

Sosialisasi Guna Meningkatkan Pengetahuan Tentang Penyakit Diabetes Melitus pada Siswa SMPN 1 Tulungagung Jawa Timur

Elsa Mahardika Putri^{1*}, Okky Intan Mawarni², Winartiana³, Maharani Dwi Pertiwi⁴, Evi Nurul Hidayati⁵, Anis Akhwan Dhafin⁶

^{1,2,3,4,5,6} Jurusan S1 Farmasi, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Kadiri, Jl. Selomangleng No.1 Kediri, Jawa Timur 64115, Indonesia

* Penulis Korespondensi. Email: Elsamahardika@unik-kediri.ac.id

ABSTRAK

Diabetes melitus (DM) merupakan salah satu penyakit tidak menular yang menjadi masalah kesehatan global dengan prevalensi yang terus meningkat. Penyakit ini dapat menyebabkan komplikasi serius jika tidak ditangani dengan baik, sehingga diperlukan upaya pencegahan dan pengelolaan yang tepat. Tujuan dari pengabdian masyarakat ini adalah untuk memberikan penyuluhan kepada masyarakat mengenai diabetes melitus, termasuk penyebab, gejala, pencegahan, dan pengelolaan penyakit ini. Metode kegiatan ini yaitu dengan penyampaian materi/ceramah, leaflet sebagai medianya dan diskusi tanya jawab dengan sasaran yaitu SMPN 1 Tulungagung. Serta memberikan pretest dan posttest yang diolah dengan deskriptif kuantitatif serta analisa data dilakukan dengan mencari nilai rata-rata pada data pre-test dan post-test. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan siswa siswi mengenai diabetes melitus, termasuk pentingnya gaya hidup sehat, deteksi dini, serta pengelolaan kadar gula darah yang optimal. Sebagian besar peserta menunjukkan minat untuk menerapkan informasi yang diperoleh dalam kehidupan sehari-hari. Kegiatan ini diharapkan dapat meningkatkan kesadaran masyarakat tentang pentingnya pencegahan dan pengelolaan diabetes melitus, serta mendorong perubahan perilaku yang lebih sehat untuk menurunkan prevalensi diabetes di masyarakat.

Kata Kunci: Diabetes Melitus; Penyuluhan; Remaja

Diterima:
02-04-2025

Disetujui:
21-04-2025

Online:
25-04-2025

ABSTRACT

Diabetes mellitus (DM) is one of the non-communicable diseases that is a global health problem with increasing prevalence. This disease can cause serious complications if not treated properly, so that appropriate prevention and management efforts are needed. The purpose of this community service is to provide counseling to the community about diabetes mellitus, including the causes, symptoms, prevention, and management of this disease. The method of this activity is by delivering material/lectures, leaflets as media and question and answer discussions with the target of SMPN 1 Tulungagung. As well as providing pretests and posttests that are processed with quantitative descriptive and data analysis is carried out by finding the average value of the pre-test and post-test data. The results of the activity showed an increase in students' knowledge about diabetes mellitus, including the importance of a healthy lifestyle, early detection, and optimal management of blood sugar levels. Most participants showed interest in applying the information obtained in everyday life. This activity is expected to increase public awareness of the importance of preventing and managing diabetes mellitus, as well as encourage changes in healthier behavior to reduce the prevalence of diabetes in the community.

Copyright © 2025 Jurnal Pengabdian Masyarakat Farmasi : Pharmacare Society

Keywords: *Diabetes Mellitus; Counseling; Adolescents*

Received:
2025-04-02

Accepted:
2025-04-21

Online:
2025-04-25

1. Pendahuluan

Penyakit kronis adalah kondisi medis yang tidak menular namun membutuhkan waktu yang lama untuk penyembuhannya. Menurut data WHO pada 2015, 70% kematian di dunia disebabkan oleh penyakit kronis. Penyakit jangka panjang, seperti diabetes melitus, memerlukan perawatan medis, pendidikan mengenai manajemen diri, serta dukungan yang berkelanjutan untuk mencegah komplikasi akut dan kronis (1).

