Published online on the page: https://jurnal.mifandimandiri.com/index.php/berbakti

B E R B A K T I
Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat
| ISSN (*Online*) 3064-0814 |

Cegah Diabetes Melitus: Program Pemeriksaan Gula Darah Gratis dengan Kunjungan Rumah di Desa Bababulo Utara

Jamila Kasim[1,], Zulkifli[1], Uchira[2], Hasifah[3], Maryam Jamaluddin[3]*

[1]*STIKes Bina Bangsa Majene, Majene,* Indonesia
[2]*STIKES Gema Insan Akademik, Makassar,* Indonesia
[3]*STIKES Nani Hasanuddin, Makassar,* Indonesia

Informasi Artikel

Sejarah Artikel:
Submit: 05 Agustus 2025
Revisi: 07 Agustus 2025
Diterima: 08 Agustus 2025
Diterbitkan: 30 Agustus 2025

Kata Kunci

Pencegahan, Diabetes, Pemeriksaan, Gula darah, Kunjungan rumah

Correspondence

E-mail: jkasim944@gmail.com*

A B S T R A K

Keluarga di desa Bababulo Utara belum menyadari pentingnya pemeriksaan gula darah secara rutin dan faktor risiko yang dapat menyebabkan diabetes. Kurangnya pengetahuan dan akses terhadap fasilitas kesehatan menjadi kendala dalam upaya pencegahan penyakit ini, tujuan kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat Cegah Diabetes Melitus: Program Pemeriksaan Gula Darah Gratis dengan Kunjungan Rumah di Desa Bababulo Utara, metode pelaksanaan kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat program yang dilaksanakan oleh Tim Pengabdian kepada Masyarakat , yang memberikan edukasi dan pemeriksaan Kesehatan terkait gula darah kepada 30 orang dengan mendatangi rumah-rumah warga yang bersedia untuk mengikuti sosialisasi dan pemeriksaan gula darah, dan hasil kegiatan. Hampir setengah dari peserta (57%) berada dalam kategori pra diabetes. Ini mengindikasikan bahwa mereka memerlukan perhatian lebih lanjut dan pemantauan kesehatan yang intensif. Kadar Gula Darah Tinggi Sebanyak 20% peserta menunjukkan kadar gula darah tinggi, yang menandakan adanya risiko diabetes yang lebih serius, Kesimpulan meningkatkan kesadaran masyarakat tentang Kesehatan gula darah, Edukasi dan tindakan preventif harus ditujukan khususnya kepada peserta dalam kategori pra diabetes dan kadar gula darah tinggi untuk mencegah terjadinya diabetes di masa depan.

Abstract

Families in North Bababulo village have not realized the importance of regular blood sugar checks and risk factors that can cause diabetes. Lack of knowledge and access to health facilities is an obstacle in efforts to prevent this disease, the purpose of Community Service activities to Prevent Diabetes Mellitus: Free Blood Sugar Checkup Program with Home Visits in North Bababulo Village, the method of implementing Community Service activities program carried out by the Community Service Team, which provides education and health checks related to blood sugar to 30 people by visiting Homes of residents who are willing to take part in socialization and blood sugar checks, and the results of activities. Almost half of the participants (57%) were in the pre-diabetes category. This indicates that they require further attention and intensive health monitoring. High Blood Sugar Levels As many as 20% of participants showed high blood sugar levels, which indicates a more serious risk of diabetes, Conclusion Increasing public awareness about blood sugar health, education and preventive measures should be aimed especially at participants in the pre-diabetes category and high blood sugar levels to prevent diabetes in the future.

This is an open access article under the CC–BY-SA license

Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License. *Some rights reserved*

Published online on the page: https://jurnal.mifandimandiri.com/index.php/berbakti

B E R B A K T I
Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat
| ISSN (*Online*) 3064-0814 |

1. Pendahuluan

Diabetes melitus merupakan salah satu penyakit kronis yang semakin meningkat prevalensinya di seluruh dunia, termasuk di Indonesia pada tahun 2024, ada sekitar 537 juta orang diseluruh dunia yang menderita diabetes, jumlah ini diperkirakan akan meningkat menjadi 643 juta pada tahun 2030 jika tidak ada pencegahan yang efektif untuk penyakit ini. Penyakit ini dapat menyebabkan berbagai komplikasi serius, seperti penyakit jantung, kerusakan ginjal, dan gangguan penglihatan. Menurut data dari Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, diabetes melitus menjadi salah satu penyebab utama kematian yang dapat dicegah jika terdeteksi dan ditangani sejak dini [1][2].

