Jurnal Penyuluhan dan Pemberdayaan Masyarakat (JPPM)
e- ISSN: 2827-9557
Volume 05 Issue 01 Month Januari 2026
Hal: 1-10
Available Online at: https://jurnal.erapublikasi.id/index.php/JPPM/index

Pemberdayaan Masyarakat dalam Pencegahan dan Pengelolaan Diabetes Melitus Melalui Program Edukasi dan Pemeriksaan Kesehatan di Desa Tingkem Kecamatan Nisam

Myrna Lestari[1*)], Hafsah Usman[2)], Elvieta[3)], Fatiyani[4)], Ernita[5)], Yeni Fitri Wahyuni[6)]

[1,2,3,4,5,6] Program Studi DIII Kebidanan, Poltekkes Kemenkes Aceh Kampus Aceh Utara,
Jl. Medan-Banda Aceh KM 6, Blang Mangat, Lhokseumawe, Indonesia
e-mail: [1]myrnalestari.abubakar@gmail.com*, [2]hafsahusman932@gmail.com, [3]elvieta0610@gmail.com,
[4]fatiyani3105@gmail.com , [5]ernita.ibh@gmail.com , [6]yenni.fitriwahyuni@poltekkesaceh.ac.id

ABSTRACT

Diabetes mellitus (DM) is one of the most common non-communicable diseases (NCDs) with a steadily increasing incidence worldwide and is a leading cause of mortality. The rise in diabetes cases also occurs in Indonesia, including Aceh Utara District, particularly in Tingkem Village, Nisam Subdistrict, where people tend to consume high-carbohydrate foods and have low physical activity. Limited knowledge and awareness of early detection and diabetes prevention are significant factors that need to be addressed through community empowerment programs based on health education and medical screening. This activity aims to enhance the Tingkem Village community's knowledge, awareness, and participation in preventing and managing diabetes mellitus through educational sessions, health check-ups, and training for village health cadres. The program was conducted using a participatory approach (Participatory Rural Appraisal) over two weeks in August 2025. The participants consisted of 40 community members identified as being at high risk for DM. The implementation consisted of three main stages: health education, blood glucose and blood pressure screening, and health cadre training. Evaluation was carried out through pre- and post-tests to measure knowledge improvement, as well as observation of community participation. The educational activities increased participants' knowledge, with the average pre-test score of 58.4 rising to 86.7 in the post-test, indicating a 48.5% improvement. Health screening results revealed that 25% of participants had random blood glucose levels above 200 mg/dL, 32.5% experienced hypertension, and 27.5% were categorized as obese. Additionally, five village health cadres were successfully trained to perform early detection and promote independent health practices. Community empowerment through health education and medical screening proved effective in improving community knowledge and awareness regarding diabetes mellitus prevention. This program also trained village health cadres who play an essential role in sustaining Posbindu PTM (Integrated Non-Communicable Disease Post) activities at the village level.
***Keywords**: Community empowerment, Diabetes mellitus, Health education, Health screening, Village health cadres.*

ABSTRAK

Diabetes melitus (DM) merupakan salah satu penyakit tidak menular dengan angka kejadian yang terus meningkat di seluruh dunia dan menjadi penyebab utama kematian. Peningkatan kasus ini juga terjadi di Indonesia, termasuk di Kabupaten Aceh Utara, khususnya Desa Tingkem, Kecamatan Nisam, di mana masyarakat memiliki kebiasaan makan tinggi karbohidrat dan rendah aktivitas fisik. Rendahnya pengetahuan dan kesadaran masyarakat terhadap deteksi dini serta pencegahan diabetes menjadi faktor utama yang perlu diatasi melalui program pemberdayaan masyarakat berbasis edukasi dan pemeriksaan kesehatan. Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan, kesadaran, dan partisipasi masyarakat Desa Tingkem dalam pencegahan serta pengelolaan diabetes melitus melalui kegiatan edukasi, pemeriksaan kesehatan, dan pelatihan kader kesehatan desa. Kegiatan dilaksanakan menggunakan pendekatan partisipatif (*Participatory Rural Appraisal*) selama dua minggu pada bulan Agustus 2025. Sasaran kegiatan sebanyak 40 orang masyarakat berisiko tinggi DM. Metode pelaksanaan meliputi tiga tahap utama: edukasi kesehatan, pemeriksaan kadar gula darah dan tekanan darah, serta pelatihan kader kesehatan. Evaluasi dilakukan melalui *pre-test* dan *post-test* untuk menilai peningkatan pengetahuan peserta serta observasi partisipasi masyarakat. Kegiatan edukasi

DOI: https://doi.org/10.59066/jppm.v5i1.1800

Jurnal Penyuluhan dan Pemberdayaan Masyarakat (JPPM)
e- ISSN: 2827-9557
Volume 05 Issue 01 Month Jamuari 2026
Hal: 1-10
Available Online at: https://jurnal.erapublikasi.id/index.php/JPPM/index

menunjukkan peningkatan pengetahuan peserta dari rata-rata nilai *pre-test* 58,4 menjadi 86,7 pada *post-test*, dengan peningkatan sebesar 48,5%. Pemeriksaan kesehatan menunjukkan 25% peserta memiliki kadar gula darah sewaktu >200 mg/dL, 32,5% mengalami hipertensi, dan 27,5% tergolong obesitas. Selain itu, lima kader kesehatan desa berhasil dibentuk dan dilatih untuk melakukan deteksi dini serta promosi kesehatan secara mandiri. Program pemberdayaan masyarakat melalui edukasi dan pemeriksaan kesehatan terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat tentang pencegahan diabetes melitus.
Kata Kunci: Edukasi kesehatan, Diabetes melitus, Kader kesehatan desa, Pemberdayaan masyarakat, Pemeriksaan kesehatan.

