

# Edukasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat dalam Pencegahan Komplikasi Luka Diabetes Mellitus di Dusun Panggunan Trihanggo Gamping Sleman

Sapta Rahayu Noamperani<sup>1</sup>, Dhika Juliana Sukmana<sup>2\*</sup>, Khirniq Qiqi Milataki<sup>1</sup>, Fitri Putri Anggraeni<sup>1</sup>, Sulis Tia Rini<sup>1</sup>, Elfrida Apriliani<sup>1</sup>

<sup>1</sup> Jurusan Keperawatan, Poltekkes Kemenkes Yogyakarta

<sup>2</sup> Jurusan Teknologi Laboratorium Medis, Poltekkes Kemenkes Yogyakarta

\*Corresponding author: [dhika.juliana.dj@gmail.com](mailto:dhika.juliana.dj@gmail.com)

**Abstract. Background:** Diabetes mellitus (DM) is one of the main challenges in global health with a high incidence rate, including in Indonesia. In Yogyakarta, the diabetes prevalence rate reaches 3,6%, with a significant number of patients experiencing serious complications such as diabetic wounds that can lead to amputations. **Purpose:** This study aims to expand the public's knowledge and awareness of clean and healthy living behaviors (PHBS) as an effort to prevent wound complications in diabetes mellitus patients. The community service activity was conducted in Dusun Panggunan Trihanggo, Gamping, involving 25 elderly participants. **Methods:** The method applied includes outreach in the form of lectures and interactive discussions through question and answer sessions, supplemented by pre-test and post-test to assess the improvement in participants knowledge, with a p-value of 0,03 ( $p < 0,05$ ). The participants enthusiasm was reflected in the numerous questions asked during the Q&A sessions. **Conclusion :** Education about PHBS has a significant positive impact on the community of diabetes mellitus patients, enhancing their understanding of the importance of maintaining cleanliness to prevent wound complications. This activity demonstrates that health education is effective in raising awareness and knowledge among the community regarding the health issues they face.

**Keywords :** Diabetes Mellitus, Clean and Healthy Lifestyle, Wound Complications, Health Education

**Abstrak. Latar belakang:** Diabetes Melitus (DM) adalah salah satu tantangan utama dalam bidang kesehatan global dengan angka kejadian yang tinggi, termasuk di Indonesia. Di Yogyakarta, angka penderita diabetes mencapai 3,6%, dengan jumlah penderita yang besar mengalami komplikasi serius seperti luka diabetik yang dapat berujung pada amputasi. **Tujuan:** Penelitian ini memiliki tujuan untuk memperluas wawasan dan kesadaran masyarakat mengenai perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) sebagai upaya pencegahan komplikasi luka pada penderita diabetes melitus. Kegiatan pengabdian masyarakat dilaksanakan di Dusun Panggunan Trihanggo, Gamping, dengan melibatkan 25 lansia sebagai peserta. **Metode:** Metode yang diterapkan meliputi penyuluhan dalam bentuk ceramah dan diskusi interaktif melalui sesi tanya jawab, dilengkapi dengan penggunaan pre-test dan post-test untuk menilai perubahan pengetahuan peserta. Hasil analisis pre-test dan post-test menunjukkan adanya peningkatan yang signifikan dalam pengetahuan peserta, dengan nilai p sebesar 0.03 ( $p < 0.05$ ). Antusiasme peserta tercermin dari banyaknya pertanyaan yang diajukan selama sesi tanya jawab. **Kesimpulan:** Edukasi mengenai PHBS memberikan dampak positif yang signifikan bagi masyarakat penderita diabetes mellitus, meningkatkan pemahaman tentang pentingnya menjaga kebersihan untuk mencegah komplikasi luka. Kegiatan ini menunjukkan bahwa penyuluhan kesehatan efektif dalam meningkatkan kesadaran dan pengetahuan masyarakat mengenai masalah kesehatan yang dihadapi.

