



Edukasi Diabetes untuk Remaja Dipanti Aisyiyah : Meningkatkan Kesadaran dan Pencegahan

Diabetes Education For Teenagers at Aisyiyah's Parenting : Increasing Awareness and Prevention

Ribka S Panjaitan^{1*}, Yurita Mailintina², Ludovikus³, Fendy Yesayas⁴, Indri Meilawati⁵, Muhammad Rizqi Ar Rasyid⁶, Angelica Abel Valerina⁷, Fitriana Indi Rahayu⁸

^{1,2,4,5,6,7,8} Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan RS Husada, Indonesia

³ Horizon University, Indonesia

Korespondensi Penulis : sabrinapanjaitan26@gmail.com

Article History:

Received: Oktober 07, 2024;

Revised: Oktober 30, 2024;

Accepted: November 06, 2024;

Pubhlised: November 08, 2024;

Keywords: Diabetes Melitus, Education, Prevention, Youth

Abstract: Diabetes mellitus is one of the main causes of morbidity and death in developing countries. Diabetes mellitus in adolescents is increasing from year to year, causing serious complications such as heart disease, kidney disease and other metabolic disorders. It is very important to prevent diabetes mellitus through education, because providing the public with understanding about healthy lifestyles can reduce the risk of developing diabetes. This community service aims to increase knowledge and understanding about Diabetes Mellitus as well as education about routine health checks at Panti Aisyiyah Jakarta. This intervention was carried out by measuring changes in knowledge through a pre-test and post-test used to evaluate changes in respondents' knowledge. The evaluation results showed a significant increase in participants' knowledge about diabetes mellitus and the importance of routine health checks. Pre-test and post-test are used to evaluate respondents' knowledge, by calculating the mean and variation values for each condition. The N-Gain Score is used to evaluate the increase in adolescent knowledge regarding diabetes mellitus education and routine health check education. The success of this intervention is proven by the N-Gain Score of 0.70 which is in the medium category and an effectiveness value of 69.83, meaning that the method used is quite effective. These results show that the health education provided can increase teenagers' awareness and understanding of diabetes mellitus, so it is hoped that it can help in preventing and controlling this disease among teenagers.

Abstrak

Diabetes melitus menjadi salah satu penyebab utama kesakitan dan kematian di negara berkembang. Diabetes melitus terhadap remaja mengalami peningkatan dari tahun ke tahun akibatnya menyebabkan komplikasi serius seperti penyakit jantung, ginjal, dan gangguan metabolisme lainnya. Pencegahan diabetes mellitus sangat penting dilakukan melalui edukasi, karena memberikan pemahaman kepada masyarakat tentang pola hidup sehat dapat mengurangi risiko terkena diabetes. Pengabdian masyarakat ini bertujuan meningkatkan pengetahuan dan pemahaman tentang Diabetes Melitus serta edukasi pemeriksaan kesehatan rutin di Panti Aisyiyah Jakarta. Intervensi ini dilakukan dengan mengukur perubahan pengetahuan melalui *pre-test* dan *post-test* digunakan untuk mengevaluasi perubahan pengetahuan responden. Hasil evaluasi menunjukkan adanya peningkatan yang signifikan dalam pengetahuan peserta mengenai diabetes melitus dan pentingnya pemeriksaan kesehatan rutin. *Pre-test* dan *post-test* digunakan untuk mengevaluasi pengetahuan responden, dengan menghitung nilai mean dan variasi untuk masing-masing kondisi. *N-Gain Score* digunakan untuk mengevaluasi peningkatan pengetahuan remaja terhadap edukasi diabetes melitus dan edukasi pemeriksaan kesehatan rutin. Keberhasilan intervensi ini dibuktikan dengan hasil *N-Gain Score* sebesar 0,70 yang masuk kategori sedang dan nilai keefektifan sebesar 69,83, artinya metode yang digunakan cukup efektif. Hasil ini menunjukkan bahwa edukasi kesehatan yang diberikan dapat meningkatkan kesadaran dan pemahaman remaja mengenai diabetes melitus, sehingga diharapkan dapat membantu dalam pencegahan dan pengendalian penyakit ini di kalangan remaja.

Kata Kunci: Edukasi; Diabetes Melitus; Remaja; Pencegahan

1. PENDAHULUAN

Secara global, prevalensi diabetes melitus tipe 2 semakin meningkat, menurut statistik epidemiologi. Kesehatan global berada dalam bahaya akibat meningkatnya prevalensi diabetes melitus, yang diprediksi oleh Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) akan meningkat. Diperkirakan jumlah penderita diabetes di Indonesia akan meningkat dari 8,4 juta pada tahun 2000 menjadi lebih dari 21,3 juta pada tahun 2030. Prediksi ini menyebutkan bahwa pada tahun 2035, jumlah penderita DM akan meningkat dua atau tiga kali lipat (Soelistijo, 2021).

