JPMPT:
Jurnal Pengabdian Masyarakat dan Penelitian Terapan
GREENATION PUBLISHER
+62 812 1046 7572 http://greenpub.org greenation.info@gmail.com
DOI: https://doi.org/10.38035/jpmpt.v3i3
https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/

Edukasi Pengendalian Kadar Gula dalam Darah pada Pasien DM di Wilayah Puskesmas Balowerti Kota Kediri

Ika Roudlotus Saadah[1], Chrisana Haninggar[2], Dian Permatasari[3], Linda Patristiani[4], Renitha Wulandari[5]
[1]Universitas Strada Indonesia, Kediri, Indonesia, hasmuga123@gmail.com
[2]Universitas Strada Indonesia, Kediri, Indonesia, chrisanahaninggar@gmail.com
[3]Universitas Strada Indonesia, Kediri, Indonesia, diiiiiiiian888@gmail.com
[4]Universitas Strada Indonesia, Kediri, Indonesia, lindanadda@gmail.com
[5]Universitas Strada Indonesia, Kediri, Indonesia, renithwd1@gmail.com

Corresponding Author: hasmuga123@gmail.com[1]

Abstract: *Diabetes Mellitus is a disease caused by the accumulation of glucose in the blood and occurs due to the body's inability to produce enough insulin or to use insulin properly. The Balowerti Community Health Center (Puskesmas Balowerti) carries out efforts to control diabetes mellitus through the activities of the Posbindu PTM program. Posbindu PTM is a community-based initiative aimed at detecting and monitoring risk factors for non-communicable diseases, particularly diabetes mellitus. The purpose of this activity is to increase the knowledge of individuals with diabetes mellitus about the importance of controlling blood sugar levels. The educational activity on Blood Sugar Control in People with Diabetes Mellitus can enhance the knowledge of participants receiving education at the Outpatient Clinic of Puskesmas Balowerti, Balowerti Subdistrict, Kediri City. Empowering healthcare workers and community health volunteers (kaders) in controlling blood pressure among individuals with diabetes mellitus is expected to be effectively achieved through this educational initiative.*

Keyword: *Education, Blood Sugar Levels, Diabetes Mellitus*

Abstrak: Diabetes Melitus merupakan penyakit yang disebabkan oleh penumpukan glukosa dalam darah dan terjadi akibat ketidakmampuan tubuh untuk memproduksi insulin yang cukup atau menggunakan insulin dengan baik. Pusat Kesehatan Masyarakat (Puskesmas Balowerti) melaksanakan upaya pengendalian diabetes melitus melalui kegiatan program Posbindu PTM. Posbindu PTM merupakan inisiatif berbasis masyarakat yang bertujuan untuk mendeteksi dan memantau faktor risiko penyakit tidak menular, khususnya diabetes melitus. Tujuan dari kegiatan ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan individu dengan diabetes melitus tentang pentingnya mengendalikan kadar gula darah. Kegiatan edukasi tentang Pengendalian Gula Darah pada Penderita Diabetes Melitus dapat meningkatkan pengetahuan peserta yang menerima edukasi di Klinik Rawat Jalan Puskesmas Balowerti, Kecamatan Balowerti, Kota Kediri. Pemberdayaan tenaga kesehatan dan kader kesehatan

masyarakat (kader) dalam mengendalikan tekanan darah pada individu dengan diabetes melitus diharapkan dapat tercapai secara efektif melalui inisiatif edukasi ini.

Kata Kunci: Edukasi, Kadar Gula Darah, Diabetes Mellitus

PENDAHULUAN

Diabetes Melitus adalah penyakit yang disebabkan oleh penumpukan glukosa dalam darah, akibat tubuh tidak memproduksi cukup insulin atau tidak dapat menggunakan insulin dengan baik. Penyakit ini ditandai dengan hiperglikemia dan gejala umum seperti sering buang air kecil dalam jumlah banyak dan berbau manis (umumnya dikenal sebagai "urin manis" atau glikosuria) (Fahmi & Purnomo, 2022). Diabetes diklasifikasikan menjadi: Diabetes Tipe 1, yang terjadi akibat kerusakan autoimun pada sel β penghasil insulin; Diabetes Tipe 2, akibat gangguan sekresi insulin yang menyebabkan resistensi insulin; Diabetes Gestasional, yang terjadi selama kehamilan; dan jenis diabetes lainnya yang disebabkan oleh kelainan genetik atau infeksi (Hardianto, 2020).