Berdasarkan laporan dari Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), sekitar 90% penderita diabetes global menderita diabetes tipe 2, dengan 285 juta kasus (6,4%) pada tahun 2010 dan diperkirakan akan meningkat menjadi 439 juta (7,7%) pada tahun 2030 (2). Data dari International Diabetes Federation (IDF) pada 2019 mencatat bahwa sebanyak 463 juta orang di seluruh dunia menderita diabetes melitus, dan 98% di antaranya merupakan penderita diabetes tipe 2. Jumlah ini diperkirakan akan meningkat dua kali lipat pada tahun 2030. Di Indonesia, pada 2010 terdapat 8,4 juta penderita diabetes tipe 2, dan jumlah ini diperkirakan akan meningkat menjadi 21,3 juta pada tahun 2030 (3).

Survei Riskesdas 2018 menunjukkan bahwa 10,9% penduduk Indonesia menderita diabetes, dengan angka ini meningkat menjadi 11,7% pada tahun 2023. Diperkirakan pada 2030, jumlah penderita diabetes melitus di Indonesia akan mencapai 21,3 juta (4). Di Jawa Timur, terdapat 842.004 penderita diabetes melitus (Dinkes Jatim., 2023). Dalam laporan sebuah kegiatan pengabdian kepada masyarakat di Kelurahan Tomang mencatat prevalensi diabetes melitus tipe 2 sebesar 4,8% (6).

Tingginya angka kematian akibat diabetes melitus menjadi masalah besar yang memerlukan tindakan pencegahan untuk mengurangi prevalensinya. Penderita diabetes berisiko tinggi mengalami komplikasi seperti penyakit jantung dan gagal ginjal. Deteksi dini serta manajemen diri yang baik sangat diperlukan untuk meningkatkan kualitas kesehatan, termasuk keterampilan literasi yang baik untuk memahami informasi mengenai perilaku kesehatan terkait diabetes melitus. Beberapa faktor yang mempengaruhi tingkat literasi pada penderita diabetes melitus antara lain usia, tingkat pendidikan, pekerjaan, jenis kelamin, durasi penyakit, serta akses terhadap informasi dan layanan kesehatan (7).

Faktor risiko adalah kondisi yang mempengaruhi perkembangan penyakit atau status kesehatan tertentu. Ada dua jenis faktor risiko, yaitu yang berasal dari tubuh individu itu sendiri dan yang berasal dari lingkungan. Faktor risiko suatu penyakit juga dapat mempengaruhi munculnya komplikasi. Pada penyakit tidak menular, seperti diabetes melitus, faktor risiko dibedakan menjadi dua kategori: faktor yang tidak dapat diubah seperti usia, jenis kelamin, dan faktor genetik, serta faktor yang dapat diubah seperti kebiasaan merokok. Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa sosiodemografi, perilaku, gaya hidup, serta kondisi klinis dan mental dapat mempengaruhi kejadian diabetes melitus (8).

Jika penderita diabetes melitus memiliki pengetahuan yang cukup tentang cara mengelola penyakit dan mengontrol kadar gula darah, komplikasi serta kematian akibat diabetes dapat dikurangi. Oleh karena itu, edukasi mengenai deteksi dini dan manajemen diabetes sangat penting untuk mencegah komplikasi serta kematian (9). Berdasarkan hasil pengkajian komunitas, ditemukan bahwa siswa-siswi di SMP 1 Tulungagung menghadapi beragam masalah kesehatan, termasuk diabetes melitus. Beberapa masalah utama adalah kurangnya pemahaman mengenai diabetes,

pentingnya pemeriksaan gula darah, dan pola makan yang tidak mendukung pengendalian kadar gula darah. Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk memberikan edukasi tentang diabetes melitus agar masyarakat memahami definisi, penyebab, gejala, komplikasi, dan cara mencegah penyakit ini.