Prevalensi diabetes mellitus di Indonesia tumbuh dari 1,5% pada tahun 2013 menjadi 2,0% pada tahun 2018, menurut laporan Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) Kementerian Kesehatan tahun 2018. Data ini berdasarkan diagnosa medis yang dilakukan dokter terhadap warga berusia 15 tahun ke atas. Berdasarkan pemeriksaan darah, prevalensi diabetes pada penduduk usia di atas 15 tahun tumbuh dari 6,9% pada tahun 2013 menjadi 8,5% pada tahun 2018 (Depkes RI, 2018).

Pengelolaan diabetes memerlukan upaya kolaboratif dari dokter spesialis. Dalam hal ini, pasien menerima diagnosis dari dokter, dan perawat bekerja sama dengan mereka, memberikan dukungan dan bimbingan. Memberikan pelayanan keperawatan yang terbaik kepada pasien yang memerlukannya merupakan salah satu tugas perawat. Perannya sangat penting: membantu pasien menyesuaikan rencana diet mereka sesuai dengan rekomendasi ahli gizi; mencegah dan menangani potensi komplikasi; mencegah dan mengelola efek samping pengobatan; dan membuat rekomendasi untuk mengubah regimen dan dosis pengobatan pasien, yang dapat berubah berdasarkan kondisi pasien berdasarkan tingkat keahliannya (Świątoniowska et al., 2019; Syakura, 2022).

Salah satu penyebab utama kesakitan dan kematian di negara berkembang adalah diabetes mellitus (DM), serta penyakit lain yang berhubungan dengan penyakit non-spesifik (Agustina et al., 2023; Suwandewi & Normeilida, 2023). Baik di masa depan maupun saat ini, kesehatan dan perekonomian negara secara langsung dan tidak langsung akan terbebani oleh penyakit-penyakit ini (Ardila et al., 2024). Penyakit kronis dan tidak menular menjadi penyebab utama penderitaan dan kematian di masyarakat barat, mulai menjadi ancaman di negara berkembang, seperti diabetes melitus, hipertensi, obesitas, dan penyakit jantung (Arifin et al., 2022).

Federasi Organisasi Diabetes Internasional (IDF) memproyeksikan bahwa seiring bertambahnya usia, prevalensi diabetes akan meningkat dan pada akhirnya mencapai 19,9%, atau 111,2 juta, di antara mereka yang berusia 65 hingga 79 tahun. Diperkirakan jumlah

penduduk akan terus meningkat hingga mencapai 700 juta. pada tahun 2045 dan 578 juta pada tahun 2030 (Anwar et al., 2022). Kementerian Kesehatan melaporkan bahwa pada tahun 2018 terdapat 159.014 penduduk Indonesia berusia antara 15 dan 24 tahun yang terdiagnosis diabetes melitus. Berdasarkan data yang dipublikasikan pada 1 Februari 2023 oleh Ikatan Dokter Anak Indonesia (IDAI), jumlah kasus diabetes melitus pada anak meningkat 70 kali lipat antara Januari 2010 hingga Januari 2023. Berdasarkan statistik IDAI, 46,23 persen dari 1.645 pasien anak penderita diabetes melitus berusia antara 10 dan 15 tahun; 31,05 persen sisanya berusia antara 5 dan 9 tahun. Dari jumlah tersebut, 19% adalah anak-anak berusia 0 hingga 4 tahun dan 3% adalah orang dewasa berusia di atas 15 tahun (Depkes RI, 2018).

Remaja penderita diabetes melitus yang tidak mendapat terapi yang diperlukan berisiko terkena penyakit jantung dan ginjal, peningkatan resistensi insulin, dan kerusakan arteri, sehingga meningkatkan risiko penyakit kardiovaskular (Ahmad et al., 2023). Masalah tambahannya adalah metabolisme glukosa yang buruk, yang mengakibatkan tubuh tidak memanfaatkan glukosa seefisien mungkin, sehingga menyebabkan berbagai gejala termasuk rasa haus, lapar, dan disfungsi ereksi pada pria serta penglihatan kabur. Penderita diabetes tipe 1 juga harus mengubah pola makan dan mengonsumsi insulin secara teratur untuk menjaga kontrol gula darah (Andini & Awwalia, 2018).

