

Edukasi Kesehatan Berbasis Komunitas sebagai Upaya Pencegahan Diabetes Melitus di Desa Pingaran Ilir

Community-Based Health Education as an Effort to Prevent Diabetes Mellitus in Pingaran Ilir Village

Nika Rahayu^{1*}, Siti Della Harizka², Muhammad Nor Arifudin³, Heryyanoor⁴

^{1,2,3}Program Studi Diploma Tiga Keperawatan, Stikes Intan Martapura, Banjar, Indonesia

⁴Program Studi Profesi Ners, Stikes Intan Martapura, Banjar, Indonesia

Email koresponden: nika8703@gmail.com

Doi: <https://doi.org/10.1111/hjics36>

ARTIKEL INFO

Article history

Received: 30 April 2025

Revision: 23 Mei 2025

Accepted: 29 Mei 2025

Published: 30 Mei 2025

Kata kunci:

Diabetes melitus;
Edukasi kesehatan;
Pencegahan;
Penyuluhan interaktif;
Perubahan perilaku

Keywords:

*Diabetes mellitus; Health
education; Prevention;
Interactive counseling;
Behavioral change.*

ABSTRAK

Latar Belakang: Diabetes melitus merupakan salah satu penyakit tidak menular dengan angka kejadian yang terus meningkat secara global maupun nasional. Kurangnya pemahaman masyarakat mengenai faktor risiko, pencegahan, dan pengelolaan diabetes menjadi salah satu penyebab tingginya angka kasus yang tidak terdiagnosis. Kegiatan pengabdian ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman masyarakat tentang diabetes melitus melalui penyuluhan kesehatan dengan metode interaktif berbasis komunitas. **Metode:** Kegiatan ini dilaksanakan di Desa Pingaran Ilir, Kecamatan Astambul, Kabupaten Banjar, Kalimantan Selatan. Metode yang digunakan adalah penyuluhan kesehatan interaktif dengan media pembelajaran yang melibatkan diskusi, demonstrasi, dan tanya jawab. Evaluasi dilakukan dengan membandingkan tingkat pemahaman sebelum dan sesudah penyuluhan menggunakan kuesioner. **Hasil:** Sebanyak 20 responden mengikuti kegiatan ini, mayoritas berusia 25-45 tahun (95%), berjenis kelamin perempuan (85%), dengan tingkat pendidikan terakhir SMP atau sederajat (50%). Hasil evaluasi menunjukkan peningkatan pemahaman responden secara signifikan, dari hanya 15% yang memiliki pemahaman baik sebelum penyuluhan menjadi 90% setelah penyuluhan, dengan peningkatan sebesar 75%. **Kesimpulan:** Penyuluhan kesehatan dengan metode interaktif terbukti efektif dalam meningkatkan pemahaman masyarakat mengenai diabetes melitus. Untuk menjaga dan meningkatkan efektivitas edukasi, program serupa perlu dilakukan secara berkelanjutan dengan melibatkan kader desa dan media digital agar perubahan perilaku sehat dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari.

ABSTRACT

Background: Diabetes mellitus is a non-communicable disease with an increasing prevalence both globally and nationally. Lack of public understanding regarding risk factors, prevention, and diabetes management contributes to the high number of undiagnosed cases. This community service activity aims to improve public knowledge about diabetes mellitus through interactive health education based on a community approach. **Method:** This program was conducted in Pingaran Ilir Village, Astambul District, Banjar Regency, South Kalimantan. The method used was interactive health education with learning media involving discussions, demonstrations, and Q&A sessions. Evaluation was conducted by comparing the level of understanding before and after the health education using a questionnaire. **Result:** A total of 20 respondents participated in this activity, with the majority aged 25-45 years (95%), female (85%), and having their last education level at junior high school or equivalent (50%). The evaluation results showed a significant improvement in respondents' understanding, from only 15% having good knowledge before the education to 90% afterward, indicating a 75% increase. **Conclusion:** Interactive health education has proven effective in increasing public awareness of diabetes mellitus. To maintain and enhance the effectiveness of education, similar programs should be carried out continuously by involving village health cadres and digital media to promote sustainable healthy behavior changes.

