

PENYULUHAN KESEHATAN DAN PEMERIKSAAN GULA DARAH SEBAGAI UPAYA PENCEGAHAN DIABETES MELITUS PADA IBU PKK

Musa Fitri Fatkhiya¹
Luthfia Ayu Rachmadila²
Revalina Pricilla Putryanto³
Keyla Maesluha⁴
Fatkhirotul Khusna⁵
Vironica Anarta Putri⁶

^{1,2,3,4,5,6}Fakultas Farmasi, Universitas Pekalongan

ARTICLE INFO

Article history:

Received : 3 Juli 2026

Revised : 22 Juli 2026

Accepted : 31 Juli 2026

Key words:

Diabetes Mellitus, early
detection, knowledge

DOI: 10.62335

ABSTRACT

Diabetes mellitus is a non-communicable disease with a continuously increasing prevalence and causes various complications. Low public knowledge regarding risk factors causes delayed diagnosis. Therefore, this community service activity aims to increase the knowledge and awareness of PKK mothers regarding diabetes mellitus while also conducting early detection through blood sugar level checks. The activity was carried out on June 15, 2026, in Kuripan Kidul Village, Pekalongan, targeting 20 PKK members. The methods used included health education through interactive lectures, discussions and questions and answers, quizzes, distribution of leaflets as educational media, and random blood sugar level checks. Evaluation of the activity was carried out based on the level of participant participation during the education and health checks. The health education program combined with simple screening in the form of blood sugar checks is an effective promotive and preventive strategy to increase public awareness of diabetes mellitus prevention. Similar activities need to be implemented continuously to support the improvement of public health.

ABSTRAK

Diabetes melitus merupakan salah satu penyakit tidak menular dengan prevalensi yang terus meningkat dan menjadi penyebab berbagai komplikasi. Rendahnya pengetahuan masyarakat mengenai faktor risiko penyebab keterlambatan diagnosis. Oleh karena itu, kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan meningkatkan pengetahuan dan kesadaran ibu-ibu PKK mengenai diabetes melitus sekaligus melakukan deteksi dini melalui pemeriksaan kadar gula darah. Kegiatan dilaksanakan pada tanggal 15 Juni 2026 di Desa Kuripan Kidul, Pekalongan dengan sasaran 20 anggota PKK. Metode yang digunakan meliputi penyuluhan kesehatan melalui ceramah interaktif, diskusi dan tanya jawab, kuis, pembagian leaflet sebagai media edukasi, serta pemeriksaan kadar gula darah sewaktu. Evaluasi kegiatan dilakukan berdasarkan tingkat partisipasi peserta selama penyuluhan dan pemeriksaan kesehatan. Program penyuluhan kesehatan yang dipadukan dengan skrining sederhana berupa pemeriksaan gula darah merupakan salah satu strategi promotif dan

¹ Corresponding author: musafitri@gmail.com

preventif yang efektif untuk meningkatkan kesadaran masyarakat terhadap pencegahan diabetes melitus. Kegiatan serupa perlu dilaksanakan secara berkelanjutan sebagai upaya mendukung peningkatan derajat kesehatan masyarakat.

PENDAHULUAN

Diabetes melitus (DM) merupakan salah satu penyakit tidak menular (PTM) yang menjadi tantangan utama kesehatan masyarakat di tingkat global maupun nasional. Penyakit ini ditandai oleh kondisi hiperglikemia kronis akibat gangguan sekresi insulin, kerja insulin, atau kombinasi keduanya yang dalam jangka panjang dapat menimbulkan kerusakan pada berbagai organ, terutama mata, ginjal, saraf, jantung, dan pembuluh darah (Nadia Rahmawati, 2024). Menurut pedoman American Diabetes Association (ADA) dalam Elsayed et al., (2023), diabetes merupakan penyakit metabolik kronis yang memerlukan pendekatan komprehensif melalui upaya promotif, preventif, kuratif, dan rehabilitatif agar komplikasi dapat dicegah serta kualitas hidup penderita tetap terjaga.

Menurut data dari *International Diabetes Federation* (IDF) Atlas, lebih dari 537 juta orang di seluruh dunia menderita diabetes, dan angka ini diperkirakan akan meningkat menjadi 643 juta pada tahun 2030 dan 783 juta pada tahun 2045 jika tidak ada upaya intervensi yang berarti. Indonesia berada di posisi kelima di Asia Tenggara, dengan perkiraan 19,5 juta kasus pada tahun 2021, angka yang diperkirakan akan meningkat dari tahun ke tahun. Prevalensi diabetes yang tinggi secara langsung terkait dengan banyaknya komplikasi, yang meliputi penyakit kardiovaskular, gagal ginjal, neuropati, dan amputasi (Saraswati, C. D., Sukarno, A., Asmiradjanti, M. & Ariyanti, 2022).

