

Penerapan Metode Edukasi Lintas Pos Untuk Meningkatkan Pengetahuan Diabetes Melitus Pada Kader Desa Puliharjo

Darmanto Sahat Setyawan¹, David Rahmat Widiyantoro^{1*}, Muhammad Azril¹, Khoirindra Adilfi¹, Riana Siti Handayani¹, Hanif Maisyaroh¹, Samuel Sianipar¹, Sarifah Intan¹, Dian Febriana Nur Afifah¹, Daniella Enisa Lumbantoruan¹, Nur Halimah¹, Munif Fadhilah¹, Clarissa Rosania Pramadita¹, Nur Azizah Rahmah¹

¹ Universitas Jenderal Soedirman, Purwokerto, Jawa Tengah, Indonesia

* Penulis korespondensi. E-mail: davitwidiyantoro@gmail.com

Diterima: Oktober 2025; Disetujui: Desember 2025

INFO ARTIKEL	ABSTRAK
Keywords: Desa Puliharjo Diabetes Melitus Kader kesehatan Lintas pos.	Diabetes Melitus (DM) adalah penyakit kronis dengan angka kejadian yang terus meningkat baik di tingkat global maupun nasional, termasuk di Desa Puliharjo, Kecamatan Puring, Kabupaten Kebumen. Program pengabdian masyarakat ini bertujuan meningkatkan pemahaman kader Desa Puliharjo tentang DM melalui metode edukasi lintas pos. Pelaksanaan kegiatan mencakup sosialisasi dan pembelajaran interaktif pada empat pos: mitos dan fakta seputar DM, kuis interaktif, pemahaman indeks glikemik, serta permainan edukatif. Sebanyak 25 kader desa berpartisipasi dalam kegiatan ini. Hasil menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan peserta, dengan nilai post-test tertinggi pada kelompok usia 31–40 tahun (rata-rata 76 poin) dan peserta dengan pekerjaan wiraswasta (rata-rata 80 poin). Usia dan pekerjaan terbukti memengaruhi tingkat pemahaman informasi kesehatan. Kegiatan ini berhasil membentuk kader sebagai agen perubahan dalam upaya pencegahan dan pengendalian DM di masyarakat. Ke depannya, metode edukasi disarankan lebih disesuaikan dengan karakteristik peserta agar hasil yang diperoleh lebih maksimal.

(1) PENDAHULUAN

Diabetes Melitus (DM) merupakan suatu penyakit yang diawali dengan meningkatnya gula darah didalam tubuh yang disebabkan tidak mampunya tubuh memproduksi insulin secara cukup atau tidak dapat memanfaatkan insulin dengan efektif (Kemenkes, 2022). Insulin adalah hormon yang dihasilkan oleh sel beta pada organ pankreas yang berperan dalam membantu gula (glukosa) masuk ke dalam sel tubuh untuk diubah menjadi energi. Kelainan hormon insulin didalam tubuh dapat menyebabkan tingginya kadar gula darah di dalam tubuh sehingga menyebabkan tubuh mengalami kekurangan energi dan menyebabkan penderita mudah lelah dan berat badan mengalami penurunan secara drastis (Khristan et al., 2024). Diabetes Melitus (DM) dalam jangka waktu yang lama dapat menyebabkan kerusakan yang serius pada organ jantung, pembuluh darah, mata, saraf, dan ginjal (Winahyu, 2023).

Data International Diabetes Federation (IDF) tahun 2024, menyebutkan bahwa Sekitar 11,1% dari populasi dunia, atau sekitar 588 juta orang dewasa yang berusia antara 20 hingga 79 tahun diketahui menderita Diabetes Melitus (DM). Namun, banyak di antara mereka yang tidak menyadari bahwa mereka telah terkena penyakit Diabetes Melitus (DM). Sedangkan pada tahun 2050 diperkirakan penderita Diabetes Melitus (DM) mencapai Sekitar 13,0% dari populasi dunia, atau sekitar 852 juta orang dewasa yang berusia antara 20 hingga 79 tahun. Berdasarkan data tersebut penyakit Diabetes Melitus mengalami kenaikan yang cukup signifikan yaitu sekitar 264 juta orang dewasa yang berusia 20 hingga 79 tahun. Pada tahun 2024 di Indonesia penderita Diabetes