Masyarakat sering kali kurang menyadari faktor risiko yang berkontribusi terhadap perkembangan diabetes, seperti pola makan yang tidak sehat [3], kurangnya aktivitas fisik, serta obesitas [4]. Selain itu, stigma sosial dan kurangnya akses terhadap fasilitas kesehatan di daerah pedesaan memperburuk situasi ini, mengakibatkan banyak individu tidak mendapatkan pemeriksaan dan perawatan yang diperlukan. Dalam konteks ini, pencegahan dan deteksi dini menjadi kunci untuk mengurangi angka kejadian diabetes melitus [5], Menurut data dari Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, diabetes melitus menjadi salah satu penyebab utama kematian yang dapat dicegah jika terdeteksi dan ditangani sejak dini [6][8]. Oleh karena itu, penting bagi setiap keluarga untuk menyadari risiko diabetes dan berupaya menjaga kesehatan secara kolektif

Desa Bababulo Utara, sebagai salah satu wilayah yang memiliki populasi yang beragam, menghadapi tantangan tersendiri dalam hal kesehatan masyarakat. Banyak keluarga di desa ini belum menyadari pentingnya pemeriksaan gula darah secara rutin dan faktor risiko yang dapat menyebabkan diabetes. Kurangnya pengetahuan dan akses terhadap fasilitas kesehatan menjadi kendala dalam upaya pencegahan penyakit ini.

Dalam rangka meningkatkan kesadaran dan memberikan akses yang lebih baik kepada masyarakat, program "Pemeriksaan Gula Darah Gratis untuk Keluarga di Bababulo Utara" diadakan sebagai bagian dari pengabdian masyarakat. Program ini bertujuan untuk memberikan informasi mengenai diabetes melitus, melakukan pemeriksaan gula darah gratis, serta memberikan edukasi tentang pola hidup sehat yang dapat mencegah timbulnya penyakit Pada keluarga, diharapkan program ini dapat berkontribusi dalam menurunkan angka kejadian diabetes serta meningkatkan kualitas hidup keluarga dan secara umum pada masyarakat di Desa Bababulo Utara.

Melalui inisiatif ini, diharapkan akan terbentuk kesadaran kolektif tentang pentingnya menjaga kesehatan dan melakukan pencegahan dini terhadap diabetes melitus, sehingga setiap keluarga dapat hidup lebih sehat dan produktif.

2. Metode Pelaksanaan

2.1. Lokasi dan Waktu

Program "Pemeriksaan Gula Darah Gratis dengan Kunjungan Rumah" dilaksanakan dengan kunjungan rumah di Desa Bababulo Utara. Kegiatan dijadwalkan pada tanggal 15,16 dan 17 Juni 2025 dengan mengunjungi keluarga, dengan waktu pelaksanaan dari pukul 09.00 hingga 15.00 WITA.

Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License. *Some rights reserved*

2.2. Kelompok Sasaran

Kelompok sasaran dari program ini adalah seluruh keluarga yang tinggal di Desa Bababulo Utara, dengan penekanan pada individu yang berisiko tinggi terhadap diabetes, seperti mereka yang memiliki riwayat keluarga diabetes, obesitas, dan gaya hidup tidak sehat.

2.3. Pelaksanaan Kegiatan

Kegiatan Cek Gula Darah Sewaktu (GDS) dimulai dengan mendatangi satu per satu rumah warga di Desa Bababulo Utara. Berikut adalah tahapan pelaksanaan kegiatan:

1. Persiapan Tim

   Tim pengabdian Kepada Masyarakat berkumpul untuk mendiskusikan rencana kunjungan dan membagikan tugas.

2. Sosialisasi Awal

   Sebelum kunjungan, tim melakukan sosialisasi untuk memberitahukan masyarakat tentang kegiatan yang akan dilaksanakan dan manfaat pemeriksaan gula darah.

3. Kunjungan Rumah (Pemeriksaan Gula Darah)

   a. Melakukan pemeriksaan gula darah kunjungan keluarga

   b. Mengumpulkan data dari hasil pemeriksaan dan kuesioner.

   c. Edukasi: Memberikan informasi mengenai pola hidup sehat dan pencegahan diabetes.

4. Analisis Data

   Mengolah hasil pemeriksaan gula darah dan wawancara untuk mendapatkan pemahaman yang lebih baik tentang risiko diabetes

5. Penyajian Hasil

   Menyusun laporan mengenai hasil pemeriksaan, dan rekomendasi untuk tindakan pencegahan lebih lanjut. Serta Mengadakan pertemuan dengan masyarakat untuk menyampaikan hasil dan pentingnya menjaga kesehatan.