Panti Aisyiyah Jakarta Pusat dipilih sebagai lokasi untuk kegiatan pengabdian kepada masyarakat (PKM) ini karena merupakan lembaga sosial yang memiliki perhatian besar terhadap kesehatan anggotanya, terutama dalam pemberian layanan kesehatan kepada masyarakat yang membutuhkan. Melalui kegiatan ini, diharapkan warga di Panti Aisyiyah mendapatkan informasi dan pemahaman yang lebih baik mengenai diabetes melitus serta pentingnya pemeriksaan kesehatan rutin.

Berdasarkan temuan ini, pencegahan diabetes melitus melalui edukasi sangatlah penting, karena meningkatkan kesadaran masyarakat akan pilihan gaya hidup yang baik dapat menurunkan kejadian diabetes (Suwandewi & Normeilida, 2023). Diabetes melitus dapat dihindari salah satunya dengan meningkatkan kebiasaan makan yang baik, pentingnya olahraga teratur, dan pengendalian berat badan (Silalahi, 2019). Selain itu, mendidik masyarakat tentang mengurangi asupan gula dan lemak serta menekankan perlunya berhenti merokok adalah langkah penting lainnya dalam menghindari diabetes (Lutfiawati, 2021). Remaja dapat mengambil tindakan proaktif untuk melindungi kesehatan mereka dan menghindari masalah terkait diabetes dengan menerima pengetahuan yang diperlukan (Yatun Khomsah et al., 2024).

Tujuan dari kegiatan Pengabmas ini adalah untuk meningkatkan kesadaran masyarakat mengenai pentingnya pencegahan diabetes melitus melalui edukasi gaya hidup sehat, serta memberikan informasi tentang cara-cara pencegahan dini melalui pemeriksaan kesehatan rutin. Target dari kegiatan ini adalah agar minimal 80% peserta yang mengikuti kegiatan ini dapat mengimplementasikan gaya hidup sehat dan melakukan pemeriksaan kesehatan rutin untuk mencegah diabetes melitus dan komplikasi terkait.

2. METODE

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan pada bulan April hingga Juli 2024 dengan total durasi 50 jam. Durasi ini dibagi ke dalam beberapa tahap, yaitu 10 jam untuk persiapan kegiatan, 16 jam untuk persiapan materi dan pelatihan, 18 jam untuk pelaksanaan penyuluhan dan pelatihan, serta 6 jam untuk evaluasi dan penyusunan laporan hasil kegiatan. Pembagian waktu ini diharapkan dapat memberikan alokasi yang optimal antara penyuluhan, pelatihan keterampilan, dan evaluasi untuk mengukur pencapaian hasil.

Kegiatan inti dari program ini adalah penyuluhan dan pelatihan dengan tujuan utama meningkatkan pengetahuan dan pemahaman remaja tentang diabetes mellitus dan pentingnya pemeriksaan kesehatan rutin. Penyuluhan dilakukan menggunakan metode ceramah yang dilengkapi dengan penggunaan media pendukung, seperti leaflet dan video edukatif.

Materi yang disampaikan dalam ceramah mencakup beberapa topik penting terkait diabetes mellitus, di antaranya:

1. Pengertian dan Jenis-jenis Diabetes Melitus: Penjelasan mengenai apa itu diabetes melitus, perbedaan antara diabetes tipe 1 dan tipe 2, serta faktor-faktor yang dapat mempengaruhi perkembangan penyakit ini.
2. Gejala dan Komplikasi Diabetes: Edukasi tentang tanda-tanda awal diabetes serta komplikasi jangka panjang yang dapat terjadi jika diabetes tidak dikelola dengan baik.
3. Pencegahan Diabetes Melitus: Pentingnya gaya hidup sehat, pola makan yang baik, olahraga teratur, dan pengelolaan stres sebagai langkah preventif.
4. Pentingnya Pemeriksaan Kesehatan Rutin: Mengedukasi remaja tentang pentingnya melakukan pemeriksaan kesehatan rutin untuk deteksi dini diabetes dan kondisi kesehatan lainnya.

Leaflet digunakan untuk memperkuat materi penyuluhan dengan memberikan informasi yang mudah dipahami dan dapat dibawa pulang oleh peserta, sehingga mereka bisa mempelajarinya lebih lanjut di luar sesi. Video edukasi akan menunjukkan contoh nyata

mengenai pengelolaan diabetes serta cara-cara praktis dalam menjaga kesehatan tubuh, yang diharapkan dapat mempermudah pemahaman bagi peserta.

