



Promosi Kesehatan Diabetes Melitus melalui Edukasi dan Skrining Kadar Gula Darah di Puskesmas Kembaran I Banyumas

Febrina Dina^{1*}, Asri Aprilia¹, Anisa Pungki Rahayu¹, Ari Adi Saputra¹, Angga Dwi Saputra¹, Ade Ilham AlgoFiqi¹, Dero Distianto¹

¹Universitas Harapan Bangsa, Banyumas, Jawa Tengah, Indonesia

¹febrinadina22@gmail.com*

Artikel History:

Received: 02 Februari 2026 / Received in revised form: 20 Februari 2026 / Accepted: 21 Februari 2026

ABSTRACT

Diabetes mellitus (DM) is a chronic metabolic disease with an increasing prevalence and has become a major public health problem in Indonesia. Limited public knowledge and awareness regarding risk factors, symptoms, and the importance of early detection of diabetes mellitus contribute to high morbidity and mortality rates associated with this disease. This health promotion activity aimed to improve community knowledge and awareness of diabetes mellitus and to encourage the adoption of a healthy lifestyle through education and health screening. The methods used included health education sessions, measurement of body weight, blood pressure, and blood glucose levels, as well as the distribution of educational leaflets to the community in the service area of Kembaran I Primary Health Center, Banyumas Regency. The results showed high community enthusiasm and active participation, along with increased awareness to maintain a healthy diet, adopt a healthy lifestyle, and undergo regular health check-ups. This activity had a positive impact on improving community knowledge regarding diabetes mellitus and its prevention, although limitations were found in the implementation of continuous follow-up due to time constraints. In conclusion, health promotion through education and screening is effective as an effort for early detection and prevention of diabetes mellitus in the community.

Keywords: *diabetes mellitus, health promotion, education, screening, healthy lifestyle*

ABSTRAK

Diabetes melitus (DM) merupakan penyakit metabolik kronis dengan prevalensi yang terus meningkat dan menjadi salah satu masalah kesehatan masyarakat di Indonesia. Rendahnya pengetahuan dan kesadaran masyarakat mengenai faktor risiko, gejala, serta pentingnya deteksi dini diabetes melitus berkontribusi terhadap tingginya angka morbiditas dan mortalitas akibat penyakit ini. Kegiatan promosi kesehatan ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat mengenai diabetes melitus serta mendorong penerapan pola hidup sehat melalui edukasi dan skrining kesehatan. Metode yang digunakan meliputi penyuluhan kesehatan, pemeriksaan berat badan, tekanan darah, dan kadar gula darah, serta pembagian leaflet edukatif kepada masyarakat di wilayah kerja Puskesmas Kembaran I, Kabupaten Banyumas. Hasil kegiatan menunjukkan adanya antusiasme dan partisipasi aktif masyarakat, serta peningkatan kesadaran untuk menjaga pola makan, menerapkan gaya hidup sehat, dan melakukan pemeriksaan kesehatan secara rutin. Kegiatan ini memberikan dampak positif dalam meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang diabetes melitus dan pencegahannya, meskipun terdapat

*Febrina Dina.

Email: febrinadina22@gmail.com

This work is licensed under a [Creative Commons Attribution-Share Alike 4.0](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/)



keterbatasan waktu dalam pelaksanaan tindak lanjut berkelanjutan. Dapat disimpulkan bahwa promosi kesehatan melalui edukasi dan skrining efektif sebagai upaya deteksi dini dan pencegahan diabetes melitus di masyarakat.

Kata kunci : diabetes melitus, promosi kesehatan, edukasi, skrining, pola hidup sehat

1. PENDAHULUAN

Diabetes Melitus menurut American Diabetes Association (ADA) adalah suatu penyakit kronis yang ditandai dengan adanya gangguan metabolisme yang terjadi karena kelainan sekresi insulin, kerja insulin maupun keduanya (ADA, 2019). Diabetes melitus merupakan salah satu penyakit tidak menular yang sering ditemukan serta memiliki tingkat morbiditas dan mortalitas yang tinggi (Lovic et al., 2020 dalam Budi Antoro et al., 2023). Terdapat beberapa jenis diabetes melitus diantaranya diabetes melitus tipe 1, diabetes melitus tipe 2, diabetes melitus gestasional, dan diabetes melitus tipe lainnya, dari semua jenis DM yang paling banyak ditemukan yaitu DM tipe 2 dibandingkan DM tipe lainnya, pasien DM tipe 2 mencapai 90%-95% dari total keseluruhan pasien diabetes. (Hartanti et al., 2013).

