



Edukasi Tentang Diabetes Melitus Dalam Mempersiapkan Hidup Berkualitas Di Masa Usia Lanjut Melalui Kulwap (Kuliah Whatsapp)

¹⁾Thresya Febrianti, ²⁾Mizna Sabilla, ³⁾RR. Arum Ariasih, ⁴⁾Mustakim, ⁵⁾Rusman Efendi
^{1,2,3,4,5)}Program Studi Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kesehatan Masyarakat
 Universitas Muhammadiyah Jakarta
 Jl. K.H Ahmad Dahlan, Cirendeu, East Ciputat, South Tangerang, Banten, Indonesia 15419
 *Email: thresya.febrianti@umj.ac.id

Abstrak

Prevalensi diabetes di Indonesia merupakan peringkat ke-7 di Dunia. Salah satu faktor risiko kejadian diabetes adalah rendahnya pengetahuan terkait diabetes, sehingga perlu dilakukan pendidikan kesehatan dengan menggunakan media informasi yang mudah dan menarik salah satunya menggunakan Whatsapp. Tujuan dilakukan pengabdian masyarakat ini untuk memberikan edukasi terkait faktor risiko diabetes, dan upaya pencegahan diabetes. Metode yang digunakan pada kegiatan ini dengan menggunakan media informasi melalui whatsapp. Pemateri memberikan informasi kepada peserta dalam bentuk gambar dan tulisan, kemudian setelah pemaparan materi dilakukan diskusi dengan peserta. Peserta dalam kegiatan ini adalah suatu komunitas yang bernama CDC bertempat di Kelurahan Cinangka, Sawangan, Depok. Kegiatan dilakukan dengan memberikan materi tentang diabetes melalui Kuliah Whatsapp (Kulwap). Hasil analisis menunjukkan terjadi peningkatan pengetahuan peserta setelah diberikan Kulwap. Pemberian pendidikan kesehatan melalui media sosial seperti whatsapp perlu terus dilakukan karena dapat meningkatkan derajat kesehatan masyarakat, selain itu juga dapat dilakukan dengan mudah dan tidak perlu mengumpulkan orang banyak terutama dalam masa pandemi sekarang ini.

Kata Kunci : edukasi, diabetes, kuliah whatsapp

Pendahuluan

Penyakit tidak menular masih menjadi masalah utama penyebab kematian di dunia salah satunya Diabetes. Berdasarkan data *Global Health*

Abstract

Diabetes prevalence in Indonesia is ranked 7th in the world. One of the risk factors for the occurrence of diabetes is the low of knowledge related to diabetes, so it is necessary to do health education information media, one of which is using Whatsapp. The purpose of this community service is to provide education related diabetes risk factors, and Diabetes prevention efforts. The method used in this activity is by using information media via Whatsapp. The speaker provides information to the participants in the form of pictures and writing, then after the presentation of the material, a discussion is held with the participants. The partner in this activity is a community called CDC located in Cinangka, Sawangan Depok. Activities carried out by providing material about Diabetes through Whatsapp Lectures (Kulwap). The result of the analysis showed that there was an increase in the participants's knowledge after being given Kulwap. Providing health education through social media such as Whatsapp that needs to be continued because it can increase the public health status, besides that it can also be done easily and does not need to gather many people, especially in the current pandemic era.

Keywords: education, Diabetes, Kuliah Whatsapp (Kulwap)

prevalensi diabetes di Indonesia berdasarkan diagnosis dokter pada penduduk berusia >15 tahun 2018 sebanyak 2,0%³. Peningkatan risiko Diabetes di Indonesia paling banyak terjadi

pada kelompok usia dewasa dan lanjut dengan rentang usia 55-64 tahun dan 65-74 tahun⁴.

Tingginya prevalensi diabetes menyebabkan peningkatan beban di Indonesia. Dampak lain dari diabetes adalah mengurangi usia harapan hidup sebesar 5-10 tahun⁴. Sehingga perlu dilakukan upaya pencegahan sedini mungkin agar masyarakat mampu secara mandiri untuk melakukan pencegahan diabetes. Salah satu upaya pencegahan yang dapat dilakukan yaitu melalui pendidikan kesehatan yang dapat dilakukan di sekolah, rumah maupun lingkungan kerja. Pendidikan kesehatan merupakan salah satu strategi efektif dan potensial untuk mencegah terjadinya suatu penyakit dan mengurangi risiko komplikasi bagi pasien diabetes⁴.

