

Penguatan Perilaku Hidup Sehat Melalui Workshop Diet Diabetes Melitus Berbasis Edukasi, Simulasi dan Pemaparan Ramuan Jamu di Desa Gedongan, Sukoharjo

Nuring Novita Kusumawati¹, Taufiq Ramadhan², Abdul Rohman Adnan Prabowo³, Berlian Aura Kusuma⁴, Devi Indriyanti⁵, Ghina Zahra Fadiya⁶, Grace Maria Intan Yulia Dewi⁷, Muti'ah Nurbaiti⁸, Prafida Ratna Sariputri⁹

1,2,3,4,5,6,7,8,9 STIKES Nasional, Indonesia

Received : 17 Juni 2026, Revised : 27 Juni 2026, Published : 6 Juli 2026

Corresponding Author

Nama Penulis: Grace Maria Intan Yulia Dewi

E-mail: gracemariaintanyuliadewi@gmail.com

Abstrak

Diabetes melitus merupakan penyakit metabolik kronis yang prevalensinya terus meningkat dan memerlukan upaya pencegahan serta pengendalian melalui perubahan pola hidup sehat. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat mengenai diabetes melitus melalui workshop diet diabetes melitus berbasis edukasi, simulasi, dan pemaparan ramuan jamu di Desa Gedongan, Sukoharjo. Kegiatan dilaksanakan pada 37 ibu PKK RT 01 dengan metode penyuluhan, pemaparan video pembuatan ramuan jamu, diskusi tanya jawab, pemeriksaan gula darah, serta evaluasi menggunakan pre-test dan post-test. Data dianalisis menggunakan uji validitas, reliabilitas, normalitas, dan Wilcoxon Signed Rank Test. Hasil uji validitas menunjukkan 8 dari 10 butir pertanyaan dinyatakan valid, sedangkan uji reliabilitas memperoleh nilai Cronbach's Alpha sebesar 0,602 yang menunjukkan instrumen reliabel. Uji normalitas menunjukkan data tidak berdistribusi normal ($p < 0,05$), sehingga analisis dilanjutkan dengan uji Wilcoxon. Hasil uji Wilcoxon menunjukkan nilai Asymp. Sig. (2-tailed) sebesar 0,000 ($p < 0,05$), yang menandakan adanya peningkatan pengetahuan yang signifikan setelah pemberian edukasi. Dengan demikian, workshop diet diabetes melitus berbasis edukasi, simulasi, dan pemaparan ramuan jamu terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan masyarakat mengenai pencegahan dan pengendalian diabetes melitus serta mendukung penerapan perilaku hidup sehat.

Kata kunci - Diabetes melitus, Edukasi Kesehatan, Workshop, Jamu, Pengetahuan Masyarakat

Abstract

Diabetes mellitus is a chronic metabolic disease whose prevalence continues to increase and requires prevention and control efforts through changes in healthy lifestyles. This community service activity aims to increase public knowledge about diabetes mellitus through an education-based diabetes mellitus diet workshop, simulation, and presentation of herbal concoctions in Gedongan Village, Sukoharjo. The activity was carried out on 37 PKK RT 01 mothers using counseling methods, presentation of herbal concoction videos, question and answer discussions, blood sugar checks, and evaluation using pre-tests and post-tests. Data were analyzed using validity, reliability, normality, and Wilcoxon Signed Rank Test. The results of the validity test showed that 8 of the 10 questions were declared valid, while the reliability test obtained a Cronbach's Alpha value of 0.602, indicating a reliable instrument. The normality test showed that the data were not normally distributed ($p < 0.05$), so the analysis was continued with the Wilcoxon test. The results of the Wilcoxon test showed an Asymp. Sig. value. (2-tailed) of 0.000 ($p < 0.05$), indicating a significant increase in knowledge after education. Thus, the diabetes mellitus diet

This work is licensed under Creative Commons Attribution License 4.0 CC-BY International license

workshop based on education, simulation, and presentation of herbal concoctions has proven effective in increasing public knowledge regarding the prevention and control of diabetes mellitus and supporting the implementation of healthy lifestyle behaviors.