Diabetes Melitus merupakan penyakit kronis yang prevalensinya tersebar luas di seluruh dunia. Prevalensinya di kalangan orang dewasa telah meningkat menjadi 8,5% (422 juta orang) secara global dan sering ditemukan di negara-negara berpenghasilan menengah dan rendah (Wongsosumito et al., 2023). Menurut Federasi Diabetes Internasional (IDF) pada tahun 2021, sekitar 536,6 juta orang di seluruh dunia hidup dengan diabetes, dengan Indonesia berada di peringkat kelima, dengan 19,5 juta orang berusia 20–79 tahun yang terdampak (Mahmadiariska et al., 2024).

Angka Kematian Kasar (AKK) di wilayah Puskesmas Balowerti, sebagaimana tercantum dalam Profil Puskesmas 2024, adalah 7,28 per 1.000 penduduk, yang berarti pada tahun 2024 terdapat 7,8 kematian per 1.000 penduduk. Diabetes melitus merupakan penyebab kematian terbanyak kedua di antara penduduk. Sampai tahun 2025, hipertensi masih menjadi penyakit teratas dalam daftar penyakit terbanyak di Puskesmas Balowerti (Profil Puskesmas Balowerti tahun 2024).

Puskesmas Balowerti telah berupaya mengendalikan diabetes melitus melalui program Posbindu PTM. Posbindu PTM merupakan inisiatif berbasis masyarakat yang berfokus pada deteksi dan pemantauan faktor risiko penyakit tidak menular, khususnya diabetes melitus (Kemenkes, 2020). Penderita diabetes melitus sebaiknya rutin memeriksakan kadar gula darahnya di pusat layanan kesehatan setiap tiga bulan. Hal ini bertujuan untuk memantau kadar gula darah guna mencegah komplikasi (Rahman et al., 2023). Diabetes melitus yang tidak ditangani dapat memengaruhi kualitas hidup akibat komplikasi, baik mikrovaskular maupun makrovaskular, seperti gangguan kardiovaskular. Tanpa penanganan yang tepat, hal ini dapat menyebabkan hipertensi dan infark miokard (Lestari et al., 2021).

Namun, berdasarkan Evaluasi Kinerja Puskesmas (PKP) Balowerti tahun 2024, hanya 15,6% penderita diabetes melitus yang rutin memantau kadar gula darahnya, jauh di bawah target 63%. Berdasarkan analisis data di atas dan hasil diskusi analisis sebab-akibat masalah dengan para pengelola program di Puskesmas Balowerti, salah satu penyebab utama masalah ini adalah kurangnya pengetahuan masyarakat tentang pentingnya mengontrol kadar gula darah pada pasien diabetes melitus. Oleh karena itu, upaya edukasi di masyarakat perlu diperkuat.

METODE

Kegiatan edukasi yang dilaksanakan meliputi tahapan-tahapan berikut:

Tahap persiapan: melakukan survei lokasi kegiatan, mengurus administrasi dan perjanjian tempat pengabdian masyarakat, serta menyiapkan materi edukasi tentang pengendalian gula darah bagi penyandang diabetes melitus.

Tahap pelaksanaan: kegiatan pengabdian masyarakat dilaksanakan setelah semua persiapan dan perizinan selesai. Kegiatan bertempat di Klinik Rawat Jalan Puskesmas Balowerti, Kota Kediri. Target peserta adalah 90 lansia penyandang diabetes melitus. Selama kegiatan, peserta diedukasi tentang pentingnya pengendalian kadar gula darah pada penyandang diabetes melitus.

