

Manajemen Pengelolaan Penyakit Diabetes Mellitus di Desa Ciborelang Kecamatan Jatiwangi Kabupaten Majalengka

Arni Wianti¹, Yophi Nugraha², Restu Fauzi³, Hilda Nata⁴, Nabila Nurhalisa⁵

^{1,2,3,4,5} Universitas Yayasan Pendidikan Imam Bonjol Majalengka, Indonesia

Corresponding Author

Nama Penulis: Arni Wianti

E-mail: arnie5sg@gmail.com

Abstrak

Pengabdian masyarakat dilakukan di Desa Ciborelang Kecamatan Jatiwangi Kabupaten Majalengka dalam rangka edukasi kepada masyarakat dengan prinsip Lima Pilar Diabetes Mellitus Penyuluhan kesehatan dilakukan bersamaan dengan kegiatan Pemeriksaan Kadar Gula Darah dan Pre-Post Test Pengetahuan Diabetes Mellitus. Responden dalam kegiatan ini sebanyak 55 orang penderita Diabetes Mellitus. Setelah dilakukan edukasi hasilnya adalah sebanyak 27,3% pengetahuan baik, 54,5% pengetahuan cukup dan 18,2% pengetahuan kurang. Kadar GDS didapatkan hasil 30,7% berada pada kelompok tinggi (>180 mm/Lt) Peran tenaga kesehatan dan dukungan keluarga sangat penting untuk pasien Diabetes Mellitus ini dalam menjalankan program sehingga dikemudian hari tidak terjadi komplikasi pada pasien ini.

Kata kunci - Diabetes Mellitus, Edukasi, Pemeriksaan Kadar Gula Darah, Pengetahuan

Abstract

Community service was carried out in Ciborelang Village, Jatiwangi District, Majalengka Regency in order to educate the community with the principles of the Five Pillars of Diabetes Mellitus. Health counseling was carried out simultaneously with the Blood Sugar Level Examination and Pre-Post Test of Diabetes Mellitus Knowledge. Respondents in this activity were 55 people with Diabetes Mellitus. After the education, the results were 27.3% good knowledge, 54.5% sufficient knowledge and 18.2% insufficient knowledge. GDS levels obtained results of 30.7% in the high group (> 180 mm / Lt) The role of health workers and family support is very important for these Diabetes Mellitus patients in carrying out the program so that in the future there will be no complications in these patients.

Keywords - Diabetes Mellitus, Education, Blood Sugar Level Check, Knowledge

PENDAHULUAN

Diabetes Mellitus (DM) menurut WHO (World Health Organization) (2023) adalah penyakit kronis yang terjadi ketika pankreas tidak memproduksi cukup insulin atau ketika tubuh tidak dapat menggunakan insulin yang dihasilkan secara efektif. Insulin adalah hormon yang mengatur glukosa darah. Hiperglikemia, juga disebut peningkatan glukosa darah atau peningkatan gula darah, adalah efek umum dari diabetes yang tidak terkontrol dan seiring waktu menyebabkan kerusakan serius pada banyak sistem tubuh, terutama saraf dan pembuluh darah.

Menurut Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023, prevalensi diabetes melitus (DM) di Indonesia cukup tinggi: 11,7% berdasarkan pemeriksaan gula darah pada usia ≥ 15 tahun (menunjukkan peningkatan dari Riskesdas 2018) dan 2,2% berdasarkan diagnosis dokter pada usia ≥ 15 tahun, dengan celah signifikan karena banyak yang belum terdiagnosis. Jumlah penderita diabetes di Indonesia terus meningkat, mencapai sekitar 20,4 juta jiwa pada tahun 2024, menempatkan Indonesia di peringkat kelima tertinggi di dunia, dengan prediksi akan terus naik. Prevalensi diabetes di Indonesia (11,3%) lebih tinggi dari rata-rata Asia Tenggara, didorong oleh perubahan gaya hidup tidak sehat, obesitas, dan urbanisasi, dengan banyak kasus yang belum terdiagnosis dan belum terkontrol dengan baik.

