

## EDUKASI GIZI CAKRAM DIABETES PADA KADER POSBINDU SEBAGAI UPAYA PENCEGAHAN MASALAH DIABETES

Nazhif Gifari<sup>1\*</sup>, Rachmanida Nuzrina<sup>2</sup>, Mury Kuswari<sup>3</sup>, Graciella<sup>4</sup>

<sup>1,2</sup>Program Studi Pendidikan Profesi Dietisien, Universitas Esa Unggul, Indonesia

<sup>3,4</sup>Program Studi Ilmu Gizi, Universitas Esa Unggul, Indonesia

[nazhif.gifari@esaunggul.ac.id](mailto:nazhif.gifari@esaunggul.ac.id)<sup>1</sup>

---

### ABSTRAK

**Abstrak:** Prevalensi masalah diabetes meningkat setiap tahunnya, masalah ini akan menyebabkan masalah dan komplikasi bagi kesehatan. Untuk mengatasi masalah ini, salah satunya meningkatkan pengetahuan gizi mengenai diabetes. Salah satu cara meningkatkan pengetahuan melalui cakram gizi diabetes. Tujuan pengabdian masyarakat ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan kader Posbindu di Puskesmas Rawalumbu, Kota Bekasi menggunakan cakram gizi edukasi diabetes tipe II. Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan di Puskesmas Rawalumbu, Kota Bekasi. Peserta kegiatan ini merupakan seluruh kader Posbindu di wilayah tersebut sebesar 30 orang. Edukasi dilakukan dari pukul 09.00 – 12.00 WIB di Puskesmas. Media yang digunakan dalam kegiatan ini berupa cakram gizi diabetes, cakram ini berisikan informasi mengenai gizi dan indeks glikemik pada makanan. Instrumen yang digunakan dalam kegiatan ini berupa kuesioner *pre-test* dan *post-test*, berjumlah sepuluh pertanyaan tentang kegiatan edukasi dan lima pertanyaan tentang daya terima media. Hasil kegiatan ini mendapatkan pengetahuan sebelum edukasi sebesar 77 dan menjadi sebesar 88 setelah kegiatan edukasi terjadi peningkatan sebesar 16%. Oleh karena itu, penggunaan media berupa cakram gizi diabetes dapat meningkatkan pengetahuan gizi kader Posbindu.

**Kata Kunci:** Cakram Diabetes; Diabetes; Edukasi; Gizi; Kader Posbindu.

**Abstract:** *The incidence of diabetic complications is steadily rising each year, leading to various health issues and difficulties. One possible solution to address this issue is to enhance the understanding of diabetes through increased nutritional education. Using diabetes nutrition discs is an effective method to enhance understanding. The objective of this community service is to improve the knowledge and practice of Posbindu cadres at the Rawalumbu Community Health Center, Bekasi City, by utilizing type II diabetes educational nutrition discs. The community service initiative took place at the Rawalumbu Community Health Center, located in Bekasi City. All 30 Posbindu cadres from the vicinity were involved in this activity were 30 Posbindu cadres located in the vicinity. The educational activities take place from 09.00 to 12.00 WIB at the Puskesmas. This activity utilizes a diabetes nutrition disc, providing comprehensive information on nutrition and the glycemic index of various food items. The instruments used in this investigation consisted of pre-test and post-test questionnaires, containing a total of ten inquiries pertaining to educational activities and five inquiries on media acceptability. The pre-test of knowledge score was 77, which increased to 88 after participating in educational activities, resulting in a 16% improvement. Hence, employing media such as diabetes nutrition discs can enhance the nutritional awareness of Posbindu cadres.*

