

Penyuluhan Kesehatan dalam Meningkatkan Kesadaran Masyarakat Tentang Bahaya dan Pencegahan Diabetes Melitus

Filadelvia ¹, Sudirman Sainuddin²

^{1,2} Universitas Mega Buana Palopo, Indonesia

Received : 2 Juli 2026, Revised : 12 Juli 2026, Published : 22 Juli 2026

Corresponding Author

Nama Penulis: Filadelvia

E-mail: Filadelvia1589@gmail.com

Abstrak

Diabetes melitus merupakan salah satu penyakit tidak menular yang prevalensinya terus meningkat dan berpotensi menimbulkan berbagai komplikasi serius apabila tidak dicegah sejak dini. Rendahnya pengetahuan masyarakat mengenai faktor risiko, gejala, dan upaya pencegahan menjadi salah satu penyebab tingginya angka kejadian diabetes. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat mengenai bahaya diabetes melitus serta upaya pencegahannya melalui penyuluhan kesehatan. Metode yang digunakan meliputi penyuluhan dengan ceramah, diskusi interaktif, pembagian leaflet, pemeriksaan tekanan darah dan gula darah sewaktu, serta evaluasi menggunakan pretest dan posttest pada 30 peserta. Hasil kegiatan menunjukkan peningkatan rata-rata nilai pengetahuan peserta dari 4,87 pada pretest menjadi 8,27 pada posttest atau meningkat sebesar 3,40 poin. Selain itu, pemeriksaan kesehatan menemukan beberapa peserta memiliki kadar gula darah sewaktu di atas 200 mg/dL sehingga disarankan menjalani pemeriksaan lanjutan. Kegiatan ini menunjukkan bahwa penyuluhan kesehatan efektif meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat dalam menerapkan perilaku hidup sehat sebagai upaya pencegahan diabetes melitus. Disarankan agar kegiatan edukasi dan skrining kesehatan dilaksanakan secara berkala dengan melibatkan berbagai pihak untuk mendukung deteksi dini serta pengendalian penyakit diabetes di masyarakat.

Kata kunci - Diabetes Melitus; Penyuluhan Kesehatan; Promosi Kesehatan; Pencegahan Diabetes; Pengabdian Kepada Masyarakat

Abstract

Diabetes mellitus is one of the most prevalent non-communicable diseases worldwide, with an increasing incidence that may lead to serious complications if preventive measures are not implemented early. Limited public knowledge regarding risk factors, symptoms, and preventive strategies remains one of the major contributors to the growing burden of diabetes. This community service program aimed to improve community knowledge and awareness of the dangers of diabetes mellitus and its prevention through health education. The program employed lectures, interactive discussions, leaflet distribution, blood pressure measurement, random blood glucose screening, and pretest–posttest evaluations involving 30 participants. The results showed that the participants' average knowledge score increased from 4.87 in the pretest to 8.27 in the posttest, representing an improvement of 3.40 points. Furthermore, health screening identified several participants with random blood glucose levels exceeding 200 mg/dL, indicating the need for further medical evaluation. These findings demonstrate that health education is effective in improving community knowledge and awareness, thereby encouraging the adoption of healthy lifestyle behaviors to prevent diabetes mellitus. It is recommended that regular health education and screening programs be implemented through collaboration among healthcare providers, educational institutions, and community stakeholders to support early detection and effective diabetes prevention.

Keywords - Diabetes Mellitus; Health Education; Health Promotion; Diabetes Prevention; Community Service.

How To Cite : Filadelvia, F., & Sainuddin, S. (2026). *Penyuluhan Kesehatan dalam Meningkatkan Kesadaran Masyarakat Tentang Bahaya dan Pencegahan Diabetes Melitus*. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Bangsa*, 4(5), 2577 - 2584. <https://doi.org/10.59837/jpmba.v4i5.4746>

