



Homepage Journal: <https://jurnal.unismuhpalu.ac.id/index.php/JKS>

Penyuluhan Penatalaksanaan program CERDIK untuk mencegah komplikasi pada penyandang diabetes melitus di desa Sibedi kecamatan Marawola Kabupaten Sigi

Counseling on the Management of the CERDIK program to prevent complications in people with diabetes mellitus in Sibedi village, Marawola sub-district, Sigi Regency

Sri Yulianti^{1*}, Nur Febrianti², Maryam³

^{1,2,3}Akademi Keperawatan Justitia

*Corresponding Author: E-mail: yuliantisri8930@gmail.com

Artikel Pengabdian

Article History:

Received: 7 Jun, 2025

Revised: 19 Aug, 2025

Accepted: 20 Sep, 2025

Kata Kunci:

Program Cerdik
Diabetes Melitus

Keywords:

Program Cerdik
Diabetic Mellitus

ABSTRAK

Diabetes Melitus merupakan salah satu penyakit kronik mengakibatkan progresif sehingga ditandai dimana tubuh mengalami ketidakseimbangan atau gangguan pada sistem metabolisme karbohidrat, lemak, dan protein, sampai mengakibatkan peningkatan kadar gula darah dalam tubuh. Tujuan dilakukan. Tujuan dilakukan pengabdian kepada masyarakat untuk meningkatkan pengetahuan untuk pencegahan terjadinya penyakit diabetes melitus melalui program CERDIK. Metode pengabdian kepada masyarakat dilakukan dengan cara sosialisasi dengan dilakukan penyuluhan kesehatan dengan media flip chart dan leaflet. Hasil Di dapatkan bahwa sebelum diberikan penyuluhan terkait materi Diabetes Melitus. Sebagian besar masyarakat Desa Sibedi belum memahami penyebab terjadinya Diabetes Melitus dan bagaimana cara pencegahan penyakit Diabetes Melitus. Pada saat setelah diberikan penyuluhan tentang penyakit Diabetes Melitus sebagian masyarakat banyak bertanya terkait penyakit Diabetes Melitus, setelah itu diberikan penjelasan dan masyarakat dapat memahami terkait penyakit Diabetes Melitus.

ABSTRACT

Diabetes Mellitus is a chronic disease that causes progression, characterized by an imbalance or disruption in the metabolism of carbohydrates, fats, and proteins, resulting in increased blood sugar levels. The purpose of this community service is to increase knowledge for the prevention of diabetes mellitus through the CERDIK program. The community service method is carried out through socialization by conducting health education using flip charts and leaflets. The results showed that before being given education related to Diabetes Mellitus, most of the people of Sibedi Village did not understand the causes of Diabetes Mellitus and how to prevent Diabetes Mellitus. After being given education about Diabetes Mellitus, some people asked many questions related to Diabetes Mellitus. After that, an explanation was given and the community was able to understand about Diabetes Mellitus.

DOI: [10.56338/jks.v8i9.8608](https://doi.org/10.56338/jks.v8i9.8608)

PENDAHULUAN

Kesehatan merupakan salah satu aset penting bagi kehidupan kita, karena hanya dengan memiliki tubuh yang sehat, seseorang bisa produktif dalam melakukan aktivitas serta terhindar dari berbagai penyakit yang mengancam. Sehingga dengan demikian, maka menjaga kesehatan merupakan suatu hal yang penting untuk dilakukan oleh setiap individu (Black and Hawk., 2014).

Diabetes Melitus merupakan salah satu penyakit kronik mengakibatkan progresif sehingga ditandai dimana tubuh mengalami ketidakseimbangan atau gangguan pada sistem metabolisme

karbohidrat, lemak, dan protein, sampai mengakibatkan peningkatan kadar gula darah dalam tubuh (Black and Hawk., 2014). Diabetes Melitus menjadi salah satu dari empat penyakit tidak menular di dunia. Berdasarkan laporan dari International Diabetes Federation (IDF) tahun 2017 melaporkan bahwa jumlah pasien DM di dunia mencapai 425 juta orang dewasa berusia antara 20-79 tahun (IDF, 2017) Data Riset Kesehatan Data (RISKESDAS) tahun 2018, jumlah kejadian diabetes melitus di Indonesia yang telah didiagnosis oleh dokter yaitu 1,5%. Kejadian Diabetes Melitus mengalami peningkatan jumlah kasus yaitu pada usia 55 tahun hingga 64 tahun, dan sebagian besar terjadi pada perempuan. Sulawesi Tengah sendiri tercatat bahwa terdapat 1,6 % dengan jumlah 29.776 penyandang pernah didiagnosis oleh dokter untuk semua usia (Putri R.L., 2017).