PENDAHULUAN

Diabetes melitus (DM) merupakan salah satu penyakit tidak menular (PTM) dengan angka kejadian yang terus meningkat setiap tahun dan menjadi salah satu penyebab utama kematian di dunia. Menurut World Health Organization (2021a), jumlah penderita diabetes di seluruh dunia telah mencapai lebih dari 422 juta orang, dan jumlah ini diperkirakan akan terus meningkat terutama di negara berkembang akibat perubahan gaya hidup, urbanisasi, serta peningkatan obesitas. Penyakit ini menyebabkan komplikasi kronis seperti penyakit jantung, stroke, gagal ginjal, kebutaan, dan amputasi, yang berdampak serius terhadap kualitas hidup penderita dan beban ekonomi keluarga.

Di Indonesia, Kementerian Kesehatan RI (2023) melaporkan bahwa prevalensi DM meningkat signifikan dalam satu dekade terakhir. Berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar Kemenkes RI (2022), prevalensi diabetes melitus di Indonesia mencapai 8,5%, meningkat dari 6,9% pada tahun 2013. Indonesia kini menempati peringkat kelima dunia dalam jumlah penderita diabetes setelah China, India, Pakistan, dan Amerika Serikat (International Diabetes Federation (IDF), 2023). Fakta ini menunjukkan bahwa diabetes melitus telah menjadi ancaman kesehatan masyarakat yang memerlukan intervensi segera, terutama di wilayah pedesaan yang sering kali memiliki keterbatasan akses informasi dan pelayanan kesehatan (Susanti et al., 2023a).

Provinsi Aceh, khususnya Kabupaten Aceh Utara, juga menghadapi peningkatan kasus penyakit tidak menular, termasuk diabetes melitus. Berdasarkan data dari Dinas Kesehatan Aceh (2023), jumlah penderita DM yang terdeteksi di fasilitas kesehatan primer meningkat hingga 30% dalam tiga tahun terakhir. Salah satu wilayah yang menunjukkan kecenderungan meningkatnya kasus adalah Desa Tingkem, Kecamatan Nisam, di mana masyarakat masih memiliki kebiasaan konsumsi makanan tinggi karbohidrat, rendah serat, serta minim aktivitas fisik. Selain itu, rendahnya pengetahuan tentang faktor risiko dan pentingnya pemeriksaan gula darah menyebabkan banyak kasus DM tidak terdeteksi sejak dini.

Kondisi ini diperparah dengan terbatasnya kegiatan promosi kesehatan dan edukasi masyarakat tentang pencegahan penyakit tidak menular (Anisa et al., 2021). Sebagian besar warga Desa Tingkem hanya datang ke fasilitas kesehatan ketika sudah mengalami gejala berat, seperti luka sulit sembuh atau kelelahan kronis, yang sering kali merupakan tanda komplikasi diabetes. Kurangnya kebiasaan pemeriksaan rutin serta rendahnya partisipasi masyarakat dalam kegiatan kesehatan menunjukkan perlunya pendekatan yang lebih partisipatif dan berbasis pemberdayaan masyarakat (Notoatmodjo, 2014).

Pemberdayaan masyarakat merupakan strategi penting dalam upaya pencegahan dan pengendalian penyakit tidak menular. Konsep ini menekankan keterlibatan aktif masyarakat dalam mengenali, menganalisis, dan mengatasi masalah kesehatannya sendiri. Menurut Green & Kreuter (2005), pemberdayaan masyarakat dalam bidang kesehatan dapat meningkatkan pengetahuan, sikap, dan perilaku sehat yang berkelanjutan. Melalui edukasi dan pelatihan, masyarakat dapat menjadi agen perubahan dalam keluarga dan lingkungan sekitar.

Program edukasi kesehatan dan pemeriksaan gula darah merupakan salah satu bentuk nyata dari pemberdayaan masyarakat di bidang kesehatan. Kegiatan ini tidak hanya meningkatkan kesadaran masyarakat akan pentingnya gaya hidup sehat, tetapi juga mendukung deteksi dini diabetes melitus agar penanganan dapat dilakukan lebih cepat dan tepat (Wahyuni et al., 2023). Edukasi yang baik terbukti berpengaruh terhadap penurunan kadar gula darah melalui perubahan pola makan,

DOI: https://doi.org/10.59066/jppm.v5i1.1800

peningkatan aktivitas fisik, serta kepatuhan terhadap pengobatan (Kumari et al., 2022; Susanti et al., 2023b)

Selain itu, keberadaan kader kesehatan desa berperan penting dalam menjaga keberlanjutan program. Kader yang terlatih dapat membantu masyarakat dalam pemeriksaan sederhana, pencatatan hasil, serta memberikan informasi mengenai pola hidup sehat. Hal ini sejalan dengan konsep Posbindu PTM (Pos Pembinaan Terpadu Penyakit Tidak Menular) yang dikembangkan oleh Kementerian Kesehatan sebagai upaya meningkatkan peran serta masyarakat dalam deteksi dini faktor risiko penyakit tidak menular (Febriawati et al., 2024; Kemenkes RI, 2022).