2. Metode Pelaksanaan

Kegiatan ini dilaksanakan pada 22 Februari 2025 di SMPN 1 Tulungagung, Jawa Timur. Kegiatan Pengabdian Masyarakat ini adalah sebuah rangkaian dari kegiatan kesehatan yang dilakukan oleh dosen kepada masyarakat dan juga sebagai bentuk intervensi yang dilakukan dalam menyelesaikan masalah kesehatan dengan cara dilakukannya sebuah kegiatan penyuluhan kesehatan masyarakat. Metode yang digunakan dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini yaitu dilakukan pre-testt, diskusi menggunakan leaflet dan penyampaian materi, adanya interaksi tanya jawab kepada audiens. Sasaran kegiatan penyuluhan promosi kesehatan ini yaitu Siwa/Siswi dari SMPN 1 Tulungagung. Kegiatan ini berlangsung selama 60 menit. Kemudian pada kegiatan ini sebagai bentuk evaluasi dampak pengabdian ini maka dilakukan post-test (10)

3. Hasil dan Pembahasan

Hasil

Peserta Pengabdian Masyarakat di SMPN 1 Tulungagung, Jawa Timur di ikuti oleh sebanyak 28 Peserta. Dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini hasil prestes dan post-test tingkat pengetahuan peserta penabdian adalah sebagai berikut;

Tabel 1. Hasil Pre-test siswa/ siswi SMPN 1 Tulungagung

Tingkat pengetahuan	Jumlah	Presentase
Baik	12	42,86
Cukup	7	25
Kurang	9	32,14
Total	28	100

Tabel 2. Hasil Post-test Siswa/ siswi SMPN 1 Tulungagung

Tingkat pengetahuan	Jumlah	Presentase
Baik	28	100
Cukup	0	0
Kurang	0	0
Total	28	100

Hasil Post-test menunjukkan adanya perubahan Tingkat pemahaman yang terjadi pada siswa SMPN 1 Tulungagung, Jawa Timur dan didapatkan hasil yang baik. Dengan adanya peningkatan pengetahuan dan pemahaman diharapkan nantinya para siswa dapat lebih peduli dengan diri sendiri dalam menghindari penyakit diabetes Melitus, dan dapat berperan membantu menyebarkan tentang penyakit diabetes melitus ini di lingkungan keluarganya. Upaya untuk meningkatkan derajat kesehatan masyarakat menjadi hal yang sangat penting untuk mencapai taraf hidup yang lebih baik (11). Kegiatan ini berjalan dengan baik dan lancar, terlihat dari antusias para siswa dalam kegiatan ini, selama diskusi dan tanya jawab siswa cukup aktif.



Gambar 1. Gambar kegiatan penyuluhan kegiatan Pengabdian masyarakat di SMPN 1 Tulungagung.



Gambar 2. Leaflet Diabetes Melitus

Pembahasan

Penyuluhan kesehatan yang diberikan bertujuan untuk meningkatkan pemahaman dan pengetahuan masyarakat mengenai diabetes melitus (DM), sehingga mereka dapat lebih baik mengelola kadar gula darah agar tidak berkembang menjadi

kondisi yang lebih parah. Mengingat saat ini banyak tersedia makanan dan pola hidup yang tidak sehat, seperti makanan siap saji, fast food, junk food, serta makanan yang tinggi lemak dan santan, ditambah dengan kebiasaan buruk seperti merokok dan konsumsi alkohol. Selain itu, sangat penting bagi masyarakat untuk rutin beraktivitas fisik dan berolahraga setidaknya tiga kali seminggu untuk memperlancar peredaran darah (12). Ini memberikan dampak positif terhadap peningkatan kesehatan masyarakat, meningkatkan kesadaran, keinginan, dan kemampuan individu untuk hidup sehat, guna mencapai derajat kesehatan masyarakat yang optimal (13). Pengetahuan yang mendalam mengenai penelitian tentang diabetes melitus (DM) dalam lima tahun terakhir menjadi sumber daya yang berharga bagi pembaca dengan memberikan pemahaman yang lebih mudah tentang informasi yang relevan. Selain itu, analisis ini juga mengidentifikasi arah dan fokus utama dalam penelitian diabetes melitus yang diprediksi akan berkembang di masa depan (14).