CDC merupakan suatu komunitas yang berada di Kelurahan Cinangka yang beranggotakan sebagian besar perempuan dengan usia dewasa akhir hingga pra-lansia. Berdasarkan informasi dari salah satu anggota CDC didapatkan bahwa sebagian anggota mengalami masalah berat badan berlebih. Hasil penelitian yang dilakukan Pratiwi, et al (2019) bahwa obesitas merupakan faktor risiko kejadian diabetes ($p=0,009$)⁵, sehingga perlu dilakukan upaya pencegahan secara dini. Salah satunya dengan pemberian edukasi kepada kelompok masyarakat.

Penelitian Aldo, Wisnu, dan Frida (2019) menunjukkan penggunaan *whatsapp* berpengaruh terhadap pengetahuan⁶. Menurut Afnihar, Fajhriani D (2020) media komunikasi yang paling mudah dijangkau saat ini adalah media *online*. Penggunaan *whatsapp* sebagai media *online* berguna untuk saling berinteraksi antara seseorang atau sekelompok orang yang berjarak secara fisik⁷.

Penelitian Harahap dan Kurniawati (2018) menyatakan bahwa penggunaan *whatsapp* lebih efektif dibandingkan dengan media sosial lain karena sudah sangat populer⁸.

Aplikasi *whatsapp* termasuk salah satu media informasi yang paling banyak digunakan di Indonesia. Delapan puluh tiga persen pengguna internet di Indonesia adalah pengguna *whatsapp*⁹. *whatsapp* menjadi aplikasi paling banyak diunduh oleh semua kalangan di Indonesia baik anak-anak, remaja sampai orangtua. Aplikasi ini dipilih sebagai media untuk berkomunikasi dengan teman, keluarga dan rekan kerja⁹.

Pada masa pandemi Covid-19 penggunaan *whatsapp* dalam memberikan edukasi kesehatan sangat diperlukan, mengingat masyarakat tidak diperbolehkan melakukan kegiatan yang mengumpulkan orang banyak. Kegiatan KulWap ini dilakukan untuk mengetahui tingkat pengetahuan peserta tentang Diabetes, faktor risiko, dan upaya pencegahan diabetes.

Metode

Metode kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang dilakukan berupa penyuluhan kepada masyarakat melalui Kuliah *WhatsApp* (KulWap) dengan Topik Mengenal dan Mencegah Diabetes. KulWap dilakukan dengan memberikan materi terkait definisi diabetes, faktor risiko diabetes dan upaya pencegahan serta penanganan diabetes yang bertujuan untuk meningkatkan pemahaman masyarakat terutama kelompok usia lanjut dalam melakukan pencegahan diabetes.

Kegiatan ini dilaksanakan dalam satu periode waktu yaitu pada Selasa 21 Juli 2020. Rangkaian pelaksanaan kegiatan pada saat KulWap sebagai berikut pembukaan yang dilakukan oleh moderator, perkenalan narasumber, penyampaian materi berupa gambar dan tulisan penjelasan, diskusi dan tanya jawab, pengisian *post-test*, dan kesimpulan serta penutup dari moderator.

Sasaran dari kegiatan KulWap tersebut adalah komunitas di wilayah Cinangka dengan nama CDC. Sebagian

besar anggota komunitas tersebut perempuan yang rata-rata berusia desawa akhir atau pralansia.

Untuk mengetahui apakah ada peningkatan pengetahuan peserta selama mengikuti KulWap maka dilakukan analisis data hasil *pre-test* dan *post-test* dengan analisis univariat dan bivariat.