Data Diabetes Melitus (DM) Jawa Barat 2024 menunjukkan ada 346.668 kasus terdiagnosis DM hingga September 2024 dari target deteksi dini 24,3 juta penduduk, dengan tingkat kendali gula darah penderita baru mencapai 1,96%. Data Dinas Kesehatan (Dinkes) Kabupaten Majalengka, pada 2024 jumlah pengidap diabetes melitus di Kota berjuduk Angin ini mencapai 12.043 orang (Dinas Kesehatan Kabupaten Majalengka, 2024)

Secara garis besar ada dua tipe diabetes melitus (DM) yaitu DM tipe 1 dan DM tipe 2. DM tipe 1 adalah penyakit yang tidak bisa disembuhkan, namun apabila diberikan tatalaksana dan pemantauan yang adekuat, penderita memiliki kualitas hidup yang baik. Tatalaksana DM tipe 1 adalah memberi injeksi insulin, memantau gula darah, nutrisi, aktivitas fisik, dan edukasi dan yang direkomendasikan untuk DM Tipe 1 adalah insulin. Terapi insulin memiliki tujuan mencukupi kadar insulin dalam tubuh selama 24 jam untuk memenuhi kebutuhan metabolisme sebagai insulin basal dan koreksi dengan kadar yang lebih tinggi sebagai efek glikemik makanan. Pemberian insulin juga harus memperhatikan beberapa kondisi seperti umur, jangka waktu menderita DM, gaya hidup, target kontrol metabolik, dan kebiasaan pasien (Hakim dkk, 2022).

DM Tipe 2 adalah kondisi kronis di mana tubuh tidak menghasilkan cukup insulin atau tidak menggunakan insulin dengan baik sehingga menyebabkan glukosa darah meningkat karena tidak bisa masuk ke sel untuk energi. Hal ini disebabkan oleh gaya hidup tidak sehat (obesitas, kurang olahraga) dan faktor genetik. DM Tipe 2 dapat dikelola dengan pola makan sehat, olahraga, serta obat-obatan untuk mencegah komplikasi seperti penyakit jantung dan kerusakan ginjal (Perkeni, 2021).

Penatalaksanaan Diabetes Melitus Tipe II yang dikelompokkan dalam Lima Pilar yaitu edukasi, diet, aktivitas fisik, kontrol glukosa darah, terapi nonfarmakologis dan terapi farmakologis. Terapi nonfarmakologis meliputi perubahan gaya hidup dan aktivitas fisik seperti olahraga, sedangkan terapi farmakologis meliputi pemberian obat anti diabetes oral dan terapi insulin (Hasanah, dkk, 2025).

Dari lima pilar tersebut, pilar edukasi memiliki peranan yang penting dalam penatalaksanaan DM, karena dengan melakukan edukasi mengenai diabetes melitus, maka pilar ke 2 sampai ke 5 akan mudah di pahami dan di praktekkan oleh pasien. Edukasi diabetes adalah suatu proses yang dirancang untuk memberikan pengetahuan, keterampilan, dan dukungan kepada individu dengan diabetes atau mereka yang berisiko mengembangkan diabetes, agar mereka dapat mengelola kondisi kesehatan mereka dengan lebih baik. Edukasi diabetes melibatkan informasi tentang penyakit diabetes, cara mengukur dan mengontrol kadar gula darah, manajemen diet, aktivitas fisik, pengelolaan stres, serta pemahaman tentang penggunaan obat-obatan atau insulin (jika diperlukan).

Upaya meningkatkan kemampuan self-care pada pasien DM maupun masyarakat pada umumnya memerlukan peran serta perawat/tim kesehatan yang dapat dilakukan diantaranya dengan

peningkatan pengetahuan tentang penatalaksanaan penyakit diabetes mellitus melalui edukasi penyuluhan kesehatan 5 pilar diabetes mellitus dan demonstrasi pengukuran gula darah yang dapat dilakukan mandiri di rumah. Sehubungan dengan hal tersebut kami tertarik untuk melakukan kegiatan pengabdian kepada masyarakat berbasis hasil penelitian dengan judul “Manajemen Pengelolaan Penyakit Diabetes Mellitus di Desa Ciborelang Kecamatan Jatiwangi Kabupaten Majalengka” sehingga dapat meningkatkan pengetahuan dan kemampuan dalam meminimalkan faktor resiko terjadinya komplikasi akut pada penderita DM dan meningkatkan pengetahuan masyarakat pada umumnya.