Dengan demikian, kegiatan pengabdian masyarakat ini menjadi sangat relevan untuk dilaksanakan di Desa Tingkem Kecamatan Nisam. Melalui pendekatan edukasi, pemeriksaan kesehatan, dan pelatihan kader, diharapkan masyarakat dapat memiliki pengetahuan yang lebih baik tentang diabetes melitus, mampu melakukan pencegahan sejak dini, dan berpartisipasi aktif dalam menjaga kesehatan diri dan keluarga. Pendekatan ini juga mendukung pencapaian Tujuan Pembangunan Berkelanjutan atau *Sustainable Development Goals* (SDGs) poin ke-3, yaitu memastikan kehidupan yang sehat dan mendorong kesejahteraan bagi semua orang di segala usia (Alimurdianis et al., 2024; Fitri et al., 2023).

Dengan latar belakang tersebut, kegiatan "Pemberdayaan Masyarakat dalam Pencegahan dan Pengelolaan Diabetes Melitus melalui Program Edukasi dan Pemeriksaan Kesehatan di Desa Tingkem Kecamatan Nisam" diharapkan dapat menjadi langkah strategis dalam meningkatkan kesadaran, partisipasi, serta kemandirian masyarakat terhadap kesehatan, khususnya dalam pencegahan dan pengendalian penyakit diabetes mellitus.

METODE

LOKASI DAN WAKTU PELAKSANAAN

Kegiatan pengabdian masyarakat dilaksanakan di Desa Tingkem, Kecamatan Nisam, Kabupaten Aceh Utara, Provinsi Aceh. Lokasi ini dipilih karena berdasarkan hasil survei awal, masyarakat di desa ini memiliki kebiasaan konsumsi makanan tinggi karbohidrat dan rendah serat, serta kurang melakukan pemeriksaan gula darah secara rutin. Selain itu, desa ini belum memiliki kegiatan Posyandu PTM yang aktif. Kegiatan dilaksanakan selama dua minggu pada bulan Agustus 2025, mencakup tahap persiapan, pelaksanaan, dan evaluasi.

SASARAN KEGIATAN

Sasaran kegiatan ini adalah masyarakat Desa Tingkem berusia 30–60 tahun yang berisiko atau memiliki gejala diabetes melitus. Total peserta sebanyak 40 orang, terdiri atas:

a. Masyarakat umum (laki-laki dan perempuan),
b. Ibu rumah tangga,
c. Tokoh masyarakat, dan
d. Lima orang kader kesehatan desa yang dilatih untuk melanjutkan program secara mandiri.

Pemilihan sasaran dilakukan melalui koordinasi dengan aparat desa dan tenaga kesehatan Puskesmas Nisam berdasarkan data warga yang memiliki riwayat keluarga dengan penyakit diabetes atau keluhan terkait.

PENDEKATAN PELAKSANAAN

Metode pelaksanaan menggunakan pendekatan partisipatif (*Participatory Rural Appraisal* / PRA), yang melibatkan masyarakat secara aktif dalam setiap tahap kegiatan. Pendekatan ini bertujuan agar masyarakat tidak hanya menjadi objek kegiatan, tetapi juga menjadi subjek dan agen perubahan dalam menjaga kesehatan diri dan lingkungannya (Notoatmodjo, 2014). Pelaksanaan kegiatan dilakukan melalui tiga pendekatan utama:

a. Edukasi dan peningkatan pengetahuan masyarakat.
b. Pemeriksaan kesehatan dan deteksi dini diabetes.
c. Pelatihan kader kesehatan desa.

DOI: https://doi.org/10.59066/jppm.v5i1.1800

Pendekatan ini mengacu pada teori pemberdayaan komunitas *(community empowerment)* yang menekankan pentingnya keterlibatan masyarakat, akses terhadap informasi, dan penguatan kapasitas individu serta kelompok (Green & Kreuter, 2005).

TAHAPAN PELAKSANAAN

Kegiatan pengabdian dilakukan melalui tiga tahapan utama, yaitu tahap persiapan, pelaksanaan, dan evaluasi.