Menurut International Diabetes Federation (IDF) mencatat sebanyak 463 juta orang pada usia 20-79 tahun di dunia yang mempunyai riwayat penyakit diabetes pada tahun 2019 atau setara dengan 9,3% dari total penduduk dunia. Prevalensi diabetes diperkirakan meningkat di Indonesia seiring bertambahnya usia penduduk menjadi 111,2 juta jiwa, pada usia 65 hingga 79 tahun (KEMENKES RI, 2020). Menurut data IDF pada tahun 2017 menempatkan Indonesia menjadi negara peringkat ke-6 dengan penderita DM 10,3 juta orang. IDF memprediksikan akan terjadi peningkatan jumlah pasien DM dari 10,3 juta menjadi 16,7 juta orang pada tahun 2045 (Perkeni, 2019). Berdasarkan Profil Kesehatan Jawa Tengah Prevalensi pada tahun 2018 sebesar 20,57%, naik 1,35% dari tahun sebelumnya (Profil Kesehatan Provinsi Jawa Tengah, 2018). Total penderita DM di Kabupaten Banyumas sebanyak 25.744 orang. Salah satu kecamatan di Kabupaten Banyumas, di kecamatan Kembaran, memiliki jumlah penderita diabetes melitus sebanyak 827 orang, di Puskesmas Kembaran I sebanyak 460 orang, dan di Puskesmas Kembaran II sebanyak 367 orang (Dinas Kesehatan Banyumas, 2022).

Dalam menanggulangi berbagai tantangan yang ditimbulkan oleh diabetes melitus, diperlukan upaya promotif dan preventif yang berkelanjutan. Salah satu upaya preventif yang dapat dilakukan adalah skrining diabetes melitus. Skrining pada individu dengan risiko tinggi terhadap diabetes melitus tipe 2 melalui prosedur yang cost-effective, non-invasif, dan andal sangat penting untuk dilakukan. Upaya ini tidak hanya berperan dalam deteksi dini, tetapi juga bertujuan untuk meningkatkan kesadaran serta mendorong perubahan perilaku dan gaya hidup pada kelompok berisiko (Milovanovic, 2018).

Namun demikian, kurangnya pengetahuan masyarakat mengenai faktor risiko, tanda dan gejala, serta pentingnya deteksi dini diabetes melitus masih menjadi salah satu hambatan utama dalam pencegahan dan pengendalian penyakit ini. Tingginya angka prevalensi diabetes melitus di Indonesia menunjukkan perlunya penerapan strategi promotif dan preventif yang efektif, salah satunya melalui kegiatan edukasi kesehatan dan skrining, guna meningkatkan kesadaran masyarakat dalam menerapkan gaya hidup sehat serta melakukan pemeriksaan kesehatan secara berkala (Riandini, 2023).

2. METODE PELAKSANAAN KEGIATAN

Kegiatan Promosi Kesehatan Diabetes Melitus melalui Edukasi dan Skrining Kadar Gula Darah menggunakan 2 metode yaitu sosialisasi dan pengecekan kadar gula darah. Kegiatan ini dilakukan secara langsung pada hari Senin, tanggal 6 Oktober 2025 di Puskesmas Kembaran I, Kabupaten Banyumas. Target dari pelaksanaan kegiatan ini adalah pasien penderita Diabetes Melitus yang berkunjung ke Puskesmas Kembaran I, Kabupaten Banyumas, dan didapatkan sebanyak 22 pasien penderita Diabetes Melitus. Kegiatan ini diawali dengan melakukan pengecekan kadar gula untuk mengetahui kondisi para pasien dan kemudian dilanjutkan dengan kegiatan edukasi kesehatan Diabetes Melitus.

Tahap awal dilakukan dengan proses skrining kesehatan secara langsung. Sebanyak 22 pasien penderita Diabetes Melitus melakukan pengecekan kadar gula darah yang dilaksanakan pada pukul 08.00 hingga pukul 10.30 WIB dan dibantu oleh para tenaga kesehatan di Puskesmas Kembaran I, Kabupaten Banyumas. Kegiatan skrining kesehatan ini dilakukan untuk pengambilan data serta mengetahui kondisi dari para pasien. Sehingga para pasien dapat mengetahui kondisi tubuh mereka dan dapat lebih sadar akan pentingnya pemantauan kadar gula darah secara rutin.

Tahapan Kedua yaitu melakukan edukasi kesehatan Diabetes Melitus kepada para pasien. Kegiatan ini dilakukan dengan cara menyampaikan beberapa point penting terkait Diabetes Melitus seperti, pengetahuan tentang diabetes, kepatuhan mengkonsumsi obat, pentingnya melakukan pemeriksaan dan kontrol, pola hidup sehat dan kualitas hidup yang baik. Selain itu edukasi juga dilakukan dengan membagikan leaflet kepada para pasien, sehingga diharapkan pasien menjadi lebih paham dan *aware* terhadap penyakit yang mereka derita. Dalam kegiatan edukasi ini juga dibuka sesi diskusi dengan para pasien, sehingga apabila diantara mereka ada yang memiliki kendala atau pertanyaan dapat diberikan masukan dan saran.