Cite this as : Rahayu, N., Harizka, S.D., Arifudin, M.N., & Heryyanoor. (2025). Edukasi Kesehatan Berbasis Komunitas sebagai Upaya Pencegahan Diabetes Melitus di Desa Pingaran Ilir. *Humanity Journal of Innovation and Community Service*, 1(1),7-12.

PENDAHULUAN

Diabetes melitus (DM) atau penyakit kencing manis merupakan salah satu masalah kesehatan global yang terus meningkat setiap tahunnya (Hossain et al., 2024). Menurut *World Health Organization* (WHO) jumlah penderita diabetes di dunia sekitar 830 juta orang di seluruh dunia, dimana mayoritas tinggal di negara-negara berpenghasilan rendah dan menengah (WHO, 2025). Angka ini meningkat pesat setelah sebelumnya hanya diperkirakan sekitar 540 juta (International Diabetes Federation, 2023).

Diabetes tidak hanya berdampak pada individu yang mengalaminya (Garg & Duggal, 2022), tetapi juga memberikan beban ekonomi dan sosial yang besar bagi keluarga maupun sistem kesehatan suatu negara (Singh et al., 2019). Komplikasi akibat diabetes seperti penyakit jantung, gagal ginjal, dan amputasi, dapat dikurangi melalui deteksi dini dan manajemen gaya hidup yang tepat (Lambrinou et al., 2019; Saad Masood Butt, 2022). Namun, rendahnya pemahaman masyarakat tentang faktor risiko dan pencegahan diabetes menyebabkan tingginya angka kasus yang tidak terdiagnosis, sehingga memperburuk kondisi kesehatan secara global.

Di Indonesia, prevalensi diabetes juga mengalami peningkatan yang signifikan. Berdasarkan laporan Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023, prevalensi DM untuk semua usia dari diagnosa dokter mencapai 1,7% dari total penduduk (BKPS, 2023). Angka tersebut mengalami kenaikan saat tahun 2018 hanya sekitar 1,5% (Kemenkes RI, 2018). Kondisi ini diperparah dengan kurangnya kesadaran masyarakat terhadap faktor risiko diabetes, seperti pola makan yang tidak sehat, kurangnya aktivitas fisik, serta kurangnya pemeriksaan kesehatan secara rutin. Terkait pengabdian ini, terutama di wilayah mitra kegiatan yaitu Desa Pingaran Ilir Kecamatan Astambul Kabupaten Banjar Kalimantan Selatan berdasarkan keterangan warga ada yang mengalami penyakit kencing manis yang bahkan sampai mengalami luka. Dari informasi perawat setempat juga melaporkan bahwa masih banyak masyarakat yang tidak menyadari pentingnya pencegahan diabetes dan baru memeriksakan diri setelah mengalami gejala yang parah. Berdasarkan wawancara dengan perawat dan masyarakat secara langsung di daerah ini ditemukan bahwa tingkat pemahaman masyarakat tentang diabetes melitus masih rendah, terutama dalam aspek pola makan sehat dan pentingnya aktivitas fisik dalam mencegah penyakit ini sehingga perlu dilakukan pengabdian masyarakat.. Dari 10 perwakilan masyarakat yang diwawancara tersebut, semuanya (100%) hanya dapat menyebutkan bahwa penyakit diabetes melitus sama dengan penyakit kencing manis dan penyebabnya terlalu tinggi kadar gula di tubuh. Masyarakat belum dapat secara rinci menyebutkan tentang pengertian, penyebab, tanda dan gejala, pencegahan dan penanggulangan penyakit diabetes melitus.

Kegiatan pengabdian ini bertujuan untuk mengisi kesenjangan dalam pemahaman masyarakat terkait DM melalui metode edukasi kesehatan dalam bentuk penyuluhan kesehatan yang lebih interaktif menggunakan media pembelajaran dengan pendekatan komunitas atau secara berkelompok yang masih jarang dilakukan di Desa. Kegiatan ini juga untuk meningkatkan kesadaran dan pemahaman masyarakat mengenai dampak dan bahaya diabetes melitus, serta langkah-langkah pencegahan yang dapat dilakukan melalui perubahan gaya hidup yang lebih sehat, lebih lanjut untuk mengurangi potensi komplikasi yang rentan terjadi pada penderita penyakit DM seperti luka kaki diabet (Hilda Taurina et al, 2022). Kegiatan ini diharapkan akan meningkatkan pemahaman dan perubahan perilaku masyarakat dalam mencegah diabetes, sehingga angka kejadian penyakit ini dapat ditekan dan kualitas hidup masyarakat menjadi lebih baik.