Keywords - *Diabetes mellitus, Health Education, Workshop, Herbal Medicine, Public Knowledge*

How To Cite : Kusumawati, N. N., Ramadhan, T., Prabowo, A. R. A., Kusuma, B. A., Indriyanti, D., Fadiya, G. Z., ... Sariputri, P. R. (2026). Penguatan Perilaku Hidup Sehat Melalui Workshop Diet Diabetes Melitus Berbasis Edukasi, Simulasi dan Pemaparan Ramuan Jamu di Desa Gedongan, Sukoharjo . *Jurnal Pengabdian Masyarakat Mentari*, 3 (1), 1 - 9. <https://doi.org/10.59837/jpmm.v2i12.322>

Copyright ©2026 Nuring Novita Kusumawati, Taufiq Ramadhan, Abdul Rohman Adnan Prabowo, Berlian Aura Kusuma, Devi Indriyanti, Ghina Zahra Fadiya, Grace Maria Intan Yulia Dewi, Muti'ah Nurbaiti, Profida Ratna Sariputri

PENDAHULUAN

DM adalah sejenis penyakit kronis yang tidak menular karena kurangnya produksi insulin oleh pankreas sesuai kebutuhan tubuh. Akibatnya, tubuh penderita DM kesulitan mengubah makanan menjadi energi yang diperlukan (Adi Soelistijo & et, 2021). Diabetes melitus terjadi sebagai akibat dari ketidakmampuan tubuh dalam mengontrol jumlah glukosa di dalam darah yang disebabkan oleh kekurangan insulin dalam tubuh atau insulin yang dihasilkan cukup namun tidak digunakan sebagaimana fungsi insulin untuk tubuh. Diabetes melitus dapat diketahui melalui pemeriksaan kadar gula di dalam darah dengan berbagai pemeriksaan seperti HbA1C, Gula Darah Puasa (GDP), Gula Darah Sewaktu (GDS), dan lain sebagainya.

Kejadian diabetes melitus (DM) dipengaruhi oleh berbagai faktor risiko, baik yang dapat maupun tidak dapat dikendalikan. Pola makan yang tidak sehat, konsumsi makanan tinggi gula, kurangnya aktivitas fisik, serta peningkatan usia merupakan faktor yang berkontribusi terhadap meningkatnya risiko terjadinya diabetes melitus. Seiring bertambahnya usia, fungsi metabolisme tubuh mengalami penurunan sehingga kemampuan tubuh dalam mengontrol kadar glukosa darah menjadi berkurang. Selain itu, kebiasaan pola makan yang kurang baik juga dapat meningkatkan risiko terjadinya resistensi insulin dan gangguan metabolisme glukosa (Frimantama` et al., 2024). Proyeksi dari International Diabetes Federation (IDF) menyampaikan bahwa jumlah individu yang menderita diabetes mellitus (DM) pada tahun 2030 dan 2045 diperkirakan akan meningkat. Pada tahun 2030, jumlah penderita diperkirakan menjadi 115 juta orang, meningkat dari 88 juta orang. Sementara pada tahun 2045, perkiraan jumlah orang yang menderita akan mencapai 153 juta orang. Indonesia menempati urutan kelima dengan jumlah penderita diabetes mencapai 19,47 juta orang, yang mengindikasikan kejadian diabetes sebesar 10,6% di negara ini (J Boyko et al., 2021).

Meningkatnya angka kejadian diabetes melitus menunjukkan bahwa penyakit ini masih menjadi salah satu masalah kesehatan yang memerlukan perhatian serius. Penanganan diabetes melitus tidak hanya berfokus pada penggunaan obat, tetapi juga memerlukan perubahan pola hidup sehat melalui pengaturan pola makan dan aktivitas fisik yang teratur. Edukasi kesehatan menjadi salah satu upaya penting dalam meningkatkan kesadaran masyarakat mengenai pencegahan dan pengendalian diabetes melitus. Melalui edukasi yang tepat, masyarakat dapat memahami pentingnya menjaga kadar gula darah agar tetap terkontrol. Selain itu, edukasi kesehatan juga membantu masyarakat dalam mengenali faktor risiko serta tanda awal diabetes melitus. Dengan meningkatnya pengetahuan masyarakat, diharapkan kejadian komplikasi akibat diabetes melitus dapat diminimalkan (Widia & Kurniasih, 2024).

