



Program Cerdas (Cegah Risiko Diabetes) Sebagai Upaya Pencegahan Diabetes Melitus Di Desa Wonorejo RT 17, Kecamatan Satui, Kabupaten Tanah Bumbu, Kalimantan Selatan

Program Cerdas (Prevention Of Diabetes) As A Prevention Against Diabetes Mellitus In The Village Of Wonorejo RT 17, Kecamatan Satui, Kabupaten Tanah Bumbu, South Kalimantan

Nur Laily¹, Salsabila Hayati², Selvia Selvia³, Silvi Lidiawati⁴, Siti Assyifa⁵

Program Studi Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kedokteran, Universitas Lambung Mangkurat,
Banjarbaru

Korespondensi Email: 2010912220024@mhs.ulm.ac.id

Abstract: *Diabetes Mellitus is a chronic disease that occurs because the pancreas does not produce sufficient insulin or the body is ineffective using insulin. Based on the community diagnosis in the community RT.17 Wonorejo village in 2022, Diabetes Melitus as a priority of health problems that must be interferenced because the percentage of diabetes case mellitus by 3.1%. Alternative troubleshooting Diabetes Mellitus in Wonorejo RT 17 village is with CERDAS program. The CERDAS program consists of the activities of establishing and coaching, citing, and blood sugar examination. The purpose of the CERDAS program is to improve the knowledge of the public about diabetes mellitus and encourage the community to regularly check blood sugar examination. The method of implementing the CERDAS program is a lecture and discussion. The results of the devotion showed by the development of 100% CERDAS cadre knowledge included in either category and 100% CERDAS cadre can perform its duties. The CERDAS cadre is prepared to assist free counseling and examination of free blood supervisors and provide information on diabetes mellitus through the whatsapp group. Community knowledge of Diabetes Mellitus after extension is included with a good category of 57.7% and category less than 42.5%.*

Keywords: *diabetes, cadres, counseling*

Abstrak. Diabetes melitus merupakan penyakit kronis yang terjadi karena pankreas tidak menghasilkan insulin yang cukup atau tubuh tidak efektif menggunakan insulin. Berdasarkan diagnosa komunitas pada masyarakat RT.17 Desa Wonorejo tahun 2022, didapatkan diabetes melitus sebagai prioritas masalah kesehatan yang harus diintervensi karena presentase kasus diabetes melitus sebesar 3,1%. Alternatif pemecahan masalah diabetes melitus di Desa Wonorejo RT 17 yaitu dengan Program CERDAS. Program CERDAS terdiri dari kegiatan pembentukan dan pembinaan kader, penyuluhan, serta pemeriksaan gula darah. Tujuan dari program CERDAS adalah meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang diabetes melitus dan mendorong masyarakat agar rutin melakukan pemeriksaan gula darah. Metode pelaksanaan program CERDAS adalah ceramah dan diskusi. Hasil pengabdian menunjukkan setelah dilakukan pembinaan pengetahuan kader CERDAS 100% termasuk dalam kategori baik dan kader CERDAS 100% dapat menjalankan tugasnya. Kader CERDAS disiapkan untuk membantu kegiatan penyuluhan dan pemeriksaan gula darah gratis serta memberikan informasi mengenai Diabetes Melitus melalui

grup Whatsapp. Pengetahuan masyarakat mengenai Diabetes Melitus setelah dilakukan penyuluhan termasuk kategori baik yaitu sebesar 57,7% dan kategori kurang 42,5%.

Kata Kunci: diabetes, kader, penyuluhan, pemeriksaan

PENDAHULUAN

Diabetes melitus merupakan penyakit kronis yang terjadi karena pankreas tidak menghasilkan insulin yang cukup atau tubuh tidak efektif menggunakan insulin. Penyakit ini mempunyai 2 jenis, yaitu diabetes melitus tipe 1 dan diabetes tipe 2. Penyakit diabetes tipe 1 dapat menyebabkan tubuh tidak mampu menghasilkan serta memproduksi hormon insulin sehingga kadar gula melebihi batas abnormal. Diabetes tipe 1 berbeda dengan diabetes melitus tipe 2, dimana diabetes melitus tipe 2 menyebabkan tubuh kelebihan gula darah sehingga tubuh mengalami kondisi kekurangan insulin¹.

