

## **EDUKASI PENCEGAHAN DAN PENGENDALIAN DIABETES MELITUS PADA KADER POSYANDU DI RT. 18 RW. 05 KELURAHAN LANJAS KECAMATAN TEWEH TENGAH**

**Jeany Zuliana<sup>1)</sup>, Septian Emma Dwi Jatmika<sup>2)</sup>**

<sup>1-2</sup> Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Ahmad Dahlan

email: [jeany1800029011@webmail.uad.ac.id](mailto:jeany1800029011@webmail.uad.ac.id), [septianemma@ikm.uad.ac.id](mailto:septianemma@ikm.uad.ac.id)

### **Abstract**

*Health problems that occur in RT. 18 RW. 05 Lanjas Village are Diabetes Melitus. Lack of knowledge about types, symptoms, risk factors, and lack of awareness of healthy lifestyles such as enthusiastic intake of sweet foods, smoking, sedentary lifestyles, and extraordinary glycemic control are diabetes in RT. 18 RW. 05 Lanjas Village. Health promotion as a preventative and control measure for executives RT. 18, Kelurahan Lanjas is conducted through education about diabetes, using educational media in the form of flyers. The purpose of counseling is to increase knowledge about Diabetes Melitus and increase public awareness of RT. 18, Lanjas Village to implement a clean and healthy lifestyle. The method used in advisory activities consists of three phases, namely the preparation, implementation and evaluation. The results of the counseling activities were an increase in participants' knowledge before being given Diabetes Melitus counseling, the results of the pre-test of participants in the low category of 20% and the high category of 10%, while after being given counseling the post-test results of all participants were in the high category of 100%. It is hoped that executives and related health centers will be able to carry out diabetes counseling activities on a periodically basis to prevent and manage diabetes.*

**Keywords:** Education, Diabetes Melitus, flyers, knowledge

### **Abstrak**

*Permasalahan kesehatan yang terjadi di RT. 18 RW. 05 Kelurahan Lanjas adalah Diabetes Melitus. Kurangnya pengetahuan terkait tipe, gejala, faktor risiko, dan kurang memperhatikan perilaku hidup yang sehat seperti rajin mengkonsumsi makanan yang manis, merokok, kurang melakukan aktivitas fisik, dan tidak rutin melakukan pemeriksaan kadar gula darah menjadi penyebab masalah kesehatan Diabetes Melitus di RT. 18 RW. 05 Kelurahan Lanjas. Promosi kesehatan sebagai upaya pencegahan dan pengendalian kepada kader posyandu RT. 18, kelurahan lanjas dilakukan dengan memberikan edukasi terkait Diabetes Melitus dengan menggunakan media edukasi berupa flyer. Tujuan penyuluhan diharapkan dapat menambah pengetahuan terkait Diabetes Melitus dan menambah kesadaran masyarakat RT. 18, Kelurahan Lanjas untuk menerapkan pola hidup bersih dan sehat. Metode yang dilakukan pada kegiatan penyuluhan meliputi tiga tahap yaitu tahap persiapan, pelaksanaan dan evaluasi. Hasil yang dicapai dari kegiatan penyuluhan yaitu terjadi peningkatan pengetahuan peserta sebelum diberikan penyuluhan Diabetes Melitus didapatkan hasil pre test peserta dengan kategori rendah sebesar 20% dan kategori tinggi sebesar 10%, sedangkan setelah diberikan penyuluhan didapatkan hasil post test seluruh peserta masuk dalam kategori tinggi sebesar 100%. Diharapkan kepada kader dan pihak puskesmas terkait dapat bekerjasama untuk melakukan kegiatan penyuluhan Diabetes Melitus secara berkala sebagai upaya pencegahan dan pengendalian Diabetes Melitus.*

**Kata kunci :** Edukasi, Diabetes Melitus, flyer, pengetahuan

## 1. PENDAHULUAN

Kesehatan merupakan aspek terpenting dalam kehidupan. Dengan kondisi tubuh yang sehat maka seseorang dapat menjalankan kegiatan setiap hari dengan baik dan produktif. Namun sayangnya, sampai saat ini masih terdapat banyak permasalahan kesehatan di Indonesia yang beraneka ragam. Masalah kesehatan masyarakat dapat terjadi karena pengaruh perilaku masyarakat atau individu yang tidak menerapkan pola hidup sehat dan kurangnya ketersediaan sarana dan prasarana kesehatan yang mendukung sehingga menjadi penyumbang tingkat kesehatan masyarakat yang buruk di Indonesia.