Pemilihan Sampel dan Kelompok Sasaran

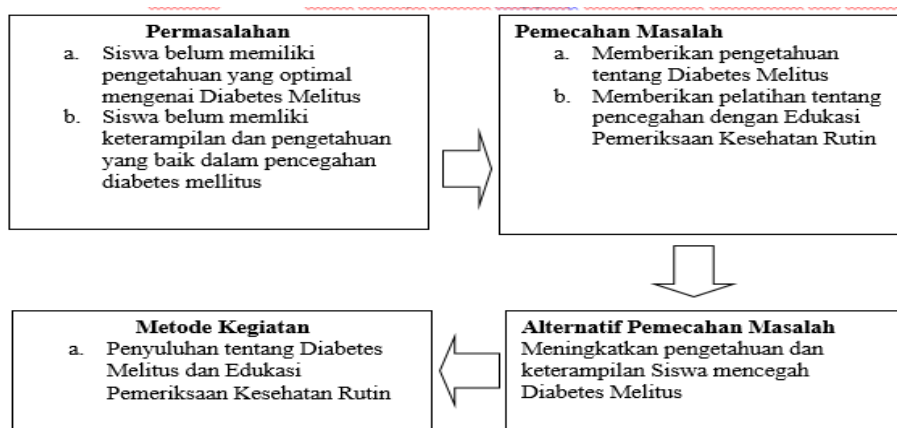
Kelompok sasaran dari kegiatan ini adalah remaja di Panti Aisyiyah Jakarta Pusat yang berusia antara 14 hingga 16 tahun. Pemilihan kelompok usia ini didasarkan pada pertimbangan bahwa usia remaja merupakan periode kritis dalam pembentukan kebiasaan hidup sehat dan pola makan yang dapat mempengaruhi kesehatan mereka di masa depan. Selain itu, usia remaja 14-16 tahun merupakan kelompok yang lebih rentan terhadap pengaruh lingkungan dan kebiasaan buruk, seperti pola makan tidak sehat, kurang olahraga, dan kebiasaan merokok, yang berisiko meningkatkan prevalensi diabetes di kemudian hari. Oleh karena itu, pemberian edukasi tentang diabetes melitus dan pentingnya pemeriksaan kesehatan rutin pada usia ini sangat penting sebagai langkah preventif untuk mencegah terjadinya penyakit tersebut.

Durasi dan Alokasi Waktu Kegiatan

Durasi pelaksanaan kegiatan ini adalah total 50 jam yang dibagi sebagai berikut:

Kegiatan	Durasi
Persiapan kegiatan (Koordinasi dan logistik)	10 jam
Persiapan materi dan pelatihan	16 jam
Pelaksanaan penyuluhan dan pelatihan	18 jam
Evaluasi dan laporan hasil kegiatan	6 jam

Gambar 1 mengilustrasikan paradigma berpikir pemecahan masalah yang digunakan dalam latihan ini. Berbagai solusi dikembangkan untuk mengatasi permasalahan yang muncul. Opsi yang paling mungkin untuk diadopsi kemudian dipilih dari beberapa opsi yang tersedia. Berikut pendekatan kegiatan ini yang didasarkan pada kerangka konseptual tersebut:

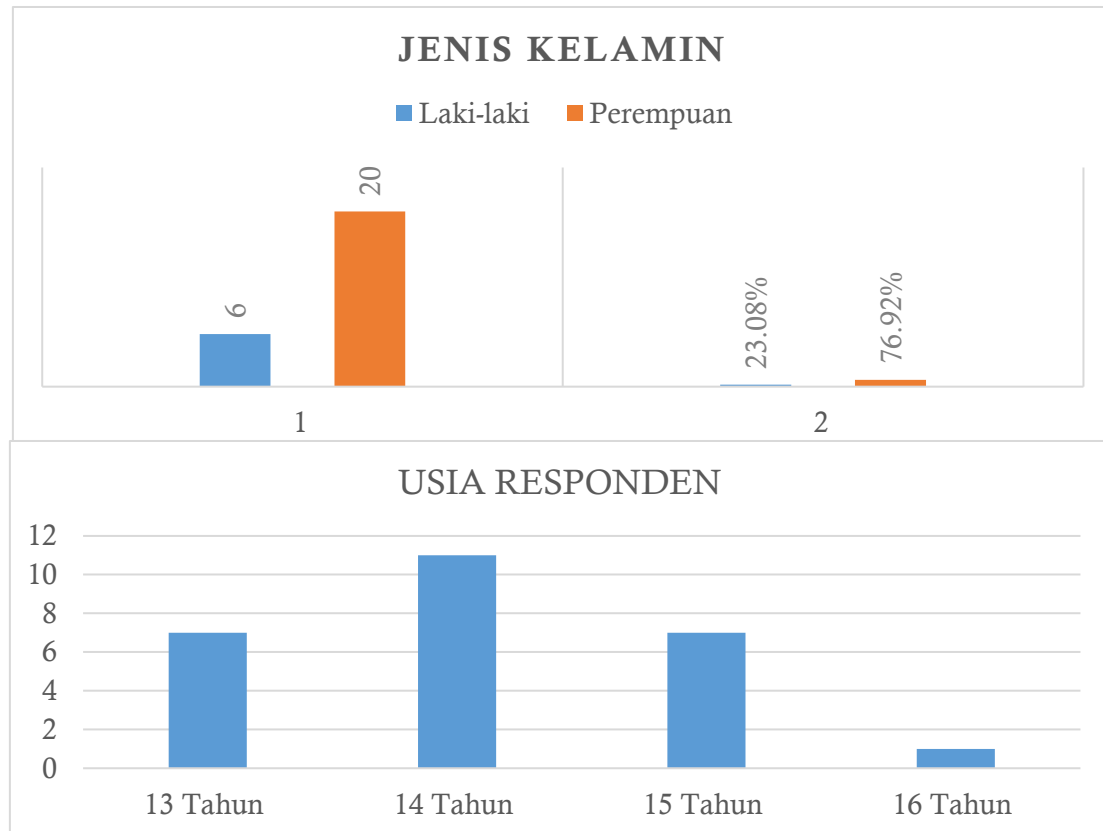


Gambar 1. Kerangka Pemecahan Masalah

3. HASIL

Data Demografi Responden

Grafik 1 Demografi Responden



Berdasarkan hasil 20 (76,92%) perempuan dan 6 (23,08%) laki-laki, grafik di atas menunjukkan bahwa perempuan merupakan tipe jenis kelamin yang paling banyak. usia 14 tahun sebanyak 11 orang (42%), usia 13 tahun sebanyak 7 orang (27%), usia 15 tahun sebanyak 7 orang (27%), dan usia 16 tahun sebanyak 1 orang (4 orang). %), adalah responden paling umum berikutnya.

Tabel 1 Data N Gain Score Responden

No	Nama	JK	Usia Responden	Nilai Pre	Nilai Post	Post-Pre	Skor Ideal (100-Pre)	N Gain Score	N Gain Score (%)
1	FK	P	15	68	90	22	32	0,7	69
2	FS	P	14	69	88	19	31	0,6	61
3	RS	P	14	68	89	21	32	0,7	66
4	LA	P	15	68	90	22	32	0,7	69
5	ZB	P	16	68	93	25	32	0,8	78
6	HS	L	15	68	90	22	32	0,7	69
7	VR	P	14	65	89	24	35	0,7	69

8	ID	P	13	71	90	19	29	0,7	66
9	A	L	14	66	90	24	34	0,7	71
10	FAS	L	15	72	91	19	28	0,7	68
11	AAE	P	14	65	89	24	35	0,7	69
12	BE	P	13	73	94	21	27	0,8	78
13	FJA	P	13	69	90	21	31	0,7	68
14	APG	P	15	68	90	22	32	0,7	69
15	KN	P	15	73	92	19	27	0,7	70
16	NA	P	13	72	92	20	28	0,7	71
17	KA	L	14	72	88	16	28	0,6	57
18	IS	P	13	68	90	22	32	0,7	69
19	VR	P	14	70	92	22	30	0,7	73
20	MAS	P	14	69	92	23	31	0,7	74
21	MR	P	14	70	90	20	30	0,7	67
22	RA	L	15	69	90	21	31	0,7	68
23	HR	L	13	68	92	24	32	0,8	75
24	AAE	P	13	70	93	23	30	0,8	77
25	ANP	P	14	68	91	23	32	0,7	72
26	AAF	P	14	67	92	25	33	0,8	76
MEAN			14,08	69,00	90,65	21,65	31,00	0,70	69,83

Kegiatan ini menggunakan perhitungan pembagian *N-Gain Score* dengan memberikan tes sebelum dan sesudahnya kepada peserta. Rumus yang digunakan adalah sebagai berikut:

N GAIN =	<u>SKORE POST-TEST - SEKOR PRETEST</u>
	SKORE IDEAL - SKOR PRETEST

PEMBAGIAN N-GAIN SCORE	
NILAI N-GAIN	Kategori
$g > 0,7$	TINGGI
$0,3 \leq g \leq 0,7$	SEDANG
$g < 0,3$	RENDAH

KATAGORI TAFSIRAN EFEKTIVITAS N - GAIN	
PERSENTASE (%)	TAFSIRAN
< 40	TIDAK EFEKTIF
40-55	KURANG EFEKTIF
56-75	CUKUP EFEKTIF

>76	EFEKTIF
-----	---------

Dari statistik di atas dapat disimpulkan bahwa nilai rata-rata 26 responden adalah 69,00 pada pre-test dan 90,65 pada post-test. Hasil pre-test dan post-test meningkat sebesar 21,65. Selain itu, nilai *n-Gain Score* sebesar 0,70 menunjukkan bahwa pendekatan tersebut berada pada kategori sedang. Bila diartikan keefektifan nilai *N-Gain Score* diperoleh nilai sebesar 69,83 yang menunjukkan bahwa pendekatan tersebut sangat efektif.