METODE PELAKSANAAN

Kegiatan yang dilaksanakan berupa pendidikan kesehatan pada kelompok masyarakat di desa Pingaran Ilir Kecamatan Astambul Kabupaten Banjar Kalimantan Selatan. Peserta kegiatan sebanyak 20 responden. Tahapan pelaksanaan dimulai persiapan mulai dari observasi awal atau identifikasi masalah, pengurusan perizinan, menyiapkan kuesioner sebagai instrumen. Tahap selanjutnya yaitu pengumpulan data dilakukan dengan membagikan kuesioner pemahaman/ pengetahuan terkait penyakit diabetes melitus meliputi pengertian, penyebab, tanda dan gejala, pencegahan dan penanggulangan, serta pentingnya menjaga pola makan dan aktivitas fisik. Kuesioner dibagikan sebelum diberikan edukasi berupa penyuluhan Kesehatan dan setelah diberikan sebagai evaluasi (*pree test* dan *post test*). Kegiatan utama dilakukan di ruang pertemuan yang disediakan oleh pemerintah Desa pada tanggal 6 Juni 2024 sekaligus tahapan evaluasi. Analisa data dilakukan dengan proses membandingkan rerata skor yang diperoleh responden sebelum dan sesudah pendidikan kesehatan diberikan dengan menggunakan aplikasi SPSS.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Karakteristik responden dalam kegiatan pengabdian ini berdasarkan usia, jenis kelamin, pendidikan terakhir dan status pekerjaan sebagai berikut berdasarkan tabel:

Tabel 1. Karakteristik responden pengabdian masyarakat (n=20)

Karakteristik	Jumlah	Persentase (%)
Usia		
25-45 Tahun	19	95%
46-60 Tahun	1	5%
Jenis Kelamin		
Laki-laki	3	5%
Perempuan	17	85%
Pendidikan terakhir		
SD/ Sederajat	5	25%
SMP/ Sederajat	10	50%
SMA/ Sederajat	5	25%
Pekerjaan		
PNS	0	
Swasta	17	85%
Tidak bekerja	3	15%

Pada tabel 1 mayoritas responden berusia 25-45 tahun sebanyak 19 responden (95%), perempuan sebanyak 17 responden (85%), pendidikan terakhir responden SMP/ sederajat sebanyak 10 responden (50%) dengan status bekerja sebagai pekerja swasta sebanyak 17 responden (85%) yang semuanya dari total 20 responden.

Pemahaman tetang penyakit diabetes melitus

Hasil kegiatan pengabdian masyarakat diperoleh data sebagai berikut berdasarkan tabel:

Tabel 2. Distribusi frekuensi pemahaman responden tentang penyakit diabetes melitus sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan (n=20)

Pemahaman tentang Penyakit Hipertensi	<i>Pre Test</i>		<i>Post test</i>	
	Jumlah	Persentase (%)	Jumlah	Persentase (%)
Baik	3	15%	18	90%
Kurang Baik	17	85%	2	10%

Pada tabel 2 terjadi peningkatan pemahaman responden tentang penyakit diabetes melitus secara umum pengertian, penyebab, tanda dan gejala, pencegahan dan penanggulangan, serta pentingnya menjaga pola makan dan aktivitas fisik dengan kategori baik sebelumnya hanya 15% menjadi 90% setelah diberikan pendidikan Kesehatan atau terjadi peningkatan pemahaman dengan persentase peningkatan sebesar 75%.