**Kata Kunci:** Diabetes Mellitus, PHBS, Komplikasi luka, Pendidikan kesehatan.

## 1. PENDAHULUAN

Tahun 2021, *International Diabetes Federation* (IDF) melaporkan bahwa 537 juta individu dewasa dengan kisaran usia 20 hingga 79 tahun hidup dengan diabetes, atau dengan perbandingan yaitu 1 dari 10 orang dewasa di dunia mengalami diabetes melitus. Asia tenggara merupakan salah satu wilayah dengan kejadian DM yang cukup tinggi. Prevalensi DM di Indonesia sebesar 11,3%, berada di peringkat ketiga setelah Cina dan India. Penderita Diabetes di Yogyakarta menempati peringkat kedua setelah DKI Jakarta yaitu 3,6%, dengan mayoritas usia penderita diabetes adalah 65-74 tahun sebanyak 6,6% (Dinas Kesehatan DIY, 2023).

Penderita Diabetes Melitus di Kabupaten Bantul sebanyak 18.294 orang, Kabupaten Sleman 17.050 orang, Kota Yogyakarta 14.646 orang, Kabupaten Gunungkidul 13.144 orang, dan Kabupaten Kulon Progo 9.124 orang. (Dinas Kesehatan DIY, 2023). Penderita diabetes di wilayah kerja Puskesmas Gamping 2 terdapat 937 penderita diabetes melitus. Dusun Panggungan, Gamping termasuk wilayah kerja Puskesmas Gamping 2 dengan populasi lansia yang cukup tinggi dan menyumbang pasien DM yang cukup tinggi (Dinas Kesehatan Kabupaten Sleman, 2023).

Pendidikan mengenai Diabetes Melitus (DM) berperan penting dalam meningkatkan pemahaman dan kesadaran Masyarakat terhadap penyakit DM beserta gejala gejalanya, sekaligus mendorong penerapan pengetahuan tersebut secara tepat (Juliana *et al.*, 2023). Kurangnya pengetahuan pola hidup pada penderita diabetes seperti cara memotong kuku, cara mencuci tangan dan kegiatan lainnya yang akan mempengaruhi permasalahan lain pada penderita diabetes seperti munculnya masalah lain yang terjadi pada diabetes yaitu luka diabetes yang sulit sembuh. Komplikasi luka diabetes melitus (DM) adalah sebuah permasalahan yang sangat serius dan mendesak, terutama karena dapat menyebabkan konsekuensi yang parah seperti amputasi dan infeksi yang mengancam jiwa. Luka merupakan salah satu komplikasi paling umum yang dialami oleh penderita diabetes. Komplikasi ini sering kali disebabkan oleh neuropati, sirkulasi darah yang terganggu, dan daya tahan tubuh yang lemah. Jika tidak ditangani dengan baik, luka ini dapat berkembang menjadi infeksi serius dan bahkan mengarah pada amputasi (Achamar & Soga, 2022).

PHBS merupakan perilaku yang diterapkan berdasarkan kesadaran individu, sehingga individu dan keluarga dapat membantu diri mereka sendiri dalam sektor masyarakat dan turut serta dalam kegiatan masyarakat. Dalam konteks diabetes, penerapan PHBS berfokus pada pencegahan komplikasi yang dapat terjadi akibat penyakit ini, seperti terjadinya luka diabetes melitus (Vallery *et al.*, 2024).

Berdasarkan pada masalah tersebut Pencegahan komplikasi luka pada pasien diabetes melitus (DM) melalui perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) adalah krusial dalam pengelolaan penyakit ini. Penyuluhan tentang perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) ini bertujuan sebagai wujud pengabdian langsung kepada masyarakat serta untuk meningkatkan pemahaman dan keterampilan pasien mengenai pentingnya merawat kebersihan diri dan lingkungan sekitar. Kebersihan yang terjaga terutama pada bagian yang rentan terhadap luka seperti kaki, dapat membantu mencegah infeksi. Edukasi Perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) ini mencakup praktik membersihkan tangan secara rutin (Hidayah *et al.*, 2021). Partisipasi aktif dari Masyarakat yang telah diberdayakan memiliki peran penting agar tujuan dari proses pemberdayaan dapat tercapai secara optimal (Ratulangi *et al.*, 2022).