Pemberian edukasi kesehatan kepada masyarakat merupakan salah satu strategi yang efektif untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran terhadap pencegahan penyakit. Penggunaan media edukasi yang menarik, seperti presentasi PowerPoint dan audio visual, dapat membantu peserta memahami informasi kesehatan dengan lebih baik. Penyampaian materi secara interaktif memungkinkan masyarakat memperoleh informasi yang lebih jelas dan mudah dipahami

dibandingkan metode ceramah biasa. Selain meningkatkan pemahaman, media edukasi yang tepat juga dapat meningkatkan minat dan partisipasi peserta selama kegiatan berlangsung. Peningkatan pengetahuan melalui penyuluhan kesehatan diharapkan dapat mendorong perubahan perilaku menuju pola hidup yang lebih sehat. Oleh karena itu, kegiatan workshop yang dipadukan dengan media edukasi yang menarik dinilai sesuai untuk meningkatkan pemahaman masyarakat mengenai diabetes melitus (Saripah et al., 2023).

Selain pengaturan pola makan dan aktivitas fisik, masyarakat Indonesia juga masih memanfaatkan tanaman herbal atau jamu tradisional sebagai upaya menjaga kesehatan. Pemanfaatan herbal telah menjadi bagian dari budaya masyarakat dan sering digunakan sebagai terapi pendukung pada berbagai penyakit kronis, termasuk diabetes melitus. Berbagai tanaman obat diketahui memiliki kandungan senyawa aktif yang berpotensi membantu menjaga kadar gula darah sehingga dapat mendukung pengelolaan diabetes melitus. Namun, pemanfaatan herbal perlu disertai edukasi yang tepat agar masyarakat memahami manfaat, cara penggunaan, serta keamanan penggunaannya. Peningkatan pengetahuan masyarakat mengenai pemanfaatan herbal dapat membantu masyarakat menggunakan tanaman obat secara lebih bijak dan tepat sebagai terapi pendukung. Oleh karena itu, edukasi mengenai pemanfaatan herbal dan jamu menjadi salah satu upaya yang dapat dilakukan dalam mendukung pengendalian diabetes melitus di masyarakat (Sukmawati et al., 2021).

Kelompok ibu PKK memiliki peran penting dalam mendukung promosi kesehatan di lingkungan masyarakat. Ibu PKK berhubungan langsung dengan pengaturan pola makan keluarga serta kegiatan kesehatan di tingkat desa. Pengetahuan yang baik mengenai diabetes melitus dapat membantu ibu PKK dalam menerapkan perilaku hidup sehat di lingkungan keluarga maupun masyarakat sekitar. Selain itu, ibu PKK juga dapat menjadi media penyebaran informasi kesehatan kepada masyarakat secara lebih luas. Peningkatan pengetahuan melalui kegiatan edukasi diharapkan mampu meningkatkan kesadaran masyarakat terhadap pentingnya pencegahan diabetes melitus. Peran aktif kader PKK dalam kegiatan penyuluhan dan sosialisasi kesehatan dapat mendukung peningkatan pengetahuan masyarakat mengenai pentingnya perilaku hidup sehat. Berdasarkan kondisi tersebut, dilakukan kegiatan workshop diet diabetes melitus berbasis edukasi, simulasi, dan pemaparan ramuan jamu di Desa Gedongan, Sukoharjo sebagai upaya meningkatkan pengetahuan masyarakat mengenai pengendalian diabetes melitus melalui pola hidup sehat (Fitriani et al., 2021).