**Gambar 1-2. Kegiatan Pengabdian Masyarakat tentang Diabetes Melitus melalui Edukasi Kesehatan berupa Penyuluhan kesehatan**

Hasil kegiatan pengabdian menunjukkan bahwa mayoritas responden berusia 25-45 tahun (95%) dengan mayoritas berjenis kelamin perempuan (85%). Dari segi tingkat pendidikan, sebagian besar

responden memiliki latar belakang pendidikan terakhir SMP atau sederajat (50%), dan sebagian besar bekerja sebagai pekerja swasta (85%). Data ini menunjukkan bahwa kelompok usia produktif dan perempuan lebih banyak berpartisipasi dalam kegiatan penyuluhan ini. Hal ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menyebutkan bahwa perempuan cenderung lebih peduli terhadap kesehatan dibandingkan laki-laki, sehingga lebih aktif dalam mengikuti program edukasi Kesehatan (Komariah & Rahayu, 2020). Selain itu, tingkat pendidikan responden yang sebagian besar berada di tingkat menengah dapat berpengaruh terhadap tingkat pemahaman awal mereka tentang diabetes (Widyasari, 2017).

Peningkatan pemahaman responden terhadap diabetes melitus setelah diberikan edukasi kesehatan menunjukkan hasil yang sangat signifikan. Sebelum diberikan intervensi, hanya 15% responden yang memiliki pemahaman baik tentang penyakit ini. Namun, setelah penyuluhan dilakukan angka tersebut meningkat menjadi 90% atau menunjukkan peningkatan sebesar 75%. Peningkatan ini menunjukkan bahwa metode penyuluhan kesehatan yang digunakan dalam pengabdian ini efektif dalam meningkatkan pemahaman masyarakat. Hasil ini sejalan dengan pengabdian sebelumnya oleh Aminuddin et al., (2023) yang menyatakan bahwa penyuluhan dengan metode interaktif dan berbasis komunitas dapat meningkatkan pemahaman serta kesadaran masyarakat terhadap penyakit tidak menular, termasuk diabetes melitus.

Fenomena peningkatan pemahaman ini dapat dijelaskan melalui beberapa faktor. Pertama, pendekatan edukasi berbasis komunitas memungkinkan masyarakat untuk lebih mudah menerima informasi karena materi disampaikan dengan bahasa yang lebih sederhana dan relevan dengan kehidupan sehari-hari mereka. Kedua, keterlibatan aktif peserta dalam diskusi dan atau demonstrasi langsung membantu mereka memahami konsep yang diajarkan dengan lebih baik dibandingkan hanya mendengar ceramah satu arah. Hal ini didukung oleh teori pendidikan kesehatan yang menyebutkan bahwa metode pembelajaran yang interaktif dan partisipatif lebih efektif dibandingkan metode pasif dalam meningkatkan pemahaman dan perubahan perilaku kesehatan (Jenita et al, 2023; Santiani et al, 2025).

Meskipun pemahaman meningkat, tantangan dalam implementasi perubahan gaya hidup tetap ada. Salah satu faktor yang dapat mempengaruhi penerapan hasil edukasi adalah kebiasaan masyarakat yang telah terbentuk sejak lama, terutama dalam pola makan dan aktivitas fisik. Berdasarkan penelitian Riza et al, (2024) edukasi kesehatan perlu dilakukan secara berkelanjutan agar perubahan perilaku yang lebih sehat dapat bertahan dalam jangka panjang (Neherta & Refnandes, 2024). Oleh karena itu, solusi yang dapat diberikan untuk mengatasi tantangan ini adalah dengan melakukan program edukasi yang bersifat periodik dan berkelanjutan, serta melibatkan tokoh masyarakat atau kader kesehatan setempat untuk memantau dan memberikan dukungan kepada masyarakat dalam menerapkan gaya hidup sehat. Keterlibatan tokoh masyarakat maupun kader dengan prinsip pemberdayaan oleh tenaga kesehatan agar akses informasi kesehatan dapat tersampaikan dengan baik ke masyarakat. Selain itu, dapat juga dibuatkan modul atau media edukasi berbasis digital yang dapat diakses masyarakat secara mandiri untuk memperkuat pemahaman mereka setelah penyuluhan. Hal ini sesuai dengan penelitian dan hasil pengabdian Heryyanoor et al., (2022); Hardiyanti et al., (2024) tentang pemanfaatan media pembelajaran seperti leaflet, modul dan video edukasi dalam upaya meningkatkan pengetahuan masyarakat.