1. Tahap Persiapan

Tahapan awal meliputi kegiatan berikut:

a. Koordinasi dan perizinan
   Tim pengabdi melakukan koordinasi dengan Kepala Desa Tingkem dan pihak Puskesmas Nisam untuk mendapatkan dukungan dan menentukan sasaran kegiatan.
b. Survei pendahuluan
   Dilakukan wawancara singkat dan pengumpulan data awal mengenai kebiasaan makan, aktivitas fisik, serta riwayat penyakit masyarakat desa.
c. Penyusunan materi dan alat bantu edukasi
   Tim menyusun modul penyuluhan yang meliputi pengertian DM, faktor risiko, pola makan sehat, pentingnya aktivitas fisik, serta manajemen stres. Leaflet dan poster edukatif juga disiapkan untuk mempermudah pemahaman peserta.
d. Persiapan alat pemeriksaan
   Alat glukometer, strip tes gula darah, tensimeter, dan timbangan digital disiapkan untuk kegiatan pemeriksaan kesehatan.

2. Tahap Pelaksanaan

Kegiatan inti dilaksanakan selama dua hari secara terstruktur dengan tiga bentuk kegiatan utama:

a. Penyuluhan dan Edukasi Kesehatan
   Materi disampaikan oleh dosen dan tenaga kesehatan dari Poltekkes Kemenkes Aceh.Topik meliputi pengenalan diabetes melitus, faktor risiko, pola makan sehat, pentingnya aktivitas fisik, serta cara mencegah komplikasi. Metode yang digunakan: ceramah interaktif, diskusi kelompok, dan tanya jawab. Peserta diberikan *pre-test* dan *post-test* untuk mengukur peningkatan pengetahuan (Pedoman Penyelenggaraan Pos Pembinaan Terpadu Penyakit Tidak Menular (Posbindu PTM), 2023).
b. Pemeriksaan Kesehatan Gratis
   Pemeriksaan meliputi pengukuran kadar gula darah sewaktu, tekanan darah, berat badan, tinggi badan, dan indeks massa tubuh (IMT). Hasil pemeriksaan dicatat dan diberikan kepada peserta dengan penjelasan interpretasi hasil. Peserta dengan kadar gula darah tinggi (>200 mg/dL) dirujuk ke Puskesmas Nisam untuk pemeriksaan lanjutan.
c. Pelatihan Kader Kesehatan Desa
   Melatih lima kader untuk menggunakan alat glukometer, mencatat hasil pemeriksaan, dan memberikan edukasi sederhana kepada masyarakat. Kader dibekali modul kader DM sebagai panduan kegiatan pascapengabdian. Simulasi dilakukan agar kader mampu melakukan pemeriksaan dan konseling mandiri.

3. Tahap Evaluasi

Evaluasi dilakukan untuk menilai keberhasilan kegiatan dari segi pengetahuan, partisipasi, dan keberlanjutan program. Langkah evaluasi meliputi:

a. Evaluasi pengetahuan masyarakat melalui perbandingan skor *pre-test* dan *post-test*.
b. Observasi partisipasi masyarakat selama kegiatan berlangsung.
c. Evaluasi tindak lanjut melalui diskusi dengan perangkat desa dan kader tentang rencana pembentukan kelompok peduli diabetes.

HASIL DAN PEMBAHASAN

DOI: https://doi.org/10.59066/jppm.v5i1.1800

Jurnal Penyuluhan dan Pemberdayaan Masyarakat (JPPM)
e- ISSN: 2827-9557
Volume 05 Issue 01 Month Januari 2026
Hal: 1-10
Available Online at: https://jurnal.erapublikasi.id/index.php/JPPM/index

GAMBARAN UMUM KEGIATAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan di Desa Tingkem, Kecamatan Nisam, Kabupaten Aceh Utara, dengan melibatkan 40 peserta yang terdiri atas masyarakat berisiko tinggi menderita diabetes melitus (usia >40 tahun, riwayat keluarga diabetes, obesitas, dan kebiasaan konsumsi gula berlebih). Kegiatan berlangsung selama dua hari, mencakup tiga tahap utama yaitu:

1. Edukasi tentang pencegahan dan pengelolaan diabetes melitus,
2. Pemeriksaan kesehatan (gula darah, tekanan darah, dan indeks massa tubuh), dan
3. Konseling individual serta pembentukan kader kesehatan desa.

Sebanyak 85% peserta hadir secara aktif dalam seluruh sesi, sedangkan 15% hanya mengikuti kegiatan pemeriksaan kesehatan.

HASIL EDUKASI KESEHATAN

Kegiatan edukasi dilaksanakan dalam bentuk penyuluhan interaktif menggunakan media *leaflet*, poster, dan video singkat. Materi mencakup: pengertian diabetes melitus, faktor risiko, tanda dan gejala, prinsip 4 pilar pengelolaan DM (pola makan sehat, aktivitas fisik, pengobatan, dan pemantauan kadar gula darah), serta strategi pencegahan melalui gaya hidup sehat. Berdasarkan hasil *pre-test* dan *post-test*, terjadi peningkatan pengetahuan peserta secara signifikan.

1. Rata-rata nilai *pre-test* sebesar 58,4,
2. Sedangkan *post-test* meningkat menjadi 86,7

Peningkatan sebesar 28,3 poin (48,5%) menunjukkan bahwa edukasi efektif dalam meningkatkan pemahaman masyarakat tentang pencegahan dan pengelolaan diabetes melitus. Temuan ini sejalan dengan penelitian oleh Endra et al. (2019) yang melaporkan bahwa edukasi kesehatan berbasis komunitas dapat meningkatkan pengetahuan dan perilaku pencegahan DM secara bermakna pada kelompok usia produktif (Lu et al., 2023).