Tahap evaluasi: tahap ini dilakukan untuk menilai keseluruhan kegiatan dan meninjau kembali kekurangan yang ada selama kegiatan berlangsung. Tujuan evaluasi adalah untuk memastikan kegiatan telah terlaksana secara efektif dan sesuai dengan tujuan yang diharapkan. Evaluasi difokuskan pada penilaian pengetahuan peserta tentang pentingnya pengendalian gula darah pada penderita diabetes melitus melalui edukasi kesehatan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil kegiatan pengabdian masyarakat dapat dijabarkan melalui dua tahap: persiapan dan pelaksanaan.

Pada tahap persiapan, yang meliputi perencanaan program pengabdian masyarakat, dilakukan kegiatan-kegiatan berikut: koordinasi dengan Puskesmas Balowerti, melibatkan supervisor lapangan dan penanggung jawab program kesehatan lansia serta P2PTM (Pencegahan dan Pengendalian Penyakit Tidak Menular). Puskesmas menyambut baik dan mendukung kegiatan pengabdian masyarakat yang dilakukan oleh tim pengabdian sebagai bagian dari upaya pemantauan kesehatan masyarakat di wilayah Puskesmas Balowerti. Sesi penyuluhan kesehatan dijadwalkan sesuai kesepakatan dengan Puskesmas dan dilaksanakan pada hari Sabtu, 14 Juni 2025. Berdasarkan koordinasi dengan Puskesmas Balowerti, target audiens penyuluhan kesehatan adalah 90 lansia penderita diabetes melitus di wilayah layanan Puskesmas. Materi penyuluhan yang disiapkan oleh tim pengabdian meliputi: pemahaman tentang diabetes melitus, gejalanya, faktor penyebabnya, dan cara pengendalian kadar gula darah pada penderita diabetes melitus.

Setelah persiapan, program dilanjutkan ke tahap pelaksanaan. Kegiatan pengabdian masyarakat berupa penyuluhan tentang Pengendalian Gula Darah pada Penderita Diabetes Melitus dilaksanakan melalui penyuluhan kesehatan di Poliklinik Rawat Jalan Puskesmas Balowerti, Kecamatan Balowerti, pada hari Sabtu, 14 Juni 2025. Sebanyak 47 peserta mengikuti penyuluhan. Peserta secara umum merasa senang dan antusias dengan kegiatan pengabdian masyarakat yang diselenggarakan oleh kelompok residensi mahasiswa Program Pascasarjana Magister Kesehatan Masyarakat Universitas Strada Indonesia. Materi penyuluhan yang disampaikan antara lain: a) Pengertian Diabetes Melitus, b) Jenis-jenis Diabetes Melitus, c) Faktor-faktor yang memengaruhi terjadinya diabetes melitus, d) Mitos vs. fakta tentang diabetes melitus, e) Cara-cara pengendalian gula darah pada penderita diabetes melitus, dan f) Cara-cara pencegahan komplikasi diabetes. Pada sesi tanya jawab, beberapa peserta mengajukan pertanyaan.



Gambar 1. Pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat

Hasil kegiatan pendidikan kesehatan tentang pengendalian gula darah bagi pasien diabetes melitus di Puskesmas Balowerti, Kota Kediri, menunjukkan bahwa pendidikan dapat meningkatkan pengetahuan individu secara signifikan tentang cara mengelola kadar gula darah. Hal ini terlihat dari hasil evaluasi yang mengukur tingkat pengetahuan peserta melalui sesi tanya jawab. Pendidikan memiliki dampak yang bermakna terhadap tingkat pengetahuan, dan pengetahuan yang diperoleh dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari (Aminuddin et al., 2023) termasuk dalam mencapai status kesehatan yang lebih baik dengan mengelola kadar gula darah pada pasien diabetes melitus. Menurut (Husein, 2024) kompetensi tenaga kesehatan perlu ditingkatkan untuk mengoptimalkan pelaksanaan pelayanan kesehatan masyarakat. Hal ini dapat dicapai melalui pelatihan, bimbingan oleh tim yang ditugaskan, kolaborasi sebaya, dan dukungan melalui kebijakan seperti sistem penghargaan dan pengembangan karier, serta sanksi.