Melitus (DM) berjumlah 20,4 juta dan menduduki posisi kelima di dunia. Menurut Laporan Nasional Risesdas Tahun 2023 Di wilayah Indonesia sendiri, terdapat 3 provinsi dengan kasus Diabetes Melitus (DM) tertinggi yaitu Provinsi Jawa Barat dengan kasus berjumlah 156 ribu orang, Provinsi Jawa Timur dengan kasus berjumlah 130 ribu orang, dan Provinsi Jawa Tengah dengan kasus berjumlah 118 ribu orang. Berdasarkan data Badan Pusat Statistik Kabupaten Kebumen di daerah Kebumen untuk penyakit Diabetes Melitus menduduki posisi ke 4 penyakit tidak menular yang paling banyak di derita oleh masyarakat dengan jumlah kasus sebesar 12.337 kasus. Hal menunjukkan penyakit diabetes melitus di daerah Kebumen masih terbilang cukup tinggi. Sedangkan untuk Kecamatan Puring penyakit Diabetes Melitus (DM) menduduki posisi ke 5 penyakit terbanyak yang di derita oleh masyarakat dengan jumlah kasus 482 pasien. Desa Puliharjo sendiri memiliki kasus Diabetes Melitus (DM) sebanyak 27 kasus yang tercatat di Puskesmas Puring.

Terganggunya produksi insulin dalam tubuh menjadi salah satu faktor penyebab Diabetes Melitus (DM). Maka dari itu, penyakit Diabetes Melitus (DM) dibagi menjadi empat jenis yaitu Diabetes Melitus (DM) tipe 1 yang terjadi karena tubuh tidak mampu sama sekali memproduksi insulin, Diabetes Melitus (DM) tipe 2 yang disebabkan terganggunya produksi insulin sehingga tidak mencukupi kebutuhan di dalam tubuh, Diabetes Melitus (DM) gestasional yang disebabkan oleh kadar gula darah melebihi batas normal pada saat masa kehamilan, dan jenis diabetes lainnya yang disebabkan oleh penggunaan obat-obatan tertentu atau karena penyakit lain (Rizal Mantovani, 2020). Berdasarkan data Laporan Nasional

Riskesdas Tahun 2023, masyarakat Indonesia banyak menderita Diabetes Melitus (DM) tipe 2 dengan persentase sebesar 50,2% dan Diabetes Melitus (DM) tipe 1 dengan persentase sebesar 16,9%.

(2) METODE

Lokasi, Waktu, dan Mitra Kegiatan

Kegiatan edukasi Diabetes Melitus (DM) menggunakan metode lintas pos dengan sasaran kader Desa Puliharjo yang berjumlah 25 peserta. Kegiatan ini dilaksanakan pada Jumat, 1 Agustus 2025 di Dusun Juru Tengah, Desa Puliharjo, Kecamatan Puring. Pemilihan lokasi ini didasarkan pada peran strategis kader di Desa Puliharjo dalam mendukung program kesehatan berbasis komunitas. Diharapkan setelah mengikuti kegiatan ini, para kader dapat menjadi agen perubahan dalam pencegahan dan pengendalian Diabetes Melitus di tengah masyarakat. Kegiatan edukasi mengenai Diabetes Melitus (DM) ini diselenggarakan dengan menggunakan metode lintas pos, yang dirancang untuk meningkatkan pengetahuan kader Desa Puliharjo melalui pendekatan interaktif dan menyenangkan. Pelaksanaan kegiatan dilakukan dalam dua tahap utama. Tahap pertama adalah sosialisasi, yang berisi pemaparan materi tentang Diabetes Melitus (DM), mulai dari pengertian, penyebab, gejala, faktor risiko, hingga Upaya pencegahan dan pengelolannya. Materi disampaikan secara komunikatif agar mudah dipahami oleh peserta, sekaligus memberi ruang untuk tanya jawab guna memperdalam pemahaman mereka. Tahap kedua adalah metode lintas pos, di mana peserta dibagi ke dalam beberapa kelompok dan diarahkan untuk mengunjungi setiap pos secara bergiliran. Terdapat empat pos dalam kegiatan ini, masing-masing dengan tema dan pendekatan yang berbeda untuk memperkuat pemahaman peserta melalui pengalaman langsung. Program lintas pos terdiri dari 4 pos yaitu pos pertama membahas tentang mitos dan fakta seputar Diabetes Melitus (DM) untuk mengidentifikasi pernyataan yang benar dan yang keliru seputar diabetes, pos kedua diisi dengan kuis interaktif tentang Diabetes Melitus (DM) yang terdiri dari 10 pertanyaan pilihan ganda, Pos ketiga membahas tentang indeks glikemik, yaitu ukuran seberapa cepat suatu makanan dapat meningkatkan kadar gula darah, dan pos keempat terdiri dari games sederhana dan menyenangkan, yaitu permainan membawa gelas air menggunakan kain.

