengan pengendalian metabolisme yang baik, sehingga komplikasi akibat diabetes dapat diminimalisir. Namun, sangat disayangkan masih banyak pasien penderita Diabetes Melitus yang belum sepenuhnya memahami pengaturan diet yang sesuai dengan penyakit ini. Pengaturan diet masih belum sesuai karena tidak didukung dengan pengetahuan dan informasi yang benar. Banyak yang beranggapan bahwa pola diet yang benar adalah menghindari makanan yang mengandung gula, seperti makanan yang manis, atau makanan yang mengandung karbohidrat seperti nasi tanpa memperhitungkan jumlah kalori yang dibutuhkan. Selain itu juga tidak memperhitungkan jumlah kalori dari sumber gizi lain seperti protein dan lemak juga kurangnya aktivitas fisik yang mengakibatkan semakin banyak penyulit (komplikasi) pada organ-organ tubuh yang dapat timbul.

Desa Karang Bunga adalah salah satu desa di Kalimantan Selatan yang memiliki prevalensi diabetes yang cukup tinggi. Berdasarkan data Puskesmas Karang Bunga, pada

tahun 2023, terdapat 100 orang penduduk desa yang menderita diabetes. Hal ini menunjukkan bahwa diabetes telah menjadi masalah kesehatan yang serius di Desa Karang Bunga. Upaya pencegahan dan pengendalian diabetes di Desa Karang Bunga perlu dilakukan secara komprehensif dan berkelanjutan. Hal ini memerlukan kerjasama dari berbagai pihak, termasuk pemerintah daerah, puskesmas, tokoh masyarakat, dan seluruh warga Desa Karang Bunga. Berdasarkan uraian di atas, untuk meningkatkan pemahaman masyarakat terkait Diabetes Mellitus, tim penulis melakukan kegiatan pengabdian masyarakat berupa edukasi kesehatan dengan tema “Diabetes Mellitus: Upaya Pencegahan dan Pengobatannya” yang dilakukan di Desa Karang Bunga, Kecamatan Mandastana, Kabupaten Barito Kuala.

METODE

Kegiatan ini dilakukan melalui penyuluhan interaktif, pre-test dan post-test, diskusi tanya jawab dan demonstrasi untuk cara penggunaan insulin dengan benar. Peserta pada penyuluhan ini adalah 20 orang ibu-ibu PKK Desa Katang Bunga, Kecamatan Mandastana, Kabupaten Barito Kuala. Kegiatan dimulai dengan melakukan pre-test untuk mengetahui tingkat pemahaman peserta tentang Diabetes Mellitus mulai dari definisi, tanda gejala, upaya pencegahan serta pengobatannya. Langkah selanjutnya adalah memberikan edukasi dan pemaparan terkait Diabetes Mellitus disertai dengan demonstrasi cara penggunaan insulin dengan benar. Kegiatan ini ditutup dengan diskusi tanya jawab yang interaktif serta post-test untuk melihat apakah terjadi peningkatan pemahaman peserta terkait materi yang diberikan.

HASIL

Kegiatan ini dilakukan di Desa Karang Bunga berada di Jl. Tinggiran II Kec. Mandastana, Kabupaten Barito Kuala, Kalimantan Selatan 70581. Sasaran kegiatan ini adalah Ibu-ibu PKK Desa Karang Bunga. Waktu kegiatan dilaksanakan pada tanggal 5 Juli 2024. Pada pukul 15.00 WITA – Selesai.

Kegiatan dimulai dengan melakukan pre-test untuk mengetahui tingkat pemahaman peserta tentang Diabetes Mellitus mulai dari definisi, tanda gejala, upaya pencegahan serta pengobatannya. Setelah peserta selesai mengerjakan pre-test, kegiatan dilanjutkan dengan pemberian edukasi dan pemaparan terkait Diabetes Mellitus disertai dengan demonstrasi cara penggunaan insulin dengan benar.



Gambar 1 & 2. Foto Kegiatan Edukasi

Setelah selesainya pemaparan materi dilanjutkan sesi tanya jawab oleh peserta. Peserta terlihat antusias dalam mengikuti kegiatan ini terbukti dari banyaknya pertanyaan yang diajukan. Kegiatan semakin meriah karena diwarnai dengan *games* dan *doorprice* yang membuat peserta semakin bersemangat dalam mengikutinya. Kegiatan pengabdian masyarakat ini diakhiri dengan melakukan post-test untuk melihat apakah terjadi

peningkatan pemahaman peserta terkait materi edukasi yang telah diberikan. Adapun hasil pre-test dan post-test terlampir dalam tabel berikut:

