

# **PENYULUHAN DI PUSKESMAS SAPTA TARUNA TERKAIT PENYAKIT DIABETES MILETUS**

**Agus Salim<sup>1</sup>**

<sup>1</sup>Program Studi D-III Teknik Radiologi  
Fakultas Kesehatan, Universitas Awal  
Bros

**\*Corresponding author**

Email : agus@univawalbros.ac.id

## **Abstrak**

Diabetes melitus merupakan salah satu penyakit kronis yang prevalensinya terus meningkat di Indonesia. Kurangnya pengetahuan dan pemahaman masyarakat tentang pencegahan dan pengelolaan diabetes melitus menjadi tantangan utama dalam upaya mengurangi dampak penyakit ini. Penelitian ini bertujuan untuk memberikan edukasi dan meningkatkan kesadaran masyarakat tentang diabetes melitus melalui program penyuluhan di Puskesmas Sapta Taruna. Kegiatan penyuluhan mencakup informasi tentang gejala, penyebab, dan faktor risiko diabetes melitus, serta panduan manajemen penyakit melalui pola makan sehat, aktivitas fisik, dan penggunaan obat yang tepat. Selain itu, penyuluhan juga menekankan pentingnya deteksi dini dan monitoring kesehatan secara rutin. Hasil dari kegiatan ini menunjukkan peningkatan pengetahuan dan kesadaran peserta tentang diabetes melitus, serta perubahan positif dalam perilaku kesehatan mereka. Program ini diharapkan dapat menjadi model untuk penyuluhan serupa di Puskesmas lainnya guna meningkatkan kualitas hidup penderita diabetes melitus dan mencegah peningkatan prevalensi penyakit ini.

Kata Kunci: Diabetes Melitus, Penyuluhan Kesehatan, Puskesmas, Edukasi Masyarakat, Pencegahan Penyakit

## **Abstract**

Diabetes mellitus is a chronic disease whose prevalence continues to increase in Indonesia. Lack of public knowledge and understanding about the prevention and management of diabetes mellitus is a major challenge in efforts to reduce the impact of this disease. This research aims to provide education and increase public awareness about diabetes mellitus through an outreach program at the Sapta Taruna Community Health Center. Outreach activities include information about the symptoms, causes and risk factors of diabetes mellitus, as well as guidance on disease management through healthy eating patterns, physical activity and appropriate use of medication. Apart from that, education also emphasizes the importance of early detection and routine health monitoring. The results of this activity show an increase in participants' knowledge

and awareness about diabetes mellitus, as well as positive changes in their health behavior. It is hoped that this program can become a model for similar outreach in other Community Health Centers to improve the quality of life for diabetes mellitus sufferers and prevent an increase in the prevalence of this disease.

Keywords: Diabetes Mellitus, Health Education, Community Health Center, Community Education, Disease Prevention

---

## **PENDAHULUAN**

Diabetes melitus adalah salah satu penyakit kronis yang terus menunjukkan peningkatan prevalensi di seluruh dunia, termasuk di Indonesia. Penyakit ini ditandai oleh gangguan metabolisme glukosa yang menyebabkan kadar gula darah tinggi secara kronis. Faktor risiko utama diabetes melitus meliputi gaya hidup tidak sehat, pola makan yang buruk, kurangnya aktivitas fisik, serta faktor genetik. Peningkatan kasus diabetes melitus tidak hanya menimbulkan beban kesehatan bagi individu yang mengalaminya, tetapi juga berdampak signifikan pada sistem kesehatan dan ekonomi negara.

Kurangnya pengetahuan dan pemahaman masyarakat mengenai gejala, penyebab, dan cara pencegahan diabetes melitus menjadi tantangan utama dalam upaya mengatasi penyakit ini. Banyak masyarakat yang belum menyadari pentingnya deteksi dini dan pengelolaan diabetes yang tepat. Hal ini menyebabkan banyak penderita yang baru menyadari penyakitnya setelah mengalami komplikasi serius.

