

**PENINGKATAN PENGETAHUAN PENDERITA DIABETES MELITUS
MELALUI EDUKASI KESEHATAN DI LAPANGAN BENTENG MEDAN**

*Improving the Knowledge of Diabetes Mellitus Patients Through Health
Education at Benteng Field Medan*

Elliya Siswanti¹, Syafriadi²

Program Studi S-1 Farmasi, Fakultas Kesehatan Universitas Ubudiyah Indonesia
, Banda Aceh, Indonesia, 23127

*Koresponding Penulis: elliya@uui.ac.id

Abstrak

Diabetes melitus merupakan penyakit kronis yang membutuhkan pengelolaan dan pemahaman yang baik untuk mencegah terjadinya komplikasi. Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan meningkatkan pengetahuan pengunjung mengenai diabetes melitus melalui edukasi kesehatan di Lapangan Benteng Medan. Edukasi dilakukan dengan metode ceramah, diskusi interaktif, dan pembagian leaflet kesehatan kepada pengunjung yang datang ke lokasi kegiatan. Penilaian dilakukan menggunakan pretest dan posttest sederhana. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan masyarakat mengenai gejala diabetes, faktor risiko, pola hidup sehat, serta pentingnya pengontrolan kadar gula darah secara rutin. Edukasi kesehatan di ruang publik efektif meningkatkan kesadaran masyarakat terhadap pencegahan dan pengelolaan diabetes melitus.

Kata Kunci: diabetes melitus, edukasi kesehatan, pengetahuan masyarakat, pencegahan, Lapangan Benteng Medan

Abstract

Diabetes mellitus is a chronic disease that requires proper management and understanding to prevent complications. This community service activity aimed to improve visitors' knowledge regarding diabetes mellitus through health education at Benteng Field Medan. The educational program was conducted using lectures, interactive discussions, and the distribution of health leaflets to visitors attending the activity location. Evaluation was carried out using simple pretest and posttest assessments. The results showed an improvement in public knowledge regarding diabetes symptoms, risk factors, healthy lifestyles, and the importance of regular blood glucose monitoring. Health education conducted in public areas proved effective in increasing community awareness about the prevention and management of diabetes mellitus.

Keywords: diabetes mellitus, health education, public knowledge, prevention, Benteng Field Medan

PENDAHULUAN

Diabetes melitus merupakan salah satu penyakit tidak menular yang menjadi perhatian dunia karena angka kejadiannya terus meningkat setiap tahun. Penyakit ini terjadi akibat gangguan metabolisme yang ditandai dengan peningkatan kadar glukosa darah karena tubuh tidak mampu memproduksi insulin secara optimal atau tidak dapat menggunakan insulin secara efektif. Fakta dan angka tentang diabetes

menunjukkan peningkatannya, menurut International Diabetes Federation . (2025) melaporkan bahwa 11,1% dari populasi dewasa usia 20-79 tahun hidup dengan diabetes. hal ini terjadi akibat perubahan pola hidup dan kurangnya aktivitas fisik, serta rendahnya kesadaran masyarakat terhadap pentingnya pemeriksaan kesehatan. Pengetahuan masyarakat mengenai diabetes melitus menjadi faktor penting dalam upaya

pengecahan dan pengendalian penyakit. Rendahnya tingkat pengetahuan dapat menyebabkan masyarakat kurang memahami gejala awal, faktor risiko, serta pentingnya penerapan pola hidup sehat. Kondisi tersebut berpotensi meningkatkan risiko komplikasi dan menurunkan kualitas hidup penderita. Oleh karena itu, edukasi kesehatan diperlukan sebagai upaya promotif dan preventif untuk meningkatkan pemahaman masyarakat mengenai diabetes melitus. Edukasi kesehatan dapat dilakukan melalui penyuluhan langsung, diskusi interaktif, maupun penggunaan media edukasi yang mudah dipahami oleh masyarakat.

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa edukasi kesehatan memiliki pengaruh positif terhadap peningkatan pengetahuan masyarakat mengenai diabetes melitus. Yunus dkk., (2025) menjelaskan bahwa pemberian edukasi sangat berperan penting dalam meningkatkan pemahaman kesehatan dan kemampuan pasien diabetes melitus untuk mengelola penyakitnya secara mandiri. Selain itu, penelitian Iriani dkk., (2025) menyatakan bahwa penyuluhan kesehatan dengan metode interaktif efektif meningkatkan kesadaran masyarakat terhadap pencegahan diabetes melitus.

Lapangan Benteng Medan merupakan salah satu ruang publik yang banyak dikunjungi masyarakat untuk berolahraga, berkumpul, dan melakukan aktivitas sosial. Banyaknya pengunjung yang datang menjadikan lokasi ini strategis sebagai tempat pelaksanaan edukasi kesehatan kepada masyarakat. Edukasi kesehatan yang dilakukan secara langsung di ruang publik diharapkan dapat menjangkau masyarakat lebih luas, baik penderita diabetes maupun masyarakat umum yang memiliki faktor risiko penyakit tersebut. Melalui kegiatan edukasi kesehatan ini, masyarakat diharapkan mampu memahami pentingnya menjaga pola hidup sehat, melakukan pemeriksaan kesehatan secara rutin, serta meningkatkan kesadaran terhadap pencegahan komplikasi diabetes melitus.