Tabel 1. Hasil Pre-test dan Post-test Peserta Kegiatan

No Peserta	Nilai		Keterangan
	Pretest	Postes	
1.	80	100	Terjadi Peningkatan
2.	60	100	Terjadi Peningkatan
3.	80	100	Terjadi Peningkatan
4.	60	100	Terjadi Peningkatan
5	60	100	Terjadi Peningkatan
6	80	100	Terjadi Peningkatan
7	80	100	Terjadi Peningkatan
8	60	100	Terjadi Peningkatan
9	80	100	Terjadi Peningkatan
10	80	100	Terjadi peningkatan
11	60	100	Terjadi Peningkatan
12	40	100	Terjadi peningkatan
13	60	100	Terjadi Peningkatan
14	40	100	Terjadi Peningkatan
15	60	100	Terjadi peningkatan
16	80	100	Terjadi peningkatan
17	70	100	Terjadi peningkatan
18	80	100	Terjadi peningkatan
19	60	100	Terjadi peningkatan
20	80	100	Terjadi peningkatan

Dari tabel di atas, terlihat terjadi peningkatan nilai dari peserta pada nilai posttest setelah diberikan materi. Hal ini menandakan bahwa peserta sudah memahami apa yang disampaikan oleh pemateri.

Diskusi

Edukasi mengenai Diabetes Mellitus sangat penting dalam meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat tentang penyakit ini, termasuk faktor risiko, gejala, cara pencegahan serta pengobatannya. Program edukasi yang komprehensif dan berkelanjutan dapat membantu masyarakat memahami pentingnya pola hidup sehat dan mengurangi faktor risiko yang dapat memicu Diabetes Mellitus. Selain itu, edukasi mengenai pengobatan Diabetes Mellitus juga berperan penting dalam meningkatkan kepatuhan pasien terhadap terapi yang dijalankan, sehingga pengelolaan penyakit ini dapat dilakukan dengan lebih efektif. Dengan demikian, edukasi yang baik tentang pencegahan dan pengobatan Diabetes Mellitus tidak hanya bermanfaat bagi individu yang berisiko atau sudah mengidap penyakit ini, tetapi juga berkontribusi pada peningkatan kesehatan masyarakat secara keseluruhan. Peserta yang merupakan Ibu-ibu PKK mengapresiasi penyuluhan yang dilakukan sangat bermanfaat dan dapat diaplikasikan dalam kehidupan sehari-hari.



KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian masyarakat berupa edukasi kesehatan dengan tema “Diabetes Mellitus: Upaya Pencegahan dan Pengobatannya” yang dilakukan di Desa Karang Bunga, Kecamatan Mandastana, Kabupaten Barito Kuala berjalan lancar dan baik. Peserta yang merupakan ibu-ibu PKK sangat antusias dan bersemangat dalam mengikuti kegiatan ini. Berdasarkan hasil pre-test dan post-test menunjukkan bahwa terjadi peningkatan pemahaman peserta terkait Diabetes Mellitus, cara pencegahan penyakit hingga penggunaan obat yang tepat.

PENGAKUAN/ACKNOWLEDGEMENTS

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Fakultas Farmasi Universitas Muhammadiyah Banjarmasin dan Perangkat Desa Karang Bunga yang telah mendukung terselenggaranya kegiatan ini.

DAFTAR REFERENSI

- [1] Andri, J., Karmila, R., Padila, P., J, H., & Sartika, A. (2019). Pengaruh terapi aktivitas senam ergonomis terhadap peningkatan kemampuan fungsional lansia. *Journal of Telenursing (JOTING)*, 1(2), 304–313. <https://doi.org/10.31539/joting.v1i2.933>
- [2] Bilous, Rudy; Donnelly, Richard. (2014). *Buku pegangan diabetes*. Jakarta : Bumi Medika
- [3] International Diabetes Federation. (2021). *IDF Diabetes Atlas (10th ed.)*. Brussels, Belgium: International Diabetes Federation. <https://diabetesatlas.org/>
- [4] Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2018). *Infodatin: Situasi dan Analisis Diabetes*. Jakarta: Pusat Data dan Informasi Kemenkes RI. <https://pusdatin.kemkes.go.id/resources/download/pusdatin/infodatin/infodatin-diabetes-2018.pdf>
- [5] Prastica, V.A. 2013. Perbedaan angka kejadian ulkus diabetikum pada pasien Diabetes Mellitus dengan dan tanpa hipertensi di RSUD Dr. Saiful Anwar Malang. Diperoleh tanggal 16 Desember 2015 dari <http://old.fk.ub.ac.id>.
- [6]
- [7] Safitri, N. A. N., Purwanti, L. E., & Andayani, S. (2022). Hubungan Perilaku Perawatan Kaki Dengan Kualitas Hidup Pasien Diabetes Melitus Di RSUD Muhammadiyah dan Klinik Rulia Medika Ponorogo. *Health Sciences Journal*, 6(1), 67–74. <https://doi.org/10.24269/Hsj.V6i1.1159>
- [8] Warti, L., Laksmiawati, D.R. and Sarnianto, P. (2022) ‘Pengaruh Penerapan PROLANIS Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 Di Puskesmas Kota Bekasi’, *Jurnal Farmasi Indonesia*, Vol. 19 No. 2(<http://ejurnal.setiabudi.ac.id/ojs/index.php/farmasi-indonesia/issue/view/112>), pp. 200–212.
- [9] World Health Organization. (2023). *Diabetes*. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/diabetes>



HALAMAN INI SENGAJA DIKOSONGKAN