Dengan pendekatan langsung ke rumah-rumah warga, kegiatan ini diharapkan dapat menjangkau lebih banyak orang dan meningkatkan kesadaran tentang pentingnya pemeriksaan gula darah serta pencegahan diabetes.

3. Hasil dan Pembahasan

3.1. Hasil

Kegiatan pemeriksaan Gula Darah Sewaktu (GDS) merupakan program yang dilaksanakan oleh Tim Pengabdian kepada Masyarakat, yang memberikan edukasi dan pemeriksaan kesehatan terkait gula darah kepada 30 orang dengan kunjungan rumah di desa Bababulo Utara.

Kegiatan Cek Gula Darah Sewaktu (GDS) dimulai dengan mendatangi rumah-rumah warga yang bersedia untuk mengikuti sosialisasi dan pemeriksaan gula darah. Setelah itu, tim memberikan sosialisasi tentang pencegahan diabetes, pola hidup sehat, serta aktivitas yang sebaiknya dilakukan untuk mencegah penyakit tersebut. Selain itu, dilakukan komunikasi interaktif dengan peserta untuk mengevaluasi sejauh mana pemahaman masyarakat mengenai kadar gula darah dan diabetes.

Tabel 1. Hasil pemeriksaan gula darah sewaktu

No	Hasil Pemeriksaan	Persentase	Keterangan
1	Kadar gula darah normal	23%	Peserta memiliki kadar gula dalam batas normal.
2	Kategori pra Diabetes	57 %	Memerlukan perhatian lebih lanjut.
3	Kadar gula darah tinggi	20%	Menunjukkan risiko diabetes yang lebih serius.

Kadar Gula Darah Normal (23%): Sebanyak 23% peserta memiliki kadar gula darah dalam rentang normal. Ini menunjukkan bahwa sepertiga dari mereka tidak berada dalam risiko diabetes, yang merupakan indikasi positif bagi kesehatan mereka, Kategori Pra Diabetes (57%) Hampir setengah dari peserta (57%) berada dalam kategori pra diabetes. Ini mengindikasikan bahwa mereka memerlukan perhatian lebih lanjut dan pemantauan kesehatan yang intensif. Penting untuk memberikan edukasi tentang pola hidup sehat dan langkah-langkah pencegahan.

Secara keseluruhan, hasil ini menunjukkan pentingnya kegiatan pemeriksaan gula darah untuk meningkatkan kesadaran masyarakat mengenai kesehatan gula darah dan pencegahan diabetes. Edukasi dan intervensi yang tepat diperlukan untuk peserta dalam kategori pra diabetes dan kadar gula darah tinggi.

Gambar 1. Pemeriksaan gula darah sewaktu

3.2. Pembahasan

Kategori Pra Diabetes (57%) Hampir setengah dari peserta (57%) berada dalam kategori pra diabetes. Ini mengindikasikan bahwa mereka memerlukan perhatian lebih lanjut dan pemantauan kesehatan yang intensif. Penting untuk memberikan edukasi tentang pola hidup sehat dan langkah-langkah pencegahan, dan Kadar Gula Darah Tinggi (20%): Sebanyak 20% peserta menunjukkan kadar gula darah tinggi, yang menandakan adanya risiko diabetes yang lebih serius. Peserta dalam kategori ini perlu mendapatkan intervensi medis segera untuk mengurangi risiko perkembangan diabetes.

Wawancara dengan peserta menyoroti kurangnya akses informasi dan pendidikan kesehatan yang memadai. Hal ini menunjukkan bahwa program ini tidak hanya perlu fokus pada pemeriksaan gula darah, tetapi juga harus mencakup upaya berkelanjutan untuk mendidik masyarakat tentang pencegahan diabetes melalui pola hidup sehat.