Copyright ©2026 Filadelvia Filadelvia, Sudirman Sainuddin

PENDAHULUAN

Diabetes melitus (DM) merupakan salah satu penyakit tidak menular (PTM) yang menjadi masalah kesehatan masyarakat di seluruh dunia. Penyakit ini ditandai dengan peningkatan kadar glukosa darah akibat gangguan sekresi insulin, kerja insulin, atau kombinasi keduanya. Apabila tidak dikendalikan secara optimal, diabetes melitus dapat menyebabkan berbagai komplikasi kronis, seperti penyakit kardiovaskular, gagal ginjal, retinopati diabetik, neuropati, hingga amputasi ekstremitas bawah. Selain menurunkan kualitas hidup penderita, diabetes juga memberikan beban ekonomi yang besar bagi individu, keluarga, maupun sistem pelayanan kesehatan (International Diabetes Federation, 2025).

Menurut (International Diabetes Federation, 2025), diperkirakan lebih dari 589 juta orang dewasa berusia 20–79 tahun hidup dengan diabetes di seluruh dunia, dan jumlah tersebut diproyeksikan terus meningkat pada dekade mendatang. Di Indonesia, diabetes melitus termasuk salah satu penyakit tidak menular dengan prevalensi yang terus meningkat seiring perubahan pola hidup masyarakat, urbanisasi, peningkatan obesitas, kurangnya aktivitas fisik, serta tingginya konsumsi makanan tinggi gula dan lemak. Kondisi tersebut menjadikan diabetes sebagai salah satu prioritas utama dalam program promotif dan preventif bidang kesehatan (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2024). Banyak masyarakat baru mengetahui dirinya menderita diabetes setelah mengalami komplikasi yang cukup berat, seperti gangguan penglihatan, kerusakan ginjal, penyakit jantung, stroke, luka yang sulit sembuh, hingga amputasi pada anggota tubuh. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa rendahnya kesadaran masyarakat terhadap pentingnya pemeriksaan kesehatan secara rutin masih menjadi salah satu tantangan utama dalam upaya pengendalian diabetes (Maulasari & Artikel, 2020).

Sebagian besar kasus diabetes tipe 2 sebenarnya dapat dicegah melalui penerapan perilaku hidup sehat, seperti mengonsumsi makanan bergizi seimbang, meningkatkan aktivitas fisik, mempertahankan berat badan ideal, menghindari kebiasaan merokok, serta melakukan pemeriksaan kesehatan secara berkala. Namun demikian, rendahnya tingkat pengetahuan masyarakat mengenai faktor risiko, tanda dan gejala awal, komplikasi, serta upaya pencegahan diabetes masih menjadi tantangan dalam pengendalian penyakit ini. Kurangnya literasi kesehatan menyebabkan banyak penderita baru terdiagnosis setelah mengalami komplikasi, sehingga penanganannya menjadi lebih sulit dan memerlukan biaya yang lebih besar (World Health Organization, 2025). Komplikasi diabetes merupakan salah satu penyebab utama meningkatnya angka kecacatan dan kematian akibat penyakit tidak menular di berbagai negara. Komplikasi tersebut dapat dibedakan menjadi komplikasi akut dan komplikasi kronis. Komplikasi akut meliputi hipoglikemia, hiperglikemia berat, ketoasidosis diabetik, dan kondisi hiperosmolar yang memerlukan penanganan medis segera karena dapat mengancam jiwa (Gunarsa et al, 2021).

Pendidikan kesehatan merupakan salah satu strategi promotif yang terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan, sikap, dan perilaku masyarakat terhadap pencegahan penyakit tidak menular. Penyuluhan kesehatan melalui metode ceramah, diskusi interaktif, penggunaan media edukasi, dan pemeriksaan kesehatan sederhana mampu meningkatkan pemahaman masyarakat mengenai pentingnya deteksi dini serta perubahan gaya hidup sehat. Kombinasi edukasi dengan skrining kesehatan juga memberikan pengalaman langsung kepada peserta untuk mengetahui kondisi kesehatannya sehingga dapat meningkatkan motivasi dalam melakukan pencegahan penyakit (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2024).