Secara keseluruhan, kegiatan pengabdian ini telah berhasil meningkatkan pemahaman masyarakat mengenai diabetes melitus secara signifikan. Keberhasilan ini menunjukkan bahwa intervensi berbasis penyuluhan yang interaktif dan berbasis komunitas dapat menjadi strategi yang efektif dalam meningkatkan kesadaran masyarakat terhadap penyakit tidak menular. Selanjutnya diperlukan upaya lanjutan dalam bentuk monitoring dan evaluasi penerapan informasi yang telah diberikan agar dampak positif dari edukasi ini dapat bertahan dalam jangka panjang.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil pengabdian yang telah dilaksanakan, disimpulkan bahwa pendidikan kesehatan tentang diabetes melitus yang diberikan kepada masyarakat dapat meningkatkan pemahaman responden secara signifikan, khususnya masyarakat di Desa Pingaran Ilir, Kecamatan Astambul, Kabupaten Banjar. Metode penyuluhan kesehatan yang digunakan terbukti efektif dalam mengatasi permasalahan rendahnya pemahaman masyarakat terkait diabetes melitus, termasuk pengertian, penyebab, tanda dan gejala, pencegahan, serta pentingnya menjaga pola makan dan aktivitas fisik.

Agar pemahaman yang telah diperoleh dapat bertahan dalam jangka panjang dan mendorong perubahan perilaku sehat, pendidikan kesehatan tentang diabetes melitus hendaknya terus disampaikan secara berkelanjutan melalui berbagai media interaktif dan digital. Keterlibatan kader desa, keluarga, serta masyarakat dalam program edukasi yang berkesinambungan diharapkan dapat meningkatkan kesadaran dan kepedulian terhadap pencegahan diabetes, sehingga angka kejadian penyakit ini dapat ditekan dan kualitas

hidup masyarakat semakin membaik. Diharapkan pemerintah desa untuk tetap mengupayakan edukasi ini selajlu berjalan dengan aktifasi kader desa dalam menginformasikan poster atau media pendukung lainnya tentang manajemen penyakit diabetes melitus di masyarakat.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih kami ucapkan kepada seluruh pihak yang telah mendukung terlaksananya kegiatan pengabdian ini. Kami mengucapkan apresiasi yang sebesar-besarnya kepada dosen pembimbing yang telah memberikan arahan dan bimbingan dalam setiap tahap pelaksanaan kegiatan. Ucapan terima kasih juga kami sampaikan kepada Bapak Kepala Desa Pingaran Ilir, Kecamatan Astambul, Kabupaten Banjar, Kalimantan Selatan, yang telah memberikan izin serta memfasilitasi tempat untuk kegiatan ini.

Kami juga berterima kasih kepada seluruh responden yang telah berpartisipasi sebagai peserta penyuluhan dan bersedia memberikan data yang sangat berharga dalam kegiatan ini. Dukungan dan keterlibatan semua pihak sangat berarti dalam upaya meningkatkan pemahaman masyarakat mengenai diabetes melitus. Kami berharap kegiatan ini dapat memberikan manfaat yang berkelanjutan bagi masyarakat dan menjadi langkah awal dalam upaya pencegahan diabetes melitus melalui edukasi kesehatan yang lebih luas.

KONTRIBUSI PENULIS

Kontribusi dalam kegiatan ini terdiri dari pelaksana kegiatan: NR, SDH, MNA, H; Penyiapan artikel NR dan H; Analisis dampak pengabdian: SDH dan MNA; Penyajian hasil pengabdian: NR, SDH, MNA, H; Revisi artikel: NR, SDH, MNA. Semua penulis terlibat dalam pelaksana kegiatan, pembuatan dan revisi artikel secara bersama.