Berdasarkan data *International Diabetes Federation* (IDF), Indonesia berstatus waspada karena menempati urutan ke-7 dari 10 negara dengan jumlah pasien tertinggi pada tahun 2019 yaitu 10,7 juta orang menderita diabetes melitus. Pada tahun 2020 prevalensi diabetes melitus mencapai 6,2% yang artinya ada lebih dari 10,8 juta orang menderita diabetes melitus. Namun, kondisi yang membahayakan adalah 50,1% penyandang diabetes melitus tidak terdiagnosis, bahkan sebanyak 75% pasien diabetes melitus pada tahun 2020 berusia 20-64 tahun. Tahun 2021 prevalensi diabetes melitus di Indonesia menempati urutan ke-3 di wilayah Asia Tenggara dengan prevalensi sebesar 11,3%. Hasil Riset Kesehatan Dasar menunjukkan peningkatan kejadian diabetes melitus dari 6,2% pada tahun 2020 menjadi 11,3% pada tahun 2021².

Kalimantan Selatan mengalami kenaikan total penderita diabetes melitus mulai 11.009 orang ditahun 2016 menjadi 41.117 orang ditahun 2017 menduduki peringkat ke-3 penyakit terbanyak di Kalimantan Selatan dan sebanyak 341 orang meninggal dunia pada tahun 2017 yang disebabkan oleh diabetes³. Berdasarkan diagnosa komunitas pada masyarakat RT.17 Desa Wonorejo, Kecamatan Satui, Kabupaten Tanah Bumbu tahun 2022, didapatkan penyakit diabetes

¹ Sulistyowati et al., "Penerapan Metode Forward Chaining Untuk Mendiagnosa Penyakit Diabetes Militus Tipe 2," in *Seminar Nasional Sains Dan Teknologi Terapan Seminar Nasional Sains Dan Teknologi Terapan*, 2022, 1–7.

² Lelly Novitasari and Nurulistyan Tri Purnanto, "Asuhan Keperawatan Keluarga Tn. S Dengan Fokus Intervensi Penatalaksanaan Air Rebusan Daun Pandan Wangi Pada Ny.S Dengan Diabetes Melitus Di Desa Nambuhan," *Ilmiah The Shine (Juliene)* (2022): 94–101, <https://theshinejournal.org/>.

³ Kesehatan Riskerdas, "Hasil Utama Riset Kesehatan Dasar (RISKEDAS)," *Journal of Physics A: Mathematical and Theoretical* 8, no. 44 (2018): 1–200, <https://doi.org/10.1088/1751-8113/44/8/085201>.

melitus sebagai prioritas masalah kesehatan yang harus diintervensi karena presentase kasus diabetes melitus sebesar 3,1%.

Alternatif pemecahan masalah diabetes melitus di Desa Wonorejo RT 17 yaitu dengan Program CERDAS (Cegah Risiko Diabetes Melitus). Program CERDAS merupakan upaya pencegahan risiko penyakit diabetes melitus yang terdiri dari, pembentukan serta pembinaan kader CERDAS, penyuluhan mengenai diabetes melitus, dan pemeriksaan gula darah. Tujuan dari program CERDAS adalah meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang diabetes melitus dan mendorong masyarakat agar rutin melakukan pemeriksaan gula darah. Program ini diharapkan dapat mengurangi risiko penyakit diabetes melitus pada Masyarakat Desa Wonorejo RT 17.

METODE

Program CERDAS terdiri dari kegiatan pembentukan dan pembinaan kader, penyuluhan, serta pemeriksaan gula darah. Program CERDAS dilaksanakan oleh tim pelaksana yaitu mahasiswi Kesehatan Masyarakat Fakultas Kedokteran Universitas Lambung Mangkurat. Rangkaian kegiatan dimulai dengan perekrutan kader pada tanggal 21-24 Juli tahun 2022. Spesifikasi kader yaitu bersedia menjadi kader, dapat membaca dan menulis, berjiwa sosial, mau bekerja secara sukarela, mengetahui adat istiadat dan kebiasaan masyarakat, serta bertempat tinggal di wilayah Desa Wonorejo RT.17. Kader CERDAS bertugas untuk mempersiapkan kegiatan penyuluhan dan pemeriksaan gula darah serta memberikan informasi mengenai diabetes melitus melalui grup *whatsapp* khusus RT.17 Desa Wonorejo.