Salah satu tantangan utama dalam pengendalian diabetes adalah masih banyaknya masyarakat yang belum menyadari dirinya menderita penyakit tersebut (Vitniawati et al., 2024). Diabetes melitus sering dikenal sebagai *silent killer* karena pada tahap awal umumnya tidak menimbulkan gejala yang khas sehingga penderita baru datang ke fasilitas kesehatan ketika telah mengalami komplikasi. Berbagai komplikasi seperti penyakit jantung koroner, stroke, gagal ginjal kronik, retinopati diabetik, neuropati perifer, hingga ulkus kaki diabetik dapat terjadi apabila kadar glukosa darah tidak dikendalikan dengan baik. Oleh karena itu, deteksi dini melalui pemeriksaan kadar gula darah secara berkala menjadi salah satu strategi penting dalam menurunkan angka komplikasi dan meningkatkan keberhasilan pengelolaan diabetes (Lestari et al., 2021).

Selain deteksi dini, peningkatan literasi kesehatan masyarakat juga memegang peranan penting dalam pencegahan diabetes. Pengetahuan yang memadai mengenai faktor risiko, tanda dan gejala, komplikasi, serta upaya pencegahan terbukti berhubungan dengan terbentuknya perilaku hidup sehat. Masyarakat yang memiliki tingkat pengetahuan yang baik cenderung lebih mampu menerapkan pola makan seimbang, meningkatkan aktivitas fisik, menjaga berat badan ideal, serta melakukan pemeriksaan kesehatan secara berkala. Sebaliknya, rendahnya pengetahuan menyebabkan masyarakat kurang menyadari faktor risiko yang dimiliki sehingga upaya pencegahan sering kali terlambat dilakukan (Rosita, D. A Kusumaningtiar, A. Irfandi, 2022) (Septi Fandinata & Ernawati, 2020). Oleh karena itu, promosi kesehatan melalui penyuluhan merupakan salah satu strategi efektif dalam meningkatkan kesadaran masyarakat terhadap pencegahan penyakit tidak menular.

Penyuluhan kesehatan merupakan bagian dari upaya promosi kesehatan yang bertujuan meningkatkan pengetahuan, sikap, dan perilaku masyarakat agar mampu memelihara kesehatannya secara mandiri. Berbagai penelitian pengabdian kepada masyarakat juga menunjukkan bahwa penyuluhan yang dipadukan dengan media edukasi seperti leaflet, poster,

maupun diskusi interaktif mampu meningkatkan pemahaman peserta mengenai diabetes melitus dan mendorong perubahan perilaku menuju gaya hidup sehat.

Kelompok ibu-ibu PKK merupakan sasaran yang strategis dalam kegiatan promosi kesehatan. Peran ibu dalam keluarga tidak hanya sebagai pengelola konsumsi pangan rumah tangga, tetapi juga sebagai pengambil keputusan terkait pemilihan makanan, aktivitas fisik keluarga, serta pemanfaatan pelayanan kesehatan. Peningkatan pengetahuan pada ibu diharapkan memberikan efek berantai terhadap anggota keluarga lainnya sehingga perilaku hidup sehat dapat diterapkan secara lebih luas (Fitrianti, 2025). Selain itu, kegiatan PKK secara rutin menjadi wadah yang efektif untuk pelaksanaan edukasi kesehatan karena memiliki struktur organisasi yang aktif serta kedekatan dengan masyarakat.

Sebagai bentuk implementasi Tri Dharma Perguruan Tinggi, khususnya pengabdian kepada masyarakat, dosen bersama mahasiswa Program Studi D3 Farmasi Fakultas Farmasi Universitas Pekalongan menyelenggarakan kegiatan "Penyuluhan Kesehatan dan Pemeriksaan Gula Darah sebagai Upaya Pencegahan Diabetes Melitus pada Ibu PKK Desa Kuripan Kidul". Kegiatan dilaksanakan pada 15 Juni 2026 dengan sasaran ibu-ibu PKK Desa Kuripan Kidul, Pekalongan. Metode yang digunakan meliputi penyampaian materi melalui ceramah interaktif, diskusi dan tanya jawab, kuis, pembagian leaflet sebagai media edukasi, serta pemeriksaan kadar gula darah sebagai bentuk skrining sederhana.