METODE

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan pada tanggal Selasa 14 Oktober 2025 di Desa Ciborelang Kecamatan Jatiwangi dengan jumlah 55 orang pasien dengan Diabetes Mellitus. Pelaksanaan pengabdian masyarakat ini mendapatkan antusias dari masyarakat dengan hasil peningkatan pengetahuan yang dilihat dari hasil pretest sebelum pemberian materi dan posttest setelah pemberian materi. Pelaksanaan pengabdian selama kurang lebih 120 menit. Susunan acara kegiatan dimulai dari pembukaan, perkenalan diri tim, menyampaikan tujuan kegiatan, pretest dengan kuesioner, memaparkan materi dan diakhiri evaluasi dan pengisian kuesioner untuk post test kepada semua peserta pengabmas/

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan pada tanggal Selasa 14 Oktober 2025 di Desa Ciborelang Kecamatan Jatiwangi Kabupaten Majalengka dengan jumlah 55 orang pasien dengan Diabetes Mellitus.

Tabel 1.

Pengetahuan Pencegahan dan Pengelolaan Diabetes Mellitus di Desa Ciborelang Kecamatan Jatiwangi Kabupaten Majalengka

Pengetahuan	Baik		Cukup		Kurang		Jumlah	
	F	%	F	%	F	%	F	%
Pre Test	5	9.2	25	45.4	25	45.4	55	100
Post Test	15	27.3	30	54.5	10	18.2	55	100

Tabel 2.

Kadar Gula Darah Sewaktu di Desa Ciborelang Kecamatan Jatiwangi Kabupaten Majalengka

GDS	Jumlah	
	F	%
Normal (80-144)	15	29.3
Moderate (145-179)	22	40
High (≥ 180)	17	30.7
Jumlah	55	100



Gambar 1.

Edukasi Pencegahan dan Pengelolaan Diabetes Mellitus di Desa Ciborelang Kecamatan Jatiwangi Kabupaten Majalengka

Berdasarkan tabel 5.1 dapat diketahui bahwa ada peningkatan secara signifikan pengetahuan tentang pencegahan dan pengelolaan Diabetes Mellitus di Desa Ciborelang Kecamatan Jatiwangi Kabupaten Majalengka. Seluruh peserta mengikuti seluruh rangkaian kegiatan yang diawali dengan apersepsi, edukasi kesehatan sampai dengan pada tahapan pemeriksaan glukosa darah.

Pada masyarakat telah terjadi pergeseran pola penyakit, dari penyakit menular menjadi penyakit tidak menular karena perubahan gaya hidup. Penyakit tidak menular diantaranya adalah penyakit DM dan HT dan bagi kelompok berisiko diharapkan memiliki pengetahuan pencegahan resiko komplikasi. Pada saat pre test ada peserta dengan pengetahuan pencegahan dan pengelolaan DM yang kurang baik, namun hal ini setelah post test meningkat pengetahuannya. Peserta tahu mengenai tanda dan gejala dari Diabetes Mellitus namun untuk bagaimana pengelolaan terutama masalah nutrisi masih kurang. Pengetahuan yang dimiliki oleh individu dapat mempengaruhi seseorang dalam berperilaku. Tingkat kesadaran yang baik dipengaruhi oleh pengetahuan masyarakat yang baik pula tentang diabetes mellitus.

