



PENINGKATAN PENGETAHUAN RESIKO DM MELALUI MEDIA AUDIO VISUAL PADA REMAJA DI SMAN 18 MAKASSAR

Husnul Khatimah *, Novi Puspita Sari

Program Studi S1 Gizi, STIKES Nani Hasanuddin

*e-mail: husnul@stikesnh.ac.id; Submitted: 30 Oktober 2024; Accepted: 10 Desember 2024

Abstrak

Diabetes melitus merupakan penyakit kronis yang muncul akibat ketidakmampuan pankreas memproduksi insulin dalam jumlah yang memadai atau ketidakmampuan tubuh menggunakan insulin secara efektif. Pola hidup remaja yang sering mengabaikan sarapan, lebih memilih makanan cepat saji, dan menjalani gaya hidup sedentari meningkatkan risiko obesitas pada remaja, yang pada akhirnya dapat berdampak negatif pada kesehatan, termasuk risiko terkena diabetes melitus. Tujuan pengabdian kepada masyarakat ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan remaja agar memahami risiko diabetes melitus. Metode pendekatan yang dilakukan adalah dengan melakukan pendidikan kesehatan melalui media audio visual berupa video edukasi tentang risiko diabetes melitus. Semua peserta sangat antusias dalam melakukan kegiatan dan mampu menjelaskan kembali materi yang sudah diberikan

Kata Kunci: Diabetes Mellitus; Audio Visual; Remaja

PENDAHULUAN

Perkembangan zaman yang semakin modern membuat manusia cepat beradaptasi dengan lingkungan, dan gaya hidup modern sudah menjadi kebutuhan sekunder masyarakat. Hal ini terlihat dari masyarakat yang kini lebih mengutamakan kenyamanan dibandingkan kesehatan. Banyak sekali perubahan gaya hidup masyarakat saat ini, baik pada kalangan remaja maupun dewasa. Makanan fast food maupun junk food merupakan makanan yang digemari banyak orang terutama remaja, namun jika kita mengonsumsi makanan yang terlalu banyak mengandung gula dapat memicu penyakit, salah satunya diabetes (Vena & Yuantari, 2022). Diabetes Melitus (DM) merupakan merupakan suatu gangguan metabolik kronis yang ditandai oleh hiperglikemia, yaitu peningkatan kadar glukosa darah di atas batas normal, serta disertai oleh berbagai gangguan metabolisme lainnya (Soelistijo & Soebagio, 2021).

Kebiasaan mengonsumsi berbagai jenis makanan tidak sehat, terutama makanan cepat saji dan junk food, secara signifikan meningkatkan risiko terjadinya diabetes melitus pada remaja. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebanyak 87% remaja memiliki frekuensi konsumsi makanan jenis ini yang tergolong tinggi, sehingga menjadi perhatian serius dalam upaya pencegahan penyakit diabetes (Silalahi, 2019). Jumlah anak - anak usia dibawah 18 tahun yang menderita diabetes melitus tipe 1 mengalami peningkatan yang cukup signifikan dari tahun 2010 hingga tahun 2023 yaitu sebesar 70 kali lipat (IDAI 2020). Wawasan dan persepsi yang dimiliki individu tentang diabetes melitus akan sangat mempengaruhi perilaku dan tindakan yang dilakukannya. Semakin luas pengetahuan seseorang, semakin besar kemungkinan ia akan mengambil langkah-langkah pencegahan sedini mungkin, seperti mengatur pola makan dan gaya hidup sehat (Ayu & Nata, 2019).

Berdasarkan latar belakang di atas menunjukkan bahwa remaja cenderung beresiko terhadap penyakit diabetes melitus yang disebabkan oleh kebiasaan remaja





saat ini yang untuk mengkonsumsi makanan fast food dan junk food selain itu minimnya aktivitas fisik yang dilakukan remaja sehingga tidak sesuai dengan pola hidup sehat yang seharusnya diterapkan maka dari itu Tim Pengabdian Masyarakat termotivasi untuk melakukan Pengabdian Masyarakat melalui peningkatan pengetahuan pada remaja terkait resiko Diabetes Melitus melalui media audio visual di SMAN 18 Makassar.