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan di Praktik Mandiri Dokter Umum dengan sasaran masyarakat sekitar wilayah pelayanan kesehatan. Program dirancang dalam bentuk penyuluhan kesehatan mengenai bahaya diabetes melitus yang dipadukan dengan pemeriksaan tekanan darah, pemeriksaan gula darah sewaktu, pembagian media edukasi berupa leaflet, serta evaluasi pengetahuan melalui pretest dan posttest. Pendekatan tersebut diharapkan mampu meningkatkan pengetahuan masyarakat sekaligus mendorong deteksi dini terhadap faktor risiko diabetes sehingga dapat dilakukan tindakan pencegahan secara lebih efektif.

Berdasarkan uraian tersebut, tujuan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat mengenai bahaya diabetes melitus serta upaya pencegahannya melalui penyuluhan kesehatan dan pemeriksaan kesehatan sederhana. Hasil kegiatan diharapkan dapat mendukung upaya promotif dan preventif dalam pengendalian diabetes melitus di tingkat masyarakat serta menjadi model edukasi kesehatan yang dapat diterapkan secara berkelanjutan pada pelayanan kesehatan primer.

METODE

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan di Praktik Mandiri Dokter Umum dengan sasaran masyarakat yang berdomisili di sekitar wilayah pelayanan kesehatan. Kegiatan dilaksanakan selama 3 (tiga) hari sesuai dengan jadwal yang telah disepakati bersama penanggung jawab Praktik Mandiri Dokter Umum. Sebanyak 30 orang berpartisipasi secara sukarela dalam kegiatan ini. Program dilaksanakan sebagai upaya promotif dan preventif untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat mengenai bahaya diabetes melitus serta pentingnya penerapan perilaku hidup sehat dalam mencegah penyakit tersebut. Adapun jadwal kegiatan pelaksanaan pengabdian

Tabel 1.
Jadwal Pelaksanaan Kegiatan

No	Waktu	Aktivitas
1	23 Juni 2026	Pengurusan izin kegiatan dan koordinasi dengan penanggung jawab Praktik Mandiri Dokter Umum serta tenaga kesehatan. Persiapan materi penyuluhan dan media edukasi.
2	24 Juni 2026	Pelaksanaan penyuluhan kesehatan meliputi pre-test, penyampaian materi mengenai diabetes, diskusi interaktif, konsultasi kesehatan, pembagian leaflet edukasi, serta penutupan kegiatan.
3	25 Juni 2026	Monitoring dan evaluasi kegiatan melalui post-test, diskusi bersama peserta, pengumpulan umpan balik, serta penyusunan dokumentasi kegiatan.

Metode pelaksanaan menggunakan pendekatan edukatif-partisipatif yang melibatkan peserta secara aktif selama seluruh rangkaian kegiatan. Tahapan kegiatan meliputi persiapan, pelaksanaan, dan evaluasi. Pada tahap persiapan dilakukan koordinasi dengan pihak Praktik Mandiri Dokter Umum, penyusunan materi penyuluhan, penyediaan media edukasi berupa leaflet, serta persiapan alat pemeriksaan kesehatan, meliputi tensimeter dan alat pemeriksaan gula darah sewaktu (glucometer). Tahap pelaksanaan

1. diawali dengan registrasi peserta dan pengisian kuesioner pretest untuk mengukur tingkat pengetahuan awal mengenai diabetes melitus, meliputi pengertian, faktor risiko, gejala, komplikasi, dan upaya pencegahan.
2. Selanjutnya dilakukan pemeriksaan tekanan darah menggunakan tensimeter digital serta pemeriksaan gula darah sewaktu menggunakan glucometer oleh tenaga kesehatan. Hasil pemeriksaan disampaikan secara individual kepada peserta sebagai bagian dari upaya deteksi dini faktor risiko penyakit tidak menular.