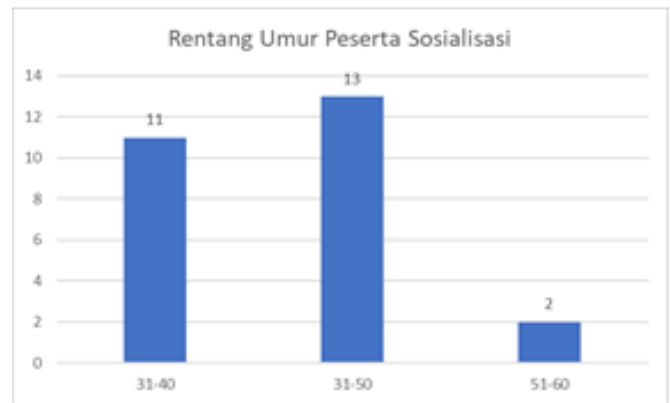
Evaluasi Keberhasilan

Evaluasi kegiatan disajikan secara deskriptif berdasarkan keterlaksanaan program, hasil kegiatan, dan respons mitra yang tersedia pada naskah sumber; naskah tidak menambahkan instrumen atau data evaluasi baru.

(3) HASIL DAN PEMBAHASAN

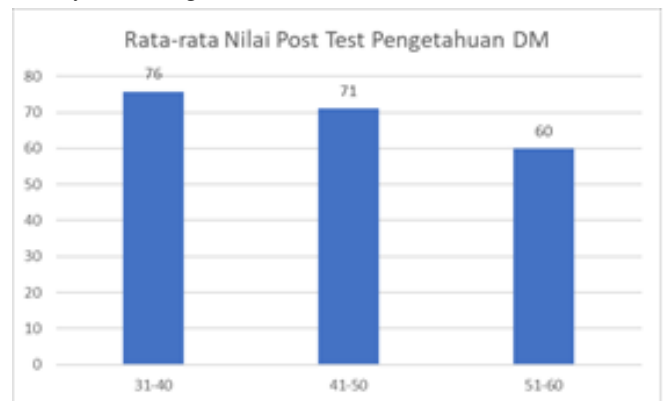
Kegiatan edukasi Diabetes Melitus (DM) menggunakan metode lintas pos yang dilaksanakan pada Jumat, 1 Agustus 2025 di Dusun Juru Tengah, Desa Puliharjo diawali dengan menyebarkan surat undangan kepada kader Desa Puliharjo. Surat undangan ini berguna untuk memberikan informasi kepada kader Desa Puliharjo terkait mekanisme kegiatan dan tempat kumpul kegiatan ini. Kader Desa Puliharjo datang ke Balai Desa Puliharjo di Dusun Juru Tengah, Desa Puliharjo untuk melakukan registrasi peserta. Setelah itu dilakukan sosialisasi tentang Diabetes Melitus (DM) di Balai Desa Puliharjo dan diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan kader Desa Puliharjo terkait penyakit Diabetes Melitus (DM). Kader diharapkan sebagai agen perubahan di masyarakat yang dapat memberikan perubahan terkait pengetahuan

Diabetes Melitus di masyarakat Desa Puliharjo. Hasil yang diperoleh berdasarkan data yang terkumpul sebagai berikut.



