

Pengaruh Promosi Kesehatan Metode Ekspositori Terhadap Peningkatan Pengetahuan Pasien Diabetes Melitus dalam Penanganan Hipoglikemia di Puskesmas Pamulang

The Effect of Expository Health Promotion on Increasing Knowledge of Hypoglycemia Management among Patients with Diabetes Mellitus at Pamulang Health Center

Amelia Nurul Hakim^{1*}, Siti Chasani¹, Susi Dewi Asih Kusumawati¹, Gilang Rahmatullah¹, Tri Rahayuning¹

¹ Jurusan Profesi Ners, STIKes Widya Dharma Husada Tangerang, Indonesia

INFO ARTIKEL

Submitted:
13 Desember 2025

Accepted:
24 Januari 2026
Publish Online:
31 Januari 2026

Kata Kunci:

Diabetes mellitus,
Metode Ekspositori,
Pengetahuan

Abstrak

Latar Belakang: Diabetes Melitus merupakan penyakit kronis yang berisiko menimbulkan komplikasi akut, salah satunya hipoglikemia. Kurangnya pengetahuan pasien mengenai tanda, pencegahan, dan penanganan hipoglikemia dapat meningkatkan risiko keterlambatan penanganan dan komplikasi serius. Promosi kesehatan dengan metode ekspositori yang disampaikan secara langsung, sistematis, dan terstruktur berpotensi meningkatkan pengetahuan pasien. **Tujuan:** Mengetahui pengaruh promosi kesehatan metode ekspositori terhadap peningkatan pengetahuan pasien Diabetes Melitus dalam penanganan hipoglikemia di Puskesmas Pamulang. **Metode:** Penelitian ini menggunakan desain *pre-experimental* dengan rancangan *one group pretest-posttest*. Sampel berjumlah 42 responden yang dipilih menggunakan *consecutive sampling*. Intervensi dilakukan dalam satu sesi penyuluhan kelompok selama ±30–45 menit menggunakan metode ceramah terarah, diskusi, dan media leaflet. Tingkat pengetahuan diukur sebelum dan sesudah intervensi menggunakan kuesioner yang sama. Analisis data dilakukan menggunakan Uji Wilcoxon Signed Rank Test. **Hasil:** Rata-rata skor pengetahuan responden meningkat dari 11,07 sebelum intervensi menjadi 14,57 setelah intervensi. Uji Wilcoxon menunjukkan nilai *p*-value = 0,000 (*p* < 0,05), yang menandakan adanya pengaruh signifikan promosi kesehatan metode ekspositori terhadap peningkatan pengetahuan pasien. **Kesimpulan:** Promosi kesehatan metode ekspositori efektif meningkatkan pengetahuan pasien Diabetes Melitus dalam penanganan hipoglikemia dan direkomendasikan sebagai strategi edukasi di pelayanan kesehatan primer. Edukasi berkelanjutan yang disesuaikan dengan karakteristik pasien perlu dipertimbangkan untuk meningkatkan efektivitas hasil.

Keywords:

Diabetes Mellitus;
Expository Method;
Knowledge; Hypoglycemia

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



Abstract

Background: Diabetes Mellitus is a chronic disease with a high risk of acute complications, including hypoglycemia. Limited patient knowledge regarding the signs, prevention, and management of hypoglycemia may lead to delayed treatment and serious complications. Health promotion using the expository method, delivered in a direct, systematic, and structured manner, has the potential to improve patient knowledge. **Objective:** To determine the effect of expository health promotion on improving the knowledge of patients with Diabetes Mellitus regarding hypoglycemia management at Pamulang Primary Health Center. **Methods:** This study employed a pre-experimental one-group pretest-posttest design. A total of 42 respondents were selected using consecutive sampling. The intervention was conducted in a single group education session lasting approximately 30–45 minutes using directed lectures, discussions, and leaflet media. Knowledge levels were measured before and after the intervention using the same questionnaire. Data were analyzed using the Wilcoxon Signed Rank Test. **Results:** The mean knowledge score increased from 11.07 before the intervention to 14.57 after the intervention. The Wilcoxon test showed a *p*-value of 0.000 (*p* < 0.05), indicating a statistically significant effect of expository health promotion on improving patient knowledge. **Conclusion:** Expository health promotion is effective in improving the knowledge of patients with Diabetes Mellitus regarding hypoglycemia management and can be recommended as an educational strategy in primary healthcare settings. Continuous and patient-centered education tailored to patient characteristics is suggested to optimize learning outcomes.