Berdasarkan penelitian Arda (2019), berbagai bentuk komunikasi kesehatan, seperti media advokasi, media massa, media hiburan, dan internet, memiliki kemampuan untuk membentuk sikap, mengubah perilaku individu, serta menambah pengetahuan dengan meningkatkan kesadaran dan pemahaman tentang isu kesehatan, masalah kesehatan, dan solusi kesehatan. Tujuan utamanya adalah untuk meningkatkan dan mempertahankan tingkat kesehatan masyarakat. Salah satu metode untuk menyampaikan informasi kesehatan adalah melalui kegiatan penyuluhan, yang sangat berguna terutama di daerah yang sulit dijangkau oleh media informasi melalui akses literasi kesehatan (15).

4. Kesimpulan

Berdasarkan hasil kegiatan di atas, dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara kondisi pengetahuan dan pemahaman siswa sebelum dan sesudah dilaksanakan penyuluhan tentang kesehatan mental di SMPN 1 Tulungagung, Jawa Timur. Promosi kesehatan melalui penyuluhan dan diskusi tanya jawab terbukti memberikan pengaruh positif dalam upaya meningkatkan pengetahuan siswa mengenai penyakit Diabetes Melitus serta informasi terkait kesehatan secara umum. Kegiatan ini juga mampu memperluas wawasan mereka mengenai cara pencegahan dan pengelolaan penyakit, pentingnya pola hidup sehat, serta pemahaman tentang faktor risiko yang dapat mempengaruhi kondisi kesehatan.

Selain itu, interaksi dalam bentuk diskusi tanya jawab memungkinkan siswa untuk lebih memahami topik yang disampaikan dan memberikan kesempatan bagi mereka untuk mengklarifikasi informasi yang masih belum mereka pahami. Dengan demikian, kegiatan penyuluhan ini tidak hanya meningkatkan pengetahuan tentang diabetes melitus, tetapi juga memotivasi siswa untuk lebih peduli terhadap kesehatan mereka dan menerapkan gaya hidup yang lebih sehat. Ke depannya, program serupa dapat diulang dan diperluas, mencakup berbagai topik kesehatan lainnya, agar dapat memberikan dampak yang lebih luas dalam meningkatkan kesadaran kesehatan di kalangan siswa.

Ucapan Terima Kasih

Ucapan terimakasih kepada pihak Sekolah SMPN 1 Tulungagung yang sudah mau menjadi mitra dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini, kemudian kepada rekan-rekan atau Tim Abdimas yang sudah membantu kegiatan ini hingga berjalannya kegiatan dengan baik dan lancar.