Gambar 1. Kegiatan Penyuluhan Kesehatan (Sumber: Dokumentasi Penelitian, 2025)

HASIL PEMERIKSAAN KESEHATAN

Pemeriksaan kesehatan meliputi pengukuran tekanan darah, berat badan, tinggi badan, dan kadar glukosa darah sewaktu. Dari hasil pemeriksaan terhadap 40 peserta diperoleh data sebagai berikut:

Tabel 1. Hasil Pemeriksaan Kesehatan Kegiatan Pemberdayaan Masyarakat di Desa Tingkem

Parameter	Kategori Normal	Abnormal	Persentase Abnormal (%)
Gula darah sewaktu (>200 mg/dL)	30	10	25%
Tekanan darah (>140/90 mmHg)	27	13	32,5%
IMT (>25 kg/m²)	29	11	27,5%

Sumber: Olah Data Hasil Penelitian (2025)

DOI: https://doi.org/10.59066/jppm.v5i1.1800

Jurnal Penyuluhan dan Pemberdayaan Masyarakat (JPPM)
e- ISSN: 2827-9557
Volume 05 Issue 01 Month Jamuari 2026
Hal: 1-10
Available Online at: https://jurnal.erapublikasi.id/index.php/JPPM/index

Hasil pada Tabel 1 menunjukkan bahwa 10 orang (25%) memiliki kadar gula darah sewaktu di atas batas normal dan belum terdiagnosis DM sebelumnya. Peserta dengan hasil tersebut diberikan konseling individu dan rujukan ke fasilitas kesehatan terdekat untuk pemeriksaan lanjutan. Selain itu, 13 peserta (32,5%) mengalami hipertensi, dan 11 peserta (27,5%) termasuk dalam kategori obesitas. Kondisi ini memperlihatkan bahwa sebagian besar masyarakat memiliki faktor risiko yang berkontribusi terhadap terjadinya diabetes melitus tipe 2. Temuan ini mendukung hasil riset Kemenkes RI (2023) yang menyebutkan bahwa prevalensi DM di Indonesia meningkat seiring meningkatnya kasus obesitas dan hipertensi di masyarakat (Roman & Stoian, 2021).

Gambar 2. Pemeriksaan Kesehatan (Sumber: Dokumentasi Penelitian, 2025)

KONSELING DAN PEMBERDAYAAN KADER KESEHATAN

Kegiatan dilanjutkan dengan sesi konseling individual yang diberikan kepada seluruh peserta berdasarkan hasil pemeriksaan. Peserta mendapatkan panduan pola makan sehat menggunakan pedoman "*Isi Piringku*", anjuran aktivitas fisik minimal 150 menit per minggu, serta pentingnya pemeriksaan gula darah secara rutin. Selain itu, dilakukan pembentukan kader kesehatan desa sebanyak 5 orang, yang berasal dari masyarakat setempat dan telah mendapatkan pelatihan singkat tentang deteksi dini dan pencegahan DM. Kader ini nantinya akan berperan dalam:

1. Menyebarluaskan edukasi kesehatan di tingkat dusun,
2. Mendorong masyarakat untuk melakukan skrining berkala, dan
3. Menjadi penghubung antara masyarakat dan tenaga kesehatan puskesmas.

Pendekatan pemberdayaan ini terbukti efektif sebagaimana dijelaskan oleh Pramudyatama et al. (2025) bahwa pelibatan kader dalam kegiatan promotif dan preventif mampu meningkatkan keberlanjutan program kesehatan berbasis masyarakat.

Gambar 3. Edukasi kepada Masyarakat (Sumber: Dokumentasi Penelitian, 2025)

PEMBAHASAN

Hasil kegiatan menunjukkan bahwa pemberdayaan masyarakat melalui edukasi dan pemeriksaan kesehatan memberikan dampak positif yang nyata terhadap peningkatan pengetahuan dan kesadaran masyarakat terkait pencegahan diabetes melitus. Peningkatan pengetahuan sebesar 48,5% tidak hanya menggambarkan keberhasilan transfer informasi, tetapi juga menunjukkan bahwa metode penyampaian materi yang partisipatif, menggunakan bahasa sederhana, contoh kasus sehari-hari, dan diskusi dua arah cukup efektif menjangkau berbagai kelompok usia dan latar belakang pendidikan. Edukasi yang dilakukan secara langsung (tatap muka) juga membuka ruang tanya jawab,