## 2. METODE

Program pengabdian masyarakat ini dilaksanakan di salah satu area kerja Puskesmas Gamping 2 yaitu Dusun Panggunan Trihanggo Kecamatan Gamping, Kabupaten Sleman, Yogyakarta. Program pengabdian Masyarakat ini berupa penyuluhan tentang Edukasi Perilaku hidup Bersih dan sehat yang diselenggarakan di Posyandu Boncis yang berada di Dusun Panggunan. Kegiatan ini dilaksanakan pada Jum'at, 25 Oktober 2024. Target dalam pelaksanaan kegiatan ini yaitu lansia yang berada di wilayah Dusun Panggunan yang berada dibawah pengelolaan Posbindu Boncis dengan total sebanyak 25 orang. Penyuluhan ini disampaikan melalui metode ceramah dan sesi tanya jawab oleh tim penyuluh dari program pengabdian masyarakat dengan memberikan edukasi tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat sebagai upaya untuk pencegahan komplikasi luka diabetes melitus, dilakukan pemberian tes awal (*pre-test*) dan tes akhir (*post-test*) dengan kuesioner *checklist* berjumlah 15 soal, hasil kuisisioner yang diberikan kemudian dianalisis dengan *uji wilcoxon signed rank test* dengan tingkat kepercayaan 95%.

## 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Diabetes Melitus (DM) dapat memengaruhi kualitas sumber daya manusia dan menyebabkan peningkatan signifikan pada beban biaya Kesehatan sehingga partisipasi aktif dari seluruh elemen, baik Masyarakat maupun pemerintah sangat diperlukan dalam Upaya penanggulangan DM, terutama dalam aspek pencegahannya (PERKENI, 2021). Kegiatan pengabdian kepada masyarakat mengenai Perilaku Hidup Bersih dan Sehat sebagai upaya pencegahan komplikasi pada luka akibat diabetes mellitus. Materi yang disampaikan dapat diterima dengan baik oleh peserta, hal ini terbukti dari antusiasme mereka yang ditunjukkan dengan mengajukan berbagai pertanyaan.

Pelaksanaan aktivitas edukasi untuk masyarakat mengenai edukasi perilaku hidup bersih dan sehat dilakukan pada salah satu posyandu di Dusun Panggunan yaitu posyandu Boncis, Dusun Panggunan, Trihanggo, Gamping, Sleman. Target dari kegiatan ini adalah lansia yang berjumlah 25 orang. Pada usia di atas 30 tahun, tubuh seseorang umunya mulai mengalami perubahan dalam aspek anatomi, fisiologi, dan biokimia yang dapat menjadi pemicu meningkatnya risiko terkena Diabetes Melitus (DM) (Kurdi *et al.*, 2021). Sebelum dimulai kegiatan penyampaian materi, peserta datang lalu mengisi pre-test terlebih dahulu. Peserta kegiatan ini mendengarkan materi penyuluhan yang diawali dengan sambutan, penyampaian topik penyuluhan, menyampaikan tujuan dari penyuluhan, penyampaian materi, sesi tanya jawab dan selanjutnya membagikan lembaran kuesioner dan yang terakhir yaitu mengisi post-test.



**Gambar 1. Kegiatan Penyuluhan PHBS di Dusun Panggungan**

Penyampaian materi penyuluhan yang dilakukan pada kegiatan ini yaitu berfokus pada penyakit diabetes mellitus, karena lansia merupakan kelompok yang rentan terjangkit penyakit diabetes mellitus karena penurunan produksi insulin. Materi yang dibahas berisikan pengertian, risiko, tanda dan gejala, cara pencegahan dan komplikasi. Peserta menyimak penjelasan materi dengan seksama.



**Gambar 2. Penyampaian Materi PHBS**



**Gambar 3. Praktik Mencuci Tangan**



Hasil dari pre- test dan post-test dianalisis dengan menggunakan *uji wilcoxon signed rank test* menunjukkan *p value* 0.03. Hasil tersebut menunjukkan adanya perubahan signifikan terhadap pengetahuan masyarakat sebelum dan sesudah dilakukan penyuluhan. Dikatakan signifikan karena nilai yang diperoleh lebih kecil dibandingkan dengan nilai signifikansi yang telah ditetapkan (nilai  $p < 0.05$ )

Pemberian penyuluhan dapat mempermudah individu, kelompok, masyarakat dalam proses belajar. Pengetahuan yang awalnya masih terbatas terkait nilai-nilai kesehatan menjadi meningkat semakin luas dan menjadi mampu mengatasi permasalahan kesehatan. Pengetahuan terjadi setelah melihat objek tertentu dan sangat penting dalam membentuk karakter seseorang dalam bertindak. Penyampaian informasi dengan menggunakan metode penyuluhan yang berfokus pada kualitas materi serta pemahaman materi dan kemampuan dalam berkomunikasi sehingga dapat menyalurkan pemahaman tersebut kepada peserta dengan penyampaian yang mudah dipahami.