3. Setelah pemeriksaan kesehatan, peserta mengikuti penyuluhan kesehatan yang disampaikan melalui metode ceramah, diskusi interaktif, dan pembagian leaflet edukasi. Materi yang diberikan meliputi pengertian diabetes melitus, faktor risiko, tanda dan gejala, komplikasi, pentingnya deteksi dini, pola makan sehat, aktivitas fisik, pengendalian berat badan, serta pemeriksaan kesehatan secara berkala. Selama kegiatan berlangsung, peserta diberikan kesempatan untuk mengajukan pertanyaan dan berdiskusi mengenai kondisi kesehatan yang dialami sehingga proses edukasi berlangsung secara dua arah.
4. Tahap evaluasi dilakukan dengan memberikan posttest menggunakan instrumen yang sama dengan pretest untuk mengetahui perubahan tingkat pengetahuan peserta setelah memperoleh penyuluhan. Selain itu, dilakukan evaluasi terhadap pelaksanaan kegiatan melalui observasi partisipasi peserta selama mengikuti penyuluhan.

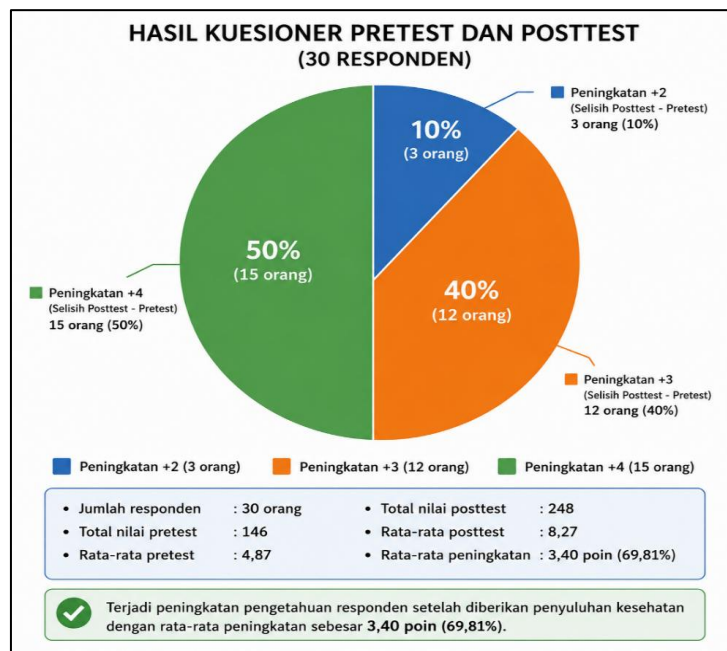
Data hasil pemeriksaan kesehatan dan nilai pretest–posttest dianalisis secara deskriptif dengan membandingkan nilai rata-rata sebelum dan sesudah intervensi serta menyajikannya dalam bentuk tabel dan grafik untuk menggambarkan efektivitas kegiatan pengabdian kepada masyarakat.

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dengan tema "Penyuluhan Kesehatan: Meningkatkan Kesadaran tentang Bahaya Penyakit Diabetes dan Bagaimana Pencegahan Penyakit Diabetes" dilaksanakan di Praktik Mandiri Dokter Umum dengan melibatkan 30 orang masyarakat sebagai peserta. Seluruh rangkaian kegiatan, mulai dari registrasi, pretest, pemeriksaan tekanan darah, pemeriksaan gula darah sewaktu, penyuluhan kesehatan, diskusi interaktif, pembagian leaflet, hingga posttest berjalan dengan baik. Peserta menunjukkan antusiasme yang tinggi selama kegiatan, ditandai dengan keaktifan dalam mengikuti penyuluhan dan mengajukan pertanyaan mengenai hasil pemeriksaan kesehatan maupun upaya pencegahan diabetes melitus.