**Keywords:** *Diabetes; Diabetes Disk; Education; Nutrition; Posbindu Cadres.*



#### Article History:

Received: 03-05-2024

Revised : 01-06-2024

Accepted: 01-06-2024

Online : 07-06-2024



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

## A. LATAR BELAKANG

Prevalensi masalah diabetes meningkat setiap tahunnya, masalah ini terjadi juga di wilayah mitra pengabdian masyarakat. Data dari IDF, Indonesia merupakan peringkat ke-5 dari 10 negara terbanyak penderita diabetes dan peringkat ke-3 dari 10 negara yang tidak terdiagnosis masalah diabetes padahal penyintas diabetes serta menjadi satu-satunya negara Asia Tenggara yang masuk dalam urutan ini (Magliano & Boyko, 2021). Data di Indonesia masalah diabetes juga terjadi peningkatan dari Tahun 2013 sebesar 6,9% menjadi 8,5% di Tahun 2018 (Kemenkes RI, 2018). Padahal, berdasarkan SDG's nomor 3 tentang kehidupan sehat dan sejahtera memiliki target pada tahun 2030, mengurangi hingga sepertiga angka kematian dini akibat penyakit tidak menular, melalui pencegahan dan pengobatan, serta meningkatkan kesehatan mental dan kesejahteraan. Tingginya masalah diabetes yang tidak terdiagnosis dengan baik merupakan hal yang harus diperhatikan, karena masalah diabetes berisiko mengalami berbagai komplikasi kesehatan lainnya, seperti gangguan ginjal, stroke, jantung, dan hipertensi. Oleh karena itu, upaya pencegahan melalui edukasi menggunakan media yang mudah untuk diaplikasikan dan diterapkan merupakan kunci keberhasilan suatu program.

Pemberian edukasi tentang diabetes melalui ceramah dan diskusi memberikan pengaruh pada peningkatan pengetahuan kategori baik sebesar 42% sebelum dan setelah dilakukan penyuluhan (Munir & Yuliana, 2023). Pemberian media edukasi audio-visual pada diabetisi tipe II juga memberikan hasil positif pada perbaikan pengetahuan (Puspasari & Eliawati, 2022). Media audiovisual ini juga memberikan hasil positif pada remaja sebagai salah satu upaya pencegahan masalah diabetes tipe II sejak dini (Mansyah & Rahmawati, 2021). Topik mengenai edukasi indeks glikemik merupakan topik yang masih sangat jarang untuk dibahas, hasil studi menggunakan media *booklet* lebih berpengaruh terhadap peningkatan pengetahuan indeks glikemik responden dibanding dengan menggunakan media lain seperti poster (Eliza et al., 2024).

Penyebab diabetes melitus tipe II terjadinya perubahan pola makan, gaya hidup, tingkat stress dan berbagai macam faktor ini mempengaruhi masalah diabetes melitus tipe II di wilayah mitra. Pengetahuan gizi tentang makanan bagi diabetisi pada Kader Posbindu di lokasi mitra juga masih kurang sehingga perlu diberikan program optimalisasi posbindu. Kegiatan pemberian edukasi terstruktur dapat menurunkan diabetes distress dan meningkatkan *self efficacy* pada pasien Diabetes Mellitus Tipe II (Rahmi & Welly, 2021).

Data profil kesehatan dari Kota Bekasi juga memberikan informasi bahwa prevalensi lansia tertinggi di Bekasi terdapat di Lokasi mitra. Tahun 2018, pola penyakit rawat jalan Nomor 1 di Puskesmas umur 45-75 tahun yaitu Diabetes Melitus tipe II. Hasil dari diskusi dengan mitra terkait langkah-langkah yang bisa diupayakan melalui edukasi gizi melalui media

informatif dan inovatif. Beberapa kali diskusi, akhirnya sepakat menggunakan cakram gizi diabetes, dimana terdapat dua poin penggunaan cakram ini. Cakram gizi diabetes memberikan informasi mengenai kebutuhan gizi dan memberikan gambaran makanan dengan indeks glikemik makanan. Media yang di desain menarik ini diharapkan dapat meningkatkan upaya perbaikan status gizi, kesadaran kesehatan, dan derajat kesehatan masyarakat khususnya kader Posbindu.

Kader Posbindu memiliki peran penting dalam membantu komunikasi, edukasi, dan koordinasi dengan Puskesmas. Wilayah ini memiliki prevalensi lansia yang tinggi sehingga membutuhkan strategi dalam mengatasi masalah diabetes tipe II. Hasil *Focus Discussion Group* (FGD) bersama TPG Puskesmas dan kader-kader Posbindu merasa sangat penting untuk diberikan edukasi tentang diabetes tipe II melalui media gizi. Oleh karena itu, kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan kader Posbindu di Puskesmas Rawalumbu, Kota Bekasi menggunakan cakram gizi edukasi diabetes tipe II.