METODE

Kegiatan peningkatan pengetahuan risiko diabetes melitus melalui media audio visual pada remaja telah dilaksanakan pada bulan Agustus 2023 di SMAN 18 Makassar. Metode yang digunakan dalam pengabdian kepada masyarakat ini adalah media audio visual untuk memberikan pemahaman kepada peserta dan diskusi pada saat diakhir acara. Media yang digunakan dalam kegiatan ini adalah media audio visual untuk meningkatkan pengetahuan tentang risiko diabetes melitus. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat diikuti oleh peserta sejumlah 30 orang yang terdiri dari siswa-siswa SMAN 18 Makassar.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Dalam pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini kami mendapatkan dukungan dari pihak sekolah SMAN 18 Makassar. Peserta bekerja sama dengan baik selama proses kegiatan berlangsung. Kegiatan peningkatan pengetahuan tentang risiko diabetes melitus pada remaja ini dilakukan selama ± 30 menit.

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dengan memberikan pengetahuan kesehatan tentang risiko diabetes melitus. (1) Pengetahuan adalah kunci untuk mendorong seseorang membentuk perilaku dan menerapkan gaya hidup sehat, termasuk dalam upaya mencegah diabetes melitus (Silalahi, 2019). Memahami diabetes melitus, gejala, risikonya, dan cara mencegahnya sangat penting. Ada beberapa faktor risiko dari diabetes melitus antara lain (2) konsumsi makanan berlemak, minuman manis, dan kurangnya aktivitas fisik yang menjadi ciri khas gaya hidup remaja saat ini yang dapat meningkatkan risiko terkena diabetes melitus. Kebiasaan merokok dan pola makan tinggi kalori juga memperburuk kondisi tersebut (Diah dkk, 2014). Selain itu (3) Kebiasaan remaja yang lebih suka menghabiskan waktu dengan gadget, menonton TV, atau bermain game online, serta berbelanja online, membuat mereka kurang bergerak. Kurangnya aktivitas fisik ini berisiko menyebabkan kenaikan berat badan dan memicu penyakit seperti diabetes melitus (Masdriyarini dkk, 2021). Penggunaan media audio visual, khususnya video edukasi, dinilai sebagai metode yang paling efektif untuk meningkatkan pengetahuan mengenai risiko diabetes melitus. Kombinasi antara unsur audio dan visual pada media ini memungkinkan penyampaian informasi yang lebih menarik dan mudah diingat (Vika M, 2021). (5) Penggunaan media video dalam pendidikan kesehatan memberikan hasil yang lebih baik dalam meningkatkan pemahaman dan sikap peserta dibandingkan dengan metode konvensional seperti membagikan leaflet. (6) Video, dengan tampilannya yang menarik dan interaktif, membantu peserta lebih memahami dan mengingat materi. Hal ini dibuktikan dengan peningkatan yang signifikan pada pengetahuan dan sikap peserta yang diberikan materi melalui video.

Peserta cukup antusias memperhatikan materi yang disampaikan, peserta juga aktif melakukan diskusi tanya jawab. Pada akhir sesi menggunakan metode tanya jawab atau diskusi tentang materi kesehatan khususnya risiko diabetes melitus yang telah diberikan sebelumnya.



Tabel 1. Hasil evaluasi yang didapatkan

Kegiatan	Sebelum	Setelah
Peningkatan Pengetahuan tentang Risiko Diabetes Melitus Melalui Audio Visual Pada Remaja	Belum ada peserta yang mengetahui tentang risiko diabetes melitus pada remaja	35 orang (100%) menjawab benar tentang risiko diabetes melitus pada remaja

Berdasarkan Tabel 1 tampak bahwa adanya peningkatan hasil yang baik sebelum dan setelah dilakukan kegiatan pengabdian masyarakat. Adanya peningkatan menjadi 100% peserta paham dengan benar menjawab benar tentang risiko diabetes melitus pada remaja. Hal ini menunjukkan bahwa peningkatan pengetahuan dapat dipahami dan diterima dengan baik oleh peserta.

Dokumentasi peningkatan pengetahuan tentang risiko diabetes melitus melalui media audio visual pada remaja di SMAN 18 Makassar.