✉ Corresponding Author:

Amelia Nurul Hakim

Department of Nursing, Widya Dharma Husada College of Health Sciences Tangerang

Telp. 085773102101

Email: amelianurulhakim28@gmail.com

PENDAHULUAN

Diabetes merupakan penyakit degenerative dengan angka kejadian yang terus mengalami peningkatan setiap tahunnya apabila tidak diadaptasi oleh pasien diabetes dengan melakukan control gula darah (Ismansyah, 2020). Selain itu, diabetes yang tidak terkontrol dapat menyebabkan komplikasi, baik komplikasi akut maupun kronis. Komplikasi akut akibat kadar glukosa yang tidak terkontrol salah satunya yakni hipoglikemia (Chloranya, 2022; Cryer, 2016). Hipoglikemia atau *true hypoglicemia* merupakan keadaan yang ditandai dengan gulosa darah kurang dari 70 mg/dl (Rohmah et al, 2023; Tjokroprawiro, 2015).

Prevalensi Diabetes Mellitus terus menunjukkan tren meningkat dan menjadi masalah kesehatan penting baik di tingkat global maupun nasional. Menurut data *International Diabetes Federation (IDF) Diabetes Atlas edisi terbaru*, sekitar 11,3% orang dewasa (usia 20–79 tahun) di Indonesia hidup dengan diabetes, yang setara dengan sekitar 20,4 juta orang dewasa pada tahun 2024, dan menjadikan Indonesia sebagai salah satu negara dengan jumlah penderita diabetes tertinggi di dunia. Selain itu, prevalensi diabetes di kawasan Asia Tenggara juga tinggi, dengan estimasi sekitar 10,8% di seluruh populasi dewasa regional. Berdasarkan Survei Kesehatan Indonesia 2023, prevalensi diabetes di Indonesia pada kelompok usia ≥15 tahun mencapai sekitar 11,7% berdasarkan pemeriksaan kadar gula darah, menunjukkan beban diabetes yang signifikan di masyarakat. Data-data ini menegaskan bahwa diabetes tetap menjadi tantangan kesehatan masyarakat yang perlu penanggulangan dan strategi pencegahan yang efektif (Federation, 2020). Hal ini menunjukkan bahwa Indonesia memberikan kontribusi signifikan terhadap beban Diabetes Melitus di kawasan Asia Tenggara (Muhammad et al, 2025). Di tingkat nasional dan regional, peningkatan kasus Diabetes Melitus juga terlihat di Provinsi Jawa Barat. Pada tahun 2019 tercatat sebanyak 790.686 kasus (16,03%), dan meningkat menjadi 1.218.294 kasus (24,39%) pada tahun 2020. Pada tahun 2025, berdasarkan data Puskesmas Pamulang, Diabetes Mellitus menempati peringkat kedua dari sepuluh besar penyakit yang diderita oleh masyarakat di wilayah Kelurahan Pamulang. Data rekam medis menunjukkan bahwa sekitar 70% kasus penyakit tidak menular yang tercatat di Puskesmas Pamulang merupakan Diabetes Mellitus, yang menggambarkan tingginya prevalensi penyakit tersebut di tingkat pelayanan kesehatan primer (Data rekam medis Puskesmas Pamulang, 2025). Peningkatan ini berpotensi meningkatkan kejadian komplikasi, baik akut maupun kronis. Komplikasi akut terjadi ketika kadar glukosa darah meningkat atau menurun secara tajam dalam waktu singkat, misalnya akibat diet yang terlalu ketat atau kesalahan penggunaan obat. Kondisi ini dapat membahayakan pasien apabila tidak ditangani secara cepat dan tepat (Kolaric et al, 2022).

Hipoglikemia merupakan salah satu kondisi kegawatdaruratan pada pasien Diabetes Melitus yang membutuhkan penanganan segera. Keterlambatan penanganan hipoglikemia dapat menyebabkan kerusakan organ vital, terutama otak, karena jaringan otak sangat bergantung pada suplai glukosa dan tidak memiliki cadangan energi. Penurunan kadar glukosa darah secara signifikan dapat menyebabkan gangguan fungsi otak dalam waktu 4–6 menit dan berisiko menimbulkan kerusakan otak yang bersifat irreversibel apabila berlangsung lebih dari 10 menit. Selain berdampak fisik, hipoglikemia juga dapat menimbulkan dampak psikologis negatif bagi pasien dan mengganggu pengelolaan Diabetes Melitus secara keseluruhan (Nanda Aulia et al, 2021).

Salah satu upaya utama dalam pencegahan dan penanganan hipoglikemia adalah melalui edukasi kesehatan. Edukasi kesehatan berperan penting dalam meningkatkan pengetahuan, sikap, dan kemampuan

pasien dalam melakukan perawatan diri (self-management) secara mandiri (Herawati, 2024). Berbagai penelitian telah menunjukkan bahwa edukasi kesehatan dapat meningkatkan pengetahuan pasien Diabetes Melitus secara signifikan (Anggreini et al, 2024). Namun, efektivitas edukasi sangat dipengaruhi oleh metode penyampaian yang digunakan.