## **B. METODE PELAKSANAAN**

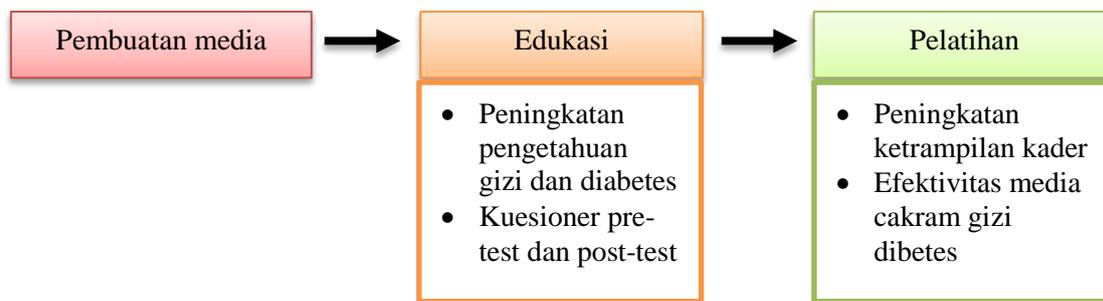
Kegiatan pengabdian masyarakat akan dilaksanakan di UPTD Puskesmas Bojong Rawalumbu, Kota Bekasi bersama kader-kader Posbindu berjumlah 30 orang dari pukul 09.00 wib – 12.00 wib. Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan secara bertahap, dari pemberian pengetahuan umum sampai dengan spesifik tentang diabetes tipe II. Metode kegiatan pengabdian masyarakat ini dengan cara penyuluhan dan edukasi menggunakan media edukasi gizi cakram diabetes. Setiap kader mendapatkan satu cakram diabetes untuk diaplikasikan di rumah. Berikut tahapan dalam proses edukasi gizi cakram diabetes:

### **1. Tahap persiapan**

Melakukan skrining masalah diabetes dan survei awal kegiatan serta diskusi media cakram yang akan digunakan. Tim dan mitra bekerjasama dengan *stakeholder* UPTD mengidentifikasi kondisi dan lokasi yang akan dijadikan tempat pengabdian masyarakat. Tim juga melakukan koordinasi bersama kader Posbindu dari karakteristik.

### **2. Tahap pelaksanaan**

Pada tahap pembuatan media cakram gizi diabetes, edukasi, dan pelatihan. Pembuatan media gizi cakram disusun bersama tim dan mitra, hal ini agar media yang digunakan bisa diterima semua pihak. Media gizi cakram gizi diabetes ini juga diharapkan bisa diterapkan oleh masyarakat secara luas. Cakram ini memberikan informasi mengenai gizi bagi diabetisi, pada balik pertama, informasi diberikan kalori, zat gizi makro (karbohidrat, protein, dan lemak) sesuai dengan kebutuhan masing-masing individu. Pada balik ke-dua, informasi tentang indeks glikemik pada makanan.



**Gambar 1.** Proses Kegiatan Edukasi Gizi Diabetes

Hal ini didukung oleh hasil studi yang mengungkapkan bahwa edukasi terkait cara terapi diet pemilihan makanan pada pasien diabetes melitus tipe II perlu untuk ditingkatkan karena masih banyak yang belum memahami makanan dan minuman yang boleh dan tidak boleh dikonsumsi. Selanjutnya, diberikan edukasi gizi tentang diabetes menggunakan cakram, hal ini diberikan pengetahuan umum serta penggunaan media cakram gizi diabetes, dengan indikator pencapaian peningkatan pengetahuan dengan *pretest* dan *posttest*. Kemudian, kegiatan diakhiri dengan menunjuk salah satu kader Posbindu untuk menyampaikan kembali materi yang diberikan sebagai indikator capaian terjadi peningkatan keterampilan.