Keberhasilan pelaksanaan penyuluhan terlihat saat sesi tanya jawab yang dilakukan setelah penyampaian materi, antusias peserta mengajukan pertanyaan yang terkait dengan materi yang telah disampaikan. Hal ini menunjukkan bahwa peserta penyuluhan memiliki kepedulian terhadap kesehatan dan membutuhkan informasi terkait permasalahan kesehatannya. Metode sosialisasi melalui kegiatan penyuluhan terbukti memberikan dampak signifikan terhadap peningkatan tingkat pengetahuan yang dapat dimanfaatkan dan diterapkan dalam kehidupan sehari-hari (Suhatrijdas *et al.*, 2020).

#### 4. KESIMPULAN

Kegiatan penyuluhan yang dilakukan dapat meningkatkan pengetahuan dan kesadaran responden dalam menerapkan pola hidup bersih berdasarkan prinsip-prinsip PHBS.

#### UCAPAN TERIMA KASIH

Terimakasih kami ucapkan kepada Poltekkes Kemenkes Yogyakarta dan Dukuh Panggungan. Dengan dukungan dan Kerjasama yang diberikan, kegiatan ini dapat terlaksana dengan baik.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Achamar, T., & Soga, G. D. (2022). Upaya Pola Hidup Sehat Dalam Mencegah Penyakit Komplikasi Pada Penderita Diabetes Melitus Di Desa Lamu. *Journal Of Hulonthalo Service Society (JHSS)*, 1(2), 89–94. <https://journals.ubmg.ac.id/index.php/JHSS/article/view/656>.
- Dinas Kesehatan DIY. (2023). *Profil Kesehatan Provinsi DIY Tahun 2023*.
- Dinas Kesehatan Kabupaten Sleman. (2023). *Profil Kesehatan Kabupaten Sleman Tahun 2023*.
- Hidayah, D. A., Kamal, S., & Hidayah, N. (2021). Hubungan lama sakit dengan kejadian luka pada penderita Diabetes Melitus di Kabupaten Magelang. *Borobudur Nursing Review*, 1(1), 1–11. <https://doi.org/10.31603/bnur.4947>
- Sukmana, D. J., Hardani, H., Ratulangi, W. R., Aini, A., Hijriani, B. I., Pauzan, P., Hadiatun, N., Permana, D. A. S., Ningrum, D. M. (2023). Diabetes mellitus in society: Increasing public awareness through a social approach. *Journal of Community Service and Empowerment*, 4(1), 90-94. <https://doi.org/10.22219/jcse.v4i1.24316>
- Kurdi, F., Abidin, Z., Surya, V. C., Anggraeni, N. C., Alyani, D. S., & Riskiyanti, V. (2021). Angka Kejadian Diabetes Mellitus Pada Lansia Middle Age Di Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Ilmiah Keperawatan (Scientific Journal of Nursing)*, 7(2), 282–288. <https://doi.org/10.33023/jikep.v7i2.834>

- PERKENI. (2021). Pedoman Pengelolaan dan Pencegahan Diabetes Melitus Tipe 2 Dewasa di Indonesia 2021. *Global Initiative for Asthma*, 46. [www.ginasthma.org](http://www.ginasthma.org).
- Ratulangi, W. R., Sukmana, D. J., & Hardani. (2022). *Pemberdayaan Masyarakat Melalui Pembudidayaan Apotik Hidup Di Desa Merembu*. Jurnal Pengabdian Masyarakat Sehati . 1(2), 53–59. <https://doi.org/10.33651/jpms.v1i2.445>
- Suhatriidjas, Rizka, Tantrian, L., & Afifah, I. (2020). Sosialisasi Dan Deteksi Dini Diabetes Mellitus Sebagai Upaya Pencegahan Komplikasi. *Otonomi*, 3(2), 396–406. <https://ejournalmalahayati.ac.id/index.php/kreativitas/article/view/3201>
- Vallery, M., Tumbol, L., Pascoal, K., & Lalangpuling, I. (2024). *Pelatihan Perilaku Hidup Sehat sebagai Upaya Penanggulangan Permasalahan Diabetes Mellitus Type 2 ( Healthy Living Behavior Training as an Effort of Type 2 Diabetes Mellitus Problems )*. 6(April), 51–65. <https://doi.org/10.35799/vivabio.v6i1.53055>