Penyakit diabetes melitus dikenal sebagai penyakit silent killer yang berarti penyakit ini membunuh penderitanya secara perlahan-lahan. Komplikasi yang dapat terjadi akibat DM adalah penyakit jantung, stroke, gagal ginjal, amputasi karena DM, bahkan sampai berujung pada kematian (Putri R.L., 2017). Untuk dapat mengendalikan penyakit diabetes melitus maka harus ada kesadaran dari diri setiap individu untuk melakukan manajemen diri diabetes, sehingga harus memiliki kemampuan dan pengetahuan sehingga dapat manajemen penyakitnya yaitu salah satunya dilakukan manajemen pada penyandang diabetes melitus melalui program CERDIK.

Program CERDIK merupakan program yang diselenggarakan oleh Kementerian Kesehatan untuk mencegah penyakit tidak menular salah satunya adalah diabetes melitus. Penerapan intervensi CERDIK telah dilakukan oleh (Hastuti., 2017) terhadap pengendalian diabetes melitus pada kelompok lansia sangat efektif dalam meningkatkan perilaku lansia dan mengontrol pengobatan ke puskesmas (Hastuti., 2017) Program penerapan CERDIK mempunyai arti yaitu Cek Kesehatan secara teratur untuk mengendalikan berat badan agar tetap ideal dan tidak berisiko mudah sakit, periksa tensi darah, gula darah, dan kolesterol secara teratur. Hindari asap rokok dan jangan merokok. Rajin melakukan aktivitas fisik minimal 30 menit sehari, seperti berolahraga, berjalan kaki. Upayakan dilakukan dengan baik, benar, teratur dan terukur. Diet yang seimbang dengan mengonsumsi makanan sehat dan gizi seimbang, konsumsi buah sayur minimal 5 porsi per hari, sedapat mungkin menekan konsumsi gula hingga maksimal 4 sendok makan atau 50 gram per hari, hindari makanan/minuman yang manis atau yang berkarbonasi. Istirahat yang cukup. Kelola stress dengan baik dan benar.

METODE

Pengabdian Masyarakat ini dilaksanakan menggunakan metode sosialisasi dengan dilakukan penyuluhan kesehatan di Desa Sibedi Kecamatan Marawola Kabupaten Sigi. Partisipan pengabdian masyarakat ini terdiri dari 20 orang responden. Data dikumpulkan melalui wawancara dengan responden dan juga observasi. Pengabdian Masyarakat ini diharapkan mampu menyajikan gambaran tentang pelaksanaan program CERDIK untuk pencegahan penyakit Diabetes Melitus.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pengumpulan data dilakukan bersama kader lansia Desa Sibedi Kecamatan Marawola Kabupaten Sigi pada tanggal 28 Juli 2023 pada pukul 09.00-11.00 Wita. Sebelum dilakukan penyuluhan tentang program CERDIK maka kami melakukan kontrak waktu kepada kepala desa dan kader untuk melakukan penyuluhan yang akan dilakukan, sehingga kader dan masyarakat dapat meluangkan waktunya untuk dapat hadir mengikuti penyuluhan pencegahan diabetes melitus dengan melaksanakan program CERDIK. Para kader dan Masyarakat sangat antusias dengan diadakan kegiatan ini, Masyarakat telah berkumpul di rumah warga yang telah disepakati sebelum pukul 09.00 Wita, sehingga kegiatan ini akan dimulai sesuai dengan waktu yang direncanakan pada saat kegiatan tersebut dimulai. Dimana materi terlampir pada saat sesi penyampaian materi, diketahui bahwa banyak masyarakat yang belum mengetahui atau pun paham tentang pencegahan Diabetes Melitus dengan program menerapkan program CERDIK. Kegiatan pengabdian Masyarakat yang diadakan di Desa

Sibedi Kecamatan Marawola, ini sangat bermanfaat melihat adanya permasalahan terkait dengan penyakit degeneratif hipertensi. Sehingga dapat mencegah terjadinya komplikasi.