Kader CERDAS yang terpilih diberikan informasi mengenai diabetes melitus untuk meningkatkan pengetahuan sekaligus pembinaan terkait tugas dan fungsi kader CERDAS dengan media berupa poster dan buku saku kader CERDAS. Pengetahuan kader diukur dengan menggunakan *pre-post test* sedangkan untuk pengukuran kemampuan penerapan tugas dan fungsi kader CERDAS dilakukan dengan menggunakan lembar *checklist* observasi.

Kegiatan penyuluhan diabetes melitus dan pemeriksaan gula darah pada masyarakat dilaksanakan pada tanggal 28 Juli 2022 bertempat dikediaman ketua RT.17 Desa Wonorejo. Sebelum pemeriksaan gula darah masyarakat diarahkan untuk mengisi *pre-test*. Penyuluhan menggunakan metode ceramah dengan media intervensi berupa poster. Masyarakat diberi kesempatan untuk bertanya dan berdiskusi mengenai informasi yang diberikan. Pengisian *post-test* dilakukan setelah diskusi untuk mengukur perubahan pengetahuan masyarakat.

HASIL

Pembentukan dan Pembinaan Kader Cerdas

Perekrutan kader CERDAS mendapatkan 2 orang yang memenuhi spesifikasi. Berdasarkan hasil pembinaan, tingkat pengetahuan kader CERDAS sebagai berikut.

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Pengetahuan Kader CERDAS

Pengetahuan Kader CERDAS	Baik		Kurang	
	f	%	f	%
Sebelum	1	50	1	50
Sesudah	2	100	0	0

Sumber: Kegiatan PBL II Mahasiswa PSKM FK ULM Tahun 2022

Pengetahuan kader CERDAS menunjukkan 50% termasuk kategori baik dan 50% termasuk kategori kurang. Setelah dilakukan pembinaan, hasil *pre-post test* pengetahuan kader menunjukkan 100% termasuk dalam kategori baik.

Tabel 2. Penilaian Kemampuan Kader CERDAS

Indikator Pemantauan	Hasil Pemantauan	
	Ya	Tidak
A. Tugas Kader sebelum Kegiatan Penyuluhan dan Pemeriksaan Gula Darah		
Mengundang dan menggerakkan masyarakat untuk datang.	✓	
Membersihkan tempat kegiatan.	✓	
Memasang spanduk dan poster.	✓	
Menyediakan meja dan kursi.	✓	
Menyediakan alat tulis.	✓	
Menyiapkan daftar hadir.	✓	
Menyiapkan lembar <i>prepost test</i> .	✓	
Menyiapkan alat dan bahan pengecekan gula darah.	✓	
Mempersiapkan konsumsi.	✓	
Menyiapkan <i>doorprize</i> .	✓	
B. Tugas Kader saat Kegiatan Penyuluhan dan Pemeriksaan Gula Darah		
Mengurus pendaftaran atau absen.	✓	
Mencatat hasil pemeriksaan gula darah.	✓	
Membagikan konsumsi.	✓	
Membagikan <i>prepost test</i> .	✓	
Menertibkan kegiatan.	✓	
C. Tugas Kader Setelah Kegiatan Penyuluhan dan Pemeriksaan Gula Darah		
Membersihkan tempat kegiatan.	✓	
D. Pemberian Informasi Mingguan dan Monitoring		