Gambar 1. Rentang Umur Peserta

Berdasarkan data yang di dapatkan persebaran umur peserta yang mengikuti kegiatan sosialisasi Diabetes Melitus (DM) dan lintas pos berkisar umur 31-40 tahun sebanyak 11 orang, umur 31-50 tahun sebanyak 13 orang, dan umur 51-60 tahun sebanyak 2 orang.



Gambar 2. Rata-Rata Nilai Post Test

Berdasarkan Umur

Perbandingan umur dengan pengetahuan terkait Diabetes Melitus dapat diketahui dari Gambar 2. Rentang umur

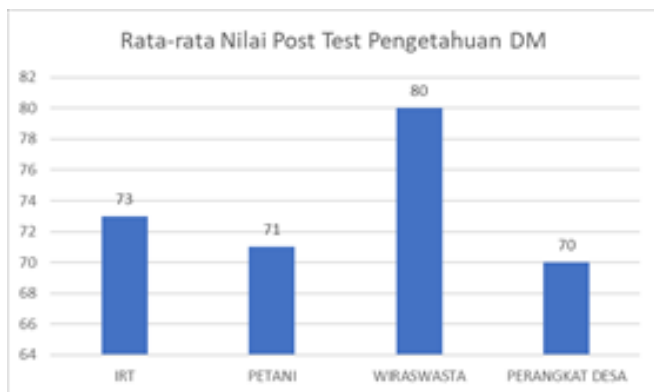
31-40 tahun memiliki nilai rata rata post test yaitu 76 point. Rentang umur 41-50 tahun memiliki nilai rata rata post test yaitu 71 point. Rentang umur 51-60 tahun memiliki rata rata post test yaitu 60 point. Berdasarkan data tersebut dapat diketahui bahwa pengetahuan terkait DM mudah dipahami oleh masyarakat yang berumur dalam rentang 31-40 tahun. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Lubis and Arifin, 2021 yang menyatakan usia dengan rentang lebih muda akan lebih mudah dalam memahami dan menyerap suatu informasi yang di dapatkan.

Masyarakat dengan rentang usia 31-40 tahun cenderung memiliki tingkat pendidikan yang lebih tinggi dan akses terhadap informasi kesehatan yang lebih luas, baik melalui media sosial maupun internet, dibandingkan dengan kelompok usia yang lebih tua. Selain itu, pada rentang usia ini, mereka umumnya lebih aktif dalam mencari informasi dan memiliki kemampuan kognitif yang optimal untuk menyerap materi baru. Sedangkan rentang usia 41-50 tahun dan 51-60 tahun memiliki skor post-test yang lebih rendah, yang mungkin disebabkan oleh penurunan fungsi kognitif seiring bertambahnya usia, serta keterbatasan akses atau minat terhadap sumber informasi modern. Dengan demikian, adanya perbedaan usia ini menjadi faktor penting yang menjelaskan mengapa penyampaian materi sosialisasi Diabetes Melitus (DM) lebih efektif pada kelompok usia yang lebih muda.



Gambar 3. Pekerjaan Peserta Sosialisasi

Berdasarkan data yang di dapatkan, peserta yang mengikuti kegiatan sosialisasi Diabetes Melitus (DM) dan lintas pos di dominasi oleh Ibu Rumah Tangga (IRT) dengan jumlah 15 orang, kemudian disusul oleh petani dengan jumlah 8 orang, dan sisanya yaitu pekerjaan wiraswasta serta petani dengan jumlah masing-masing 1 orang.



Gambar 4. Rata-Rata Nilai Post Test

Berdasarkan Pekerjaan

Perbandingan pekerjaan dengan pengetahuan terkait Diabetes Melitus (DM) dapat dilihat pada Gambar 4. Pengetahuan terkait Diabetes Melitus banyak dipahami oleh peserta yang memiliki pekerjaan sebagai wiraswasta dengan rata rata nilai post test yaitu 80 point, di susul oleh peserta dengan pekerjaan sebagai Ibu Rumah Tangga dengan rata rata nilai post test yaitu 73 point, kemudian peserta dengan pekerjaan sebagai petani memiliki nilai rata rata post test yaitu 71 point. Hal menunjukkan bahwa peserta yang memiliki pekerjaan sebagai wiraswasta mudah dalam menerima informasi terkait DM.