Berdasarkan uraian tersebut, kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran ibu-ibu PKK mengenai diabetes melitus, faktor risiko, tanda dan gejala, komplikasi, serta upaya pencegahannya melalui penyuluhan kesehatan yang dikombinasikan dengan pemeriksaan kadar gula darah sebagai deteksi dini. Diharapkan kegiatan ini dapat meningkatkan kesadaran masyarakat untuk menerapkan pola hidup sehat, melakukan skrining kesehatan secara berkala, serta berkontribusi dalam upaya pencegahan diabetes melitus di tingkat keluarga dan masyarakat.

METODE PELAKSANAAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan pada tanggal 15 Juni 2026 di Desa Kuripan Kidul, Kota Pekalongan dengan sasaran 20 orang ibu-ibu PKK. Kegiatan diawali dengan tahap persiapan yang meliputi koordinasi dengan mitra, penyusunan materi edukasi mengenai diabetes melitus, serta penyediaan media penyuluhan berupa poster, leaflet, dan alat pemeriksaan kadar gula darah.

Pelaksanaan kegiatan dilakukan melalui metode ceramah interaktif, diskusi dan tanya jawab, kuis, serta pemeriksaan kadar gula darah sewaktu sebagai upaya deteksi dini diabetes melitus. Materi yang diberikan mencakup pengertian diabetes melitus, faktor risiko, tanda dan gejala, komplikasi, serta upaya pencegahan melalui penerapan pola hidup sehat. Selain memperoleh edukasi, peserta juga mendapatkan leaflet sebagai media informasi yang dapat dipelajari kembali secara mandiri.

Evaluasi kegiatan dilakukan secara deskriptif melalui observasi terhadap tingkat kehadiran, partisipasi peserta selama penyuluhan, serta keterlibatan dalam sesi diskusi dan pemeriksaan gula darah. Keberhasilan kegiatan diukur berdasarkan keterlaksanaan seluruh rangkaian kegiatan sesuai rencana, tingginya antusiasme peserta, serta partisipasi aktif peserta dalam mengikuti seluruh kegiatan sebagai indikator meningkatnya kesadaran terhadap pentingnya pencegahan dan deteksi dini diabetes melitus.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat berupa penyuluhan kesehatan dan pemeriksaan gula darah sebagai upaya pencegahan diabetes melitus telah dilaksanakan pada

tanggal 15 Juni 2026 di Desa Kuripan Kidul, Kota Pekalongan. Kegiatan diikuti oleh 20 orang ibu-ibu PKK dengan dukungan penuh dari pengurus PKK setempat. Seluruh rangkaian kegiatan, mulai dari penyampaian materi, diskusi interaktif, hingga pemeriksaan gula darah, berlangsung sesuai dengan rencana. Materi yang disampaikan meliputi pengertian diabetes melitus, faktor risiko, tanda dan gejala, komplikasi, serta upaya pencegahan melalui penerapan pola hidup sehat. Selain penyampaian materi secara lisan, peserta juga memperoleh leaflet sebagai media edukasi sehingga informasi yang diberikan dapat dipelajari kembali setelah kegiatan selesai.

Selama pelaksanaan kegiatan, peserta menunjukkan antusiasme yang tinggi. Hal ini terlihat dari keaktifan peserta dalam mengajukan pertanyaan, memberikan tanggapan terhadap materi yang disampaikan, serta mengikuti sesi diskusi hingga selesai. Antusiasme tersebut menunjukkan bahwa topik diabetes melitus masih menjadi kebutuhan informasi di masyarakat, terutama mengingat meningkatnya prevalensi penyakit tidak menular dan tingginya faktor risiko pada kelompok usia dewasa. Keterlibatan peserta secara aktif selama proses edukasi merupakan indikator bahwa metode ceramah interaktif yang dipadukan dengan diskusi dan tanya jawab mampu menciptakan komunikasi dua arah sehingga peserta lebih mudah memahami materi yang diberikan.