DOI: https://doi.org/10.59066/jppm.v5i1.1800

Jurnal Penyuluhan dan Pemberdayaan Masyarakat (JPPM)
e- ISSN: 2827-9557
Volume 05 Issue 01 Month Januari 2026
Hal: 1-10
Available Online at: https://jurnal.erapublikasi.id/index.php/JPPM/index

klarifikasi miskonsepsi, serta penguatan motivasi untuk mengubah perilaku, sehingga masyarakat tidak hanya "tahu", tetapi mulai "mau" dan "merasa perlu" melakukan pencegahan. Pendekatan yang digunakan sejalan dengan konsep *Health Belief Model* (HBM) yang menekankan pentingnya persepsi individu terhadap kerentanan (*perceived susceptibility*), keseriusan penyakit (*perceived severity*), manfaat tindakan (*perceived benefits*), serta hambatan yang dirasakan (perceived barriers) sebelum mereka mengubah perilaku ((Rosenstock, 1974; Srimayarti et al., 2019; Suryani & Purwodiharjo, 2021). Kegiatan edukasi ini membantu membangun persepsi bahwa diabetes merupakan ancaman nyata di tingkat rumah tangga, namun dapat dicegah melalui pola makan sehat, aktivitas fisik teratur, dan pemeriksaan berkala. Dengan demikian, peningkatan pengetahuan yang cukup tinggi menjadi indikator awal keberhasilan intervensi dalam menggeser cara pandang masyarakat terhadap diabetes melitus dari "takut mengetahui" menjadi "siap mencegah".

Pemeriksaan kesehatan yang meliputi pengukuran kadar gula darah, tekanan darah, dan parameter dasar lainnya mengungkap adanya proporsi individu dengan kadar gula darah tinggi dan hipertensi yang cukup besar di Desa Tingkem. Temuan ini menunjukkan bahwa sebagian masyarakat sebenarnya sudah berada pada kondisi risiko tinggi atau pra-diabetes, namun belum terdeteksi dan belum mendapatkan penanganan yang memadai. Deteksi dini melalui kegiatan seperti ini menjadi pintu masuk untuk menghubungkan masyarakat dengan fasilitas pelayanan kesehatan formal, baik puskesmas, posbindu PTM, maupun layanan rujukan lainnya. Selain itu, hasil pemeriksaan menjadi "cues to action" yang kuat; ketika masyarakat melihat langsung angka kadar gula darah atau tekanan darahnya, mereka cenderung lebih mudah diyakinkan untuk memperbaiki pola makan, mengurangi konsumsi gula sederhana, merokok, dan meningkatkan aktivitas fisik. Namun demikian, temuan adanya kasus berisiko juga mengindikasikan perlunya mekanisme tindak lanjut yang terstruktur, misalnya jadwal pemeriksaan berkala, sistem pencatatan sederhana di tingkat desa, dan koordinasi dengan tenaga kesehatan setempat agar kasus-kasus berisiko tinggi tidak berhenti hanya pada satu kali pemeriksaan.

Keterlibatan kader kesehatan lokal dalam kegiatan ini menjadi salah satu faktor penting yang mendukung keberlanjutan program. Kader yang dilibatkan tidak hanya berperan membantu pelaksanaan edukasi dan pemeriksaan, tetapi juga menjadi penghubung antara dosen/mahasiswa dengan warga karena memahami konteks sosial dan budaya setempat. Melalui pelatihan singkat dan pendampingan, kader memperoleh pengetahuan tambahan mengenai diabetes melitus, cara menyampaikan pesan kesehatan, dan prinsip dasar pemantauan faktor risiko di masyarakat. Hal ini sejalan dengan pendekatan Community-Based Health Promotion yang menempatkan masyarakat bukan sekadar sebagai objek, melainkan subjek yang aktif dalam upaya peningkatan derajat kesehatan (WHO, 2021b, 2021a). Kehadiran kader memungkinkan pesan-pesan kunci yang disampaikan selama kegiatan tidak berhenti pada hari pelaksanaan saja, tetapi dapat terus diulang, diperkuat, dan disesuaikan dengan dinamika desa. Dengan demikian, program pengabdian tidak hanya menghasilkan output jangka pendek berupa peningkatan pengetahuan, tetapi juga outcome jangka menengah dalam bentuk terbentuknya jejaring lokal yang dapat menjaga keberlanjutan upaya pencegahan diabetes.

Dari perspektif institusi pendidikan tinggi, kegiatan ini memperlihatkan bahwa sinergi antara perguruan tinggi, tenaga kesehatan, pemerintah desa, dan masyarakat dapat menghasilkan dampak yang saling menguntungkan. Dosen dan mahasiswa memperoleh pengalaman nyata dalam menerapkan ilmu promosi kesehatan dan keperawatan komunitas, mengasah kepekaan sosial, serta menguji relevansi teori di lapangan. Di sisi lain, masyarakat mendapatkan akses terhadap layanan edukasi dan pemeriksaan kesehatan secara gratis, yang mungkin tidak selalu tersedia secara rutin. Pengalaman ini juga dapat menjadi dasar pengembangan model pengabdian masyarakat yang lebih sistematis, misalnya melalui program desa binaan, integrasi dengan kurikulum pembelajaran, atau pengembangan modul edukasi khusus tentang pencegahan diabetes melitus. Ke depan, kegiatan serupa dapat diperluas dengan menambahkan komponen pendukung lain, seperti konseling gizi, pelatihan pengelolaan makanan sehat berbasis pangan lokal, serta kolaborasi dengan pelaku usaha setempat untuk menyediakan pilihan makanan yang lebih sehat bagi warga desa.