Hasil Dan Pembahasan

Tabel 1. Distribusi Tingkat Pengetahuan Peserta KulWap (n = 7)

Tingkat Pengetahuan	Mean	N Min-Max
Sebelum KulWap	63,3	20-80
Setelah Klwap	74,3	40-100

Hasil analisis menunjukkan bahwa rata-rata pengetahuan peserta sebelum diberikan Kulwap 63,3 dan meningkat menjadi 74,3 setelah diberikan Kulwap. Nilai tertinggi peserta sebelum diberikan Kulwap sebesar 80 dan meningkat menjadi 100 setelah diberikan Kulwap. Artinya terjadi peningkatan pengetahuan peserta sebelum dan setelah diberikan KulWap terkait diabetes.

Kegiatan pengabdian masyarakat yang dilakukan berjalan dengan lancar. Beberapa peserta sangat antusias pada saat dilakukan diskusi terkait upaya pencegahan diabetes. Pendidikan kesehatan melalui media *Whatsapp* merupakan salah satu kegiatan yang cukup mudah dilakukan, mengingat pada saat ini fitur dalam *Whatsapp* pun lebih mudah. Selain itu juga cukup efektif digunakan pada masa pandemi Covid-19 dimana kita tidak perlu mengumpulkan masyarakat di suatu tempat karena bisa diakses di rumah masing-masing. Namun kelemahan menggunakan *Whatsapp* tidak semua masyarakat mampu menggunakan aplikasi ini.

Penelitian Harahap dan Kurniawati (2018) menunjukkan bahwa penggunaan media *Whatsapp* dapat memberikan perubahan pengetahuan, sikap dan perilaku⁸.

Hasil penelitian Verawati, Yanto dan Gustiana (2017) terdapat hubungan pengetahuan dengan kejadian Diabetes Melitus Tipe II ($p=0,007$)¹⁰. Sesuai dengan penelitian yang dilakukan Suprpto (2019) terjadi peningkatan pengetahuan responden setelah diberikan pendidikan kesehatan¹¹. Rendahnya pengetahuan seseorang dapat mempengaruhi kejadian suatu penyakit. Salah satu upaya yang dapat dilakukan dalam meningkatkan pengetahuan melalui pendidikan kesehatan dengan berbagai macam media. Pendidikan kesehatan yang efektif dapat didukung dengan penggunaan media yang menarik dan lebih mudah diterima oleh masyarakat. Salah satu media yang populer digunakan saat ini adalah media audio visual.

Hasil penelitian yang dilakukan Dari, Nurchyati, dan Hasanah (2014) menunjukkan pemberian pendidikan kesehatan melalui audio visual terhadap pengetahuan responden mengalami peningkatan¹².

Whatsapp merupakan aplikasi median sosial berupa percakapan yang dapat dilakukan secara langsung karena dapat mengirim pesan dengan mudah. *Whatsapp* juga memiliki fitur-fitur yang sudah baik seperti *Whatsapp Group* (WAG) yang memudahkan untuk berkomunikasi dengan sekelompok orang. Selain itu juga terdapat fitur yang bisa mengirimkan gambar dan pesan suara yang membuat masyarakat lebih dimudahkan dan diuntungkan dalam berkomunikasi¹³.

Penggunaan aplikasi *whatsapp* selain dapat digunakan dengan *smartphone* saat ini juga sudah dapat digunakan melalui laptop. Penggunaan *whatsapp* dapat memudahkan komunikasi dan informasi. Hasil penelitian Kusaini, etc (2017) menunjukkan pada saat dilakukan

diskusi dalam grup *whatsapp* peserta dapat langsung bertanya dan memberikan komentar terhadap materi yang disampaikan, selain itu pemateri juga dapat langsung memberikan respon terhadap pertanyaan dari peserta. Hal ini berarti kesempatan diskusi yang semakin luas dengan penggunaan *whatsapp* dapat meningkatkan semangat peserta dalam mengikuti Kulwap¹⁴. Berbeda dengan penelitian Yuyun (2016) menyimpulkan bahwa komunikasi melalui *whatsapp* dari aspek komunikasi tidak efektif¹⁵.

Simpulan

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang telah dilakukan menunjukkan hasil rata-rata pengetahuan peserta sebelum mengikuti Kulwap sebesar 63,3, sedangkan setelah diberikan Kulwap mengalami peningkatan yaitu menjadi 74,3. Hal ini berarti pemberian Kulwap dapat meningkatkan pengetahuan masyarakat dalam upaya promosi kesehatan.