Penyakit Diabetes Melitus adalah salah satu kasus kesehatan di Indonesia yang sampai sekarang masih banyak di derita oleh masyarakat Indonesia. Diabetes Melitus adalah penyakit kronik dikarenakan produksi insulin yang kurang oleh pankreas atau insulin tidak dapat bekerja dengan baik. Berdasarkan data dari *International Diabetes Federation* (2015) diketahui bahwa perkiraan jumlah orang yang menderita DM di Indonesia adalah sebesar 10 juta [1]. Kemudian, berdasarkan data dari Riskesdas (2018) diketahui prevalensi penyakit Diabetes Melitus adalah 1,5% [2].

Terkait dengan kasus penyakit Diabetes Melitus di Indonesia, khususnya di Kelurahan Lanjas, Kalimantan Tengah, berdasarkan data 10 penyakit terbanyak di UPT Puskesmas Lanjas Tahun 2020 menempati urutan ke – 4 dengan 329 jumlah kasus Diabetes Melitus yang tidak tergantung dengan insulin. Kemudian, berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan dengan kader posyandu dan warga RT. 18, Kelurahan Lanjas, Kecamatan Teweh Tengah diketahui juga bahwa penyakit Diabetes Melitus menjadi permasalahan kesehatan yang paling banyak diderita oleh warga di wilayah RT. 18, Kelurahan Lanjas.

*American Diabetes Association* membagi Diabetes Melitus menjadi empat kelas yaitu Diabetes tipe 1, Diabetes tipe 2, dan Diabetes tipe spesifik lain Gejala yang dirasakan oleh penderita Diabetes Melitus adalah yaitu *polydipsia* (meningkatnya rasa haus), *polyuria* (meningkatnya pengeluaran urine), *polifagia* (meningkatnya rasa lapar), penurunan berat badan, dan kesemutan [2].

Orang yang memiliki penyakit Diabetes Melitus mengalami masalah kesehatan lainnya dengan risiko yang lebih besar diakibatkan dari komplikasi akut maupun kronik. Penyakit Diabetes Melitus dapat mengakibatkan permasalahan kesehatan seperti penyebab munculnya penyakit jantung, gagal ginjal, kebutaan, dan amputasi. Faktor risiko penyebab Diabetes Melitus terbagi menjadi dua yaitu faktor risiko tidak dapat diubah seperti jenis kelamin, umur, terdapat keluarga dengan penyakit Diabetes Melitus dan faktor risiko yang dapat diubah terkait dengan perilaku hidup yang kurang sehat seperti kurang melakukan aktivitas fisik, kebiasaan merokok, diet yang tidak sehat, obesitas sentral, kelebihan berat badan, hipertensi, dyslipidemia [1].

Berdasarkan permasalahan kesehatan Diabetes Melitus di RT. 18 Kelurahan Lanjas, maka perlu dilakukan promosi kesehatan sebagai upaya pencegahan dan pengendalian Diabetes Melitus di RT. 18, Kelurahan Lanjas.

## 2. IDENTIFIKASI MASALAH

Permasalahan terkait Diabetes Melitus yang diakibatkan karena kurangnya pengetahuan kader dan warga RT. 18, Kelurahan Lanjas terkait penyakit Diabetes Melitus seperti tipe penyakit Diabetes Melitus, gejala, faktor risiko menjadi salah satu penyebab masalah kesehatan Diabetes Melitus. Selain itu, penerapan perilaku hidup sehat yang belum baik juga menjadi penyebab masalah kesehatan Diabetes Melitus di RT. 18, Kelurahan Lanjas.

Warga yang memiliki penyakit Diabetes Melitus di RT. 18, Kelurahan Lanjas diketahui masih suka mengonsumsi makanan yang manis – manis, kurang melakukan aktivitas fisik, merokok, tidak rutin melakukan pemeriksaan kadar gula darah, tidak melakukan diet yang sehat. Selain itu, terdapat pula warga yang memiliki penyakit Diabetes Melitus di RT. 18, Kelurahan Lanjas disebabkan karena faktor keturunan.

Berdasarkan permasalahan kesehatan tersebut, maka perlu dilakukan intervensi dengan memberikan edukasi kepada kader posyandu RT. 18, Kelurahan Lanjas dengan menggunakan media edukasi berupa *flyer*. Kegiatan edukasi tersebut diberikan kepada kader posyandu yang bertujuan agar kader posyandu dapat meneruskan informasi yang diperoleh dari kegiatan penyuluhan kepada masyarakat RT 18, Kelurahan Lanjas. Dengan demikian, kegiatan penyuluhan tersebut diharapkan dapat menambah pengetahuan terkait Diabetes Melitus dan menambah kesadaran masyarakat RT. 18, Kelurahan Lanjas untuk membiasakan hidup yang bersih dan sehat.