Pendidikan kesehatan yang efektif sangat penting untuk meningkatkan kesadaran masyarakat tentang faktor risiko diabetes dan cara pencegahannya [9][12]. Banyak peserta yang mengungkapkan ketidakpahaman mengenai pentingnya pola makan sehat, aktivitas fisik, dan pemeriksaan kesehatan rutin. Oleh karena itu, program ini perlu mengintegrasikan sesi edukasi yang mencakup: Workshop dan Seminar: Mengadakan kegiatan secara berkala yang membahas mengenai gizi seimbang, pentingnya olahraga, dan pengelolaan stres. Ini membantu peserta memahami bagaimana kebiasaan sehari-hari memengaruhi kesehatan gula darah. Materi Edukasi: Mengembangkan materi edukasi yang mudah dipahami, seperti brosur, poster, atau video, yang dapat dibagikan kepada masyarakat. Materi ini harus mencakup informasi tentang gejala diabetes, cara menjaga kadar gula darah, dan tips

pola hidup sehat. Keterlibatan Komunitas: Melibatkan tokoh masyarakat dan kader kesehatan untuk menyampaikan informasi secara langsung kepada warga. Hal ini dapat meningkatkan kepercayaan masyarakat terhadap informasi yang diberikan. Program Pemantauan: Mendorong masyarakat untuk melakukan pemeriksaan gula darah secara rutin dan menyediakan akses yang lebih baik untuk layanan kesehatan. Ini dapat membantu deteksi dini dan intervensi yang tepat [13][15].

Dengan melakukan kunjungan rumah, diharapkan informasi dan kesadaran akan dapat menjangkau lebih banyak individu dan keluarga yang mungkin tidak dapat hadir dalam kegiatan utama. Upaya ini penting untuk menciptakan lingkungan yang mendukung kesehatan, di mana setiap anggota masyarakat berperan aktif dalam menjaga kesehatan diri dan keluarga.

Program ini memberikan gambaran jelas tentang perlunya intervensi lebih lanjut dalam bentuk seminar kesehatan, penyuluhan gizi, dan program olahraga komunitas untuk mendorong gaya hidup sehat di Desa Bababulo Utara.

Dengan pendekatan yang komprehensif dan berkelanjutan dalam edukasi kesehatan, diharapkan masyarakat dapat lebih proaktif dalam menjaga kesehatan mereka, serta mengurangi risiko terkena diabetes di masa depan.

4. Kesimpulan

Kegiatan ini sangat penting dalam meningkatkan kesadaran masyarakat tentang kesehatan gula darah. Edukasi dan tindakan preventif harus ditujukan khususnya kepada peserta dalam kategori pra diabetes dan kadar gula darah tinggi untuk mencegah terjadinya diabetes di masa depan. Selain itu, kolaborasi dengan puskesmas dan tenaga medis lokal dapat memperkuat upaya ini, dengan menyediakan akses lebih baik untuk pemeriksaan rutin dan konsultasi kesehatan. Penting juga untuk mengembangkan program-program berkelanjutan yang mendorong pola hidup sehat, seperti diet seimbang dan aktivitas fisik, guna menjaga kadar gula darah dalam batas normal. Dengan pendekatan yang komprehensif, diharapkan dapat menurunkan angka prevalensi diabetes di masyarakat dan meningkatkan kualitas hidup secara keseluruhan.

Ucapan Terimakasih

LPPM STIKes Bina Bangsa Majene, STIKES Gema Insan Akademik, STIKES Nani Hasanudin Makassar., Tim pengabdian dari STIKes Bina Bangsa Majene, STIKES Gema Insan Akademik, STIKES Nani Hasanudin Makassar, Kepala Desa dan Aparat Desa Bababulo Utara Kabupaten Majene telah bersedia menjadi mitra dalam kegiatan ini serta Semua pihak yang telah membantu Tim Pengabdian selama pelaksanaan kegiatan, sehingga semua dapat diselesaikan sesuai dengan waktu yang telah ditentukan.

Daftar Pustaka

[1] D. Lukitaningtyas, E. Kurniasih, and P. Pariyem, "Deteksi Dini dan Monitoring Penyakit Degeneratif Diabetes Melitus di Dusun Pilangpayung I, Desa Geneng Kec. Geneng Kabupaten Ngawi," *J. Kreat. Pengabdi. Kpd. Masy.*, vol. 5, no. 12, 2022, doi: 10.33024/jkpm.v5i12.8148.

[2] V. Agustina et al., "Deteksi Dini Penyakit Diabetes Melitus," *Magistrorum Sch.*, vol. 02, no. 02, 2021.

[3] D. Vilasari, A. N. Ode, R. Sahilla, N. Febriani, and S. H. Purba, "Peran Promosi Kesehatan Dalam Meningkatkan Kesadaran Masyarakat Terhadap Penyakit Tidak Menular (PTM): Studi Literatur:" *J. Kolaboratif Sains*, vol. 7, no. 7, pp. 2635–2648, 2024, doi: 10.56338/jks.v7i7.5626.