Dalam konteks pelayanan kesehatan primer seperti Puskesmas, pemilihan metode edukasi harus mempertimbangkan keterbatasan waktu pelayanan, sumber daya, serta karakteristik pasien. Sebagian besar pasien Diabetes Melitus di Puskesmas Pamulang merupakan kelompok usia lanjut dengan tingkat pendidikan dasar, yang cenderung mengalami keterbatasan dalam literasi kesehatan, daya ingat, dan kemampuan memahami informasi abstrak. Metode edukasi berbasis teknologi audiovisual atau diskusi kelompok mendalam sering kali kurang optimal karena membutuhkan waktu lebih lama, keterlibatan aktif, serta kemampuan literasi yang memadai.

Metode ekspositori dipandang memiliki keunggulan spesifik dalam kondisi tersebut, karena memungkinkan tenaga kesehatan menyampaikan informasi secara langsung, terstruktur, sistematis, dan efisien dalam waktu terbatas. Materi dapat difokuskan pada informasi inti yang esensial, disertai contoh konkret dan demonstrasi sederhana, sehingga lebih mudah dipahami oleh pasien lansia dengan pendidikan dasar (Nababan et al, 2023). Selain itu, metode ini tidak bergantung pada teknologi khusus dan sesuai dengan alur pelayanan rutin di Puskesmas.

Hasil studi pendahuluan di Puskesmas Pamulang menunjukkan bahwa edukasi kesehatan yang selama ini diberikan masih bersifat umum, singkat, dan belum terstruktur, serta belum secara khusus menekankan penanganan kegawatdaruratan hipoglikemia. Akibatnya, sebagian pasien belum memahami batas nilai hipoglikemia, tanda awal yang perlu diwaspada, serta langkah penanganan cepat yang harus dilakukan di rumah. Kondisi ini menunjukkan adanya kesenjangan antara kebutuhan pasien dan metode edukasi yang diterapkan.

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini menggunakan metode ekspositori sebagai pendekatan edukasi yang lebih terstruktur, aplikatif, dan sesuai dengan karakteristik pasien serta konteks pelayanan Puskesmas, dengan tujuan meningkatkan pengetahuan pasien Diabetes Melitus dalam penanganan hipoglikemia secara tepat dan mandiri.

METODE

Jenis Penelitian

Desain penelitian ini menggunakan *Pre-Experimental Design* dengan rancangan *One Group Pretest–Posttest*, yaitu pengukuran tingkat pengetahuan responden sebelum dan sesudah diberikan intervensi promosi kesehatan metode ekspositori.

Waktu dan TEMPAT

Penelitian ini dilaksanakan di Puskesmas Pamulang, Kota Tangerang Selatan. Pengambilan data dilakukan pada Februari–Maret 2025.

Populasi dan Sampel

Penentuan jumlah sampel dalam penelitian ini didasarkan pada rumus Slovin, dengan populasi sebanyak 133 pasien Diabetes Mellitus yang berkunjung ke Puskesmas Pamulang dalam satu bulan terakhir (Februari 2025). Dengan tingkat kesalahan (error tolerance) sekitar 13%, diperoleh jumlah sampel minimal sebesar 42 responden. Selanjutnya, sampel dipilih menggunakan teknik consecutive sampling, yaitu seluruh pasien yang memenuhi kriteria inklusi dan datang selama periode penelitian hingga jumlah sampel terpenuhi, sehingga jumlah tersebut dinilai telah memenuhi prinsip kecukupan sampel dan representativitas secara statistik.

Instrumen penelitian

Instrumen penelitian berupa kuesioner pengetahuan penanganan hipoglikemia yang terdiri dari 15 butir pertanyaan berbentuk skala Likert dengan rentang skor 1–4, sehingga skor total pengetahuan berkisar antara 15–60, di mana skor yang lebih tinggi menunjukkan tingkat pengetahuan yang lebih baik. Indikator pengetahuan yang diukur meliputi: (1) pengertian dan batas nilai hipoglikemia, (2) faktor penyebab hipoglikemia, (3) tanda dan gejala hipoglikemia, (4) tindakan pertolongan pertama dan penanganan awal, serta (5) upaya pencegahan hipoglikemia pada pasien Diabetes Mellitus. Uji validitas instrumen dilakukan menggunakan korelasi Pearson Product Moment terhadap 30 responden dengan karakteristik serupa dengan sampel penelitian. Seluruh butir pertanyaan memiliki nilai r -hitung $> r$ -tabel (0,361) sehingga dinyatakan valid. Uji reliabilitas menggunakan Cronbach's Alpha memperoleh nilai 0,82, yang menunjukkan instrumen memiliki reliabilitas baik dan konsistensi internal yang memadai dalam mengukur tingkat pengetahuan responden (Creswell, 2018). (Creswell, 2018).