Berdasarkan uraian tersebut, kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan untuk

meningkatkan pengetahuan pengunjung mengenai diabetes melitus melalui edukasi kesehatan di Lapangan Benteng Medan. Kegiatan ini diharapkan dapat memberikan manfaat dalam meningkatkan kesadaran masyarakat terhadap pentingnya pencegahan dan pengelolaan diabetes melitus secara mandiri.

METODE

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan di Lapangan Benteng Medan dengan sasaran pengunjung yang datang ke lokasi kegiatan pada tanggal 11 Januari 2026. Kegiatan bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat mengenai diabetes melitus melalui edukasi kesehatan secara langsung. Sasaran kegiatan meliputi masyarakat umum, baik penderita diabetes melitus maupun pengunjung yang memiliki faktor risiko penyakit diabetes. Metode pelaksanaan kegiatan dilakukan dalam beberapa tahapan, yaitu tahap persiapan, pelaksanaan, dan evaluasi. Pada tahap persiapan, tim pengabdian menyusun materi edukasi mengenai diabetes melitus dan menyiapkan media edukasi berupa leaflet sebagai alat pendukung kegiatan. Tahap pelaksanaan dilakukan dengan pendekatan edukasi kesehatan secara langsung kepada pengunjung yang berada di area Lapangan Benteng Medan. Metode edukasi dilakukan melalui ceramah singkat, diskusi interaktif, dan pembagian leaflet kesehatan. Pengunjung diberikan kesempatan untuk bertanya dan berdiskusi mengenai diabetes melitus serta cara pengelolaannya dalam kehidupan sehari-hari. Edukasi dilakukan menggunakan bahasa yang sederhana dan mudah dipahami agar informasi dapat diterima dengan baik oleh seluruh peserta. Tahap evaluasi dilakukan secara sederhana melalui sesi tanya jawab dan pemberian pertanyaan singkat sebelum dan sesudah kegiatan edukasi. Hasil evaluasi digunakan untuk menilai peningkatan pengetahuan masyarakat mengenai diabetes melitus setelah mengikuti kegiatan.

Kegiatan pengabdian masyarakat ini diharapkan mampu meningkatkan kesadaran pengunjung terhadap pentingnya pola hidup

sehat, pencegahan komplikasi, serta pengelolaan diabetes melitus secara mandiri sehingga dapat mendukung peningkatan kualitas hidup masyarakat.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dengan tema peningkatan pengetahuan diabetes melitus melalui edukasi kesehatan dilaksanakan di Lapangan Benteng dengan sasaran pengunjung yang datang ke lokasi tersebut. Kegiatan ini dilakukan sebagai upaya promotif dan preventif untuk meningkatkan pemahaman masyarakat mengenai diabetes melitus serta pencegahan komplikasinya. Metode yang digunakan meliputi penyuluhan kesehatan, diskusi interaktif, tanya jawab, dan pembagian leaflet edukasi mengenai diabetes melitus.

Materi edukasi yang diberikan mencakup pengertian diabetes melitus, faktor risiko, tanda dan gejala, pentingnya pengaturan pola makan, aktivitas fisik, kepatuhan pengobatan, serta pemeriksaan gula darah secara rutin. Selama kegiatan berlangsung, peserta menunjukkan antusiasme yang tinggi. Hal ini terlihat dari partisipasi aktif pengunjung dalam sesi diskusi dan banyaknya pertanyaan yang diajukan terkait pola hidup sehat serta pengendalian kadar gula darah. Sebagian peserta menyampaikan bahwa mereka sebelumnya hanya mengetahui diabetes melitus sebagai penyakit gula tanpa memahami komplikasi dan cara pencegahannya.

Berdasarkan hasil evaluasi melalui pretest dan posttest sederhana, terjadi peningkatan pengetahuan pengunjung setelah diberikan edukasi kesehatan. Sebelum edukasi dilakukan, sebagian besar peserta belum memahami faktor risiko diabetes melitus secara menyeluruh, seperti obesitas, kurang aktivitas fisik, dan pola makan tinggi gula. Setelah kegiatan berlangsung, peserta mampu menjelaskan kembali pentingnya menjaga pola makan sehat, rutin berolahraga, serta melakukan pemeriksaan kesehatan secara berkala. Selain itu, peserta juga mulai memahami bahwa diabetes melitus dapat

dicegah dan dikendalikan melalui perubahan gaya hidup sehat.



Gambar 1. Dokumentasi penulis saat pemberian media edukasi berupa leaflet

Hasil kegiatan ini sejalan dengan penelitian Mardhiyani dan Janu. (2025) yang menyatakan bahwa edukasi kesehatan dapat meningkatkan pengetahuan pasien mengenai pengelolaan diabetes melitus dan kepatuhan dalam menjalani terapi obat.