Pengetahuan merupakan hal mendasar untuk menyadarkan masyarakat berperilaku sehat. Pengetahuan manusia sebagian besar diperoleh dari pengalaman. Pengalaman tersebut dapat berasal dari orang lain maupun dari diri sendiri (Supardi, 2023). Pendidikan kesehatan yang diadakan ini berisi informasi tentang pencegahan dan pengelolaan penyakit Diabetes Mellitus dimana bertujuan untuk menyebarluaskan informasi, menanamkan keyakinan pada masyarakat agar meningkatkan kesadarannya, pengetahuannya sehingga dapat melaksanakan anjuran yang telah disampaikan. Pendidikan kesehatan mengenai diabetes mellitus adalah proses yang membantu penderita diabetes untuk memperoleh pengetahuan, keterampilan, dan kemampuan dalam merawat diri sendiri. Perawatan mandiri yang tepat dan efektif sangat penting bagi penderita diabetes untuk mencegah komplikasi melalui upaya promosi, pencegahan, pengobatan, dan rehabilitasi. Proses pendidikan kesehatan bertujuan untuk mempengaruhi penderita agar mengikuti rekomendasi terapi yang dianjurkan oleh tenaga kesehatan dalam merawat penyakit diabetes mellitus. Edukasi ini melibatkan tiga hal penting, yaitu pengetahuan, sikap, dan tindakan. Selain itu juga dapat meningkatkan kualitas hidup bagi penderita Diabetes Mellitus (Ernawilis, dkk., 2023).

Sejalan dengan Fatmona (2023) yang menyatakan bahwa responden dengan distribusi pengetahuan terbanyak yaitu pengetahuan baik sebanyak 85 responden (85.0%). Penangan pada diabetes dapat difasilitasi dengan dimilikinya pengetahuan tentang DM, sehingga apabila pengetahuan tentang diabetes semakin baik dan luas, akan menyebabkan semakin baik pula penanganan pada diet DM. Selain itu, perubahan perilaku juga mampu membantu pengendalian kondisi penyakit, sehingga ketahanan terhadap penyakit tersebut serta kualitas hidup akan membaik

Pengetahuan tentang diabetes mellitus akan menjadi dasar bagi seseorang untuk melakukan tindakan pencegahan agar tidak terkena penyakit tersebut.

Menurut Suryana (2023), pengetahuan bukan hanya berdasarkan dari tingkat pendidikan saja, namun hal yang terpenting adalah dengan adanya edukasi berkala agar dapat tetap mengingatnya. Pengetahuan masyarakat umum mengenai pengelolaan diri diabetes sangat penting karena akan memengaruhi perhatian dan pemberian informasi pada anggota keluarga agar mendeteksi dini DM dan komplikasinya. Selain itu juga bukan saja pengetahuan tentang bagaimana terjadinya komplikasi dan minum obat saja, pengetahuan mengenai monitoring kadar gula darah terutama pemeriksaan HbA1c atau minimal Gula Darah Sewaktu harus selalu dilakukan.

Pengetahuan tentang pencegahan dan pengelolaan Diabetes Mellitus lebih baik daripada perilaku yang tidak mengetahui pengetahuan tersebut. Pengetahuan dapat mengubah perilaku seseorang dan meningkatkan kepatuhan. Kurangnya pengetahuan akan menghambat perubahan perilaku di masyarakat karena sulit mengikuti anjuran. Oleh karena itu, penting untuk menekankan pengetahuan klien tentang penatalaksanaan penyakitnya, terutama dalam menjalani program diet diabetes. Hal ini dikarenakan kurangnya pengetahuan dan pemahaman dapat menyebabkan komplikasi. Penderita diabetes mellitus sebaiknya mengikuti pola makan seimbang untuk memenuhi kebutuhan glukosa sesuai dengan kebutuhan tubuh melalui pola makan yang sehat.

Oleh karena itu pasien membutuhkan motivasi selain dari tenaga kesehatan juga dari keluarga agar lima pilar manajemen Diabetes Mellitus ini bisa diterapkan dengan baik, sehingga nantinya tidak terjadi komplikasi lebih lanjut.

Hal yang terpenting di dalam manajemen pencegahan dan pengelolaan Diabetes Mellitus ini adalah pengontrolan gula darah. Berdasarkan hasil pemeriksaan glukosa darah pada peserta, 30,7% berada pada kelompok dengan nilai glukosa darah sewaktu yang tinggi (>180 mm/Lt). Kondisi ini dapat disebabkan karena sebagian peserta ada yang sudah terdiagnosa penyakit DM lebih dari 1 tahun namun tetap rutin datang memeriksakan diri ke puskesmas tiap bulan untuk mendapatkan terapi dan kontrol glukosa darah. Oleh karena itu motivasi dari keluarga sangatlah penting dalam pemeriksaan glukosa darah, sehingga diharapkan nantinya komplikasi ini tidak ada.