4. DISKUSI

Dalam penelitian ini, data demografi responden menunjukkan bahwa mayoritas peserta adalah perempuan, dengan jumlah 20 orang (76,92%), sementara laki-laki hanya 6 orang (23,08%). Dari segi usia, mayoritas responden berusia 14 tahun sebanyak 11 orang (42%), diikuti oleh usia 13 tahun sebanyak 7 orang (27%), usia 15 tahun juga 7 orang (27%), dan hanya satu responden yang berusia 16 tahun (4%). Distribusi usia dan jenis kelamin ini memberikan gambaran umum tentang karakteristik populasi yang diteliti, dengan lebih banyak peserta perempuan dan distribusi usia yang bervariasi, meskipun mayoritas berada pada usia 14 tahun.

Analisis terhadap nilai *N-Gain Score* menunjukkan adanya peningkatan signifikan dalam hasil belajar responden. Rata-rata nilai *pre-test* adalah 69,00, sementara nilai rata-rata *post-test* meningkat menjadi 90,65. Peningkatan sebesar 21,65 poin ini menunjukkan bahwa metode pembelajaran yang digunakan efektif dalam meningkatkan pengetahuan peserta. *N-Gain Score* rata-rata sebesar 0,70 menunjukkan bahwa peningkatan ini masuk dalam kategori "sedang" menurut klasifikasi yang digunakan. Meskipun kategori ini menunjukkan adanya peningkatan yang jelas, akan lebih baik jika penulis mendalami faktor-faktor yang dapat meningkatkan nilai *N-Gain Score* menjadi kategori "tinggi." Beberapa faktor yang mungkin berpengaruh antara lain:

1. Peningkatan keterlibatan peserta: Jika peserta lebih aktif dalam mengikuti sesi penyuluhan, seperti berpartisipasi dalam diskusi atau bertanya, ini dapat meningkatkan pemahaman mereka dan mendorong peningkatan yang lebih tinggi dalam hasil belajar.
2. Kualitas materi dan media pembelajaran: Penggunaan media yang menarik dan mudah dipahami, seperti video edukatif dan leaflet, dapat memperkuat pemahaman peserta dan meningkatkan hasil belajar. Menyajikan materi dengan cara yang interaktif dan relevan dengan kehidupan sehari-hari peserta juga dapat membantu mempercepat proses pembelajaran.

3. Pendekatan yang lebih personal: Pemberian perhatian lebih kepada kebutuhan individu, seperti melalui tanya jawab atau bimbingan kelompok kecil, bisa meningkatkan pemahaman peserta dan memberikan hasil yang lebih baik.

Selanjutnya, distribusi nilai *N-Gain Score* menunjukkan bahwa sebagian besar responden mengalami peningkatan yang signifikan dalam hasil belajar mereka. Beberapa responden mencapai kategori "tinggi" dengan nilai *N-Gain Score* lebih dari 0,7. Hal ini menunjukkan bahwa metode pembelajaran yang diterapkan tidak hanya berhasil meningkatkan pengetahuan secara umum, tetapi juga memberikan dampak positif yang signifikan pada sebagian besar individu. Hal ini memperlihatkan bahwa meskipun rata-rata *N-Gain Score* berada dalam kategori "sedang", ada kelompok responden yang berhasil mencapai tingkat peningkatan yang lebih tinggi, yang mengindikasikan bahwa potensi pembelajaran masih bisa dimaksimalkan lebih lanjut.

Efektivitas metode pembelajaran yang digunakan juga dapat dilihat berdasarkan tafsiran nilai *N-Gain Score* yang rata-rata sebesar 0,70 (atau 69,83%). Dengan nilai ini, metode ini dapat dikategorikan sebagai "cukup efektif." Meskipun demikian, masih ada ruang untuk perbaikan dan optimalisasi metode pembelajaran lebih lanjut. Penelitian ini merekomendasikan eksplorasi penggunaan metode pembelajaran lain atau kombinasi dari beberapa metode, seperti pembelajaran berbasis diskusi atau studi kasus, untuk mencapai hasil yang lebih optimal.