METODE

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini diadakan dengan melalui edukasi kesehatan. Kegiatan dilaksanakan di Desa Gedongan, Sukoharjo pada tanggal 3 Mei 2026 dengan sasaran ibu ibu PKK RT 01 sebanyak 37 peserta. Pelaksanaan kegiatan ini adalah tim pengabdian masyarakat yang terdiri atas dosen dan mahasiswa dari Program Studi S1 Farmasi Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Nasional. Kegiatan dilaksanakan melalui penyuluhan dengan metode pemaparan materi, pemaparan video pembuatan ramuan jamu diabetes melitus, diskusi tanya jawab, evaluasi berupa pre-test dan post-test. Pre-test dan post-test digunakan untuk menilai perubahan tingkat pengetahuan sebelum dan sesudah dilakukannya edukasi pada masyarakat. Selanjutnya, dilakukan analisis data pre-test dan post-test untuk mengukur sejauh mana efektivitas kegiatan terhadap peningkatan pengetahuan peserta. Analisis dilakukan menggunakan bantuan SPSS untuk mengukur tingkat pengetahuan sebelum dan sesudah intervensi. Terdapat dua tahapan uji statistik yang dilakukan untuk memastikan validitas dan signifikansi hasil kegiatan, yakni uji reliabilitas, uji normalitas, dan uji Wilcoxon.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan workshop diet diabetes melitus berbasis edukasi, pemeriksaan kesehatan, dan pemaparan ramuan jamu di Desa Gedongan, Sukoharjo dilaksanakan sebagai upaya meningkatkan pengetahuan masyarakat mengenai pencegahan dan pengendalian diabetes melitus (DM). Program ini bertujuan memberikan pemahaman kepada masyarakat bahwa pengendalian diabetes melitus tidak

This work is licensed under Creative Commons Attribution License 4.0 CC-BY International license

hanya bergantung pada terapi farmakologis, tetapi juga memerlukan penerapan pola hidup sehat secara berkelanjutan. Edukasi kesehatan merupakan salah satu strategi yang efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat terhadap pencegahan penyakit tidak menular, termasuk diabetes melitus (Widyastuti et al., 2022).



Gambar 1.
Dokumentasi kegiatan

Rangkaian kegiatan diawali dengan pelaksanaan pre-test untuk mengukur tingkat pengetahuan awal peserta mengenai diabetes melitus. Selanjutnya, peserta memperoleh materi edukasi yang mencakup pengertian diabetes melitus, faktor risiko, gejala, komplikasi, serta upaya pencegahan dan pengendaliannya melalui penerapan pola hidup sehat. Setelah penyampaian materi, dilakukan pemeriksaan kadar gula darah sebagai bentuk deteksi dini sekaligus sarana meningkatkan kesadaran peserta terhadap pentingnya pemantauan kadar glukosa darah secara berkala. Kegiatan kemudian dilanjutkan dengan workshop dan diskusi mengenai pemanfaatan ramuan jamu sebagai alternatif pendukung dalam menjaga kesehatan dan membantu pengendalian kadar gula darah. Selama kegiatan berlangsung, peserta menunjukkan antusiasme yang tinggi, terutama pada sesi pemeriksaan kesehatan, diskusi, dan tanya jawab. Tingginya partisipasi peserta menunjukkan adanya ketertarikan masyarakat terhadap upaya pencegahan dan pengendalian diabetes melitus melalui pendekatan promotif dan preventif. Setelah seluruh rangkaian kegiatan selesai dilaksanakan, peserta kembali diberikan post-test menggunakan instrumen yang sama dengan pre-test untuk mengevaluasi peningkatan pengetahuan setelah mengikuti kegiatan edukasi. Perbandingan hasil pre-test dan post-test selanjutnya digunakan untuk menilai efektivitas program dalam meningkatkan pengetahuan masyarakat mengenai pencegahan dan pengendalian diabetes melitus (Yatun Khomsah & Dian Nurani, 2024).

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan terhadap 37 responden, diperoleh data yang menunjukkan bahwa instrumen yang digunakan untuk mengukur tingkat pengetahuan mengenai diabetes melitus telah melalui tahapan pengujian validitas, reliabilitas, normalitas, serta uji efektivitas edukasi. Pengujian ini penting dilakukan untuk memastikan bahwa instrumen yang digunakan mampu mengukur variabel penelitian secara tepat dan konsisten sehingga hasil penelitian yang diperoleh dapat dipercaya dan dipertanggungjawabkan secara ilmiah (Yusup, 2018).