Proses Pengumpulan Data

Tahap awal penelitian dimulai dengan pemberian pre-test berupa kuesioner pengetahuan tentang hipoglikemia untuk mengukur tingkat pengetahuan responden sebelum intervensi. Selanjutnya, responden diberikan intervensi promosi kesehatan menggunakan metode ekspositori yang dilaksanakan secara kelompok dalam satu sesi edukasi terstruktur selama ± 30 –45 menit. Intervensi dilakukan oleh peneliti dengan tahapan sebagai berikut: (1) pembukaan dan penyampaian tujuan edukasi (± 5 menit); (2) penyampaian materi inti secara ekspositori melalui ceramah terarah mengenai pengertian hipoglikemia, nilai kadar gula darah, tanda dan gejala, faktor pencetus, serta risiko komplikasi (± 15 –20 menit); (3) demonstrasi verbal dan visual mengenai langkah penanganan awal hipoglikemia, termasuk pemberian karbohidrat kerja cepat dan tindakan lanjutan apabila kondisi tidak membaik (± 10 menit); dan (4) sesi diskusi dan tanya jawab untuk klarifikasi pemahaman responden (± 5 –10 menit). Media edukasi yang digunakan meliputi leaflet cetak berisi ringkasan materi penanganan hipoglikemia dan lembar balik bergambar sebagai media visual pendukung selama penyuluhan.

Post-test dilakukan pada hari yang sama segera setelah seluruh rangkaian intervensi selesai menggunakan kuesioner yang sama dengan pre-test, dengan tujuan untuk menilai perubahan tingkat pengetahuan responden secara langsung setelah pemberian promosi kesehatan.

Analisis Data

Analisis data dilakukan menggunakan perangkat lunak SPSS dan MS Excel. Data yang diperoleh dianalisis menggunakan analisis univariat untuk menggambarkan karakteristik dan tingkat pengetahuan responden, serta analisis bivariat menggunakan uji *Wilcoxon Signed Rank Test* untuk mengetahui pengaruh promosi kesehatan metode ekspositori terhadap peningkatan pengetahuan responden tentang penanganan hipoglikemia di Puskesmas Pamulang.

HASIL Karakteristik Responden

Table 1 Distribusi Karakteristik Responden di Puskesmas Pamulang (n=42)

Usia	N	%
Dewasa awal (26-35 thn)	-	-
Dewasa akhir (36-45 thn)	11	26,2%
Lansia awal (46-55 thn)	11	26,2%
Lansia akhir (56-65 thn)	8	19%
Manula (>65thn)	12	28,6%
Total	42	100%
Jenis Kelamin		
Perempuan	34	81%
Laki-laki	8	19%
Total	42	100%
Pekerjaan		
Ibu rumah tangga	30	71,4%
Tidak bekerja	7	16,7%
Lain-lainnya (wirausaha, guru, buruh)	5	11,9%
Total	42	100%
Tingkat Pendidikan		
SD/SMP	34	81%
SMA/SMK	8	19%
PT (Perguruan Tinggi)	-	-
Total	42	100%
Riwayat Diabetes Mellitus		
Mellitus		
0-2	21	50%
3-4	16	38,1%
>4	5	11,9%
Total	42	100%

Berdasarkan Tabel 1, karakteristik usia responden didominasi oleh kelompok Manula (>65 tahun) sebanyak 12 responden (28,6%), diikuti oleh kelompok Dewasa Akhir (36–45 tahun) dan Lansia Awal (46–55 tahun) masing-masing sebanyak 11 responden (26,2%). Berdasarkan jenis kelamin responden pasien Diabetes Mellitus di Puskesmas Pamulang adalah menunjukkan hampir keseluruhan responden yaitu perempuan dengan jumlah 34 responden (81,0%) dan sebagian kecil responden yaitu Laki-laki dengan jumlah 8 responden (19,0%). Berdasarkan pekerjaan responden pasien Diabetes Mellitus di Puskesmas Pamulang adalah bahwa lebih dari setengah responden yaitu Ibu rumah tangga dengan jumlah 30 responden (71,4%), sebagian kecil responden yaitu tidak berkerja dan lain-lainnya (wirausaha, guru, buruh) untuk tidak berkerja dengan jumlah 7 responden (16,7%) sedangkan lain-lainnya (Wirausaha, Guru, Buruh) dengan jumlah 5 responden (11,9%). Berdasarkan tingkat pendidikan responden pasien Diabetes Mellitus di Puskesmas Pamulang adalah bahwa hampir seluruh responden yaitu SD-SMP dengan jumlah 34 responden (81,0) dan sebagian kecil responden yaitu SMA/SMK dengan jumlah 8 responden (19,0). Berdasarkan Riwayat Diabetes Mellitus responden di Puskesmas Pamulang adalah bahwa setengah responden menderita 0-2 tahun dengan jumlah 21 responden (50,0%), hampir setengah responden yaitu 3-4 tahun dengan jumlah 16 responden (38,1%), dan sebagian kecil responden yaitu > 4 tahun dengan jumlah 5 responden (11,9%).