Kegiatan pendidikan tersebut melibatkan pengumpulan pasien diabetes melitus di Klinik Rawat Jalan Puskesmas Balowerti, Kota Kediri. Edukasi disampaikan dalam bentuk penyuluhan kesehatan, yang bertujuan memberikan pemahaman dan pengetahuan kepada masyarakat tentang pentingnya mengontrol kadar gula darah untuk membantu meningkatkan kesadaran masyarakat terhadap diabetes dan mencegahnya memburuk. Saat ini, kebiasaan makan dan gaya hidup tidak sehat masih marak, seperti konsumsi makanan cepat saji, junk food, makanan berlemak dan bersantan, serta perilaku buruk seperti merokok dan konsumsi alkohol. Selain itu, penting bagi masyarakat untuk melakukan aktivitas fisik dan berolahraga tiga kali seminggu untuk melancarkan sirkulasi darah (Alhidayati et al., 2021). Upaya ini berdampak positif pada peningkatan kesehatan masyarakat, meningkatkan kesadaran, motivasi, dan kemampuan individu untuk hidup sehat, sehingga mencapai derajat kesehatan masyarakat yang optimal (Hartaty & Kurni Menga, 2022).

Menurut penelitian (Izzaty et al., 2021) komunikasi kesehatan dalam berbagai bentuk—seperti media advokasi, media massa, media hiburan, dan internet—dapat membentuk sikap, mengubah perilaku, dan meningkatkan pengetahuan dengan meningkatkan kesadaran dan mengedukasi masyarakat tentang isu kesehatan, masalah kesehatan, dan solusinya, dengan tujuan meningkatkan dan mempertahankan status kesehatan. Kegiatan edukasi kesehatan merupakan salah satu bentuk media yang digunakan untuk menyampaikan informasi kesehatan, terutama di daerah yang akses literasi dan informasi kesehatannya masih terbatas (Suprapto & Arda, 2021).

Untuk mengetahui keberhasilan program pengabdian kepada masyarakat ini, perlu dilakukan monitoring dan evaluasi. Monitoring dilakukan sepanjang pelaksanaan hingga kegiatan selesai, dilanjutkan dengan evaluasi. Metode yang digunakan untuk menilai keberhasilan kegiatan penyuluhan adalah mengukur tingkat pengetahuan tentang diabetes

melitus melalui sesi tanya jawab. Hasil penelitian menunjukkan bahwa partisipasi masyarakat dalam kegiatan ini cukup baik. Upaya peningkatan kesehatan masyarakat sangat penting untuk mencapai taraf hidup yang lebih baik (Hartaty & Kurni Menga, 2022). Salah satu strategi untuk mencapai derajat kesehatan masyarakat yang tinggi adalah dengan memberikan pemahaman, pengetahuan, dan kesadaran kepada masyarakat agar mampu menerapkan pola hidup sehat, dimulai dari diri sendiri, keluarga, dan lingkungannya (Suprapto & Arda, 2021).

KESIMPULAN

Kegiatan edukasi tentang Pengendalian Gula Darah pada Pasien Diabetes Melitus dapat meningkatkan pengetahuan peserta di Klinik Rawat Jalan Puskesmas Balowerti, Kecamatan Balowerti, Kota Kediri. Pemberdayaan tenaga kesehatan dan kader kesehatan masyarakat dalam pengendalian tekanan darah pada pasien diabetes melitus diharapkan dapat tercapai secara efektif melalui kegiatan edukasi ini..