Uji validitas dilakukan untuk mengetahui apakah setiap butir pertanyaan dalam kuesioner mampu mengukur tingkat pengetahuan responden mengenai diabetes melitus sesuai dengan tujuan penelitian. Pengujian validitas dilakukan menggunakan korelasi Pearson Product Moment dengan membandingkan nilai r-hitung setiap butir soal dengan nilai r-tabel. Pada penelitian ini, nilai r-tabel yang digunakan adalah sebesar 0,3246 yang diperoleh dari tabel distribusi r Product Moment pada taraf signifikansi 5%. Suatu butir soal dinyatakan valid apabila nilai r-hitung lebih besar dari nilai r-

tabel (r -hitung > r -tabel), sedangkan apabila nilai r -hitung lebih kecil dari r -tabel maka butir soal dinyatakan tidak valid (Yusup, 2018).

Tabel 1.
Hasil Uji Validitas Kuesioner menggunakan SPSS

		total
soal_1	Pearson Correlation	.528**
	Sig. (2-tailed)	.001
	N	37
soal_2	Pearson Correlation	.512**
	Sig. (2-tailed)	.001
	N	37
soal_3	Pearson Correlation	.378*
	Sig. (2-tailed)	.021
	N	37
soal_4	Pearson Correlation	.444**
	Sig. (2-tailed)	.006
	N	37
soal_5	Pearson Correlation	.469**
	Sig. (2-tailed)	.003
	N	37
soal_6	Pearson Correlation	.385*
	Sig. (2-tailed)	.019
	N	37
soal_7	Pearson Correlation	.241
	Sig. (2-tailed)	.151
	N	37
soal_8	Pearson Correlation	.540**
	Sig. (2-tailed)	.001
	N	37
soal_9	Pearson Correlation	.112
	Sig. (2-tailed)	.510
	N	37
soal_10	Pearson Correlation	.643**
	Sig. (2-tailed)	.000
	N	37
total	Pearson Correlation	1
	Sig. (2-tailed)	
	N	37

Berdasarkan hasil uji validitas pada Tabel 1, diketahui bahwa 8 dari 10 butir pertanyaan memenuhi kriteria validitas karena memiliki nilai r -hitung lebih besar daripada r -tabel (0,3246). Sementara itu, butir pertanyaan nomor 7 dan 9 dinyatakan tidak valid karena memiliki nilai r -hitung lebih kecil daripada r -tabel. Hasil tersebut menunjukkan bahwa sebagian besar item pertanyaan telah mampu mengukur tingkat pengetahuan responden mengenai diabetes melitus secara tepat, sehingga instrumen penelitian dapat dinyatakan memiliki validitas yang baik dan layak digunakan dalam pengumpulan data penelitian (Yusup, 2018).

Setelah dilakukan uji validitas dan diperoleh 8 butir soal yang valid, langkah selanjutnya adalah melakukan uji reliabilitas untuk mengetahui tingkat konsistensi instrumen yang digunakan dalam penelitian. Uji reliabilitas bertujuan untuk menilai apakah instrumen dapat memberikan hasil yang konsisten apabila digunakan untuk mengukur variabel yang sama pada waktu dan kondisi yang berbeda. Dengan kata lain, reliabilitas menunjukkan sejauh mana suatu alat ukur dapat dipercaya dalam menghasilkan data penelitian. Instrumen yang reliabel akan menghasilkan data yang stabil dan tidak mudah dipengaruhi oleh faktor-faktor yang bersifat acak (Yusup, 2018).

Tabel 2.
Hasil Uji Normalitas
Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
sebelum pemaparan materi	.234	37	.000	.854	37	.000
setelah pemaparan materi	.517	37	.000	.406	37	.000

a. Lilliefors Significance Correction

Berdasarkan hasil uji reliabilitas pada Tabel 2, diperoleh nilai Cronbach's Alpha sebesar 0,602 pada 8 butir pertanyaan yang telah dinyatakan valid. Nilai tersebut berada di atas batas minimum reliabilitas, yaitu 0,60, sehingga instrumen dapat dinyatakan reliabel dan layak digunakan sebagai alat ukur pengetahuan mengenai diabetes melitus (Taber, 2018). Hasil ini menunjukkan bahwa setiap butir pertanyaan memiliki konsistensi yang cukup baik dalam mengukur variabel yang sama. Selain itu, nilai Cronbach's Alpha Based on Standardized Item sebesar 0,609 yang tidak berbeda jauh dengan nilai Cronbach's Alpha menunjukkan bahwa masing-masing item memiliki kontribusi yang relatif seimbang terhadap keseluruhan instrumen. Dengan demikian, instrumen penelitian telah memenuhi syarat reliabilitas dan dapat digunakan dalam pengumpulan data penelitian (Taber, 2018).