Kegiatan pengabdian masyarakat dengan judul pencegahan penyakit Diabetes Melitus melalui gerakan program CERDIK di Desa Sibedi Kecamatan Marawola Kabupaten Sigi. Telah dilaksanakan hari Jumat, Tanggal 28 Juli 2023. Penyuluhan pencegahan penyakit Diabetes Melitus melalui gerakan program CERDIK di Desa Sibedi Kecamatan Marawola Kabupaten Sigi yang dipaparkan oleh pemateri dan dihadiri 20 orang peserta. Peserta sangat antusias menyimak materi yang telah disampaikan oleh pemateri dengan berbagai masalah komplikasi yang akan terjadi pada pasien diabetes melitus jika tidak dilakukan pencegahan.



Gambar 1 dan 2 Kegiatan Pengabdian Masyarakat di Desa Sibedi, Kec. Marwola, Kab.Sigi

KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian masyarakat dengan judul “Penatalaksanaan program CERDIK untuk mencegah komplikasi pada penyandang diabetes melitus di desa Sibedi kecamatan Marawola Kabupaten Sigi” telah terlaksana pada hari Jumat 28 Juli 2023 pada pukul 09.00 – 11.00 Wita. Penyuluhan penyakit Diabetes Melitus dihadiri oleh 20 orang dimana 15 orang ada anggota keluarga yang mengalami penyakit Diabetes Melitus. Di dapatkan bahwa sebelum diberikan penyuluhan terkait materi Diabetes Melitus. Sebagian besar masyarakat Desa Sibedi belum memahami penyebab terjadinya Diabetes Melitus dan bagaimana cara pencegahan penyakit Diabetes Melitus. Pada saat

setelah diberikan penyuluhan tentang penyakit Diabetes Melitus sebagian masyarakat banyak bertanya terkait penyakit Diabetes Melitus, setelah itu diberikan penjelasan dan masyarakat dapat memahami terkait penyakit Diabetes Melitus.

UCAPAN TERIMAKASIH

Kami Team Dosen Pengabdian Kepada masyarakat Akademi Keperawatan Justitia Palu mengucapkan terima kasih kepada Pemerintah Kabupaten Sigi yang telah memberikan kesempatan kepada kami untuk melaksanakan Pengabdian kepada masyarakat, di Desa Sibedi Kecamatan Marawola Kabupaten Sigi, kepada tim Team Dosen yang telah Menyusun dan membuat laporan Pengabdian kepada Masyarakat, serta ucapan terimakasih kepada Direktur dan Ketua UPPM Akademi Keperawatan Justitia Palu yang telah memberikan semangat dan motivasi kepada kami untuk melakukan pengabdian kepada Masyarakat di Sibedi, Kabupaten Sigi, Sulawesi Tengah.

DAFTAR PUSTAKA

- Black M. J.Hawk H.J.2014 Keperawatan Medikal Bedah Manajemen Klinis untuk hasil yang diharapkan, Editor. Singapore : Penerbitan Salemba Medika Elsevier,82. P
- Brunner dan Suddarth. 2013 Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah Brunner dan Suddart 8th.. Alih Bahasa Sri Karyati : Jakarta: EGC
- Fatimah. R.N.2015 Diabetes Melitus Tipe 2. Jurnal Majority. Vol. 5 (4).93-101
- Hastuti H., Sahar J., Widyatuty. 2017 Pengaruh Intervensi Keperawatan CERDIK terhadap pengendalian Diabetes Melitus. Jurnal Keperawatan Respati Yogyakarta. 4 (2). 142-147
- International Diabetes Federation. IDF Diabetes Atlas Eight Edition 2017.
- Nurarif & Kusuma, 2015 Aplikasi Asuhan Keperawatan Berdasarkan. Diagnosa dan Nanda NIC NOC.1st Jilid 1. Jogjakarta: Mediaction. 2015
- Putri R.L. 2017 Gambaran Self Care Penderita Diabetes Melitus (DM) di Wilayah Kerja Puskesmas Srandol Semarang. [Skripsi]. Semarang: Universitas Diponegoro.
- Riskedas. Pusat Data Dan Informasi Kementrian Kesehatan Ri 2018. [http://www.depkes.go.id/resources/download/infoterkini/materi_rakorpop_2018/Hasil Riskedas 2018.pdf](http://www.depkes.go.id/resources/download/infoterkini/materi_rakorpop_2018/Hasil_Riskedas_2018.pdf)
- Wijayaningsih, Kartika. 2013 Standar Ilmu Keperawatan. 2nd. Jakarta. Salemba Medika.