Minggu I		
Pembentukan grup <i>whatsapp</i> .	✓	
Penyusunan materi “Pengertian penyakit Diabetes melitus (DM)”.	✓	
Konsultasi materi.	✓	
Penyebaran informasi di grup <i>whatsapp</i> .	✓	
Minggu II		
Penyusunan materi “Tipe penyakit Diabetes melitus (DM)”.	✓	
Konsultasi materi.	✓	
Penyebaran informasi di grup <i>whatsapp</i> .	✓	
Minggu III		
Penyusunan materi “Bahaya penyakit Diabetes melitus (DM)”.	✓	
Konsultasi materi.	✓	
Penyebaran informasi di grup <i>whatsapp</i> .	✓	
Minggu IV		
Penyusunan materi “Gejala penyakit Diabetes melitus (DM)”.	✓	
Konsultasi materi.	✓	
Penyebaran informasi di grup <i>whatsapp</i> .	✓	
Minggu V		
Penyusunan materi “Faktor Risiko Diabetes Melitus (DM)”.	✓	
Konsultasi materi.	✓	
Penyebaran informasi di grup <i>whatsapp</i> .	✓	
Minggu VI		
Penyusunan materi “Mengetahui penyakit Diabetes melitus (DM) secara dini”.	✓	
Konsultasi materi.	✓	
Penyebaran informasi di grup <i>whatsapp</i> .	✓	
Minggu VII		
Penyusunan materi “Yang Harus dilakukan bila Terdiagnosis Penyakit Diabetes Melitus (DM)”.	✓	
Konsultasi materi.	✓	
Penyebaran informasi di grup <i>whatsapp</i> .	✓	
Minggu VIII		
Penyusunan materi “Yang Harus dilakukan agar Terhindar dari Komplikasi Diabetes Melitus (DM)”.	✓	
Konsultasi materi.	✓	
Penyebaran informasi di grup <i>whatsapp</i> .	✓	
Minggu IX		
<i>Refresh</i> materi “Pengertian penyakit Diabetes melitus (DM)”.	✓	

Refresh materi “Tipe penyakit Diabetes melitus (DM)”.	✓	
Penyebaran informasi di grup <i>whatsapp</i> .	✓	
Minggu X		
Refresh materi “Bahaya penyakit Diabetes melitus (DM)”.	✓	
Refresh materi “Gejala penyakit Diabetes melitus (DM)”.	✓	
Penyebaran informasi di grup <i>whatsapp</i> .	✓	
Minggu XI		
Refresh materi “Faktor Risiko Diabetes Melitus (DM)”.	✓	
Refresh materi “Mengetahui penyakit Diabetes melitus (DM) secara dini”.	✓	
Penyebaran informasi di grup <i>whatsapp</i> .	✓	
Minggu XII		
Refresh materi “Yang Harus dilakukan bila Terdiagnosis Penyakit Diabetes Melitus (DM)”.	✓	
Refresh materi “Yang Harus dilakukan agar Terhindar dari Komplikasi Diabetes Melitus (DM)”.	✓	
Penyebaran informasi di grup <i>whatsapp</i> .	✓	

Sumber: Kegiatan PBL II Mahasiswa PSKM FK ULM Tahun 2022

Berdasarkan tabel lembar *checklist* tersebut diperoleh data bahwa 100% kader dapat menjalankan tugasnya sesuai dengan daftar tugas-tugas yang terdapat di lembar *checklist*.

Penyuluhan Diabetes Melitus

Terdapat sebanyak 40 orang masyarakat RT.17 Desa Wonorejo, Kecamatan Satui, Tanah Bumbu yang berpartisipasi pada kegiatan penyuluhan diabetes melitus. Berdasarkan hasil pengabdian yang dilakukan, maka diketahui tingkat pengetahuan masyarakat RT.17 Desa Wonorejo dapat dilihat pada tabel 3 berikut ini.

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Pengetahuan Masyarakat RT. 17 Desa Wonorejo

Pengetahuan Masyarakat	Baik		Kurang	
	f	%	f	%
Sebelum	9	22,5	33	77,5
Sesudah	23	57,7	17	42,5

Sumber: Kegiatan PBL II Mahasiswa PSKM FK ULM Tahun 2022

Berdasarkan tabel 3 di atas, dapat diketahui bahwa pengetahuan responden sebelum mendapatkan materi mengenai diabetes melitus termasuk kategori kurang yaitu sebanyak 31 orang (77,5%) dan sebanyak 9 orang (22,5%) memiliki pengetahuan yang baik. Pengetahuan responden meningkat setelah mendapatkan materi mengenai diabetes melitus menjadi kategori baik yaitu sebanyak 23 orang (57,7%) dan kategori kurang sebanyak 17 orang (42,5%).