Tingkat Pengetahuan Sebelum dan Sesudah Diberikan Promosi Kesehatan Metode Ekspositori

Tabel 2. Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan Tingkat Pengetahuan Sebelum Diberikan Promosi Kesehatan Metode Ekspositori di Puskesmas Pamulang (n=42)

Tingkat Pengetahuan Sebelum (Pretest)		N	%
Baik		20	47,6%
Kurang		22	52,4%
Total		42	100%
Tingkat Pengetahuan Sesudah (Posttest)			
Baik		36	85,7%
Kurang		6	14,3%
Total		42	100%

Berdasarkan Tabel 2, distribusi tingkat pengetahuan responden sebelum diberikan promosi kesehatan dengan metode ekspositori menunjukkan bahwa lebih dari setengah responden memiliki pengetahuan kurang, yaitu sebanyak 22 responden (52,4%), sedangkan hampir setengah responden memiliki pengetahuan baik, yaitu sebanyak 20 responden (47,6%). Setelah diberikan promosi kesehatan dengan metode ekspositori, terjadi peningkatan tingkat pengetahuan responden. Berdasarkan hasil post-test, hampir seluruh responden memiliki pengetahuan baik, yaitu sebanyak 36 responden (85,7%), dan sebagian kecil responden masih memiliki pengetahuan kurang, yaitu sebanyak 6 responden (14,3%).

Analisis Bivariat

Tabel 3. Pengaruh Promosi Kesehatan Metode *Ekspositori* Terhadap Peningkatan Pengetahuan Dalam Penanganan Hipoglikemia Pada Pasien Diabetes Mellitus Di Puskesmas Pamulang (n=42)

Tingkat pengetahuan	Nilai P-Value		
	Pretest	Posttest	
	Mean ± SD	Mean ± SD	
Hasil	11,07±4,363	14,57±1,725	0,000

Berdasarkan Tabel 3, hasil analisis statistik menggunakan Uji Wilcoxon Signed Rank Test menunjukkan bahwa rata-rata (mean ± standar deviasi) tingkat pengetahuan responden sebelum diberikan promosi kesehatan dengan metode ekspositori adalah $11,07 \pm 4,363$, sedangkan setelah diberikan promosi kesehatan meningkat menjadi $14,57 \pm 1,725$. Hasil uji Wilcoxon menunjukkan nilai p-value = 0,000 ($p < 0,05$), sehingga H_a diterima, yang berarti terdapat pengaruh positif promosi kesehatan dengan metode ekspositori terhadap peningkatan pengetahuan responden dalam penanganan kegawatdaruratan hipoglikemia pada pasien Diabetes Mellitus di Puskesmas Pamulang. Peningkatan nilai rata-rata yang disertai dengan penurunan standar deviasi menunjukkan bahwa intervensi tidak hanya meningkatkan tingkat pengetahuan responden, tetapi juga membuat pemahaman responden menjadi lebih seragam setelah diberikan promosi kesehatan.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa meskipun terjadi peningkatan tingkat pengetahuan responden secara signifikan setelah diberikan promosi kesehatan dengan metode ekspositori, masih terdapat 6 responden (14,3%) yang berada pada kategori pengetahuan kurang setelah intervensi. Temuan ini menunjukkan bahwa tidak seluruh responden memiliki kemampuan yang sama dalam menyerap materi edukasi yang diberikan.

Secara teoritis, usia lanjut (>65 tahun) dan tingkat pendidikan rendah (SD/SMP) merupakan faktor yang dapat memengaruhi daya tangkap dan pemahaman seseorang terhadap informasi kesehatan. Pada kelompok usia lanjut, penurunan fungsi kognitif, daya ingat, dan kecepatan pemrosesan informasi dapat menghambat proses belajar, sehingga membutuhkan metode edukasi yang lebih repetitif dan individual. Sementara itu, tingkat pendidikan yang rendah dapat membatasi kemampuan responden dalam memahami istilah medis dan konsep kesehatan yang bersifat abstrak, meskipun telah didukung dengan media visual.