### 3. METODELOGI PELAKSANAAN

Langkah – langkah kegiatan penyuluhan ini terdiri dari tiga tahapan yaitu persiapan, pelaksanaan, dan evaluasi.

#### a. Tahap persiapan

Pada tahap persiapan, dilakukan wawancara terkait permasalahan, analisis penyebab Diabetes Melitus kepada kader posyandu dan warga yang menderita penyakit Diabetes Melitus pada tanggal 8 November 2021 untuk keperluan kegiatan penyuluhan yang akan dilakukan. Selain itu, juga dilakukan pembuatan media edukasi *flyer* untuk kegiatan penyuluhan pada tanggal 9 November 2021.

#### b. Tahap pelaksanaan

Upaya intervensi dilakukan untuk mengatasi masalah yang ada di RT. 18, Kelurahan Lanjas. Upaya intervensi tersebut adalah memberikan edukasi melalui kegiatan ceramah atau penyuluhan terkait Diabetes Melitus dengan menggunakan media edukasi berupa *flyer*. Kegiatan penyuluhan

dilaksanakan pada tanggal 13 November 2021, pukul 14.30 – 16.40 WIB di rumah kader posyandu RT. 18, Kelurahan Lanjas. Kegiatan edukasi dilakukan secara langsung kepada kader RT. 18, Kelurahan Lanjas sebanyak 10 orang.

- c. Tahap evaluasi, rancangan bentuk evaluasi dari kegiatan edukasi ini dilakukan dengan melakukan pre test dan post test kepada peserta edukasi. Hal tersebut bertujuan untuk mengetahui keberhasilan kegiatan penyuluhan dalam meningkatkan pengetahuan warga RT. 18, Kelurahan Lanjas terkait Diabetes Melitus.

### 4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan promosi kesehatan ini dilaksanakan dalam bentuk penyuluhan pada kader posyandu RT. 18, Kelurahan Lanjas dengan jumlah 10 kader posyandu. Kegiatan penyuluhan merupakan suatu kegiatan berbagi informasi atau pesan kepada orang lain sehingga orang tersebut dapat mengetahui, mengerti dan mau mengikuti pesan yang disampaikan. Penyuluhan kesehatan diketahui dapat meningkatkan pengetahuan seseorang [3].

Kegiatan penyuluhan yang dilakukan di RT. 18, Kelurahan Lanjas terkait dengan upaya pencegahan dan pengendalian Diabetes Melitus dengan menggunakan media edukasi berupa *flyer* yang dibagikan pada masing - masing peserta penyuluhan. Kegiatan penyuluhan dilaksanakan di rumah kader Posyandu RT. 18, Kelurahan Lanjas pada tanggal 13 November 2021 pukul 14.30 WIB – 16.40 WIB. Kegiatan penyuluhan Diabetes Melitus pada kader Posyandu RT. 18, Kelurahan Lanjas disajikan pada gambar 1, sebagai berikut



**Gambar 1.** Kegiatan Penyuluhan Diabetes Melitus pada Kader Posyandu RT. 18, Kelurahan Lanjas

Media flyer yang digunakan sebagai media edukasi penyuluhan disajikan pada gambar 2, sebagai berikut



**Gambar 2.** Media Flyer “Budayakan Hidup Sehat untuk Cegah dan Kendalikan Diabetes Melitus”

Kegiatan penyuluhan yang dilakukan terkait dengan tipe, gejala, faktor risiko, upaya pencegahan dan pengendalian Diabetes Melitus. Rangkaian kegiatan penyuluhan Diabetes Melitus diawali dengan melakukan pre test terlebih dahulu dan sesudah kegiatan penyuluhan dilanjutkan dengan melakukan post test kepada kader posyandu RT. 18, Kelurahan Lanjas. Hal tersebut mempunyai tujuan untuk mengukur seberapa besar tingkat pengetahuan yang dimiliki oleh peserta baik sebelum dan sesudah dilakukan penyuluhan Diabetes Melitus. Hasil pre test dan post test disajikan pada tabel 1, sebagai berikut

**Tabel. 1** Hasil Pre Test dan Post Test

Kategori	Pre Test (n)	Persentase (%)	Post Test (n)	Persentase (%)
Rendah	2	20	0	0
Sedang	7	70	0	0
Tinggi	1	10	10	100

Berdasarkan Tabel 1. diketahui bahwa sebelum diberikan penyuluhan Diabetes Melitus didapatkan hasil pre test peserta dengan kategori rendah sebesar 20% dan kategori tinggi sebesar 10%, sedangkan setelah diberikan penyuluhan didapatkan hasil post test seluruh peserta masuk dalam kategori tinggi sebesar 100%.