Referensi

- (1). Rindu, Yeni R, Anggun R, Ambarwati P, Romadloniyah AR, Diponegoro APDR, et al. Pengabdian Kepada Masyarakat " Peningkatan Pengetahuan Tentang Penyakit Diabetes Melitus pada Siswa SMA Kartika VIII-1 Jakarta ". JPMSK. 2024;03(03):286-97.
- (2). Azhari R, Septimar ZM. Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Kadar Glukosa Darah Pada Penyandang Diabetes Melitus Tipe 2 Di Wilayah Perumahan Bugel Mas Indah Rw 009 Relationship Between Physical Activity and Blood Glucose Levels In Type 2 Diabetes Mellitus In Bugel Housing Area, Mas . Nusantara Hasana J. 2022;2(7):Page.
- (3). Nurhayati I, Sukmaningtyas RD, Zakiya N, Handayani F, Dewi V. Pengabdian Masyarakat Pendidikan Kesehatan Tentang Penyakit Diabetes Melitus dalam Upaya Pencegahan Diabetes Melitus pada Masyarakat di Dukuh Gunung Pucangan, Kartasura, Sukoharjo. Pros Semin Nas Pengabdi Kpd Masy Peduli Masy [Internet]. 2023;3(2):107-12. Available from: <http://jurnal.globalhealthsciencegroup.com/index.php/PSNPKM>
- (4). Sari PL, Abbas A, Jayanti KD. Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Diabetes Mellitus Pada Wanita di Desa Jajar Kabupaten Kediri Factors Associated with the Incidence of Diabetes Mellitus in Women in Jajar Village , Kediri Regency. 2024;3(2).
- (5). Jatim DK. Angka Diabetes Mellitus di Jawa Timur Tahun 2023. 2023;
- (6). Singh A, Destra E, Kurniawan J, Suros AS, Febriastuti A, Sitorus RAH. Kegiatan Deteksi Dini Penyakit Diabetes Mellitus Tipe 2 melalui Pemeriksaan Gula Darah Sewaktu pada Kelompok Usia Produktif. J Pengabdi Masy. 2024;3(1):207-13. <https://doi.org/10.30640/abdimas45.v3i1.2986>
- (7). Priyanto P, Yulianingsih N, Asyari. H. Hubungan Pengetahuan Tentang Diabetes Mellitus Dengan Kepatuhan Menjalani Pengobatan Pada Pasien Diabetes Mellitus Di Kecamatan Kertasemaya Tahun 2021. J Pengabdi Ilmu Kesehat. 2022;2(1):17-24. <https://doi.org/10.55606/jpikes.v2i1.337>
- (8). Kabosu RAS, Adu AA, Hinga IAT. Faktor Risiko Kejadian Diabetes Melitus Tipe Dua di RS Bhayangkara Kota Kupang. Timorese J Public Heal. 2019;1(1):11-20. <https://doi.org/10.35508/tjph.v1i1.2122>
- (9). Widiyanto A, Wahyu AS, Mubarak AS, Anshori ML, Mukhofi L, Pradana KA, et al. Pengabdian Masyarakat Pendidikan Kesehatan Tentang Manfaat Senam Diabetes Pada Lansia Di Desa Garangan, Wonosamodro, Boyolali. Bul Abdi Masy. 2022;2(2):44-8. <https://doi.org/10.47686/bam.v2i2.439>
- (10). Hikmatul N, Harmiardillah S, Puspita T. Lima Pilar Diabetes Mellitus. Rizmedia Pustaka Indonesia; 2022.
- (11). Suprpto S, Trimaya Cahya Mulat, Yuriatson Yuriatson. Kompetensi Kader Posyandu Lansia melalui Pelatihan dan Pendampingan. Abdimas Polsaka. 2022;1(2):39-44. <https://doi.org/10.35816/abdimaspolsaka.v1i2.15>
- (12). Alhidayati A, Rasyid Z, Syukaisih S, Gloria CV, Tini T. Pengabdian Masyarakat Melalui Penyuluhan Kesehatan dan Senam Diabetes Melitus Pada Komunitas DM Di RS. Prof. Dr. Tabrani Kota Pekanbaru. ARSY J Apl Ris Kpd Masy. 2021;1(2):142-8. <https://doi.org/10.55583/arsy.v1i2.90>

- (13). Nur Syamsi Norma Lalla. Layanan Home Care sebagai Upaya Peningkatan Derajat Kesehatan. *Abdimas Polsaka*. 2022;1(2):45-9.
<https://doi.org/10.35816/abdimaspolsaka.v1i2.16>
- (14). Shao Y. Bibliometric Study of Trends in the Diabetic Nephropathy Research Space from 2016 to 2020. *Oxid Med Cell Longev*. 2022;2022.
<https://doi.org/10.1155/2022/8050137>
- (15). Prasanti D, Fuady I. Penyuluhan Program Literasi Informasi Kesehatan dalam Meningkatkan Kualitas Sanitasi bagi Masyarakat di Kaki Gunung Burangrang Kab. Bandung Barat. *Jppm J Pengabdian Dan Pemberdaya Masy*. 2017;1(2):129.
<https://doi.org/10.30595/jppm.v1i2.1705>