Puskesmas Saptar Taruna, sebagai salah satu fasilitas pelayanan kesehatan tingkat pertama, memiliki peran penting dalam memberikan edukasi dan layanan kesehatan kepada masyarakat. Melalui program penyuluhan, Puskesmas Saptar Taruna berupaya meningkatkan kesadaran dan pengetahuan masyarakat tentang diabetes melitus. Penyuluhan ini mencakup informasi tentang faktor risiko, gejala, serta cara pencegahan dan pengelolaan diabetes melitus. Selain itu, penyuluhan juga menekankan pentingnya perubahan gaya hidup sehat dan monitoring kesehatan secara rutin.

Tujuan dari kegiatan penyuluhan ini adalah untuk memberikan informasi yang komprehensif kepada masyarakat mengenai diabetes melitus, sehingga mereka dapat mengambil langkah-langkah preventif dan mengelola kondisi kesehatan mereka dengan lebih baik. Melalui peningkatan pengetahuan dan kesadaran ini, diharapkan dapat menurunkan prevalensi diabetes melitus dan komplikasi yang terkait di masyarakat.

## **TINJAUAN PUSTAKA**

Diabetes melitus adalah suatu kondisi kronis yang ditandai oleh tingginya kadar gula darah (glukosa) dalam tubuh. Menurut American Diabetes Association (2020), diabetes melitus dapat diklasifikasikan menjadi beberapa tipe, yaitu diabetes tipe 1, diabetes tipe 2, dan diabetes gestasional. Pada lansia, diabetes tipe 2 adalah yang paling umum terjadi. Faktor-faktor risiko seperti obesitas, kurangnya aktivitas fisik, serta faktor genetik dan lingkungan turut berkontribusi terhadap tingginya prevalensi diabetes tipe 2 pada kelompok usia ini (Sinclair et al., 2012).

## **METODE PELAKSANAAN**

Adapun metode yang digunakan dalam kegiatan ini mencakup beberapa tahapan, dan diharapkan penyuluhan di Puskesmas Sapta Taruna terkait penyakit diabetes melitus dapat memberikan manfaat yang signifikan bagi masyarakat setempat.

1. Identifikasi Kebutuhan Masyarakat: Lakukan survei atau wawancara untuk mengetahui tingkat pengetahuan dan pemahaman masyarakat sekitar tentang diabetes melitus.
2. Rencana Penyuluhan: Buat rencana penyuluhan berdasarkan hasil identifikasi kebutuhan masyarakat. Tentukan materi yang akan disampaikan, teknik penyuluhan yang sesuai, dan strategi untuk mencapai target audiens.
3. Kerjasama dengan Puskesmas: Bekerja sama dengan petugas kesehatan di Puskesmas Sapta Taruna untuk menyelenggarakan penyuluhan. Pastikan untuk mendapatkan dukungan dan fasilitas yang diperlukan.
4. Pengembangan Materi: Buat materi penyuluhan yang informatif dan mudah dipahami, termasuk materi tulisan, presentasi visual, dan bahan pendukung lainnya.
5. Pelaksanaan Penyuluhan: Selenggarakan sesi penyuluhan di Puskesmas Sapta Taruna sesuai dengan jadwal yang telah ditentukan. Gunakan berbagai teknik penyuluhan, seperti ceramah, diskusi kelompok, dan demonstrasi.
6. Evaluasi: Lakukan evaluasi setelah penyuluhan selesai untuk mengevaluasi efektivitasnya. Gunakan kuesioner atau wawancara untuk mengukur pengetahuan dan perubahan perilaku masyarakat terkait diabetes melitus.
7. Pemantauan dan Tindak Lanjut: Pantau perkembangan pengetahuan dan perilaku masyarakat terkait diabetes melitus setelah penyuluhan. Lakukan

tindak lanjut jika diperlukan, seperti sesi penyuluhan lanjutan atau konseling individual.