Setelah mengetahui hasil tersebut, maka selanjutnya dilakukan uji *Paired Samples Test* dan dilanjutkan dengan uji *Wilcoxon* untuk mengetahui apakah ada perbedaan tingkat pengetahuan setelah dilakukan kegiatan penyuluhan Diabetes Melitus. Hasil uji *Paired Samples Test* disajikan pada Tabel 2, sebagai berikut

**Tabel 2. Paired Samples Test**

	Paired Differences					t	Sig. (2-tailed)
	Mean	Std. Deviation	Std. Error	95% Confidence Interval of the Difference			
				Lower	Upper		
Paired sample t test - post test	-30.0000	10.54093	3.33333	-37.5405	-22.45948	-9.000	.000

Berdasarkan Tabel 2. diketahui nilai sig sebesar  $0.000 < 0.05$ , yang artinya terdapat perbedaan yang signifikan dari hasil penyuluhan kesehatan Diabetes Melitus. Kemudian, uji *Wilcoxon Signed Ranks Test* disajikan pada tabel 3, sebagai berikut

**Tabel 3. Uji Wilcoxon Signed Ranks Test**

		N	Mean Rank	Sum of Ranks
Post test – Pre test	Negative Ranks	0 <sup>a</sup>	.00	.00
	Positive Ranks	10 <sup>b</sup>	5.50	55.00
	Ties	0 <sup>c</sup>		
	Total	10		

Berdasarkan Tabel 3. diketahui bahwa semua hasil post test peserta penyuluhan mengalami kenaikan skor dibandingkan hasil pre test yang sudah dilakukan.

Dengan demikian, berdasarkan hasil pre test dan post test yang diperoleh, diketahui bahwa hasil skor dari pre test dan post test mengalami perbedaan. Hasil skor tersebut menunjukkan terjadi peningkatan skor pada masing – masing peserta. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat peningkatan pengetahuan pada masing – masing peserta penyuluhan setelah

mengikuti kegiatan penyuluhan Diabetes Melitus.

Berdasarkan adanya keberhasilan peningkatan pengetahuan pada peserta kegiatan penyuluhan dari kegiatan penyuluhan yang telah dilakukan, diketahui bahwa sebelumnya kegiatan penyuluhan terkait Diabetes Melitus juga dapat meningkatkan pengetahuan peserta penyuluhan. Kegiatan penyuluhan tersebut dilakukan oleh Alhidayati dkk (2021) tentang “*Pengabdian Masyarakat Melalui Penyuluhan Kesehatan dan Senam Diabetes Mellitus Pada Komunitas DM di RS. Prof. Dr. Tabrani Kota Pekanbaru*” [3].

Kegiatan penyuluhan yang dilakukan oleh Alhidayati dkk (2021) tersebut menunjukkan bahwa terdapat peningkatan pengetahuan dari komunitas Diabetes Melitus tentang pengendalian kadar gula darah. Hal ini ditunjukkan dari sebelum kegiatan penyuluhan dilakukan, hanya terdapat sebanyak 30% peserta yang mampu menjawab dengan benar terkait pengendalian kadar gula darah dan setelah diberikan penyuluhan diketahui bahwa terdapat 90% peserta dapat menjawab pertanyaan dengan benar [3].

Selain itu, juga terdapat kegiatan penyuluhan Diabetes Melitus yang dilakukan oleh Rian dkk (2021) dengan hasil dari kegiatan penyuluhan yang dilakukan tersebut yaitu terjadi peningkatan pengetahuan peserta dalam upaya pencegahan Diabetes Melitus [4].

Kemudian, kegiatan penyuluhan yang dilakukan dengan menggunakan media edukasi diketahui dapat membuat pengetahuan peserta penyuluhan menjadi meningkat juga pernah dilakukan oleh Muniratul Hidayah dan Sopiyanidi (2018). Adapun hasil dari kegiatan penyuluhan yang dilakukan tersebut yaitu pengetahuan sebelum dilakukan penyuluhan dengan menggunakan leaflet dan media buku saku dan sesudah mengalami perbedaan [5].

Terdapat beberapa kendala dan faktor pendukung dari kegiatan penyuluhan yang dilaksanakan. Kendala dalam kegiatan penyuluhan ini yaitu terdapat beberapa peserta yang datang terlambat, sehingga kegiatan penyuluhan tidak sesuai dari jadwal yang sudah dijadwalkan. Kemudian, tidak dapat memaparkan materi menggunakan LCD dikarenakan tidak mempunyai fasilitas tersebut di RT. 18, Kelurahan Lanjas. Akan

tetapi, walaupun terdapat kendala dalam melaksanakan kegiatan penyuluhan, hal tersebut tidak menjadi penghambat keberhasilan kegiatan penyuluhan. Hal ini dikarenakan terdapat beberapa faktor yang mendukung keberhasilan dari kegiatan penyuluhan.