DAFTAR PUSTAKA

- Aminuddin, A., Yenny Sima, Nuril Cholifatul Izza, Nur Syamsi Norma Lalla, & Darmi Arda. (2023). Edukasi Kesehatan Tentang Penyakit Diabetes Melitus bagi Masyarakat. *Abdimas Polsaka*, 7–12. <https://doi.org/10.35816/abdimaspolsaka.v2i1.25>
- BKPS. (2023). *Survei Kesehatan Indonesia Dalam Angka*. 1–926. <https://www.badankebijakan.kemkes.go.id/ski-2023-dalam-angka/>
- Garg, P., & Duggal, N. (2022). Type 2 diabetes mellitus, its impact on quality of life and how the disease can be managed-a review. *Obesity Medicine*, 35, 100459. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.obmed.2022.100459>
- Hardiyanti, D., Heryyanoor, & Pertiwi, M. R. (2024). “Memo Asik”: Media Promosi Aktivitas Fisik. *Communnity Development Journal*, 5(1), 496–500.
- Heryyanoor, H., Hardiyanti, D., & Pertiwi, M. R. (2022). *Improving Family Knowledge And Attitudes On Malnutrition Through Family Centered Nursing-Based Modules And Videos*. 11(2).
- Hilda Taurina et al. (2022). *Perawatan luka modern pada luka kronis*. Media Sains Indonesia.
- Hossain, M. J., Al-Mamun, M., & Islam, M. R. (2024). Diabetes mellitus, the fastest growing global public health concern: Early detection should be focused. *Health Science Reports*, 7(3), 5–9. <https://doi.org/10.1002/hsr2.2004>
- International Diabetes Federation. (2023). *Annual Report*. www.cpcb.nic.in
- Jenita et al. (2023). Pemanfaatan Teknologi Dalam Menunjang Pembelajaran: Pelatihan Interaktif Dalam Meningkatkan Kualitas Pendidikan. *Communnity Development Journal*, 4(6), 13121–13129. <https://doi.org/https://doi.org/10.31004/cdj.v4i6.23614>
- Kemenkes RI. (2018). *Riset Kesehatan Dasar*. https://kesmas.kemkes.go.id/assets/upload/dir_519d41d8cd98f00/files/Hasil-risikesdas-2018_1274.pdf
- Komariah, K., & Rahayu, S. (2020). Hubungan Usia, Jenis Kelamin Dan Indeks Massa Tubuh Dengan Kadar Gula Darah Puasa Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Di Klinik Pratama Rawat Jalan Proklamasi, Depok, Jawa Barat. *Jurnal Kesehatan Kusuma Husada*, Dm, 41–50. <https://doi.org/10.34035/jk.v11i1.412>
- Lambrinou, E., Hansen, T. B., & Beulens, J. W. J. (2019). Lifestyle factors, self-management and patient empowerment in diabetes care. *European Journal of Preventive Cardiology*, 26(2_suppl), 55–63.

- Neherta, N. M., & Refnandes, N. R. (2024). *Intervensi Pendidikan Kesehatan: Perlukah Berulang Kali Dilakukan*. Penerbit Adab.
- Riza et al. (2024). *Integrasi Teori Behavioral Dalam Edukasi Kesehatan Untuk Perubahan Perilaku Pada Sekolah Tinggi Kesehatan Mataram*. 10(1), 232–241. <https://doi.org/https://doi.org/10.47506/e9res528>
- Saad Masood Butt. (2022). Management and Treatment of Type 2 Diabetes. *International Journal of Computations, Information and Manufacturing (IJCIM)*, 2(1), 15–27. <https://doi.org/10.54489/ijcim.v2i1.71>
- Santiani et al. (2025). *Transformasi Pembelajaran dalam Kurikulum Merdeka Belajar*. PT Mifandi Mandiri Digital. <https://penerbit.mifandimandiri.com/product/transformasi-pembelajaran-dalam-kurikulum-merdeka-belajar/>
- Singh, K., Narayan, K. M. V., & Eggleston, K. (2019). Economic Impact of Diabetes in South Asia: the Magnitude of the Problem. *Current Diabetes Reports*, 19(6). <https://doi.org/10.1007/s11892-019-1146-1>
- WHO. (2025). *Diabetes*. https://www.who.int/health-topics/diabetes#tab=tab_1
- Widyasari, N. (2017). Hubungan karakteristik responden dengan risiko diabetes melitus dan dislipidemia Kelurahan Tanah Kalikedinding. *Jurnal Unair*, 5(1), 131–141. <https://doi.org/10.20473/jbe.v5i1>.