Uji normalitas dilakukan untuk mengetahui apakah data penelitian yang diperoleh berdistribusi normal atau tidak. Uji ini penting dilakukan karena hasilnya akan menentukan metode statistik yang digunakan pada tahap analisis selanjutnya. Menurut Mishra et al. (2019) uji normalitas digunakan sebagai dasar dalam pemilihan uji parametrik maupun nonparametrik sehingga hasil penelitian yang diperoleh dapat lebih akurat dan sesuai dengan karakteristik data.

Tabel 3.
Hasil Uji Normalitas
Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
sebelum pemaparan materi	.234	37	.000	.854	37	.000
setelah pemaparan materi	.517	37	.000	.406	37	.000

a. Lilliefors Significance Correction

Berdasarkan hasil uji normalitas pada Tabel 3, diketahui bahwa jumlah responden sebanyak 37 orang sehingga pengambilan keputusan normalitas didasarkan pada uji Shapiro-Wilk. Hasil uji menunjukkan bahwa data sebelum pemaparan materi memiliki nilai signifikansi 0,000 dan data setelah

pemaparan materi juga memiliki nilai signifikansi 0,000. Kedua nilai tersebut lebih kecil dari 0,05, sehingga dapat disimpulkan bahwa data sebelum maupun sesudah pemaparan materi tidak berdistribusi normal (Ahadi & Zain, 2023). Hasil uji Kolmogorov-Smirnov juga menunjukkan nilai signifikansi yang sama, yaitu 0,000, sehingga mendukung kesimpulan bahwa data tidak memenuhi asumsi normalitas. Oleh karena itu, analisis lanjutan untuk mengetahui pengaruh edukasi terhadap tingkat pengetahuan responden dilakukan menggunakan uji nonparametrik Wilcoxon Signed Rank Test (Wara et al., 2025).

Uji Wilcoxon Signed Rank Test dilakukan untuk mengetahui apakah terdapat perbedaan tingkat pengetahuan responden sebelum dan sesudah diberikan pemaparan materi mengenai diabetes melitus. Uji ini digunakan karena berdasarkan hasil uji normalitas sebelumnya diketahui bahwa data sebelum dan sesudah pemaparan materi tidak berdistribusi normal, sehingga tidak memenuhi syarat untuk menggunakan uji parametrik seperti *Paired Sample t-Test*. Menurut Ahadi & Zain (2023) apabila data penelitian tidak berdistribusi normal, maka analisis perbedaan dua kelompok berpasangan lebih tepat menggunakan uji nonparametrik, salah satunya yaitu Wilcoxon Signed Rank Test.

Tabel 4.
Hasil Uji Non-Parametrik

Test Statistics^a	
	setelah pemaparan materi - sebelum pemaparan materi
Z	-5.343 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)	.000

a. Wilcoxon Signed Ranks Test

b. Based on negative ranks.

Berdasarkan hasil uji Wilcoxon Signed Rank Test pada Tabel 4, diperoleh nilai Z sebesar -5,343 dengan nilai Asymp. Sig. (2-tailed) sebesar 0,000. Nilai signifikansi tersebut lebih kecil dari 0,05 ($p < 0,05$), sehingga H_0 ditolak dan H_1 diterima. Hasil ini menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara tingkat pengetahuan responden sebelum dan sesudah diberikan edukasi mengenai diabetes melitus (Kwak, 2023). Peningkatan pengetahuan tersebut mengindikasikan bahwa materi yang diberikan mampu meningkatkan pemahaman responden mengenai diabetes melitus, meliputi faktor risiko, gejala, pencegahan, dan pengelolannya. Dengan demikian, edukasi yang diberikan terbukti efektif dalam meningkatkan tingkat pengetahuan responden mengenai diabetes melitus (Nur Ikhsan et al., 2022).