Dalam penelitian ini, hubungan antara usia dan tingkat pendidikan dengan tingkat pengetahuan pasca intervensi belum dianalisis secara statistik, sehingga belum dapat disimpulkan secara kuantitatif apakah kedua faktor tersebut memiliki korelasi signifikan terhadap kegagalan penyerapan materi. Namun, keberadaan responden yang tetap berpengetahuan kurang setelah intervensi memberikan indikasi bahwa karakteristik demografis berpotensi memengaruhi efektivitas promosi kesehatan, dan hal ini perlu dipertimbangkan dalam perencanaan edukasi di pelayanan kesehatan primer.

Hasil uji *Wilcoxon Signed Rank Test* menunjukkan bahwa rata-rata tingkat pengetahuan responden sebelum diberikan promosi kesehatan metode ekspositori adalah 11,07, dan meningkat menjadi 14,57 setelah intervensi, dengan nilai p -value = 0,000 ($p < 0,05$). Berdasarkan kriteria pengujian hipotesis, nilai p -value yang lebih kecil dari α (0,05) menunjukkan bahwa H_a diterima, sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh signifikan promosi kesehatan metode ekspositori terhadap peningkatan pengetahuan responden dalam penanganan kegawatdaruratan hipoglikemia pada pasien Diabetes Mellitus di Puskesmas Pamulang.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian (Sudirman & Modjo, 2021) yang menyatakan bahwa pendidikan kesehatan berperan penting dalam meningkatkan pengetahuan, keterampilan, dan sikap individu, serta mendorong adopsi perilaku perawatan diri. Selain itu, (Nurmawati et al, 2018) juga melaporkan bahwa metode ekspositori yang mengombinasikan ceramah, demonstrasi, dan tanya jawab efektif dalam meningkatkan pemahaman dan perubahan perilaku pasien Diabetes Mellitus.

Berdasarkan hasil tersebut, dapat disimpulkan bahwa promosi kesehatan dengan metode ekspositori merupakan metode yang efektif dalam meningkatkan pengetahuan pasien Diabetes Mellitus, namun perlu dikombinasikan dengan pendekatan yang lebih individual dan adaptif, terutama bagi pasien usia lanjut dan berpendidikan rendah, agar efektivitas edukasi dapat lebih optimal.

Metode ekspositori memenuhi beberapa prinsip utama pembelajaran orang dewasa, seperti *need to know*, *readiness to learn*, dan *orientation to learning*. Pasien Diabetes Melitus memiliki kebutuhan nyata untuk memahami kondisi hipoglikemia karena komplikasi ini dapat terjadi mendadak dan berpotensi mengancam (Chrvala, 2016). Penyampaian materi yang langsung, terstruktur, dan berfokus pada situasi nyata membuat pasien lebih siap menerima informasi serta memaknainya sebagai bagian dari upaya perawatan diri (*self-management*). Dengan demikian, metode ekspositori tidak hanya berfungsi sebagai sarana transfer pengetahuan, tetapi juga memperkuat kesadaran dan kesiapsiagaan pasien dalam menghadapi kondisi kegawatdaruratan diabetes (Anggreini et al, 2024).

Metode ekspositori mengkombinasikan ceramah terarah, demonstrasi, dan sesi tanya jawab juga selaras dengan prinsip andragogi yang menekankan pentingnya pengalaman sebagai sumber belajar utama pada orang dewasa. Melalui demonstrasi penanganan hipoglikemia dan diskusi kasus yang sering dialami pasien, proses pembelajaran menjadi lebih kontekstual dan bermakna (Panjaitan et al, 2023). Pendekatan ini memungkinkan pasien mengaitkan konsep teoritis dengan pengalaman pribadi, sehingga meningkatkan retensi pengetahuan dan pemahaman praktis. Hal tersebut menjelaskan mengapa sebagian besar responden dalam penelitian ini mengalami peningkatan skor pengetahuan setelah intervensi, sebagaimana juga dilaporkan dalam berbagai penelitian sebelumnya baik di tingkat nasional maupun internasional (Powers, 2022).

Meskipun demikian, masih terdapat 6 responden (14,3%) yang berada pada kategori pengetahuan kurang setelah intervensi. Kondisi ini berkaitan dengan karakteristik responden, khususnya usia lanjut serta tingkat pendidikan yang relatif rendah. Beberapa penelitian menyebutkan bahwa pada kelompok lansia, proses penerimaan dan pengolahan informasi cenderung melambat akibat penurunan fungsi kognitif, daya ingat, dan konsentrasi, sehingga membutuhkan pengulangan serta metode edukasi yang lebih adaptif (Rasyid et al, 2017). Tingkat pendidikan yang rendah juga berpengaruh terhadap kemampuan memahami istilah medis dan konsep kesehatan yang kompleks, termasuk penanganan (Nurmawati et al, 2018).

