

## EDUKASI PENCEGAHAN DIABETES MELITUS SEJAK DINI DI DESA TEBAT IJUK DILI

Devfi Herlina  
Soviarni  
Nurhikmah

Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bina Insani Sakti, Provinsi Jambi

Email Korespondensi: kurniawanharimurti\_04@gmail.com

### ABSTRAK

Menurut *World Health Organization* (WHO) 2021 sekitar 422 juta orang di seluruh dunia menderita diabetes, dan 1,5 juta kematian secara langsung dikaitkan dengan diabetes setiap tahun (*World Health Organization*, 2022). Pada tahun 2030 Indonesia di prediksi meningkat sebanyak 21,8 juta yang sebelumnya pada tahun 2000 sebanyak 8,4 juta jiwa penderita diabetes mellitus, sehingga Indonesia menduduki rangking ke empat setelah Amerika Serikat, China dan India diantara negara-negara penyandang diabetes terbanyak (*Perkeni*, 2021). Tujuan setelah diberikan pendidikan Kesehatan secara singkat, diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan dan kemampuan dalam cara mencegah diabetes mellitus sejak dini di desa tebat ijuk dili. Adapun kegiatan yang dilakukan berupa penyuluhan kesehatan tentang pencegahan diabetes mellitus sejak dini. Terdapat peningkatan pengetahuan dan kemampuan tentang cara mencegah diabetes mellitus sejak dini.

**Kata kunci** : pendidikan kesehatan, cara mencegah diabetes mellitus sejak dini

### ABSTRACT

*The World Health Organization (WHO), approximately 422 million people worldwide suffer from diabetes in 2021, and 1.5 million deaths are directly attributed to diabetes each year ( World Health Organization, 2022). By 2030, the number of people with diabetes in indonesia is predicted to increase to 21.8 million, up from 8.4 million in 2000. Indonesia ranks fourth among countries with the highest number of diabetes sufferers, after the united States, China, and India ( Perkeni, 2021) .The goal after being given a brief Health education, is to increase knowledge and skills in early prevention of diabetes mellitus in the village of tebat ijuk dili. The activities included health education on early prevention of diabetes mellitus. Knowledge of diabetes mellitus increased.*

**Keywords :** *health education, how to prevent diabetes mellitus aerly*

## 1. PENDAHULUAN

Diabetes melitus adalah penyakit kronis progresif yang di tandai dengan ketidakmampuan tubuh untuk melakukan metabolisme karbohidrat, lemak dan protein, mengarah ke hiperglikemia (Kadar glukosa darah tinggi). Diabetes melitus terkadang disebut sebagai “Gula tinggi”, baik oleh klien maupun penyedia layanan Kesehatan. Pemikiran dari hubungan gula dengan Diabetes Melitus adalah sesuai karena lolosnya sejumlah besar urine yang mengandung gula ciri Diabetes Melitus yang tidak terkontrol walaupun hiperglekimia memainkan sebuah peran penting dalam perkembangan komplikasi terkait Diabetes Melitus, kadar yang tinggi dari glukosa darah hanya satu komponen dari proses patologis dan manifestasi klinis yang berhubungan dengan Diabetes Melitus. proses patologis dan faktor risiko lain adalah penting, dan terkadang merupakan faktor-faktor independen.

Diabetes mellitus dapat berhubungan dengan komplikasi serius, namun orang dengan Diabetes Melitus dapat mengambil cara-cara pencegahan untuk mengurangi kemungkinan kejadian tersebut, (Black,M.Joyee,2014). Menurut World Health Organization (WHO) 2021 sekitar 422 juta orang di seluruh dunia menderita diabetes, dan 1,5 juta kematian secara langsung dikaitkan dengan diabetes setiap tahun (World Health Organization, 2022). Pada tahun 2030 Indonesia di prediksi meningkat sebanyak 21,8 juta yang sebelumnya pada tahun 2000 sebanyak 8,4 juta jiwa penderita diabetes mellitus, sehingga Indonesia menduduki rangking ke empat setelah Amerika Serikat, China dan India diantara negara-negara penyandang diabetes terbanyak (Perkeni, 2021).