DISKUSI

Kader kesehatan dapat digunakan sebagai salah satu strategi dalam program pencegahan diabetes melitus. Penelitian yang dilakukan oleh Newman et.al (2019) menemukan bahwa peran kader berpengaruh pada peningkatan tingkat kepatuhan berobat pasien diabetes, meningkatkan keberhasilan kontrol kadar glukosa darah, peningkatan pengontrolan tekanan darah, peningkatan pengetahuan tentang diabetes, dan peningkatan kualitas hidup pasien diabetes⁴. Pengetahuan kader yang baik menunjukkan bahwa kader sudah memiliki wawasan yang baik tentang diabetes melitus⁵.

Jumlah tenaga kesehatan profesional yang sangat terbatas, sehingga mengharuskan masyarakat dapat menjadi *partner* para tenaga kesehatan di sektor promotif kesehatan. Kerjasama dengan masyarakat diperlukan di sektor promotif karena tenaga kader kesehatan merupakan salah satu penggerak pembangunan khususnya di bidang kesehatan. Seorang kader belum tentu seorang tenaga kesehatan atau seseorang yang pernah mendapatkan pendidikan resmi kesehatan. Kader kesehatan bertugas melaksanakan edukasi kepada masyarakat dan membantu pelaksanaan posyandu⁶.

Menurut Rosyid, et al (2019) upaya pencegahan diabetes melitus yang didasari oleh pengetahuan akan lebih konsisten dibandingkan perilaku yang tidak didasari oleh pengetahuan. Pengetahuan merupakan titik tolak terjadinya perubahan perilaku seseorang yang akan mempengaruhi tingkat kepatuhan seseorang. Tingkat pengetahuan yang kurang merupakan salah

⁴ Patrick M Newman et al., "Community Health Workers Improve Disease Control and Medication Adherence among Patients with Diabetes and/or Hypertension in Chiapas, Mexico: An Observational Stepped-Wedge Study," *BMJ Global Health* 3, no. 1 (2018): 1–9.

⁵ Okti Sri Purwanti, Andiran Nur Pratama, and Vinda Yulia Dewi, "Peningkatan Kemampuan Kader Kesehatan Dalam Pengelolaan Diabetes Melitus Di Wilayah Kerja Puskesmas Gatak Kabupaten Sukoharjo," *Jurnal Komunikasi Kesehatan* 7, no. 2 (2016).

⁶ Ani Riani Hasana and Rea Ariyanti, "Pemberian Edukasi Diabetes Mellitus Pada Kader Posyandu Lansia Desa Tambak Asri Malang," *Jurnal Abdimas PHB : Jurnal Pengabdian Masyarakat Progresif Humanis Brainstorming* 4, no. 2 (2021): 100–105, <https://ejournal.poltektegal.ac.id/index.php/abdimas/article/view/2161>.

satu faktor yang menjadi penghambat dalam perilaku kepatuhan dalam kesehatan karena mereka yang mempunyai pengetahuan yang rendah cenderung sulit untuk mengikuti anjuran dari petugas kesehatan. Penyuluhan kesehatan yang diberikan secara terus-menerus dapat berkontribusi terhadap keberhasilan pencegahan diabetes melitus. Semakin sering seseorang mendapatkan penyuluhan kesehatan tentang diabetes melitus, maka akan semakin baik pula pencegahan diabetes melitus⁷.

KESIMPULAN

Program CERDAS terdiri dari kegiatan pembentukan dan pembinaan kader, penyuluhan, serta pemeriksaan gula darah. Hasil pengabdian menunjukkan, setelah dilakukan pembinaan pengetahuan kader CERDAS 100% termasuk dalam kategori baik dan kader CERDAS 100% dapat menjalankan tugasnya. Kader CERDAS disiapkan untuk membantu kegiatan penyuluhan dan pemeriksaan gula darah gratis serta memberikan informasi mengenai diabetes melitus melalui grup *whatsapp*. Pengetahuan masyarakat mengenai diabetes melitus setelah dilakukan penyuluhan termasuk kategori baik yaitu sebesar 57,7% dan kategori kurang 42,5%. Program ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang diabetes melitus dan mendorong masyarakat agar rutin melakukan pemeriksaan gula darah sehingga dapat mengurangi risiko penyakit diabetes melitus pada Masyarakat Desa Wonorejo RT 17.