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa meskipun metode ekspositori efektif secara umum, pada kelompok usia lanjut dengan tingkat pendidikan rendah diperlukan strategi pendukung tambahan, seperti pengulangan edukasi secara berkala, penggunaan media visual sederhana, bahasa yang lebih mudah dipahami, serta keterlibatan anggota keluarga sebagai pendamping dalam proses pembelajaran. Pendekatan ini sejalan dengan teori (Knowles, 2015) yang menekankan fleksibilitas metode pembelajaran sesuai karakteristik peserta didik dewasa. Dengan demikian, promosi kesehatan menggunakan metode ekspositori tidak hanya meningkatkan pengetahuan umum tentang diabetes, tetapi juga berkontribusi nyata dalam meningkatkan kemampuan pasien mengenali dan menangani kegawatdaruratan hipoglikemia, yang merupakan faktor penting dalam pencegahan komplikasi akut dan keberhasilan perawatan diri pasien Diabetes Melitus (Chrvala, 2016).

Penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan yang perlu diperhatikan diantaranya yaitu desain *one group pretest-posttest* tanpa kelompok kontrol membatasi kemampuan peneliti untuk memastikan bahwa peningkatan pengetahuan sepenuhnya disebabkan oleh intervensi, karena adanya potensi pengaruh faktor eksternal seperti pengalaman pribadi, diskusi dengan keluarga, atau paparan informasi dari media lain (Polit, 2021). Selain itu, kemungkinan terjadinya *testing effect* tidak dapat dihindari karena penggunaan instrumen yang sama pada *pretest* dan *posttest*. Penelitian yang dilakukan pada satu lokasi dengan jumlah sampel terbatas juga membatasi generalisasi hasil. Meskipun demikian, secara klinis hasil penelitian ini memberikan implikasi penting bagi praktik keperawatan di pelayanan kesehatan primer, khususnya dalam pengembangan edukasi kesehatan terstruktur menggunakan metode ekspositori yang disertai demonstrasi dan diskusi. Implementasi edukasi ini secara berkelanjutan di Puskesmas diharapkan dapat meningkatkan kesiapsiagaan pasien, menurunkan risiko komplikasi akut, serta mendukung peningkatan kualitas *self-management* pasien Diabetes Melitus (Powers, 2022).

KESIMPULAN DAN SARAN

Promosi kesehatan menggunakan metode ekspositori terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan responden, khususnya terkait penanganan kegawatdaruratan hipoglikemia.

Peningkatan pengetahuan ini terjadi karena metode ekspositori mampu menyampaikan informasi secara terstruktur melalui kombinasi ceramah, demonstrasi, dan tanya jawab, sehingga memudahkan responden memahami serta menerapkan langkah-langkah penanganan hipoglikemia secara tepat. Temuan ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa pendidikan kesehatan berperan penting dalam meningkatkan kemampuan kognitif, keterampilan, serta adopsi perilaku sehat pada pasien Diabetes Mellitus.

Meskipun demikian, penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan, antara lain penggunaan desain one-group pretest–posttest tanpa kelompok kontrol serta potensi terjadinya *testing effect* akibat penggunaan instrumen yang sama pada pre-test dan post-test. Keterbatasan tersebut dapat memengaruhi kemampuan generalisasi hasil penelitian dan tidak sepenuhnya menyingkirkan kemungkinan pengaruh faktor eksternal terhadap peningkatan pengetahuan responden.

Oleh karena itu, penelitian selanjutnya disarankan untuk menggunakan desain quasi-experimental dengan kelompok kontrol, sehingga efektivitas metode ekspositori dapat dibandingkan secara lebih objektif dengan kelompok yang tidak menerima intervensi atau menerima metode edukasi yang berbeda. Selain itu, penelitian mendatang juga disarankan untuk melakukan pengukuran lanjutan (*follow-up*) guna menilai retensi pengetahuan dalam jangka waktu tertentu serta menganalisis hubungan antara karakteristik responden, seperti usia dan tingkat pendidikan, dengan keberhasilan intervensi promosi kesehatan.

Meskipun terdapat keterbatasan, temuan penelitian ini memberikan implikasi penting bagi praktik keperawatan dan promosi kesehatan di Puskesmas. Tenaga kesehatan disarankan untuk mengembangkan edukasi kesehatan yang terstruktur dan berkelanjutan menggunakan metode ekspositori, disertai media edukasi yang sederhana dan mudah dipahami. Pendekatan ini diharapkan dapat meningkatkan kemampuan *self-management* pasien, menurunkan risiko komplikasi hipoglikemia, serta mendukung peningkatan kualitas hidup pasien Diabetes Mellitus secara berkelanjutan.