### 3. Tahap monitoring dan evaluasi

Evaluasi kegiatan pengabdian masyarakat menggunakan indikator *pre-test* dan *post-test* dengan berjumlah 10 soal sebagai tingkat keberhasilan kegiatan dan kuesioner daya terima media edukasi cakram gizi diabetes sebagai evaluasi media. Pada tahap ini berupa feedback kegiatan, saran dan perbaikan media gizi cakram. Kegiatan monitoring dan evaluasi akan dilakukan bersama dengan mitra serta akan membuat Gerakan Posbindu Sehat dan Bugar (GO-PRO), hal ini akan membuat program keberlanjutan dari program optimalisasi Posbindu. Kegiatan diinisiasi oleh Mitra dari tim Puskesmas dan tim Pengusul. Evaluasi dari program ini terdiri dari beberapa tahapan; (1) Formulir saran dan masukan ketika kegiatan berlangsung oleh mitra; (2) Kuesioner *pre-test* dan *post-test* berjumlah 10 pertanyaan untuk melihat dampak dari kegiatan ini; dan (3) Kader akan dipilih secara acak, untuk menjelaskan kembali kepada kader-kader Posbindu tentang media yang digunakan. Sistem berkelanjutan, tim pengusul akan meninggalkan media dan akan diperbanyak kembali agar bisa lebih bermanfaat. Sistem berkelanjutan dibangun dengan cara, edukasi gizi diabetes dari kita untuk kita. Model ini dibangun agar sesama kader dan masyarakat khususnya lansia agar peduli terhadap pola makan dan gaya hidup sehingga bisa meningkatkan derajat kesehatan masyarakat.

## C. HASIL DAN PEMBAHASAN

### 1. Persiapan Kegiatan

Tahap awal ini mengenalkan media cakram kepada TPG Puskesmas mengenai media yang akan diberikan pada Kader Posbindu. Media cakram ini telah direvisi dua kali, hal ini mempertimbangkan kondisi dan keadaan masyarakat di lokasi sehingga tim peneliti menyesuaikan sesuai arahan dan rekomendasi Puskesmas. Hal ini juga berlandaskan masalah PTM khususnya diabetes yang terdapat pada masyarakat lingkungan wilayah Puskesmas. Pada tahap ini juga hasil pengabdian masyarakat terdapat sebanyak 30 orang kader Posbindu yang mengikuti kegiatan ini. Hampir sebagian besar kader Posbindu ini berusia >50 tahun sebesar 85%. Tahap awal dari kegiatan pengabdian ini koordinasi dengan Kepala Puskesmas, TPG Puskesmas dan Kader Posbindu untuk rencana awal kegiatan edukasi menggunakan media cakram gizi diabetes. Respon positif dari tim TPG Puskesmas dan kader dalam penyelenggaraan kegiatan pengabdian masyarakat sehingga bisa terlaksana dengan optimal dan lancar.



Gambar 2. Koordinasi dan diskusi tentang media

### 2. Pelaksanaan Kegiatan

Pengetahuan tentang gizi dan kesehatan khususnya bagi para diabetisi masih kurang baik sehingga perlu untuk ditingkatkan melalui media edukasi, salah satu media edukasi yang bisa digunakan adalah cakram gizi diabetes. Peran masyarakat khususnya untuk saling koordinasi dan komunikasi dengan para tenaga kesehatan adalah melalui kader posbindu. Hasil studi menggunakan media *booklet* sangat membantu diabetisi untuk bisa melakukan diet DM dengan tepat karena dalam *booklet* terdapat penjelasan diabetes melitus, serta patuhi 3J yaitu jumlah, jadwal, dan juga jenis makan yang dapat dibaca dengan mudah karena *booklet* tercantum gambar (Tan et al., 2023). Edukasi gizi tentang diabetes bersama lansia tidak mudah, perlu strategi khusus karena sebagian besar memiliki keterbatasan fisik, namun kegiatan penyuluhan dan edukasi menggunakan media leaflet dapat meningkatkan pengetahuan pada lansia (Aqsyari et al., 2023). Dapat

dilihat pada Gambar 3 di bawah ini tentang kegiatan edukasi gizi cakram diabetes oleh para Tim Pengabdian.



**Gambar 3.** Kegiatan Edukasi Gizi Cakram Diabetes

Kegiatan pengabdian masyarakat ini disertai pendampingan cakram gizi diabetes untuk meningkatkan pengetahuan dan ketrampilan kader Posbindu. Terjadi peningkatan pengetahuan yang signifikan terhadap porsi makan dan porsi penerukan. Hasil studi lain, juga mendapatkan hasil positif pada pengaruh Edukasi Manajemen Diabetes Mellitus terhadap Pengetahuan Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 (Sarumi et al., 2024).