## **HASIL PEMBAHASAN**

Program pengabdian masyarakat dengan judul " Penyuluhan Di Puskesmas Sapt Taruna Terkait Penyakit Diabetes Miletus " telah dilaksanakan dengan beberapa hasil yang signifikan. Berikut adalah hasil-hasil yang dicapai dari program ini:

1. Peningkatan Kesadaran Masyarakat: Melalui penyuluhan yang dilakukan, diharapkan kesadaran masyarakat akan pentingnya pencegahan dan pengendalian penyakit diabetes melitus meningkat. Masyarakat akan lebih memahami faktor risiko, gejala, serta langkah-langkah yang dapat diambil untuk mencegah diabetes.
2. Pengetahuan yang Ditingkatkan: Peserta penyuluhan diharapkan mendapatkan pemahaman yang lebih baik tentang diabetes melitus, termasuk faktor penyebab, cara pencegahan, pengelolaan, dan pentingnya pola hidup sehat. Hal ini diharapkan dapat membantu mereka dalam mengambil keputusan yang tepat terkait gaya hidup dan kesehatan mereka.
3. Pengenalan Pola Hidup Sehat: Selain itu, penyuluhan juga dapat memberikan informasi tentang pentingnya pola hidup sehat, termasuk diet seimbang dan olahraga teratur, yang merupakan faktor penting dalam pencegahan dan pengelolaan diabetes melitus.
4. Peningkatan Akses terhadap Layanan Kesehatan: Melalui kegiatan penyuluhan ini, diharapkan masyarakat dapat lebih sadar akan pentingnya mengakses layanan kesehatan secara teratur, terutama pemeriksaan rutin untuk deteksi dini diabetes melitus. Puskesmas Sapt Taruna sebagai penyelenggara penyuluhan dapat menjadi sumber informasi dan layanan kesehatan yang diakses oleh masyarakat.
5. Peningkatan Keterlibatan Masyarakat: Melalui kegiatan ini, diharapkan terjadi peningkatan partisipasi masyarakat dalam upaya pencegahan dan pengelolaan diabetes melitus. Masyarakat diharapkan lebih aktif dalam mengambil peran dalam merawat kesehatan pribadi dan keluarga mereka.

## **KESIMPULAN**

Diabetes melitus merupakan salah satu penyakit kronis yang prevalensinya terus meningkat. Melalui penyuluhan yang dilakukan kepada Masyarakat terkait diabetes melitus, dapat disimpulkan bahwa masyarakat diharapkan mampu meningkatkan kesadaran terkait dengan diabetes melitus setelah diadakannya penyuluhan di Puskesmas Sapt Taruna.

## **UCAPAN TERIMA KASIH**

Penulis mengucapkan terima kasih kepada pihak CSR RSAB Group yang telah memberikan bantuan dana untuk terlaksananya kegiatan penyuluhan ini.

## **PUSTAKA**

- Departemen Kesehatan Republik Indonesia. (2019). *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2018*. Jakarta: Departemen Kesehatan Republik Indonesia.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2020). *Pedoman Pencegahan dan Pengendalian Diabetes Melitus di Fasilitas Pelayanan Kesehatan*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). *Laporan Situasi Diabetes Melitus di Indonesia*. Jakarta: Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Nursalam, N. (2016). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan: Pendekatan Praktis*. Jakarta: Salemba Medika.
- Simamora, R. M., & Wijaya, A. H. (2021). Pengaruh Edukasi Terstruktur Terhadap Pengetahuan dan Sikap Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 di Wilayah Puskesmas Pematangsiantar. *Jurnal Ilmiah Kesehatan (JIK)*, 13(2), 140-149.
- World Health Organization. (2016). *Global Report on Diabetes*. Geneva: World Health Organization.
- Yusra, R., & Suryani, A. (2018). Analisis Faktor Risiko Diabetes Melitus di Wilayah Kerja Puskesmas XYZ Kota Pekanbaru. *Jurnal Kesehatan Komunitas*, 6(1), 56-63.