PENGAKUAN/ACKNOWLEDGEMENTS

Penulis mengucapkan terima kasih banyak atas bantuan dan juga dukungan dari pihak Desa Wonorejo RT.17, Kecamatan Satui, Kabupaten Tanah Bumbu, terutama kepada Bapak Kepala Desa Wonorejo serta seluruh jajarannya. Kami juga mengucapkan terima kasih kepada pihak-pihak yang turut terlibat secara langsung atau tidak langsung dalam mensukseskan kegiatan program pengabdian masyarakat ini.

⁷ Fahrur Nur Rosyid, Dian Hudiawati, and Beti Kristinawati, "Peningkatan Pengetahuan Dan Upaya Pencegahan Diabetes Melitus Melalui Pendidikan Kesehatan," *J-ADIMAS (Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat)* 7, no. 2 (2019): 91–94, <http://jurnal.stkipgritlungagung.ac.id/index.php/jadimas/article/view/1453>.

DAFTAR REFERENSI

- Hasana, Ani Riani, and Rea Ariyanti. "Pemberian Edukasi Diabetes Mellitus Pada Kader Posyandu Lansia Desa Tambak Asri Malang." *Jurnal Abdimas PHB : Jurnal Pengabdian Masyarakat Progresif Humanis Brainstorming* 4, no. 2 (2021): 100–105. <https://ejournal.poltektegal.ac.id/index.php/abdimas/article/view/2161>.
- Newman, Patrick M, Molly F Franke, Jafet Arrieta, Hector Carrasco, Patrick Elliott, Hugo Flores, Alexandra Friedman, et al. "Community Health Workers Improve Disease Control and Medication Adherence among Patients with Diabetes and/or Hypertension in Chiapas, Mexico: An Observational Stepped-Wedge Study." *BMJ Global Health* 3, no. 1 (2018): 1–9.
- Novitasari, Lelly, and Nurulistyawan Tri Purnanto. "Asuhan Keperawatan Keluarga Tn. S Dengan Fokus Intervensi Penatalaksanaan Air Rebusan Daun Pandan Wangi Pada Ny.S Dengan Diabetes Melitus Di Desa Nambuhan." *Ilmiah The Shine (Juliene)* (2022): 94–101. <https://theshinejournal.org/>.
- Purwanti, Okti Sri, Andiran Nur Pratama, and Vinda Yulia Dewi. "Peningkatan Kemampuan Kader Kesehatan Dalam Pengelolaan Diabetes Melitus Di Wilayah Kerja Puskesmas Gatak Kabupaten Sukoharjo." *Jurnal Komunikasi Kesehatan* 7, no. 2 (2016).
- Riskerdas, Kesehatan. "Hasil Utama Riset Kesehatan Dasar (RISKEDAS)." *Journal of Physics A: Mathematical and Theoretical* 8, no. 44 (2018): 1–200. <https://doi.org/10.1088/1751-8113/44/8/085201>.
- Rosyid, Fahrur Nur, Dian Hudiawati, and Beti Kristinawati. "Peningkatan Pengetahuan Dan Upaya Pencegahan Diabetes Melitus Melalui Pendidikan Kesehatan." *J-ADIMAS (Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat)* 7, no. 2 (2019): 91–94. <http://jurnal.stkipggritulungagung.ac.id/index.php/jadimas/article/view/1453>.
- Sulistyowati, Dynda Cendikya Di Putri, Pratama Sandi Alala, and Anggi Yhurinda Perdana Putri. "Penerapan Metode Forward Chaining Untuk Mendiagnosa Penyakit Diabetes Militus Tipe 2." In *Seminar Nasional Sains Dan Teknologi Terapan Seminar Nasional Sains Dan Teknologi Terapan*, 1–7, 2022.