Berdasarkan hasil pemeriksaan kesehatan terhadap 30 orang peserta, diperoleh gambaran mengenai kondisi tekanan darah dan kadar gula darah sewaktu masyarakat yang mengikuti kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat. Hasil pemeriksaan menunjukkan bahwa sebagian besar peserta memiliki tekanan darah dalam kategori normal, yaitu sekitar 120/80 mmHg, meskipun terdapat beberapa peserta yang mengalami peningkatan tekanan darah hingga 130/80 mmHg, 140/90 mmHg, dan 110/80 mmHg. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa sebagian peserta telah memiliki faktor risiko penyakit tidak menular, terutama hipertensi yang sering berkaitan dengan diabetes melitus. Sementara itu, hasil pemeriksaan gula darah sewaktu menunjukkan variasi yang cukup besar, yaitu berkisar antara 105 mg/dL hingga 236 mg/dL. Beberapa peserta memiliki kadar gula darah di atas 200 mg/dL, seperti hasil pemeriksaan 236 mg/dL dan 206 mg/dL, yang menunjukkan perlunya pemeriksaan lanjutan di fasilitas pelayanan kesehatan untuk memastikan diagnosis diabetes melitus. Selain itu, terdapat cukup banyak peserta yang memiliki kadar gula darah pada rentang 140–199 mg/dL, yang mengindikasikan adanya peningkatan kadar gula darah sehingga memerlukan perhatian melalui perubahan pola hidup dan pemantauan kesehatan secara berkala. Temuan tersebut menunjukkan bahwa masyarakat di sekitar lokasi kegiatan masih memiliki risiko terhadap penyakit diabetes dan memerlukan edukasi kesehatan secara berkelanjutan agar mampu mengendalikan faktor-faktor risiko yang dimiliki.



Gambar 1.
Hasil Kuisisioner Pretest dan Posttest

Berdasarkan hasil kuesioner yang diberikan kepada 30 responden sebelum dan sesudah pelaksanaan penyuluhan kesehatan tentang pencegahan penyakit diabetes, diketahui bahwa terjadi peningkatan tingkat pengetahuan masyarakat setelah mengikuti kegiatan edukasi. Hasil pretest menunjukkan total nilai sebesar 146 dengan rata-rata 4,87, yang menggambarkan bahwa pengetahuan awal peserta mengenai diabetes, faktor risiko, gejala, komplikasi, dan upaya pencegahan masih tergolong rendah. Setelah diberikan penyuluhan menggunakan metode ceramah, diskusi interaktif, dan pembagian leaflet edukasi, hasil posttest mengalami peningkatan dengan total nilai menjadi 248 dan rata-rata 8,27. Rata-rata peningkatan nilai sebesar 3,40 poin menunjukkan bahwa materi yang diberikan mampu meningkatkan pemahaman peserta secara signifikan. Berdasarkan diagram lingkaran, sebanyak 15 responden (50%) mengalami peningkatan nilai sebesar 4 poin, 12 responden (40%) mengalami peningkatan sebesar 3 poin, dan 3 responden (10%) mengalami peningkatan sebesar 2 poin. Tidak terdapat responden yang mengalami penurunan nilai setelah penyuluhan, sehingga dapat disimpulkan bahwa seluruh peserta memperoleh manfaat dari kegiatan edukasi yang dilaksanakan. Temuan ini menunjukkan bahwa penyuluhan kesehatan merupakan metode yang efektif dalam meningkatkan pengetahuan masyarakat mengenai bahaya penyakit diabetes dan pentingnya menerapkan pola hidup sehat sebagai upaya pencegahan, sehingga kegiatan serupa perlu dilaksanakan secara rutin dan berkelanjutan untuk mendukung peningkatan derajat kesehatan masyarakat.

B. Pembahasan

Peningkatan pengetahuan peserta setelah mengikuti penyuluhan menunjukkan bahwa Penyuluhan kesehatan merupakan salah satu strategi promosi kesehatan yang efektif dalam meningkatkan pengetahuan masyarakat mengenai pencegahan penyakit tidak menular, termasuk diabetes melitus. Kegiatan edukasi yang dipadukan dengan pemeriksaan kesehatan memberikan pengalaman belajar yang lebih bermakna karena peserta tidak hanya memperoleh informasi, tetapi juga mengetahui kondisi kesehatannya secara langsung. Pendekatan ini mampu meningkatkan kesadaran masyarakat untuk menerapkan perilaku hidup sehat, seperti mengurangi konsumsi makanan tinggi gula, meningkatkan aktivitas fisik, menjaga berat badan ideal, serta melakukan

pemeriksaan kesehatan secara rutin. Dukungan keluarga, lingkungan sekolah, tempat kerja, dan masyarakat memiliki peran penting dalam menciptakan lingkungan yang mendukung perilaku hidup sehat (Akilakanya & Kurniati, 2021).