Dengan demikian, secara keseluruhan program pengabdian ini tidak hanya meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat tentang pencegahan diabetes melitus, tetapi juga memicu

DOI: https://doi.org/10.59066/jppm.v5i1.1800

perubahan perilaku awal, memperkuat kapasitas kader lokal, dan membuka peluang kolaborasi lintas sektor. Temuan adanya proporsi masyarakat dengan kadar gula darah dan tekanan darah tinggi menegaskan pentingnya keberlanjutan program melalui pemeriksaan berkala, pendampingan gizi, dan rujukan yang terstruktur. Program ini dapat menjadi model rintisan bagi intervensi serupa di desa lain dengan karakteristik yang sebanding, sehingga upaya pencegahan penyakit tidak menular, khususnya diabetes melitus, dapat dilakukan secara lebih sistematis, partisipatif, dan berkelanjutan di tingkat komunitas.

KESIMPULAN DAN SARAN

KESIMPULAN

Kegiatan pemberdayaan masyarakat melalui edukasi kesehatan, pemeriksaan kadar gula darah, dan pelatihan kader di Desa Tingkem, Kecamatan Nisam, terbukti efektif dalam meningkatkan kapasitas masyarakat dalam pencegahan dan pengelolaan diabetes melitus. Peningkatan nilai pengetahuan peserta sebesar 48,5% menunjukkan bahwa metode edukasi yang diterapkan mampu memperbaiki pemahaman masyarakat mengenai faktor risiko, pentingnya deteksi dini, dan penerapan gaya hidup sehat. Temuan pemeriksaan kesehatan yakni 25% peserta dengan kadar gula darah >200 mg/dL, 32,5% mengalami hipertensi. Sebanyak 27,5% peserta tergolong obesitas sehingga masalah penyakit tidak menular di desa tersebut cukup tinggi sehingga intervensi kesehatan sangat diperlukan. Selain itu, terbentuknya lima kader kesehatan desa membuktikan bahwa program ini tidak hanya meningkatkan kesadaran, tetapi juga memperkuat kemampuan lokal dalam melakukan deteksi dini dan promosi kesehatan secara berkelanjutan. Program pemberdayaan ini berhasil meningkatkan pengetahuan, kesadaran, serta kesiapan masyarakat dalam melakukan tindakan preventif dan promotif terhadap diabetes melitus di tingkat komunitas.

SARAN

Diharapkan masyarakat dapat menerapkan pola hidup sehat secara konsisten**,** seperti mengurangi konsumsi gula, memperbanyak aktivitas fisik, dan melakukan pemeriksaan kesehatan secara berkala. Masyarakat juga diharapkan aktif mengikuti kegiatan edukasi dan pemeriksaan lanjutan yang difasilitasi oleh kader kesehatan atau puskesmas setempat. Diharapkan puskesmas dapat menjalin kemitraan berkelanjutan dengan pihak perguruan tinggi dan pemerintah desa dalam melaksanakan program pencegahan DM berbasis komunitas. Puskesmas juga diharapkan dapat memfasilitasi pemeriksaan gula darah rutin dan memberikan tindak lanjut bagi masyarakat yang berisiko tinggi.

DAFTAR PUSTAKA

Alimurdianis, Hutaperi, B., Jamil, A. R., & Dewi, S. (2024). Pemberian Edukasi "Lansia Terawat, Indonesia Bermartabat" Hari Lanjut Usia Nasional (HLUN) 2024. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Kesehatan(JURABDIKES)*, *2*(1), 24–31. https://doi.org/10.56260/jurabdikes.v2i1.155

Anisa, Karlina, N., & Syaripudin, A. (2021). Hubungan Efikasi Diri Dengan Strategi Koping Pada Pasien Diabetes Mellitus Type 2 Yang Menggunakan Insulin Di Poliklinik Rsud Waled Kabupaten Cirebon [The Relationship between Self-Efficacy and Coping Strategies in Type 2 Diabetes Mellitus Patients Using Insulin at the Polyclinic of Waled Regional General Hospital, Cirebon Regency]. *Jurnal Kesehatan MahardikaVol*, *8*(1).

Dinas Kesehatan Aceh. (2023). *Profil Kesehatan Provinsi Aceh Tahun 2023*.

Endra, E., Cita, Y., & Antari, I. (2019). Perawatan diri (self care) pada pasien diabetes melitus tipe II [Self-care in patients with type II diabetes mellitus]. *Jurnal Kesehatan Madani Medika*, *10*(2), 85–91.

Febriawati, H., Angraini, W., Sarkawi, S., & Oktarianita, O. (2024). KUNJUNGAN PROGRAM POS PEMBINAAN TERPADU PENYAKIT TIDAK MENULAR TERHADAP KUNJUNGAN PENGOBATAN DI PUSKESMAS KOTA BENGKULU. *Quality : Jurnal Kesehatan*, *18*(1), 74–82. https://doi.org/10.36082/qjk.v18i1.943

DOI: https://doi.org/10.59066/jppm.v5i1.1800

Fitri, S. U. R., Khoirunnisa, K., Hernawaty, T., & Harun, H. (2023). Pemberdayaan Kader dalam Upaya Pencegahan dan Pengenalan Faktor Resiko Penyakit Tidak Menular (PTM). *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)*, *6*(7), 2636–2647. https://doi.org/10.33024/jkpm.v6i7.9835

Green, L., & Kreuter, M. (2005). *Health Program Planning: An Educational and Ecological Approach, Volume 1-2*. McGraw-Hill Education.