Hasil studi lain, salah satu inovasi untuk edukasi menggunakan website dapat digunakan secara *online* melalui *web* yang didalamnya terdapat berbagai video edukasi, terjadi peningkatan pengetahuan sebesar 60% dari sebelum intervensi menggunakan *website* (Indarwati et al., 2023). Tidak hanya *website*, saat ini perkembangan edukasi menggunakan *smartphone* sebagai media edukasi diabetes semakin banyak digunakan pada pasien diabetes mellitus, seperti teknologi *videophone*, IOT CGM (*Internet of Things Controlling Glucosa Monitor*), SGM (*Smart Glukosa Manager*) dll (Mufidah et al., 2021). Hasil kegiatan tersebut menunjukkan terdapat peningkatan kualitas hidup para lansia dan kader setelah mengikuti kegiatan pendidikan kesehatan manajemen terhadap penyakit diabetes mellitus (Eka Wulansari et al., 2024). Penelitian menggunakan multimedia ponsel terhadap berat badan, aktivitas fisik, dan pola makan pada orang dewasa di wilayah pedesaan di China memberikan hasil optimal pada pencegahan masalah diabetes (Lim et al., 2021). Studi ini mengevaluasi penggunaan WhatsApp untuk menyampaikan program edukasi diabetes berbasis komunitas dan dampaknya terhadap peningkatan pengetahuan dan perilaku terkait diabetes (Yaagoob et al., 2024). Penelitian ini memberikan efek positif pada pengetahuan melalui program edukasi mandiri tentang diabetes yang dipimpin oleh tim perawat terhadap kontrol glikemik, tekanan darah, status gizi, pengetahuan diabetes, dan kualitas hidup pada orang dewasa dengan diabetes tipe 2 (Azami et al., 2018). Hasil tinjauan sistematis dan meta-analisis tentang efektivitas edukasi terstruktur bagi orang dewasa dengan diabetes mellitus memberikan hasil pada peningkatan pengetahuan pasien diabetes mellitus (Shiferaw et al., 2021).

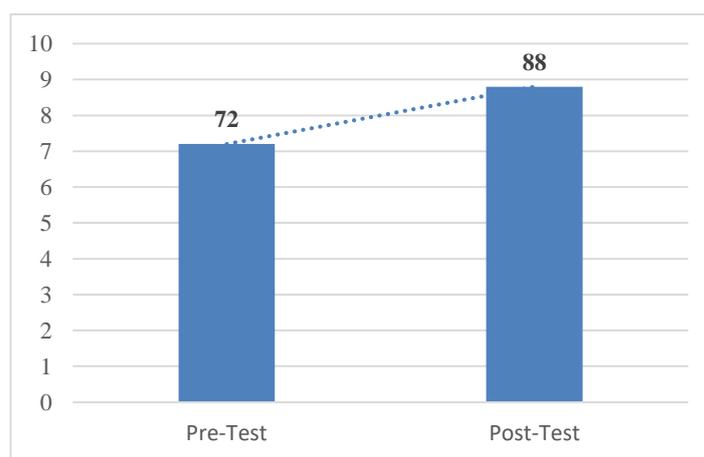
### 3. Monitoring dan Evaluasi

Peserta diberikan kuisioner pre-test dan post-test dengan berjumlah 10 soal, soal ini terdiri dari kriteria mudah hingga sulit. Peserta yang hadir sejumlah 30 orang dari kader-kader Posbindu yan dilaksanakan di UPTD Puskesmas Bojong Rawalumbu. Kegiatan pengabdian masyarakat dilakukan dari jam 09.00 wib sampai dengan 12.00 wib. Pada kuisioner terdapat pertanyaan seputar porsi makan dan porsi penukar banyak yang salah seperti “Indeks glikemik dengan rentang 0-55 termasuk dalam kategori?” “1 penukar minyak sama dengan?” dan yang paling banyak benar adalah “sumber makanan pokok”. Setelah diberikan edukasi melalui cakram gizi seimbang, pesngetahuan peserta naik secara signifikan. Dapat dilihat pada Tabel 1 dibawah ini terkait dengan perubahan pengetahuan gizi.