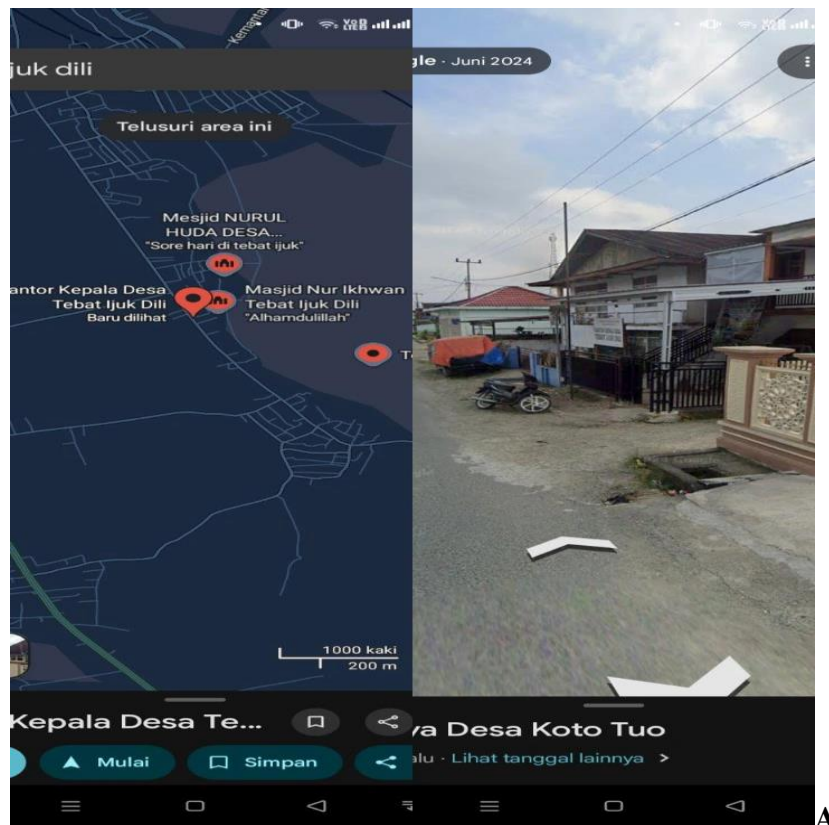
Prevalensi diabetes melitus di dunia diperkirakan mencapai 463 juta jiwa (9,3% jumlah penduduk dunia) pada usia 20-79 tahun dengan kematian mencapai 4,2 juta jiwa. Bahkan di tahun selanjutnya, diabetes melitus di perkira kan akan terus meningkat sampai 700,2 juta jiwa pada tahun 2045 (Kementerian Kesehatan RI 2020).Dinas Kesehatan Kota Jambi Tahun 2021, pada permasalahan eksternal yang dihadapi salah satunya adalah peningkatan angkakejadian Penyakit Tidak Menular (PTM) disebabkan adanya perubahan gaya hidup masyarakat yang menyebabkan terjadinya pergeseran polapenyakit (transisi epidemiologi).

Berdasarkan data yang di ambil dari Dinas Kabupaten Kerinci pada tahun 2021

terdapat 5.230 kasus diabetes mellitus dan pada tahun 2022 tercatat sebanyak 2.560 kasus diabetes mellitus seterusnya pada tahun 2023 terdapat 7.492 kasus Diabetes melitus dan sudah dilakukan cek gula darah (Dinas Kabupaten Kerinci,2023).

## 2. MASALAH

Alasan kami memilih tempat kegiatan di Desa Tebat Ijuk Dili adalah karena banyak masyarakat belum mengetahui bagaimana cara mencegah diabetes mellitus sejak dini. Selain itu, pengetahuan masyarakat tentang diabetes mellitus masih sangat minim. Dan tujuan khusus dari penatalaksanaan dan pelatihan singkat ini adalah agar masyarakat dengan diabetes melitus mengerti dan memahami bagaimana cara mencegah diabetes mellitus sejak dini.



Gambar 2.1 Peta Lokasi Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat.