Faktor pekerjaan mempengaruhi tingkat pengetahuan dan penyerapan informasi masyarakat terhadap materi sosialisasi. Penyerapan informasi terkait Diabetes Melitus (DM) yang lebih tinggi pada wiraswasta disebabkan karena wiraswasta memiliki tingkat pendidikan yang cenderung lebih tinggi dan akses yang lebih luas terhadap berbagai sumber informasi. Mereka seringkali terpapar pada lingkungan yang menuntut pemahaman dan adaptasi cepat terhadap informasi baru untuk keberhasilan usaha mereka. Di sisi lain, Ibu Rumah Tangga dan petani mungkin memiliki keterbatasan dalam akses informasi atau waktu luang untuk mencari dan menyerap materi sosialisasi. Perbedaan ini mengindikasikan bahwa jenis pekerjaan dapat memengaruhi latar belakang pendidikan, akses informasi, serta motivasi individu dalam memahami dan menerapkan informasi kesehatan.

(4) PENUTUP

Kegiatan sosialisasi Diabetes Melitus di Dusun Juru Tengah berhasil meningkatkan pengetahuan peserta. Kegiatan ini menunjukkan bahwa efektivitas sosialisasi DM sangat dipengaruhi oleh faktor demografi seperti usia dan pekerjaan. Ditemukan bahwa rentang usia 31-40 tahun memiliki rata-rata nilai post-test tertinggi hal ini menunjukkan bahwa kelompok usia yang lebih muda cenderung lebih mudah menyerap informasi kesehatan. Peserta dengan pekerjaan wiraswasta menunjukkan tingkat pemahaman tertinggi. Hal ini menunjukkan bahwa jenis pekerjaan memengaruhi tingkat pendidikan, akses informasi, dan motivasi individu dalam memahami materi sosialisasi.

Untuk mencapai hasil yang lebih optimal di masa mendatang, disarankan agar metode edukasi disesuaikan dengan karakteristik peserta, misalnya dengan menggunakan pendekatan yang lebih interaktif dan visual bagi kelompok usia yang lebih tua atau dengan memberikan materi yang lebih relevan dengan rutinitas sehari-hari kelompok petani dan Ibu Rumah Tangga.

(5) UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih kepada Masyarakat, Kader, dan Perangkat Desa Puliharjo yang telah hadir dan memberikan dukungan sehingga dapat terlaksanakannya sosialisasi ini.

(6) DAFTAR RUJUKAN

- Kementerian Kesehatan RI. Laporan Riskesdas 2023 Nasional. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2023. p.232-235.
- Khristiani, E. R., Damayanti, S., & Zulkoni, A. (2024). Determinasi Faktor Resiko Terjadinya Penyakit Diabetes Melitus Di Wilayah Puskesmas Imogiri Bantul. JURNAL KESEHATAN MASYARAKAT, 17(1).
- Kumar, A., Gangwar, R., Ahmad Zargar, A., Kumar, R., & Sharma, A. (2024). Prevalence of diabetes in India: A review of IDF diabetes atlas 10th edition. Current diabetes reviews, 20(1), 105-114.
- Lubis, R. M., & Arifin, N. (2021). Tingkat Pengetahuan Lansia Terhadap Diabetes Melitus Tipe Ii Pasca Promkes Di Pulau Pramuka. Jurnal Akademi Keperawatan Husada Karya Jaya, 7(2).
- Pangribowo, S. (2020). Tetap Produktif, Cegah, dan Atasi Diabetes Melitus. Pusat Data dan Informasi. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Rizal, S., Ibrahim, N., PRATIWI, N. K. C., Saidah, S., & FUâ, R. Y. N. (2020). Deep learning untuk klasifikasi diabetic retinopathy menggunakan model efficientnet. ELKOMIKA: Jurnal Teknik Energi Elektrik, Teknik Telekomunikasi, & Teknik Elektronika, 8(3), 693.
- Winahyu, K. M. (2023). Beyond Citation Counts: Dampak Penerbitan Artikel terhadap Pengembangan Karir Peneliti Keperawatan. Jurnal Ilmiah Keperawatan Indonesia (JIKI), 6(2), 121-123