**Tabel 1.** Perubahan Pengetahuan Gizi

Kegiatan	Rata-rata $\pm$ SD	Min	Max
Sebelum	72 $\pm$ 10,1	60	100
Sesudah	88 $\pm$ 11,3	60	100

Kegiatan pengisian kuesioner ini membutuhkan waktu sebesar 20 menit dengan 10 pertanyaan yang sudah divalidasi sebelumnya. Dari kegiatan awal, didapatkan hasil *pre-test* pada kegiatan pengabdian masyarakat ini tergolong sedang sebesar 72  $\pm$  10,1 dengan nilai minimum 60 dan maksimum 100, secara keseluruhan memang tergolong baik dengan rata-rata. Setelah diberikan edukasi dan media cakram gizi, tingkat pengetahuan meningkat menjadi 88  $\pm$  11,3. Meskipun masih terdapat nilai terendah 60 terjadi peningkatan nilai pengetahuan sebesar 16%. Dapat dilihat pada Gambar 4 dibawah ini terkait perbandingan pengetahuan.



**Gambar 4.** Perbandingan Pengetahuan Sebelum dan Sesudah

Kegiatan pengabdian masyarakat ini memberikan edukasi dan media kepada masyarakat mengenai pengetahuan kebutuhan gizi DM dan informasi Indeks Glikemik. Selama kegiatan, poin mengenai topik indek glikemik tersebut sangat sering ditanyakan oleh para peserta kegiatan. Studi

lain pemberian video edukasi diet Diabetes Mellitus pada pasien DM mendapatkan response yang baik khususnya terjadi peningkatan pengetahuan dan sikap responden terhadap pola makan tinggi serat dan rendah indeks glikemik sebesar 20% (Muhlshoh, 2021). Peran indeks glikemik juga dipengaruhi beban glikemik, kedua hal ini yang akan mempengaruhi kepada perubahan kadar gula darah. Dapat dilihat pada Tabel dibawah ini mengenai daya terima media edukasi cakram gizi diabetes.

**Tabel 2.** Daya terima media

No	Aspek yang dinilai	Rata-rata $\pm$ SD	Min	Max
1	Cakram menarik	2,8 $\pm$ 0,4	2	3
2	Warna menarik	2,9 $\pm$ 0,4	2	3
3	Bahasa sederhana/mudah dipahami	2,9 $\pm$ 0,3	2	3
4	Tulisan jelas	2,9 $\pm$ 0,6	2	3
5	Informasi pada cakram	2,8 $\pm$ 0,4	2	3

Hasil kuesioner daya terima pada kegiatan pengabdian masyarakat ini tergolong sesuai, dengan nilai minimum 2 dan maksimum 3. Aspek penilaian tertinggi pada kuisisioner media cakram terdapat pada warna menarik, bahasa sederhana/mudah dipahami, dan tulisan jelas dengan nilai rata-rata 2,9  $\pm$  0,4; 2,9  $\pm$  0,3; dan 2,9  $\pm$  0,6. Kegiatan pengabdian masyarakat ini juga memberikan informasi tentang peran makanan tinggi glikemik atau rendah glikemik, diharapkan informasi ini bisa diberikan kepada masyarakat sehingga dapat diterapkan secara optimal dalam pemilihan makanan. Edukasi cakram gizi diabetes ini sangat menarik dan memberikan informasi yang jelas tentang kebutuhan gizi dan gambaran makanan dengan indeks glikemik makanan.

Hasil studi lain menggunakan media Web Kader hebat ini merupakan suatu inovasi untuk edukasi yang dapat digunakan secara online melalui web yang didalamnya terdapat berbagai video edukasi yang bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan kader kesehatan (Indarwati et al., 2023). Hasil kegiatan pengabdian masyarakat lain, diberikan pada pasien diabetes melitus yang sudah diberikan edukasi gizi secara terstruktur terkait perawatan diri pasien diabetes melitus, sehingga setelah kegiatan pengabdian pasien dapat melakukan aktifitas nya dengan lebih baik (Rahmi & Welly, 2021).

Studi lain meneliti pengaruh pendidikan interaktif multimedia memberikan hasil positif dan peningkatan terhadap pengetahuan, perilaku perawatan diri, dan kualitas hidup pada pasien diabetes tipe 2 (Farmahini Farahani et al., 2016). Kegiatan penyuluhan dilakukan dengan memberikan leaflet dan penyuluhan langsung kepada para peserta lansia dengan topik hipertensi dan diabetes, sehingga diharapkan mampu merubah gaya hidup para peserta kader agar lebih lebih hidup sehat (Wahyuni et al., 2023). Kegiatan penyuluhan dan deteksi kadar glukosa darah efektif

dalam meningkatkan pengetahuan masyarakat, khususnya lansia, tentang diabetes melitus dan risiko terkaitnya (Runtu et al., 2024).