[4] R. W. Gayatri, H. E. Wardani, and S. Katmawanti, "Hubungan Hasil Deteksi Dini Diabetes Mellitus Menggunakan Aplikasi Android 'Dm Personal Screening' Dengan Kadar Gula Darah Acak Pengunjung Puskesmas Janti Kota Malang," Prev. Indones. *J. Public Heal.*, vol. 4, no. 2, p. 116, 2019, doi: 10.17977/um044v4i2p116-123.

[5] P. Permatasari and N. Fajrin, "Perbedaan Pengetahuan Dan Sikap Deteksi Dini Diabetes Melitus Sebelum Dan Sesudah Diberikan Promosi Kesehatan Di Wilayah Kerja Puskesmas Pasar Rebo," *J. Ilm. Kesehat. Masy. Media Komun. Komunitas Kesehat. Masy.*, vol. 12, no. 2, 2020, doi: 10.52022/jikm.v12i2.61.

[6] A. J. Manoppo, "Kognitif dan Kadar Gula Darah pada Penderita DM Tipe II yang Mendapatkan Program Diabetes Self Management Education (DSME) di Desa Airmadidi," *J. Sk. Keperawatan*, vol. 5, no. 1, 2019, doi: 10.35974/jsk.v5i1.725.

[7] N. Ahdiah and F. Arofiati, "Metode-Metode Penyampaian Diabetes Self-Management Education (DSME)," Din. Kesehat. *J. Kebidanan dan Keperawatan*, vol. 10, no. 1, 2020, doi: 10.33859/dksm.v10i1.416.

[8] D. Purqoti, B. H. Rispawati, Ernawati, Zuliardi, and Ilham, "Identifikasi Kadar Gula Darah Penderita DM Tipe 2 di Desa Kopang Lombok Tengah," *J. Ilm. Kesehat. Masy. DAN Sos.*, vol. 1, no. 4, 2023, doi: 10.59024/jikas.v1i4.491.

[9] Narmawan, Siti Hadrayanti Ananda, and Helma, "Pengaruh Pemberian Pendidikan Kesehatan dengan Media Booklet Terhadap Motivasi Pasien DM Tipe II dalam Melakukan Perawatan Kaki," *J. Kesehat.*, vol. 15, no. 2, 2022, doi: 10.24252/kesehatan.v15i2.19036.

[10] A. Rahmawati, N. Naziyah, and M. Helen, "Pengaruh Pendidikan Kesehatan melalui Media Leaflet tentang Diet Dm terhadap Pengetahuan dan Kadar Gula Darah pada Pasien Dm di Wilayah Kelurahan Pabuaran Mekar Provinsi Jawa Barat," *Malahayati Nurs. J.*, vol. 5, no. 8, 2023, doi: 10.33024/mnj.v5i8.9073.

[11] F. Simamora, D. M. Manurung, and D. Ramadhini, "Pendidikan Kesehatan 4 Pilar Penatalaksanaan DM pada Penderita Diabetes Mellitus di Desa Manunggang Jae Kota Padangsidimpuan," *JUKESHUM J. Pengabdi. Masy.*, vol. 1, no. 1, 2021, doi: 10.51771/jukeshum.v1i1.22.

[12] D. S. D. Arimbi, L. Lita, and R. L. Indra, "Pengaruh Pendidikan Kesehatan terhadap Motivasi Mengontrol Kadar Gula Darah pada Pasien DM Tipe II," *J. Keperawatan Abdurrab*, vol. 4, no. 1, 2020, doi: 10.36341/jka.v4i1.1244.

[13] R. P. Febriani, N. A. Prabowo, D. P. Putri, S. Setyawan, and Benedictus, *Panduan Diabetes Bagi Pasien dan Keluarga*. 2023.

[14] N. H. Buchair, R. Amiruddin, and I. Indar, "Pengaruh Konseling Home care terhadap Kualitas Hidup Penderita DM Tipe 2 di Puskesmas Talise Kota Palu," Prev. *J. Kesehat. Masy.*, vol. 12, no. 2, 2021, doi: 10.22487/preventif.v12i2.449.

[15] R. Wahyuningsih, N. Ardianti, N. K. Sri Sulendri, and J. Darni, "Gambaran Proses Asuhan Gizi Terstandar pada Pasien Diabetes Mellitus (DM) Tipe 2," *Indones. Heal. Issue*, vol. 2, no. 1, 2023, doi: 10.47134/inhis.v2i1.36.