REFERENSI

Alhidayati, A., Rasyid, Z., Syukaisih, S., Gloria, C. V., & Tini, T. (2021). Pengabdian Masyarakat Melalui Penyuluhan Kesehatan dan Senam Diabetes Melitus Pada Komunitas DM Di RS. Prof. Dr. Tabrani Kota Pekanbaru. *ARSY : Jurnal Aplikasi Riset Kepada Masyarakat*, *1*(2). https://doi.org/10.55583/arsy.v1i2.90

Aminuddin, A., Yenny Sima, Nurril Cholifatul Izza, Nur Syamsi Norma Lalla, & Darmi Arda. (2023). Edukasi Kesehatan Tentang Penyakit Diabetes Melitus bagi Masyarakat. *Abdimas Polsaka*. https://doi.org/10.35816/abdimaspolsaka.v2i1.25

Fahmi, M. T. Z., & Purnomo, S. (2022). Upaya dalam mestabilkan kadar glukosa darah pada pasien diabetes mellitus tipe II di ruangan mahakam RSUD Inche Abdoel Moeis Samarinda. *Jurnal Medika Hutama*, *4*(1).

Hardianto, D. (2020). Telaah Komprehensif Diabetes Melitus : Klasifikasi, Gejala, Diagnosis, Pencegahan, dan Pengobatan A Comprehensive Review of Diabetes Mellitus: Classification, Symptoms, Diagnosis, Prevention, and Treatment. *Jurnal Bioteknologi & Biosains Indonesia* , *7*.

Hartaty, H., & Kurni Menga, M. (2022). Pemberdayaan Masyarakat Melalui Penyuluhan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Untuk Meningkatkan Derajat Kesehatan Masyarakat. *Abdimas Polsaka*, *1*(1). https://doi.org/10.35816/abdimaspolsaka.v1i1.7

Husein, R. (2024). Percepatan Pemenuhan Tenaga Medis dan Tenaga Kesehatan di Puskesmas Untuk Mengoptimalkan Layanan Kesehatan Bagi Masyarakat. *Jurnal Praba : Jurnal Rumpun Kesehatan Umum*, *2*(1).

Izzaty, R. E., Astuti, B., & Cholimah, N. (2021). Komunikasi Kesehatan (Sebuah Tinjauan Teori dan Praktis). In *Widina*.

Kemenkes. (2020). Standar Profesi Tenaga Promosi Kesehatan Dan Ilmu Perilaku. *Menkes RI*.

Lestari, Zulkarnain, Sijid, & Aisyah, S. (2021). Diabetes Melitus: Review Etiologi, Patofisiologi, Gejala, Penyebab, Cara Pemeriksaan, Cara Pengobatan dan Cara Pencegahan. *UIN Alauddin Makassar*, *1*(2), 237–241. http://journal.uin-alauddin.ac.id/index.php/psb

Mahmadiariska, T. D. O., Debora, O., Putri, M. P., & Ariesti, E. (2024). Faktor Internal Yang Berhubungan Dengan Kualitas Hidup Penderita Diabetes Melitus. *Care : Jurnal Ilmiah Ilmu Kesehatan*, *12*(1), 1–10. https://doi.org/10.33366/jc.v12i1.4825

Rahman, Z., Pujiati, W., & Saribu, H. J. D. (2023). Self Care Berhubungan dengan Kadar Gula Darah Pasien Diabetes Melitus Tipe 2. *Jurnal Keperawatan Silampari*, *6*(2). https://doi.org/10.31539/jks.v6i2.2883

Suprapto, S., & Arda, D. (2021). Pemberdayaan Masyarakat Melalui Penyuluhan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Meningkatkan Derajat Kesehatan Masyarakat. *Jurnal Pengabdian Kesehatan Komunitas*, *1*(2). https://doi.org/10.25311/jpkk.vol1.iss2.957

Wongsosumito, S., Haskas, Y., & Abrar, E. A. (2023). Hubungan Self Care Dengan Quality Of Life Pada Penderita Diabetes Melitus Tipe II. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa & Penelitian Keperawatan*, *3*(2), 17–23.

.