Daftar Pustaka

1. WHO. Non Communicable Disease [Internet]. WHO. 2018 [cited 2020 Oct 7]. Available from: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/noncommunicable-diseases>
2. International Federation Diabetes (IDF). Diababetes Fact and Figures [Internet]. IDF. 2020 [cited 2020 Oct 7]. Available from: <https://www.idf.org/aboutdiabetes/what-is-diabetes/facts-figures.html>
3. Kemenkes RI. Hasil Utama Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) 2018 [Internet]. Vol. 44, Balitbangkes. Jakarta; 2018. Available from: <http://arxiv.org/abs/1011.1669v0><http://dx.doi.org/10.1088/1751-8113/44/8/085201><http://stacks.iop.org/1751-8121/44/i=8/a=085201>?key=crossref.abc74c979a75846b3de48a5587bf708f
4. Kemenkes RI. Hari Diabetes Sedunia Tahun 2018. Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan RI. Jakarta; 2019.
5. Pratiwi TA, Lubis R, Mutiara E. Pengaruh Obesitas terhadap Kejadian Diabetes Mellitus pada Wanita Usia Subur di RSUD Dr. Djoelham Binjai Tahun 2017. *J Healthc Technol Med.* 2019;4(1):1–10.
6. Gafi A Al, Hidayat W, Tarigan FL. Pengaruh Penggunaan Media Sosial Whatsapp Dan Booklet Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Siswa Tentang Rokok Di Sma Negeri 13 Medan. *J Muara Sains, Teknol Kedokt dan Ilmu Kesehat.* 2020;3(2):281.
7. Afnibar, N DF. Pemanfaatan Whatsapp sebagai Media Komunikasi antara Dosen dan Mahasiswa dalam Menunjang Kegiatan Belajar (Studi terhadap Mahasiswa UIN Imam Bonjol Padang). *J Komun dan Penyiaran Islam.* 2020;11:70–83.
8. Hamida Syari Harahap DIK. Whatsapp sebagai Media Strategi Komunikasi Ustadzah dalam Menyampaikan DAKWAH (Studi Deskriptif Kualitatif Komunitas “ Belajar Islam Seru ”). *DiMCC Conf Proceeding.* 2018;1:131–50.
9. Agustin Setyo Wardani. 83 Persen Pengguna Internet Indonesia Pakai WhatsApp [Internet]. *Liputan 6.* 2019 [cited 2020 Dec 1]. Available from: <https://www.liputan6.com/teknol/read/4113678/83-persen-pengguna-internet-indonesia-pakai-whatsapp>
10. Besti Verawati, Nopri Yanto UG. Hubungan Pengetahuan Gizi dengan Kejadian Diabetes Melitus (DM) Tipe II. *PREPOTIF J Kesehat Masy.* 2017;1(April):22–31.
11. Suprpto. Kegiatan Penyuluhan tentang Diabetes Militus di Kelurahan Barombong Kota Makassar. *CARADDE J Pengabdian Kpd Masy.* 2019;1(2):200–4.
12. Novelia Wulan Dari, Sofiana Nurchayati OH. Pengaruh Pendidikan Kesehatan Senam Kaki Melalui Media Audio Visual Terhadap Pengetahuan Pelaksanaan Senam Kaki Pada Pasien Dm Tipe 2. *Jom Psik.* 2014;1(2):1–7.
13. Anjani A, Ratnamulyani IA, Kusumadinata AA. Penggunaan Media Komunikasi Whatsapp Terhadap Efektivitas Kinerja Karyawan. *J Komun.* 2018;4(1):41–50.
14. Khusaini K, Suyudi A, Winarto W, Sugiyanto S. Optimalisasi Penggunaan WhatsApp dalam Perkuliahan Penilaian Pendidikan Fisika. *J Ris dan Kaji*

- Pendidik Fis. 2017;4(1):1.
15. Yuyun Linda Wahyuni. Efektivitas Komunikasi Melalui Aplikasi Whatsapp (Studi terhadap Grup KPI 2012 di Whatsapp pada Mahasiswa KPI Angkatan 2012). UIN Sunan Kalijaga; 2016.