## 3. METODE

### a. Tujuan Persiapan

Tahap persiapan dari kegiatan adalah pembuatan preplanning, persiapan penyajian leaflet dan cara pencegahan diabetes mellitus sejak dini. Pembuatan leaflet dimulai pada

hari sabtu 30 November 2025 sekaligus dilakukan pengecekan untuk persiapan penatalaksanaan dan pencegahan diabetes mellitus sejak dini.

**b. Tahap pelaksanaan**

Acara ini dengan pemberitahuan kepada Kepala Desa Tebat Ijuk Dili, untuk mengarahkan masyarakat dengan diabetes mellitus untuk berkumpul.

**c. Evaluasi**

1) Struktur

Peserta hadir sebanyak 16 orang masyarakat dengan diabetes melitus di Desa Tebat Ijuk Dili. Setting tempat sudah sesuai dengan rencana yang dibuat dan perlengkapan yang dilakukan untuk penyuluhan sudah tersedia dan sudah digunakan sebagaimana mestinya. Penggunaan bahasa yang digunakan sudah komunikatif dalam penyampaiannya, masyarakat dapat memahami materi yang sudah disampaikan tim pengabdian masyarakat dan dapat memfasilitasi audiensi selama berjalannya penyuluhan.

2) Proses

Pelaksanaan kegiatan jam 13.30 wib s/d selesai. Sesuai dengan jadwal yang telah direncanakan.

**4. HASIL DAN PEMBAHASAN**

Metode pelaksanaan dalam kegiatan ini dilaksanakan pada tanggal 01 Desember 2025, di Tempat Pengajian Anak". Pelaksanaan penyuluhan singkat ditujukan pada masyarakat dengan diabetes mellitus yang belum tahu cara mencegah diabetes mellitus sejak dini. Media dan alat yang disediakan berupa leaflet dan infocus. Metode yang digunakan adalah penyuluhan, tanya jawab atau evaluasi. Berikut gambar pelaksanaan kegiatan :



Gambar 2.2 Foto Kegiatan PKM



Gambar 2.3 Kegiatan PKM



Gambar 2.4 Selesai Kegiatan PKM

## 5. KESIMPULAN

Dari hasil kegiatan penyuluhan pada masyarakat setempat dalam memahami tentang diabetes mellitus dapat disimpulkan : Terjadi peningkatan pengetahuan cara mencegah diabetes mellitus sejak dini.

## DAFTAR PUSTAKA

- Adi, S. (2019). *Pengelolaan Dan Pencegahan Diabetes Melitus Tipe 2 Dewasa di Indonesia*. PB Perkeni, 133.
- Dwi Putri, A., Netti, Suhaimi, & Yanti, N. (2023). Teknik Relaksasi Otot Progresif Pada Pasien DM Tipe 2 Dengan Ketidakstabilan Kadar Glukosa Darah : Case Report. *JHCN Journal of Health and Cardiovascular Nursing*, 3(2), 109–117. <https://doi.org/10.36082/jhcn.v3i2.1444>
- Firmansyah, Q. D., Qorahman, W., & Ningtyas, N. W. R. (2022). Hubungan Kecemasan Dengan Kualitas Tidur Mahasiswa Dalam Penyelesaian Tugas Akhir Di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan
- Gani, A. A., & Nurhusna. (2023). Asuhan Keperawatan Diabetes Melitus Dengan Intervensi Perawatan Integritas Kulit Pada Ny. M di Ruang Makalam RSUD H. Abdul Manap Kota Jambi. *Pinang Masak Nursing Journal*, 2(1), 55–64. <https://online-journal.unja.ac.id/jpima/article/view/27228>

- Karina, Y., & Widiani, E. (2020). Relaksasi Otot Progresif Pada Klien Diabetes Mellitus Dengan Masalah Keperawatan Ansietas ( Studi Kasus ). Jurnal Keperawatan Dan Kebidanan, 3(1), 7–16.
- Linawati, N. N., Hadisaputro, S., & Mardiyono. (2021). Alternatif Layanan Komplementer Pemberian Saponin Terhadap Penurunan Kadar Gula Darah Puasa dan 2 Jam Postprandial Pada Penderita Diabetes Mellitus Tipe II.