Penelitian Simamora. (2025) juga menunjukkan bahwa penyuluhan kesehatan dengan metode interaktif lebih efektif meningkatkan pemahaman masyarakat agar lebih mudah memahami informasi yang diberikan. Selain itu Wahyuni dan Septiawan. (2022) menjelaskan bahwa tingkat pengetahuan yang baik memiliki hubungan dengan keberhasilan pengendalian kadar gula darah pada penderita diabetes melitus tipe 2.

Menurut Magliano at el. (2021), peningkatan kasus diabetes melitus dipengaruhi oleh perubahan pola hidup masyarakat modern, seperti konsumsi makanan tinggi kalori, kurangnya aktivitas fisik, dan rendahnya kesadaran terhadap pemeriksaan kesehatan rutin.

Penyampaian informasi secara langsung di ruang publik seperti Lapangan Benteng Medan memberikan keuntungan karena masyarakat dapat memperoleh informasi kesehatan dengan mudah di tengah

aktivitas sehari-hari. Selain itu, penggunaan media leaflet membantu peserta mengingat kembali materi yang telah disampaikan selama kegiatan.

Kegiatan pengabdian masyarakat ini memberikan dampak positif terhadap peningkatan pengetahuan dan kesadaran masyarakat mengenai diabetes melitus. Melalui edukasi kesehatan yang dilakukan, masyarakat diharapkan mampu menerapkan pola hidup sehat, menjaga kadar gula darah tetap terkontrol, serta melakukan pemeriksaan kesehatan secara rutin guna mencegah komplikasi diabetes melitus. Kegiatan serupa perlu dilakukan secara berkelanjutan agar upaya promotif dan preventif terhadap penyakit tidak menular dapat berjalan lebih optimal di masyarakat.

KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat mengenai peningkatan pengetahuan diabetes melitus melalui edukasi kesehatan di Lapangan Benteng terbukti mampu meningkatkan pemahaman masyarakat mengenai diabetes melitus, terutama terkait faktor risiko, gejala, pola hidup sehat, pengendalian kadar gula darah, serta pencegahan komplikasi penyakit.

Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan pengunjung setelah diberikan edukasi kesehatan. Masyarakat menjadi lebih memahami pentingnya menjaga pola makan, melakukan aktivitas fisik secara rutin, serta melakukan pemeriksaan kesehatan secara berkala sebagai upaya pencegahan dan pengendalian diabetes melitus. Pelaksanaan edukasi di ruang publik seperti Lapangan Benteng Medan dinilai efektif karena dapat menjangkau masyarakat secara luas dan meningkatkan kesadaran kesehatan secara langsung.

Kegiatan ini diharapkan dapat menjadi langkah promotif dan preventif dalam menurunkan risiko komplikasi diabetes melitus serta mendorong masyarakat untuk menerapkan perilaku hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari.

REFERENSI

- International Diabetes Federation . (2025). Fakta dan Angka Diabetes menunjukkan dampak global bagi individu, keluarga, dan negara. https://idf-org.translate.google/about-diabetes/diabetes-facts-figures/?_x_tr_sl=en&_x_tr_tl=id&_x_tr_hl=id&_x_tr_pto=tc&_x_tr_hist=true
- Iriani, I., Rabiah, & Maryam. (2025). Penyuluhan kesehatan tentang diabetes mellitus di Desa Enu Kecamatan Sindue Kabupaten Donggala Provinsi Sulawesi Tengah. *Jurnal Kolaboratif Sains, 8*(8), 4996–5004. <https://jurnal.unismuhpalu.ac.id/index.php/JKS>
- Magliano, D., Boyko, E., & Atlas, I. (2021). Gambar global. *IDF DIABETES ATLAS*.<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK581940/>
- Mardhiyani, D., & Janu, J. (2025). Literature review: Pengaruh edukasi terhadap pengetahuan dan kepatuhan mengonsumsi obat pada pasien diabetes mellitus. *Jurnal Mahasiswa Ilmu Kesehatan*, 3(2), 220–232. <https://doi.org/10.59841/jumkes.v3i2.2577>
- Simamora, P. (2025). Implementasi edukasi interaktif sebagai strategi peningkatan pengetahuan pencegahan diabetes melitus pada masyarakat Desa Huta Tonga. *Journal of Community Health Development (JCHD)*, 1(1).<https://ejournal.stikesnamira.ac.id/index.php/jchd/article/view/47>
- Wahyuni, I., dan Septiawan, T. (2022). Hubungan tingkat pengetahuan tentang diabetes melitus dengan kadar gula darah pada pasien diabetes melitus tipe 2: Literatur review. *Borneo Student Research*, 3(3)
- Yunus, Hamim, N., dan Rahmad, N. N. (2025). Pengaruh edukasi terhadap kemandirian penderita diabetes mellitus dalam penurunan kadar gula darah di Desa Gesang Kecamatan Tempeh Kabupaten Lumajang. *Health Research Journal*, 3(2).