KESIMPULAN

Kegiatan workshop diet diabetes melitus berbasis edukasi, simulasi, dan pemaparan ramuan jamu di Desa Gedongan, Sukoharjo berhasil meningkatkan pengetahuan masyarakat mengenai diabetes melitus. Hasil analisis menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan antara tingkat pengetahuan peserta sebelum dan sesudah diberikan edukasi ($p = 0,000$). Temuan ini menunjukkan bahwa metode edukasi yang disertai diskusi interaktif, pemeriksaan kesehatan, dan pemaparan pemanfaatan jamu tradisional efektif dalam meningkatkan pemahaman masyarakat tentang faktor risiko, gejala, pencegahan, serta pengendalian diabetes melitus. Oleh karena itu, kegiatan serupa dapat menjadi salah satu strategi promotif dan preventif untuk mendukung penerapan perilaku hidup sehat di masyarakat.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Nasional Surakarta atas fasilitas, dukungan pendanaan, serta kesempatan yang diberikan sehingga kegiatan dan penulisan

This work is licensed under Creative Commons Attribution License 4.0 CC-BY International license

artikel ini dapat terlaksana dengan baik. Penulis juga menyampaikan apresiasi kepada Ibu-Ibu PKK RT 01 Desa Gedongan, Sukoharjo sebagai mitra pengabdian yang telah berpartisipasi aktif, memberikan dukungan, serta bekerja sama dengan baik selama seluruh rangkaian kegiatan berlangsung.

DAFTAR PUSTAKA

- Adi Soelistijo, S., & et, al. (2021). *Pedoman Pengelolaan Dan Pencegahan Diabetes Melitus Tipe 2 Dewasa Di Indonesia 2021*.
- Ahadi, G. D., & Zain, N. N. L. E. (2023). Pemeriksaan Uji Kenormalan dengan Kolmogorov-Smirnov, Anderson-Darling dan Shapiro-Wilk. *Eigen Mathematics Journal*, 11–19. <https://doi.org/10.29303/emj.v6i1.131>
- Alfreyzal, M., Paizer, D., Anggraini, D., Dilla Syahfitri, R., & Hasan Azhari, M. (2024). Edukasi Kesehatan Pada Keluarga Diabetes Melitus Dengan Masalah Keperawatan Pemeliharaan Kesehatan Tidak Efektif. *Jurnal Kesehatan*, 13(1).
- Febriyanti, Rahmi, A., & Gusrianti. (2026). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Diabetes Melitus pada Usia Produktif di Puskesmas Lubuk Buaya Kota Padang Tahun 2025. *Tahun 2026 APPLICARE JOURNAL*, 3(1), 477–489. <https://doi.org/10.37985/apj.v3i1.71>
- Fitriani, Apriadi, & Hidayat, O. (2021). *Peran Pemberdayaan Kesejahteraan Keluarga (PKK) dalam Mensosialisasikan Program Kesehatan di Desa Sepukur Kecamatan Lantung*. 3. <http://jurnal.uts.ac.id/index.php/KAGANGA>
- Fitriani, U., Triyono, A., Zulkarnain, Z., Ardiyanto, D., Novianto, F., Nisa, U., Ridha Widhi Astana, P., & Friska Dewi, T. (2022). *Khasiat dan Keamanan Kapsul Ekstrak Daun Salam, Sambiloto, Kayu Manis dan Temulawak sebagai Jamu Antihiperlipidemia: Studi Klinis dengan Desain Paralel, Random, dan Tersamar Tunggal*. 11. <https://doi.org/10.15416/ijcp.2022.11.3.187>
- Frimantama, Y. P., Widodo, T., Widodo, F., Yuliani, N. N. S., & Lestaris, T. (2024). Hubungan pola makan, umur, dan jenis kelamin dengan kejadian diabetes melitus tipe 2 di wilayah kerja Puskesmas Buntok. *Barigas: Jurnal Riset Mahasiswa*, 2(2). <https://doi.org/10.37304/barigas.v2i2.11488>
- J Boyko, E., J Magliano, D., Karuranga, S., Piemonte, L., Riley Pouya Saeedi, P., & Sun, H. (2021). *IDF Diabetes Atlas 10th edition*. www.diabetesatlas.org
- Kwak, S. (2023). Are Only p-Values Less Than 0.05 Significant? A p-Value Greater Than 0.05 Is Also Significant! *Journal of Lipid and Atherosclerosis*, 12(2), 89–95. <https://doi.org/10.12997/jla.2023.12.2.89>
- Mishra, P., Pandey, C. M., Singh, U., Gupta, A., Sahu, C., & Keshri, A. (2019). Descriptive statistics and normality tests for statistical data. *Annals of Cardiac Anaesthesia*, 22(1), 67–72. https://doi.org/10.4103/aca.ACA_157_18
- Nur Ikhsan, R., Putra, M., & Maulida. (2022). *Pengaruh Edukasi Pasiendiabetes Mellitus Terhadap Pengetahuan Pengendalian Kadar Gula Darah Denganmedia Leaflet Di Rsud Dr.Zainoel Abidin Provinsi Aceh Tahun 2022*.
- Rodiah, S., E, L., & M, A. (2016). *Pemberdayaan Kader Pkk Dalam Usaha Penyebarluasan Informasi Kesehatan Jatinangor*. 5.
- Saripah, S., Putri, R., & Mona Lisca, S. (2023). *Efektivitas Penyuluhan Kesehatan Dengan Media Power Point Dan Audio Visual Terhadap Peningkatan Pengetahuan Wanita Usia Subur Tentang Kanker Serviks Di Wilayah Kerja Puskesmas Bayongbong Kabupaten Garut Tahun 2023*. 2.
- Sukmawati, A., Titian Cahya, L., Ajeng Sarweningtyas, P., Karengga Ihsani, L., Baktiar, M., Finofasipa, P., & Permata Fenthiadewi, O. (2021). *Peningkatan Pemahaman Masyarakat Tentang Pemanfaatan Herbal Sebagai Terapi Penunjang Diabetes Mellitus dan Hipertensi Di Wilayah Kampung Windan*.