Gambar 1. Kegiatan Penyuluhan Dengan Ibu-Ibu PKK

Setelah kegiatan penyuluhan, seluruh peserta mengikuti pemeriksaan kadar gula darah sebagai bentuk skrining sederhana untuk mendeteksi kemungkinan adanya gangguan kadar glukosa darah. Pelaksanaan pemeriksaan ini memberikan kesempatan kepada peserta untuk mengetahui kondisi kesehatannya secara langsung sekaligus meningkatkan kesadaran mengenai pentingnya pemeriksaan kesehatan secara berkala. Meskipun kegiatan ini tidak dirancang sebagai penelitian untuk menganalisis prevalensi diabetes, pemeriksaan gula darah menjadi media edukasi yang efektif karena peserta memperoleh pengalaman langsung mengenai pentingnya deteksi dini sebagai langkah pencegahan komplikasi diabetes melitus.

Penyuluhan kesehatan yang dipadukan dengan skrining sederhana merupakan salah satu strategi promosi kesehatan yang efektif dalam meningkatkan literasi kesehatan masyarakat. Menurut Hanifah et al, (2026) peningkatan pengetahuan merupakan tahapan awal yang sangat penting dalam pembentukan perilaku hidup sehat. Individu yang memiliki pengetahuan yang baik mengenai suatu penyakit cenderung memiliki kesadaran yang lebih tinggi untuk melakukan tindakan pencegahan, termasuk menerapkan pola makan sehat, meningkatkan aktivitas fisik, menjaga berat badan ideal, serta melakukan pemeriksaan kesehatan secara rutin. Dengan demikian, edukasi kesehatan tidak hanya meningkatkan aspek kognitif, tetapi juga berpotensi mendorong perubahan perilaku kesehatan dalam jangka panjang.



Gambar 2. Skrining Kesehatan Tekanan Darah dan Gula Darah

Keberhasilan kegiatan ini juga didukung oleh pemilihan sasaran, yaitu ibu-ibu PKK, yang memiliki peran penting dalam pengelolaan kesehatan keluarga. Sebagai pengatur pola konsumsi rumah tangga dan pengambil keputusan dalam pemanfaatan pelayanan kesehatan, peningkatan pengetahuan pada kelompok ibu diharapkan dapat memberikan dampak yang lebih luas terhadap anggota keluarga lainnya. Informasi yang diperoleh selama kegiatan dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari sekaligus disebarluaskan kepada keluarga dan masyarakat sekitar sehingga manfaat kegiatan tidak hanya dirasakan oleh peserta yang hadir, tetapi juga oleh komunitas secara lebih luas.

SIMPULAN

Program edukasi kesehatan yang terintegrasi dengan skrining sederhana merupakan salah satu bentuk pengabdian kepada masyarakat yang efektif dalam mendukung upaya promotif dan preventif penyakit tidak menular. Oleh karena itu, kegiatan serupa perlu dilaksanakan secara berkelanjutan dengan cakupan peserta yang lebih luas serta dilengkapi evaluasi kuantitatif, seperti pengukuran peningkatan pengetahuan menggunakan pretest–posttest dan analisis hasil skrining kesehatan, sehingga manfaat program dapat dibuktikan secara lebih komprehensif.

DAFTAR PUSTAKA

- Elsayed, N. A., Aleppo, G., Aroda, V. R., Bannuru, R. R., Brown, F. M., Bruemmer, D., Collins, B. S., Hilliard, M. E., Isaacs, D., Johnson, E. L., Kahan, S., Khunti, K., Leon, J., Lyons, S. K., Perry, M. Lou, Prahalad, P., Pratley, R. E., Seley, J. J., Stanton, R. C., & Gabbay, R. A. (2023). 9. Pharmacologic Approaches to Glycemic Treatment: Standards of Care in Diabetes—2023. *Diabetes Care*, 46(supp), S140–S157. <https://doi.org/10.2337/dc23-S009>
- Fitrianti, L. (2025). *Peningkatan Pemahaman Ibu PKK Tentang Peran Strategis PKK Dalam Mewujudkan Keluarga Sejahtera : dari 10 Program Pokok Ke Tindakan Nyata*. 3, 318–322.
- Hanifah, E. R., Putri, S. A., R, G. U. I., & Indahsari, N. N. (2026). Hubungan Tingkat