Selain itu, dalam hal analisis statistik, hasil yang diperoleh menunjukkan perbedaan yang signifikan antara nilai *pre-test* dan *post-test* ($p < 0,05$), yang mengindikasikan bahwa pendidikan mengenai diabetes melitus dan pentingnya pemeriksaan kesehatan rutin memiliki pengaruh positif terhadap pengetahuan peserta. Pengetahuan yang lebih baik ini, pada gilirannya, diharapkan dapat mengubah perilaku pencegahan penyakit pada remaja, seperti pemilihan pola makan yang lebih sehat, peningkatan kesadaran tentang pentingnya aktivitas fisik, serta keputusan untuk melakukan pemeriksaan kesehatan rutin.

Terkait dengan pengaruh jenis kelamin, mayoritas peserta adalah perempuan (76,92%). Penelitian ini tidak menemukan perbedaan signifikan dalam hasil pembelajaran antara peserta laki-laki dan perempuan, yang menunjukkan bahwa metode yang digunakan dapat diterima dan efektif untuk kedua jenis kelamin. Namun, perlu dicatat bahwa karena jumlah peserta laki-laki relatif lebih sedikit, perbedaan hasil antara kedua kelompok jenis kelamin mungkin tidak begitu terlihat secara statistik. Oleh karena itu, penelitian lebih lanjut dengan jumlah sampel yang lebih seimbang antara laki-laki dan perempuan dapat memberikan gambaran yang lebih jelas mengenai perbedaan tersebut.

Secara keseluruhan, hasil penelitian ini memberikan implikasi penting bagi praktik pendidikan, terutama dalam pemilihan metode pembelajaran yang efektif. Dengan memahami karakteristik responden dan bagaimana metode tertentu dapat meningkatkan hasil belajar, pendidik dapat merancang strategi pembelajaran yang lebih baik dan lebih sesuai dengan kebutuhan peserta. Penelitian lanjutan dengan sampel yang lebih besar dan lebih beragam sangat disarankan untuk menguji generalisasi temuan ini dan mengeksplorasi lebih lanjut efektivitas berbagai metode pembelajaran dalam konteks pencegahan penyakit.



Gambar 2. Tahapan Pelaksanaan Kegiatan.

5. KESIMPULAN

Kegiatan edukasi mengenai diabetes melitus dan pemeriksaan kesehatan rutin yang dilaksanakan di Panti Aisyiyah Jakarta Pusat telah menunjukkan hasil yang positif dalam meningkatkan pengetahuan remaja mengenai topik tersebut. Metode penyuluhan yang digunakan, melalui ceramah yang disertai dengan media pembelajaran seperti leaflet dan video edukatif, terbukti efektif dalam meningkatkan pemahaman peserta. Hasil yang diperoleh dari analisis *N-Gain Score* menunjukkan adanya peningkatan signifikan dalam hasil belajar,

meskipun berada pada kategori "**sedang**". Hal ini mencerminkan bahwa meskipun sudah efektif, masih ada ruang untuk optimasi lebih lanjut dalam metode pembelajaran yang diterapkan.

Upaya keberlanjutan dari kegiatan ini sangat penting untuk memastikan bahwa pengetahuan yang telah diperoleh dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari peserta, terutama dalam mencegah penyakit diabetes melitus melalui perubahan pola makan dan gaya hidup yang lebih sehat. Oleh karena itu, penelitian ini merekomendasikan penggunaan pendekatan yang lebih beragam, seperti diskusi kelompok atau simulasi, yang dapat lebih mengaktifkan partisipasi peserta dan memperdalam pemahaman mereka.

Selain itu, penting juga untuk memperhatikan faktor jenis kelamin dan karakteristik peserta lainnya dalam merancang kegiatan edukasi serupa di masa depan, agar program dapat lebih inklusif dan sesuai dengan kebutuhan kelompok yang lebih luas. Ke depan, kegiatan edukasi ini dapat diperluas dengan sampel yang lebih besar dan lebih beragam untuk menguji efektivitas metode yang berbeda, serta untuk mengukur dampaknya terhadap perubahan perilaku pencegahan diabetes di kalangan remaja.

6. PENGAKUAN/ACKNOWLEDGEMENTS

Kami ingin menyampaikan penghargaan yang sebesar-besarnya kepada STIKes RS Husada atas dukungan pendanaannya. Ucapan terima kasih yang mendalam juga saya sampaikan kepada anggota tim kegiatan pengabdian masyarakat atas bantuan dan kerja keras yang telah diberikan. Kontribusi Anda semua sangat berharga dalam menyukseskan proyek ini.