3. HASIL KEGIATAN

Kegiatan Promosi Kesehatan Diabetes Melitus melalui Edukasi dan Skrining Kadar Gula Darah di Puskesmas Kembaran I, Kabupaten Banyumas telah dilaksanakan pada hari Senin, 6 Oktober 2025 dan target dalam kegiatan ini yaitu pasien penderita Diabetes Melitus yang berkunjung ke Puskesmas Kembaran I, Kabupaten Banyumas. Kegiatan ini diikuti oleh 22 pasien penderita Diabetes Melitus yang terdiri dari 8 orang perempuan dan 14 laki-laki, sebagian besar pasien sudah mengidap penyakit Diabetes Melitus selama lebih dari 10 tahun. Kegiatan Promosi Kesehatan Diabetes Melitus melalui Edukasi dan Skrining Kadar Gula Darah di Puskesmas Kembaran I, Kabupaten Banyumas diawali dengan pengecekan kadar gula darah guna mendata dan mengetahui kondisi pasien yang kemudian dilanjutkan dengan memberikan edukasi secara langsung penyampaian beberapa point penting terkait Diabetes Melitus seperti, pengetahuan tentang diabetes, kepatuhan mengkonsumsi obat, pentingnya melakukan pemeriksaan dan kontrol, pola hidup sehat dan kualitas hidup yang baik sekaligus pembagian leaflet.



Gambar 1. Edukasi Kesehatan Diabetes Melitus

Kegiatan Promosi Kesehatan Diabetes Melitus melalui Edukasi dan Skrining Kadar Gula Darah di Puskesmas Kembaran I, Kabupaten Banyumas berjalan dengan baik terbukti dengan respon positif dan kesadaran dari pasien yang mengikuti kegiatan ini dalam menerapkan gaya hidup sehat dan keinginan untuk melakukan pemeriksaan secara rutin. Meskipun ada juga kendala yang dialami yaitu keterbatasan waktu untuk melakukan *follow up* kepada para pasien yang mengikuti kegiatan ini. Namun begitu, kegiatan ini diharapkan dapat memberikan dampak positif untuk para pasien dan meningkatkan

kesadaran pasien untuk lebih *aware* serta menerapkan pola hidup sehat dan rutin melakukan pemeriksaan sebagai upaya pencegahan dan pengendalian Diabetes Melitus.

SIMPULAN

Dapat disimpulkan bahwa kegiatan Promosi Kesehatan Diabetes Melitus melalui Edukasi dan Skrining Kadar Gula Darah di Puskemas Kembaran I, Kabupaten Banyumas yang dilaksanakan Senin, 6 Oktober 2025 dan diikuti oleh 22 pasien penderita Diabetes Melitus berjalan dengan baik dan mencapai sasaran yang ditargetkan. Berdasarkan hasil evaluasi rangkaian kegiatan yang dilaksanakan menunjukkan hasil positif yang dibuktikan dengan respon yang sangat positif dan minat yang tinggi dari para pasien untuk memperbaiki gaya hidup sehat serta melakukan pemeriksaan kesehatan secara rutin. Sehingga kegiatan ini berhasil meningkatkan kesadaran pasien penderita Diabetes Melitus agar lebih peduli terhadap kondisi kesehatannya, diharapkan kegiatan ini dapat menjadi pengingat untuk masyarakat dalam mengedalikan kadar gula darah dan mencegah resiko yang lebih berat di masa depan.

SARAN

Diharapkan masyarakat Desa Kembaran agar lebih sadar untuk melakukan pemeriksaan kesehatan terutama dalam hal pemeriksaan kadar gula darah, serta menerapkan pola hidup sehat sebagai salah satu bentuk upaya pencegahan Diabetes Melitus.

DAFTAR PUSTAKA

- Ahyar, Juni.2018. Penuntun Membuat Skripsi dan Menghadapi Presentasi Tanpa Stres. Bojonegoro: Pustaka Intermedia.
- Panduan Laporan Pengabdian Kepada Masyarakat Lembaga Penelitian Dan Pengabdian Pada Masyarakat Universitas Malikussaleh, Lhokseumawe, 2020.
- Perkumpulan Endokrinologi Indonesia (PERKENI). Pedoman Pengelolaan dan Pencegahan Diabetes Melitus Tipe 2 Dewasa di Indonesia 2021. Jakarta
- Rasmika DAP, Unsw D, Dewi DAPR. Pemeriksaan Kadar Gula Darah Sewaktu. 2017;(November):0–9.
- Soelistijo S, Novida H, Rudijanto A, Soewondo P, Suastika K, Manaf A, et al. Konsesus Pengelolaan Dan Pencegahan Diabetes Melitus Tipe2 Di Indonesia 2015 [Internet]. Perkeni. 2015
- Suganda R, Sutrisno E, Wardana IW. Penggunaan Media Cakram Diabetes Dalam Konseling Untuk Meningkatkan Pengetahuan Dan Kepatuhan Diet Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Di Puskesmas Godean I. J Chem Inf Model. 2013;53(9):1689–99.
- Trijayanto PA. Hubungan Riwayat Garis Keturunan dengan Waktu Terdiagnosis Diabetes Melitus di RSUD. Prof. DR. Margono Soekardjo Purwokerto. 2016;(Dm):1–15.
- VOA Indonesia. (19 November 2024). Jumlah Penderita Diabetes di Indonesia Terus Meningkat. Diakses tanggal 14 September 2025, dari <https://www.voaindonesia.com/a/jumlah-penderita-diabetes-di-indonesia-terus-meningkat/7870777.html>