Gambar 1. Proses penyampaian pengetahuan tentang risiko diabetes melitus pada remaja

SIMPULAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat peningkatan pengetahuan tentang risiko diabetes melitus melalui media audio visual pada remaja di SMAN 18 Makassar berjalan baik. Sebanyak 35 peserta hadir dan aktif mengikuti kegiatan pengabdian hingga selesai. Hasil pengabdian menunjukkan 100% peserta paham tentang risiko diabetes melitus pada remaja di SMAN 18 Makassar. Kegiatan pengabdian ini dapat disimpulkan bahwa berhasil dan efektif dalam memberikan pengetahuan tentang risiko diabetes melitus pada remaja di SMAN 18 Makassar

DAFTAR PUSTAKA

- Ayu Susilowati A, Nata Waskita K. (2019). *Pengaruh pola makan terhadap potensi resiko penyakit diabetes melitus*. J Mandala Pharmacon Indonesia. 5(1):43-47.
- Andini, A., & Awwalia, E. S. (2018). *Studi Prevalensi Risiko Diabetes Melitus Pada Remaja Usia 15-20 Tahun di Kabupaten Sidoarjo*. Medical and Health Science Journal, 2(1).
- Diah CT M, Cahyo S T, Martiningsih W. (2014). *Perubahan Persepsi Remaja Setelah diberikan Pendidikan Kesehatan Menggunakan Media Audio Visual tentang Faktor Resiko Diabetes Melitus Tipe 2*. Jurnal Ners dan Kebidanan



- Gabriela, N. D. P. (2021). *Pengaruh Media Pembelajaran Berbasis Audio Visual Terhadap Peningkatan Hasil Belajar Sekolah Dasar*. Mahaguru: Jurnal Pendidikan Guru Sekolah Dasar, 2(1), 104-113
- Ikatan Dokter Anak Indonesia. (2020). *Diabetes Melitus Pada Anak dan Remaja*
- Indrawati, A. (2020). *Efektifitas Promosi Kesehatan Melalui Audio Visual dan Leaflet tentang SaDaRi (Pemeriksaan Payudara Sendiri) terhadap Peningkatan Pengetahuan Remaja Putri tentang SaDaRi di SMAN 1 Kampar Tahun 2018*. Jurnal Ners Universitas Pahlawan, 30(1), 27-36.
- Kementrian Kesehatan Republik Indonesia. (2020). *Tetap Produktif, Cegah Dan Atasi Diabetes Mellitus*. In Pusat Data dan Informasi Kementrian Kesehatan RI.
- Mandriyarini R, Sulchan M, Nissa C. *Sedentary Lifestyle Sebagai Faktor Risiko Kejadian Obesita Pada Remaja SMA Stunted DI Kota Semarang*. Available from: <http://ejournal-s1.undip.ac.id/index.php/jnc>
- Nurchayanti, R. M., & Tirtoni, F. (2023). *Media Pembelajaran Audiovisual Untuk Meningkatkan Hasil Belajar Siswa Sekolah Dasar*. Jurnal Educatio FKIP UNMA, 9(1), 265-270
- Pahlawati, A., & Nugroho, P. S. (2019). *Hubungan Tingkat Pendidikan dan Usia dengan Kejadian Diabetes Melitus di Wilayah Kerja Puskesmas Palaran Kota Samarinda Tahun 2019*. Borneo Student Research (BSR), 1(1), 1-5
- Laras Sayekti Ningsih, I., & Nelly, E. R. (2019). *Pengaruh Pendidikan Kesehatan dengan Media Video Terhadap Pengetahuan, Sikap, dan Perilaku Pencegahan Diabetes Mellitus di Desa Mangunsoko Kecamatan Dukun Kabupaten Magelang*. 64
- Qifti, F., Malini, H., & Yetti, H. (2020). *Karakteristik Remaja SMA dengan Faktor Risiko Diabetes Melitus di Kota Padang*. Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi, 20(2), 560.
- Rahmawati RE, Karjatin A. *Pengaruh Audio Terhadap Peningkatan Pengetahuan Pencegahan Diabetes Melitus Tipe 2 Pada Remaja*. Jurnal Riset Kesehatan 2021 Agu 2 ; 1 : 245 - 250
- Silalahi, L. (2019). *Hubungan Pengetahuan dan Tindakan Pencegahan Diabetes Mellitus Tipe 2*. Jurnal PROMKES, 7(2), 223. <https://doi.org/10.20473/jpk.v7.i2.2019.223-232>
- Soelistijo, Soebagio. (2021). *Pedoman Pengelolaan Dan Pencegahan Diabetes Melitus Tipe 2 Dewasa Di Indonesia 2021*. Global Initiative for Asthma 46.
- Vena, R., & Yuantari, C. M. (2022). *Kajian Literatur: Hubungan Antara Pola Makan Dengan Kejadian Diabetes Melitus*. JKM Jurnal Kesehatan Masyarakat, 9(2), 255-266.
- Vika M, Yuanita. 2021. *Penyuluhan Kesehatan di Masa Pandemi New Normal Menggunakan Media Edukasi Berbasis Audio Visual*. Bangka Belitung. 4(2), 2021.