Gambar 2.

Penyuluhan dan Diskusi Interaktif Kepada Masyarakat

Hasil pengabdian ini sejalan dengan penelitian (Anastasya dan Dewi, 2024) yang menyatakan bahwa peningkatan pengetahuan masyarakat berkontribusi terhadap perubahan perilaku dalam pengendalian kadar gula darah dan pencegahan komplikasi diabetes melitus. Temuan ini juga didukung oleh (International Diabetes Federation, 2025) yang menegaskan bahwa edukasi kesehatan berbasis masyarakat merupakan salah satu komponen utama dalam strategi pencegahan diabetes karena mampu meningkatkan kesadaran, memperbaiki perilaku kesehatan, dan mendorong deteksi dini pada kelompok berisiko. Dalam konteks diabetes melitus, penyuluhan kesehatan memiliki peran penting dalam memberikan edukasi mengenai pentingnya menjaga pola makan bergizi seimbang, membatasi konsumsi gula berlebih, meningkatkan aktivitas fisik, menjaga berat badan ideal, serta melakukan pemeriksaan kadar gula darah secara berkala (Angriani, 2020).

Evaluasi kegiatan dilakukan melalui perbandingan hasil pretest dan posttest, observasi partisipasi peserta selama penyuluhan, serta hasil pemeriksaan tekanan darah dan gula darah sewaktu. Hasil evaluasi menunjukkan bahwa kegiatan berjalan dengan baik dan mampu mencapai tujuan yang telah ditetapkan. Hal ini dibuktikan dengan meningkatnya rata-rata nilai pengetahuan peserta dari 4,87 pada pretest menjadi 8,27 pada posttest. Selain itu, peserta menunjukkan antusiasme yang tinggi selama kegiatan berlangsung, terlihat dari keaktifan dalam mengikuti penyuluhan, berdiskusi, serta mengajukan pertanyaan terkait diabetes melitus dan penerapan pola hidup sehat. Pemeriksaan kesehatan juga berhasil mengidentifikasi beberapa peserta yang memiliki kadar gula darah di atas nilai normal sehingga dapat diberikan edukasi dan rekomendasi untuk melakukan pemeriksaan lanjutan di fasilitas pelayanan kesehatan. Meskipun kegiatan terlaksana dengan baik, terdapat beberapa kendala yang dihadapi selama pelaksanaan. Sebagian peserta memiliki tingkat pendidikan dan pemahaman yang berbeda sehingga penyampaian materi harus dilakukan secara bertahap dengan bahasa yang lebih sederhana agar mudah dipahami. Keterbatasan waktu pelaksanaan juga menyebabkan sesi diskusi belum dapat mengakomodasi seluruh pertanyaan peserta secara mendalam. Selain itu, pemeriksaan gula darah yang dilakukan hanya berupa gula darah sewaktu sehingga hasil skrining belum dapat digunakan sebagai dasar penegakan diagnosis diabetes melitus dan masih memerlukan pemeriksaan lanjutan sesuai standar pelayanan kesehatan. Secara keseluruhan, kendala yang ditemui tidak mengurangi keberhasilan pelaksanaan kegiatan. Sebaliknya, hasil evaluasi menjadi masukan penting untuk penyelenggaraan kegiatan pengabdian berikutnya, seperti penambahan durasi

penyuluhan, penyediaan media edukasi yang lebih variatif, serta pelaksanaan skrining kesehatan secara berkala agar manfaat yang diperoleh masyarakat dapat lebih optimal dan berkelanjutan.

Selain meningkatkan pengetahuan, kegiatan ini berhasil mengidentifikasi beberapa peserta yang memiliki kadar gula darah tinggi dan tekanan darah di atas normal. Hasil tersebut menunjukkan bahwa pelaksanaan skrining sederhana di tingkat masyarakat dapat menjadi upaya preventif yang efektif untuk menemukan individu yang berisiko sehingga dapat segera memperoleh pemeriksaan lanjutan dan penanganan medis yang tepat. Dengan demikian, integrasi antara penyuluhan kesehatan dan pemeriksaan kesehatan sederhana merupakan model pengabdian kepada masyarakat yang efektif dalam mendukung program promotif dan preventif pengendalian penyakit diabetes melitus di tingkat pelayanan kesehatan primer.

KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat melalui penyuluhan kesehatan tentang bahaya dan pencegahan diabetes melitus berhasil meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat mengenai faktor risiko, gejala, komplikasi, serta upaya pencegahan penyakit. Hal ini ditunjukkan oleh peningkatan rata-rata nilai pengetahuan peserta dari 4,87 pada pretest menjadi 8,27 pada posttest. Selain itu, pemeriksaan tekanan darah dan gula darah sewaktu berhasil mengidentifikasi beberapa peserta yang memiliki faktor risiko diabetes sehingga dapat memperoleh tindak lanjut melalui pemeriksaan kesehatan lebih lanjut. Hasil tersebut menunjukkan bahwa kombinasi penyuluhan kesehatan dan skrining sederhana merupakan pendekatan yang efektif dalam mendukung upaya promotif dan preventif pengendalian diabetes melitus di masyarakat. Adapun saran Kegiatan penyuluhan kesehatan dan skrining diabetes melitus perlu dilaksanakan secara berkala dengan melibatkan tenaga kesehatan, institusi pendidikan, dan pemerintah setempat agar cakupan edukasi masyarakat semakin luas. Sebagai tindak lanjut dari kegiatan ini, disarankan untuk melaksanakan program pengabdian bertema "Pendampingan Perubahan Gaya Hidup Sehat dan Deteksi Dini Diabetes Melitus Berbasis Masyarakat". Kegiatan ini dapat difokuskan pada edukasi pola makan sehat, pelatihan aktivitas fisik yang sesuai, pemantauan tekanan darah dan gula darah secara berkala, serta pembentukan kader kesehatan sebagai agen edukasi di masyarakat. Melalui kegiatan lanjutan tersebut, diharapkan pengetahuan yang telah diperoleh peserta dapat diterapkan secara berkelanjutan sehingga mampu meningkatkan perilaku hidup sehat, memperkuat upaya deteksi dini, dan menurunkan risiko terjadinya diabetes melitus beserta komplikasinya.

DAFTAR PUSTAKA

- American Diabetes Association. (2025). Standards of Care in Diabetes—2025. *Diabetes Care*, 48(Supplement_1), S1–S350. <https://doi.org/10.2337/dc25-SINT>
- Akilakanya, W., & Kurniati, S. (2021). Sewaktu Pada Penderita Diabetes Melitus Tipe Dua Association Between Eating Pattern And Random Blood Glucose Level In Patient With Type Two Diabetes Mellitus. *Damianus Journal Of Medicine*, 20(2), 135–143.
- Anastasya, M., & Dewi, I. (2024). Peningkatan kadar gula darah pada penderita diabetes melitus tipe 2. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa & Penelitian Keperawatan*, 4(1), 17–23.
- Angriani, S. (2020). Penderita Diabetes Mellitus Tipe Ii Di Wilayah Kerja. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Diagnosis*, 15(2), 102–106.
- Gunarsa, S. D., Wibowo, S., Jasmani, S.-P., & Olahraga, F. I. (2021). Hubungan Kualitas Tidur Dengan Kebugaran Jasmani Siswa. *Jurnal Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan*, 09(01), 43–48.
- International Diabetes Federation. (2025). IDF Diabetes Atlas (11th ed.). International Diabetes Federation. <https://diabetesatlas.org>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2024). Profil Kesehatan Indonesia 2023. *Kementerian Kesehatan Republik Indonesia*. <https://www.kemkes.go.id>

- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2024). Strategi Nasional Penanggulangan Penyakit Tidak Menular Tahun 2024–2029. *Kementerian Kesehatan Republik Indonesia*.
- Maulasari, Y., & Artikel, I. (2020). Tingkat Kecemasan Pada Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 Yulia. *Higeia Journal Of Public Health Research And Development*, 4(Special 3), 660–670.
- World Health Organization. (2025). Diabetes. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/diabetes>