International Diabetes Federation (IDF). (2023). *IDF Diabetes Atlas (10th ed.)*.

Kemenkes RI. (2022). *Laporan Hasil Riset Kesehatan Dasar Nasional Tahun 2022*.

Kemenkes RI. (2023). *Laporan Hasil Riskesdas 2023: Prevalensi Diabetes Melitus di Indonesia*.

Kumari, S., Jain, S., & Kumar, S. (2022). Effects of Polypharmacy in Elderly Diabetic Patients: A Review. *Cureus*, *14*(9), e29068. https://doi.org/10.7759/cureus.29068

Lu, Y., Wang, W., Liu, J., Xie, M., Liu, Q., & Li, S. (2023). Vascular complications of diabetes: A narrative review. *Medicine*, *102*(40). https://journals.lww.com/md-journal/fulltext/2023/10060/vascular_complications_of_diabetes__a_narrative.79.aspx

Notoatmodjo. (2014). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Rineka Cipta.

Pedoman Penyelenggaraan Pos Pembinaan Terpadu Penyakit Tidak Menular (Posbindu PTM). (2023). *Kemenkes RI*.

Pramudyatama, I. W., Ichsan, B., & Noviyanti, R. D. (2025). Pengaruh antara Usia, Pengetahuan, dan Tingkat Pendidikan terhadap Kepatuhan Minum Obat Pasien Diabetes Melitus [The Influence of Age, Knowledge, and Education Level on Adherence to Taking Medication for Diabetes Mellitus Patients]. *Jurnal Keilmuan Dan Keislaman*, *4*(1), 152–159. https://doi.org/10.23917/jkk.v4i1.365

Roman, G., & Stoian, A. P. (2021). Type 2 Diabetes Mellitus. *Type 2 Diabetes: From Pathophysiology to Cyber Systems*, 277.

Rosenstock, I. M. (1974). The Health Belief Model and Preventive Health Behavior. *Health Education Monographs*, *2*(4), 354–386. https://doi.org/10.1177/109019817400200405

Srimayarti, B. N., Siregar, K. N., & Rahmaniati, M. (2019). Peran Personal Health Record (PHR) dalam Pengelolaan Diabetes Melitus Tipe 2 [The Role of Personal Health Record (PHR) in the Management of Type 2 Diabetes Mellitus]. *Jurnal Manajemen Kesehatan Yayasan RS.Dr. Soetomo*, *5*(1), 68. https://doi.org/10.29241/jmk.v5i1.150

Suryani, A. O., & Purwodiharjo, O. M. (2021). APLIKASI HEALTH BELIEF MODEL DALAM PENANGANAN PANDEMI COVID-19 DI PROVINSI DKI JAKARTA. *Jurnal Perkotaan*, *12*(1), 21–38. https://doi.org/10.25170/perkotaan.v12i1.1262

Susanti, N., Nursalam, N., & Nadatien, I. (2023a). Pengaruh Education and Support Group Berbasis Teori Self Care Terhadap Kepatuhan, Kemandirian Perawatan Kaki dan Kadar Glukosa Darah pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 [The Effect of Education and Support Group Based on Self Care Theory on Adherence, Independence of Foot Care and Blood Glucose Levels in Type 2 Diabetes Mellitus Patients]. *JURNAL KEPERAWATAN SUAKA INSAN (JKSI)*, *8*(1), 21–29. https://doi.org/10.51143/jksi.v8i1.413

Susanti, N., Nursalam, & Nadatien, I. (2023b). PENGARUH PENGARUH EDUCATION AND SUPPORT GROUP BERBASIS TEORI SELF CARE TERHADAP KEPATUHAN, KEMANDIRIAN PERAWATAN KAKI DAN KADAR GLUKOSA DARAH PADA PASIEN DIABETES MELITUS TIPE 2. *JURNAL KEPERAWATAN SUAKA INSAN (JKSI)*, *8*(1), 21–29. https://doi.org/10.51143/jksi.v8i1.413

Wahyuni, B. R., Dewi, A. D. A., & Hariawan, M. H. (2023). Hubungan Kualitas Diet dengan Kadar Glukosa Darah pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 di Kota Yogyakarta [Relationship between Diet Quality and Blood Glucose Levels in Type 2 Diabetes Mellitus Patients in Yogyakarta City]. *Amerta Nutrition*, *7*(2SP), 252–260. https://doi.org/10.20473/amnt.v7i2SP.2023.252-260

WHO. (2021a). *Global Report on Diabetes*.

WHO. (2021b). *Progress Towards Achieving Millennium Development Goals in WHO South-East Asia Region*.

DOI: https://doi.org/10.59066/jppm.v5i1.1800