7. DAFTAR REFERENSI

- Agustina, R., Puspita, M., & Widiawati, S. (2023). Gambaran glukosa darah pada anak remaja di MAN Kota Jambi. *Indonesian Journal of Science*, 1(2), 72–77.
- Ahmad, A., Banda, V. A., Wati, E., Dodja, K. P. P., & Patmawati, T. A. (2023). Gaya hidup remaja terhadap penyakit tidak menular: Literatur review. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Indonesia (JKMI)*, 1(2), 66–73. <https://doi.org/10.62017/jkmi.v1i2.646>
- Andini, A., & Awwalia, E. S. (2018). Studi prevalensi risiko diabetes melitus pada remaja usia 15–20 tahun di Kabupaten Sidoarjo. *Medical and Health Science Journal*, 2(1), 19–22. <https://doi.org/10.33086/mhsj.v2i1.600>
- Anwar, Y., Dimas An-Naf, M., Putri Lathiifah, M., Tiana, L., Hardianti, R., Puspitasari, D., Dewi Maharani, E., Khorotun Fadillah, N., Tibbiya, F., Najmah, L., Kartika, K.,

- Apriadi, J., Astuti, S., Alicia, A., Mahmudah, N., & Mareta Dwi Editia, I. (2022). Penyuluhan penyakit diabetes mellitus kepada remaja sekolah menengah atas di Jakarta Utara. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Farmasi: Pharmacare Society*, 1(2), 43–53. <https://doi.org/10.37905/phar.soc.v1i2.15569>
- Ardila, M., Humolungo, D. T. W. S., Amukti, D. P., & Akrom, A. (2024). Promosi kesehatan pencegahan dan pengendalian diabetes melitus pada remaja. *Jurnal Abdimas Indonesia*, 4(2), 534–540. <https://doi.org/10.53769/jai.v4i2.729>
- Arifin, H., Chou, K. R., Ibrahim, K., Fitri, S. U. R., Pradipta, R. O., Rias, Y. A., Sitorus, N., Wiratama, B. S., Setiawan, A., Setyowati, S., Kuswanto, H., Mediarti, D., Rosnani, R., Sulistini, R., & Pahria, T. (2022). Analysis of modifiable, non-modifiable, and physiological risk factors of non-communicable diseases in Indonesia: Evidence from the 2018 Indonesian Basic Health Research. *Journal of Multidisciplinary Healthcare*, 15, 2203–2221. <https://doi.org/10.2147/JMDH.S382191>
- Depkes RI. (2018). *Laporan Riskesdas 2018 nasional* (p. 156). Lembaga Penerbit Balitbangkes.
- Silalahi, L. (2019). Hubungan pengetahuan dan tindakan pencegahan diabetes melitus tipe 2. *Jurnal PROMKES*, 7(2), 223. <https://doi.org/10.20473/jpk.v7.i2.2019.223-232>
- Soelistijo, S. (2021). *Pedoman pengelolaan dan pencegahan diabetes melitus tipe 2 dewasa di Indonesia 2021*. Global Initiative for Asthma.
- Stikes, N. L., & Tangerang, Y. (2021). Hubungan tingkat pengetahuan pola makan dengan faktor risiko diabetes melitus pada remaja. *Nusantara Hasana Journal*, 1(6).
- Suwandewi, A., & Normeilida, S. A. (2023). Pengaruh pendidikan kesehatan terhadap tingkat pengetahuan deteksi dini penyakit diabetes melitus pada remaja di SMAN 7 Banjarmasin. *CNJ*, 7(1), 43.
- Świątoniowska, N., Sarzyńska, K., Szymańska-Chabowska, A., & Jankowska-Polańska, B. (2019). The role of education in type 2 diabetes treatment. *Diabetes Research and Clinical Practice*, 151, 237–246. <https://doi.org/10.1016/j.diabres.2019.04.004>
- Syakura, A. (2022). Peran perawat dalam meningkatkan kemandirian penderita diabetes melitus yang mengalami ulkus dekubitus di RSUD Mohammad Noer Pamekasan. *Professional Health Journal*, 4(1), 88–96. <https://doi.org/10.54832/phj.v4i1.292>
- World Health Organization (WHO). (2016). *Diabetes*. World Health Organization. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/diabetes>
- Yatun Khomsah, I., Dian Nurani, R., Keperawatan, D., Keperawatan Bunda Delima, A., Lampung Kata Kunci, B., Mellitus, D., & Gula Darah, K. (2024). Upaya pencegahan diabetes mellitus melalui edukasi dan pemeriksaan kadar gula darah pada ibu-ibu di wilayah Akademi Keperawatan Bunda Delima. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Bunda Delima*, 3(1), 29–36. <https://doi.org/10.59030/jpmdb.v3i1>