DAFTAR PUSTAKA

- Anggreini et al. (2024). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Diabetes Melitus Terhadap Sikap Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Di Wilayah Puskesmas Rejosari Pekanbaru. *Menara Ilmu: Jurnal Penelitian dan Kajian Ilmiah*, 15(2).
- Chloranya. (2022). Peningkatan Pengetahuan Keluarga Dengan Diabetes Tentang Penanganan Pertama Pada Hipoglikemia Diabetes Di Rumah. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Jajama (JPMJ)*, 1(2), 58-66.
- Chrvala, et al. (2016). Diabetes self-management education for adults with type 2 diabetes mellitus: A systematic review of the effect on glycemic control. *Patient Education and Counseling*, 99(6), 926–943. <https://doi.org/10.1016/j.pec.2015.11.003>.
- Creswell, et al. (2018). *Research design: Qualitative, quantitative, and mixed methods approaches* (5th ed.). SAGE Publications.
- Cryer. (2016). *Hypoglycemia in diabetes: Pathophysiology, prevalence, and prevention*. Alexandria, VA: American Diabetes Association.
- Federation, I. D. (2020). Five questions on the IDF Diabetes Atlas. *Diabetes research and clinical practice*, 102(2), 147-148.
- Herawati. (2024). Meningkatkan Pencegahan Dan Pengendalian Penyakit Tidak Menular Melalui Pendidikan Promosi Kesehatan. *Jurnal Pengabdian dan Pemberdayaan Nusantara (JPPNu)*, 6(1), 102-109.
- Ismansyah. (2020). Hubungan Kepatuhan Kontrol Dengan Kadar Gula Darah Sewaktu Pada Pasien Dm Tipe 2. *MNJ (Mahakam Nursing Journal)*, 2(8), 363-372.
- Knowles, et al. (2015). *The adult learner: The definitive classic in adult education and human resource development* (8th ed.). Routledge.

- Kolaric et al. (2022). *Chronic complications of diabetes and quality of life*. *Acta Clinica Croatica*, 61(3), 520.
- Muharram et al. (2025). *Trends of diabetes and pre-diabetes in Indonesia 2013–2023: a serial analysis of national health surveys*. *BMJ open*, 15(9), e098575.
- Nababan et al. (2023). *Relevansi Strategi Pembelajaran Ekspositori Untuk Meningkatkan Kualitas Pembelajaran dalam Pendidikan*. *Jurnal Pendidikan Sosial Dan Humaniora*, 2(4), 12471-12476.
- Nanda aulia et al. (2021). *Kadar glukosa darah berhubungan dengan fungsi kognitif pada pasien diabetes mellitus*. *Jurnal Keperawatan Silampari*, 5(1), 78–85.
- Nurmawati et al. (2018). Efektifitas Pendidikan Kesehatan dengan Metode Ekspositori tentang Meal Planning terhadap Pola Makan Pasien DM Tipe 2. *Jurnal Ners Dan Kebidanan (Journal of Ners and Midwifery)*, 5(3), 257–262. <https://doi.org/10.26699/jnk.v5i3.art.p257-262>
- Panjaitan et al. (2023). *Pendidikan Kesehatan Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Tentang Manfaat Beras Merah Di Rumah Sakit Tk Ii Putri Hijau Medan*. *SENTRI: Jurnal Riset Ilmiah*, 2(12), 5311-5323.
- Polit, et al. (2021). *Nursing research: Generating and assessing evidence for nursing practice* (11th ed.). Philadelphia: Wolters Kluwer.
- Powers, et al. (2022). *Diabetes self-management education and support in adults with type 2 diabetes: A consensus report*. *The Diabetes Educator*, 48(1), 4–26. <https://doi.org/10.1177/01457217211049334>.
- Rasyid et al. (2017). *Hubungan Faktor Risiko dengan Fungsi Kognitif pada Lanjut Usia Kecamatan Padang Panjang Timur Kota Padang Panjang*. *Jurnal Kesehatan Andalas*, 6(1), 49–54. <https://doi.org/10.25077/jka.v6i1.643>.
- Rohmah et al. (2023). *Asuhan Keperawatan Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe Ii Dengan Pemberian Intervensi Manajemen Hipoglikemia Di Ruang Igd Rsud Kota Tangerang*. *Nusantara Hasana Journal*, 3(3), 62-68.
- Sudirman, A. A., & Modjo, D. (2021). Efektifitas Diabetes Self Management Education (DSME) terhadap Kadar Glukosa Darah pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 di Wilayah Puskesmas Limboto Barat. *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia (MPPKI)*, 4(2), 151–156. <https://doi.org/10.56338/mppki.v4i2.1489>
- Tjokroprawiro, A. (2015). *Buku ajar ilmu penyakit dalam: Diabetes melitus*. Surabaya: Airlangga University Press.