- Pengetahuan Kesehatan terhadap Peningkatan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada Mahasiswa. *Inovasi Kesehatan Global*, 3(1), 109–118.
- Lestari, Zulkarnain, & Sijid, S. A. (2021). Diabetes Melitus: Review Etiologi, Patofisiologi, Gejala, Penyebab, Cara Pemeriksaan, Cara Pengobatan dan Cara Pencegahan. *UIN Alauddin Makassar*, November, 237–241. <http://journal.uin-alauddin.ac.id/index.php/psb>
- Nadia Rahmawati, M. F. F. (2024). EVALUASI RASIONALITAS PENGGUNAAN OBAT ANTIDIABETES PADA PASIEN DIABETES MELLITUS TIPE 2 RAWAT JALAN DI RSUD BENDAN. *Jurnal Ilmu Farmasi Dan Farmasi Klinik (JIFFK)*, 182–189.
- Rosita, D. A Kusumaningtiar, A. Irfandi, dan I. M. A. (2022). Aktivitas Fisik Lansia Dengan Diabetes Melitus Tipe 2 Di Puskesmas Balaraja Kabupaten Tangerang. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 364–371.
- Saraswati, C. D., Sukarno, A., Asmiradjanti, M., & Ariyanti, R. M. (2022). Studi Kasus Diabetes Self Management Education Sebagai Kontrol Glukosa Darah Pasien Diabetes Melitus Di Rsud Tarakan. *Alauddin Scientific Journal of Nursing*.
- Septi Fandinata, S., & Ernawati, I. (2020). Management terapi pada penyakit degeneratif. *Mengenal, Mencegah, Dan Mengatasi Penyakit Degeneratif (Diabetes Melitus Dan Hipertensi)*, 1–134. <http://repository.akfarsurabaya.ac.id/393/>
- Vitniawati, V., Fuadah, N. T., Puspitasari, S., & Nugraha, D. (2024). Upaya Peningkatan Peran Masyarakat dalam Pencegahan dan Pengendalian Dampak Diabetes Mellitus Efforts to Increase Community Role in Prevention and Control of the Impact of Diabetes. *Jurnal Pengabdian Dan Pemberdayaan Masyarakat*, 8(1), 85–90. <https://doi.org/10.30595/jppm.v8i1.20277>

LAMPIRAN

**BERITA ACARA PENYULUHAN KESEHATAN
"PENYULUHAN KESEHATAN DAN PEMERIKSAAN GULA DARAH SEBAGAI
UPAYA PENCEGAHAN DIABETES MELITUS PADA IBU PKK"**

Telah dilakukan penyuluhan kesehatan Diabetes Melitus, pada:

Hari / Tanggal : Senin, 15 Juni 2026
Jam : 16.00 - Selesai
Tempat : Kediaman Ibu Hikmawati Gang 17 Desa Kuripan Kidul
Peserta : Ibu-ibu PKK Desa Kuripan Kidul
Materi : Penyuluhan kesehatan dan pemeriksaan gula darah sebagai upaya pencegahan diabetes melitus pada ibu PKK
Jumlah peserta : 35 peserta
Pelaksana : 1. Luthfia Ayu Rachmadila (1124007291)
2. Revalina Pricilla Putryanto (1124007391)
3. Keyla Maesluha (1124007301)
4. Fatkhirotul Khusna (1124007472)
5. Vironica Anarta Putri (1122006651)

Demikian berita acara kami buat sebagai bukti telah dilaksanakannya kegiatan penyuluhan mengenai Diabetes Melitus pada Ibu PKK Desa Kuripan Kidul Pekalongan.

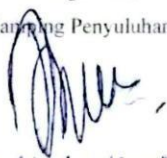
Ketua PKK Desa Kuripan Kidul

Hormat kami,
Ketua Pelaksana


(Hikmawati)

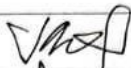
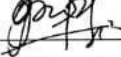
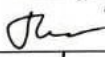
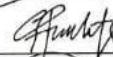

(LUTHFIA AYU R -
1124007291)

Mengetahui,
Dosen Pendamping Penyuluhan Kesehatan


(Musa Fikri Fatkhya M. Fom, ^{ap}
NIDN : 111021385

**DAFTAR HADIR PESERTA
PENYULUHAN KESEHATAN**

**" PENYULUHAN KESEHATAN DAN PEMERIKSAAN GULA DARAH PADA IBU
PKK DESA KURIPAN KIDUL"**

NO	NAMA	TTD
1.	Bardah	
2.	Fina rofiana	
3.	Zuraida	
4.	Girrah	
5.	Aminin	
6.	Koprah	
7.	Siti rondah	
8.	M. Riyanto	
9.	Tajhil	
10.	Rindanal	
11.	Husamiah	
12.	Sely f.	
13.	SITI AISYAH	
14.	IUDAH MELIH M	
15.	Rasrah	
16.	Lila	
17.	Hikmahwati	
18.	Efendi	