Faktor pendukung keberhasilan kegiatan penyuluhan ini yaitu adanya koordinasi yang baik dengan ketua kader posyandu RT. 18, Kelurahan Lanjas untuk melakukan kegiatan penyuluhan di wilayah RT. 18, Kelurahan dengan melibatkan kader posyandu sebagai sasaran dalam pelaksanaan penyuluhan. Selain itu, kegiatan penyuluhan ini dilakukan secara langsung, sehingga terjadi hubungan interaksi tanya jawab secara langsung dengan peserta terkait hal yang masih belum jelas dan belum dipahami.

Selanjutnya, faktor pendukung keberhasilan lainnya yaitu media *flyer* yang berisi materi terkait tipe, gejala, faktor risiko, dan upaya pencegahan dan pengendalian Diabetes Melitus yang dibagikan pada masing – masing peserta. Media *flyer* tersebut dapat mempermudah peserta untuk memahami materi yang disampaikan dan menambah informasi peserta penyuluhan terkait Diabetes Melitus.

## 5. KESIMPULAN

Hasil yang dicapai melalui kegiatan penyuluhan upaya pencegahan dan pengendalian Diabetes Mellitus pada kader Posyandu di RT. 18, Kelurahan Lanjas yaitu terjadi peningkatan pengetahuan kader posyandu setelah diberikan penyuluhan. Hal ini dibuktikan dari sebelum diberikan penyuluhan didapatkan hasil pre test peserta dengan kategori rendah sebesar 20% dan kategori tinggi sebesar 10%, sedangkan setelah diberikan penyuluhan didapatkan hasil post test seluruh peserta masuk dalam kategori tinggi sebesar 100%.

Kegiatan penyuluhan ini diketahui dapat meningkatkan pengetahuan kader posyandu, maka diharapkan kepada kader dan puskesmas terkait dapat bekerjasama untuk melakukan kegiatan penyuluhan Diabetes Melitus secara berkala sebagai bentuk upaya pencegahan dan pengendalian Diabetes

Melitus di RT. 18 RW. 05 Kelurahan Lanjas menjadi lebih baik.

## 6. UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengungkapkan rasa terimakasih kepada Program Sarjana Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Ahmad Dahlan, Yogyakarta sebagai wadah menuntut ilmu dan kader posyandu RT. 18 RW. 05 Kelurahan Lanjas yang telah memberikan semangat, dukungan dan kesempatan untuk melakukan kegiatan penyuluhan.

## 7. REFERENSI

- [1] Veridiana, N. N and Nurjana, M. A, “Hubungan Perilaku Konsumsi dan Aktivitas Fisik dengan Diabetes Mellitus di Indonesia,” *Bul. Penelit. Kesehat.*, vol. 47, no. 2, pp. 97–106, 2019.
- [2] Rahmasari, I and Wahyuni, E. S, “Efektivitas Momordica Carantia (Pare) Terhadap Penurunan Kadar Glukosa Darah,” *J. Ilm. Rekam Medis dan Inform. Kesehat.*, vol. 9, no. 1, pp. 57–64, 2019.
- [3] Alhidayati, Rasyid, Z, Syukaisih, Christina, V. G, and Tini, L, “Pengabdian Masyarakat Melalui Penyuluhan Kesehatan dan Senam Diabetes Melitus Pada Komunitas DM Di RS. Prof. Dr. Tabrani Kota Pekanbaru,” *ARSY Apl. Ris. Kpd. Masy.*, vol. 1, no. 2, pp. 142–148, 2021.
- [4] Hazni, R, Gustiawan, R, Zulfian, Sri M. P. L, Resti, A, and Ni Putu, S, “Penyuluhan Diabetes Mellitus Di Puskesmas Rawat Inap Sukaraja Bandar Lampung,” *J. Kreat. Pengabd. Kpd. Masy.*, vol. 4, no. 1, pp. 181–187, 2021.
- [5] Hidayah, M and Sopiyan, “Efektifitas Penggunaan Media Edukasi Buku Saku Dan Leaflet Terhadap Pengetahuan Dan Kepatuhan Diet Pasien Rawat Jalan Diabetes Melitus Tipe 2 Di Puskesmas,” *Pontianak Nutr. J.*, vol. 01, no. 02, pp. 66–69, 2018.