KESIMPULAN

Adanya peningkatan pengetahuan tentang pencegahan dan pengelolaan Diabetes Mellitus di Desa Ciborelang Kecamatan Jatiwangi Kabupaten Majalengka dan juga 30,7% berada pada kelompok dengan nilai glukosa darah sewaktu yang tinggi (>180 mm/Lt). Perlunya motivasi dan dukungan dari tenaga kesehatan serta keluarga agar penderita Diabetes Mellitus tidak ada komplikasi.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terimakasih yang sebesar-besarnya kepada masyarakat Desa Ciborelang Kecamatan Jatiwangi dan petugas Puskesmas yang telah menyediakan waktu dalam partisipasi ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Angga, M. D. (2022). Manajemen Diet Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 Dalam Pemenuhan Nutrisi : Sebuah Tinjauan Literatur. *Jurnal Medika Hutama*, 3(02 Januari), 1841-1845. Retrieved from <http://jurnalmedikahutama.com/index.php/IMH/article/view/386>
- Ernawilis., Nugroho, H., Suheti, Syamlan, S.F. (2023). Penyuluhan Kesehatan Tentang Pengetahuan Pencegahan Diabetes Militus Di Desa Rawat Rengas. *Jurnal Peduli Masyarakat*. Volume 5 Nomor 4, Desember 2023. e-ISSN 2721-9747; p-ISSN 2715-6524 <http://jurnal.globalhealthsciencegroup.com/index.php/IPM>
- Fatmona, F.A., Permana, D.R., Sakurawati, A. (2023). Gambaran Tingkat Pengetahuan Masyarakat tentang Pencegahan Diabetes Melitus Tipe 2 di Puskesmas Perawatan Siko. [Mahesa:

- Malahayati Health Student Journal, P-Issn: 2746-198x E-Issn: 2746-3486 Volume 3 Nomor 12 Tahun 2023] HAL 4166-4178. Doi: <https://doi.org/10.33024/mahesa.v3i12.12581>
- Hakim, A. dkk (2022). Manajemen Diabetes Melitus : An Update. Medula | Volume 12 | Nomor 1 | April 2022 |161
- Hasanah Pratiwi, N., Wahyudi, D. A., Sadhana, W., & Sutrisno. (2025). Hubungan Lima Pilar Pengelolaan Diabetes Melitus dengan Kadar Glukosa Darah pada Pasien DM Tipe II di Puskesmas Bernung. *Health Research Journal of Indonesia*, 3(3), 120–126. <https://doi.org/10.63004/hrji.v3i3.550>
- Perkeni. (2021). Buku Pedoman Pengelolaan dan Pencegahan Diabetes Mellitus Tipe 2 Dewasa di Indonesia.
- Profil Kesehatan 2024. Dinas Kesehatan Kabupaten Majalengka
- Supardi., Purnomo, Romadhani Tri., Mawardi. (2023). Tingkat Pengetahuan Upaya Pencegahan Diabetes Melitus pada Pralansia. *Jurnal Ilmu Keperawatan*. Vol. 10, No. 1 Juli 2023, Hal. 17-21 P-ISSN 2089-1466 | E-ISSN 2685-1660. <https://ejournal.umkla.ac.id/index.php/triage/article/download/651/283>
- Suryana, M., Susanto, D. H. ., Hasan, M. N. bin ., Mohd Yatim, N. U. binti, Khalidi, N. U. I. binti ., & Razali, M. binti . (2024). Gambaran Tingkat Pengetahuan Pengelolaan Diri Diabetes Melitus Tipe 2 pada Masyarakat Jakarta Barat . *Jurnal Kedokteran Meditek*, 30(2), 90–102. <https://doi.org/10.36452/jkdoktmeditek.v30i2.3219>
- World Health Organization. (2023). Diabetes. <https://www.who.int/health-topics/diabetes>