Kegiatan pengabdian masyarakat ini juga memiliki kendala saat pelaksanaan. Peserta dalam kegiatan ini sebagian besar adalah lanjut usia, sehingga dalam penyampaian dan pengisian kuesioner memerlukan upaya yang berbeda. Namun, antusiasme peserta sangat tinggi hal ini terjadi saat diskusi dan tanya jawab sangat banyak pertanyaan dan akan direncanakan membuat kegiatan serupa dengan topik yang berbeda.

#### D. SIMPULAN DAN SARAN

Edukasi melalui cakram gizi diabetes berjalan lancar dan baik. Tingkat pengetahuan gizi peserta terjadi peningkatan dan peserta sangat tertarik dalam menggunakan cakram ini. Jumlah kehadiran peserta sebesar 100% dari undangan yang diberikan. Antusiasme tinggi para kader Posbindu dalam mengikuti kegiatan pengabdian masyarakat dari tingkat kehadiran peserta, pengetahuan gizi, dan evaluasi media. Peningkatan pengetahuan sebesar sebelum kegiatan sebesar 77 dan menjadi sebesar 88 setelah kegiatan intervensi, terjadi peningkatan sebesar 16%. Pada evaluasi media cakram gizi ini, peserta memberikan nilai tertinggi pada komponen warna menarik, bahasa sederhana, mudah dipahami, dan tulisan jelas. Kegiatan pengabdian masyarakat menggunakan cakram gizi dengan masalah lain seperti hipertensi, stroke, dll bisa dicoba dan diaplikasikan pada masyarakat khususnya para kader.

#### UCAPAN TERIMA KASIH

Tim pengabdian masyarakat mengucapkan terima kasih kepada Kepala Puskesmas Rawalumbu, Kota Bekasi yang telah mendukung kegiatan pengabdian ini dan Lembaga Pengabdian Pada Masyarakat (LPPM) Universitas Esa Unggul yang telah mendukung pendanaan dalam kegiatan pengabdian ini sehingga terlaksana dengan baik dan optimal.

#### DAFTAR RUJUKAN

- Aqsyari, R., Fatimah Aminah Nikita Putri Adhila, S., & Putri Inrian Tari. (2023). Edukasi pencegahan diabetes pada lansia di RW 13 Jebres. *Jurnal Pengabdian Komunitas*, 2(1), 97–103.
- Azami, G., Soh, K. L., Sazlina, S. G., Salmiah, Md. S., Aazami, S., Mozafari, M., & Taghinejad, H. (2018). Effect of a Nurse-Led Diabetes Self-Management Education Program on Glycosylated Hemoglobin among Adults with Type 2 Diabetes. *Journal of Diabetes Research*, 12(1), 1–12. <https://doi.org/10.1155/2018/4930157>
- Eka Wulansari, Marhumi, Rosmiati, Faaizah, & Nurtang. (2024). Perilaku hidup sehat menuju lansia bebas Diabetes Melitus. *Initium Community Journal*, 1(1), 1–7.
- Eliza, Telisa, I., Meilina, A., & Sumarman. (2024). Pengaruh media edukasi gizi tentang indeks glikemik terhadap kadar glukosa darah pasien diabetes mellitus. *SAGO: Gizi Dan Kesehatan*, 5(2), 427–436.