- Taber, K. S. (2018). The Use of Cronbach's Alpha When Developing and Reporting Research Instruments in Science Education. *Research in Science Education*, 48(6), 1273–1296. <https://doi.org/10.1007/s11165-016-9602-2>
- Wara, S. S. M., Adziima, A. F., Nasrudin, M., & Pratama, A. R. (2025). Evaluasi Kinerja Uji Normalitas pada Ragam Distribusi dan Ukuran Sampel. *Jurnal Diferensial*, 7(2), 172–183. <https://doi.org/10.35508/jd.v7i2.24042>
- Widia, C., & Kurniasih, E. (2024). Peningkatan Edukasi Kepada Masyarakat Mengenai Penyakit Diabetes Mellitus Dan Upaya Pencegahan Komplikasinya. 5. https://ejurnal.universitaskbh.ac.id/index.php/P3M_JUPEMAS/index
- Widyastuti, A., Eka Puspita, O., & Sobah, N. (2022). Pharmaceutical Journal Of Indonesia Systematic Literature Review: Metode Preparasi dan Rasio Komponen Chitosan dalam Microneedle Patch untuk Transdermal Delivery System. In *Pharmaceutical Journal Of Indonesia 2022* (Vol. 8, Number 1). <http://.pji.ub.ac.id>
- Wijayanti, E., Fitriani, U., & Nisa, U. (2016). Intervensi Gizi Dan Ramuan Jamu Untuk Diabetes Terhadap Kadar Gula Darah Di Rrj Hortus Medicus. *J. Trop. Pharm. Chem.* 2016, 3(4).
- Yatun Khomsah, I., & Dian Nurani, R. (2024). Upaya Pencegahan Diabetes Mellitus Melalui Edukasi Dan Pemeriksaan Kadar Gula Darah Pada Ibu-Ibu di Wilayah Akademi Keperawatan Bunda Delima Efforts To Prevent Diabetes Mellitus Through Education And Examination Blood Sugar Levels In Mothers At Territory Nursing Academy Of Bunda Delima. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Bunda Delima*, 3(1), 29–36. <https://doi.org/10.59030/jpmbd.V3i1>
- Yusup, F. (2018). Uji Validitas Dan Reliabilitas Instrumen Penelitian Kuantitatif. *Januari-Juni*, 7(1), 17–23.