- Farmahini Farahani, M., Purfarzad, Z., Ghorbani, M., Ghamari Zare, Z., & Ghorbani, F. (2016). The impact of Multimedia Software Support on the Knowledge and Self-Care Behaviors of Patients with Type 2 Diabetes: A Randomized Clinical Trial. *Journal of Caring Sciences*, *5*(2), 111–120. <https://doi.org/10.15171/jcs.2016.012>
- Indarwati, R., Ulfiana, E., Has, E. M. M., Rahmadi, C., Yunara, Y., & Mufida, L. (2023). Pengembangan Media Edukasi Penyakit Diabetes Berbasis Web Terhadap Peningkatan Pengetahuan Dan Keterampilan Kader Kesehatan Di Puskesmas Klampis Ngasem. *Lambung Inovasi: Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat*, *8*(1), 26–35. <https://doi.org/10.36312/linov.v8i1.996>
- Kemendes RI. (2018). *Laporan Riset Kesehatan (RISKESDAS)*. Kemendes RI. <https://repository.badankebijakan.kemkes.go.id/id/eprint/3514/1/Laporan%20Risksdas%202018%20Nasional.pdf>
- Lim, S. L., Ong, K. W., Johal, J., Han, C. Y., Yap, Q. V., Chan, Y. H., Chooi, Y. C., Zhang, Z. P., Chandra, C. C., Thiagarajah, A. G., & Khoo, C. M. (2021). Effect of a Smartphone App on Weight Change and Metabolic Outcomes in Asian Adults With Type 2 Diabetes: A Randomized Clinical Trial. *JAMA Network Open*, *4*(6), e2112417. <https://doi.org/10.1001/jamanetworkopen.2021.12417>
- Magliano, D., & Boyko, E. J. (2021). *IDF Diabetes Atlas* (10th edition). International Diabetes Federation.
- Mansyah, B., & Rahmawati, F. (2021). The Effectiveness of Audio-Visual Health Education Media on Diet on The Level of Knowledge and Attitude of Adolescent in the Prevention of Type 2 Diabetes Mellitus. *Media Keperawatan Indonesia*, *4*(1), 1. <https://doi.org/10.26714/mki.4.1.2021.1-8>
- Mufidah, A., Kurniawati, N. D., & Widyawati, I. Y. (2021). Smartphone sebagai Media Edukasi pada Pasien Diabetes Mellitus: A Systematic Review. *Jurnal Penelitian Kesehatan Suara Forikes*, *12*(1), 89–921.
- Munir, N. W., & Yuliana, A. (2023). Edukasi Pencegahan dan Pengendalian Diabetes Melitus. *Borneo Community Health Service Journal*, *3*(1), 1–4.
- Puspasari, S., & Eliawati, E. (2022). The Effect of Audiovisual-Based Education Media on Self Management in Type 2 Diabetes Mellitus Patients in the Work Area of UPT Puskesmas Ledeng. *Jurnal Keperawatan Komprehensif*, *8*(1), 174–181. <https://doi.org/10.33755/jkk>
- Rahmi, H., & Welly, W. (2021). Edukasi Terstruktur dalam Menurunkan Diabetes Distress dan Meningkatkan Self Efficacy pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe II. *Jurnal Abdidas*, *2*(2), 453–458. <https://doi.org/10.31004/abdidas.v2i2.296>
- Runtu, A. R., Enggune, M., Pondaag, A., Lariwu, C., Sarayar, C., Lolowang, N., Merentek, G., Lontaan, E., & Sumarauw, J. (2024). Penyuluhan Kesehatan Diabetes Mellitus dan Deteksi Kadar Gula Darah pada Lansia. *Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat Nusantara (JPkMN)*, *5*(1), 1492–1499.
- Sarumi, R., Aifu, D. K., Sari, E., & Trisnawati, A. (2024). Pengaruh Edukasi Manajemen Diabetes Mellitus terhadap Pengetahuan Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2. *Jurnal Riset Sains dan Kesehatan Indonesia*, *1*(1), 1–8.
- Shiferaw, W. S., Akalu, T. Y., Desta, M., Kassie, A. M., Petrucka, P. M., & Aynalem, Y. A. (2021). Effect of educational interventions on knowledge of the disease and glycaemic control in patients with type 2 diabetes mellitus: A systematic review and meta-analysis of randomised controlled trials. *BMJ Open*, *11*(12), e049806. <https://doi.org/10.1136/bmjopen-2021-049806>
- Tan, R., I Made Rantiasa, & SarwanSarwan. (2023). Pengaruh Edukasi Media Booklet Terhadap Kepatuhan Diet Pada Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 Di Wilayah Kerja Puskesmas Ranomuut. *Vitamin: Jurnal Ilmu Kesehatan Umum*, *1*(4), 55–64.
- Wahyuni, S. D., Amalia, N., & Murti, B. (2023). Penyuluhan Hipertensi dan Diabetes Melitus Pada Lansia di Rw 12 Jebres, Surakarta. *Jurnal Pengabdian Komunitas*, *02*(02), 70–76.

Yaagoob, E., Lee, R., Stubbs, M., Shuaib, F., Johar, R., & Chan, S. (2024). WhatsApp-based intervention for people with type 2 diabetes: A randomized controlled trial. *Nursing & Health Sciences*, *26*(2), e13117. <https://doi.org/10.1111/nhs.13117>.