

SURAT TUGAS

Nomor: 188-R/UNTAR/Pengabdian/I/2025

Rektor Universitas Tarumanagara, dengan ini menugaskan kepada saudara:

1. Ni Made Swantari, Dr, dr., M.Biomed.,SpBPRE
2. ALEXANDER HALIM SANTOSO, dr., M.GIZI

Untuk melaksanakan kegiatan pengabdian kepada masyarakat dengan data sebagai berikut:

Judul : Pemeriksaan Rutin Diabetes Melitus dan Kadar Hidrasi Kulit pada Kelompok Usia Produktif di SMA Santo Yoseph. Cakung
Mitra : Jurnal Informasi Pengabdian Masyarakat
Periode : Volume 3/Nomor 1/Januari 2025
URL Repository : <https://e-journal.nalanda.ac.id/index.php/jipm/article/view/1491>

Demikian Surat Tugas ini dibuat, untuk dilaksanakan dengan sebaik-baiknya dan melaporkan hasil penugasan tersebut kepada Rektor Universitas Tarumanagara

24 Januari 2025

Rektor



Prof. Dr. Amad Sudiro, S.H., M.H., M.Kn., M.M.

Print Security : 36283af55ba2912ad5cba55657533e83

Disclaimer: Surat ini dicetak dari Sistem Layanan Informasi Terpadu Universitas Tarumanagara dan dinyatakan sah secara hukum.

Jl. Letjen S. Parman No. 1, Jakarta Barat 11440
P: 021 - 5695 8744 (Humas)
E: humas@untar.ac.id

 Untar Jakarta

 untar.ac.id

Lembaga

- Pembelajaran
- Kemahasiswaan dan Alumni
- Penelitian & Pengabdian Kepada Masyarakat
- Penjaminan Mutu dan Sumber Daya
- Sistem Informasi dan Database

Fakultas

- Ekonomi dan Bisnis
- Hukum
- Teknik
- Kedokteran
- Psikologi
- Teknologi Informasi
- Seni Rupa dan Desain
- Ilmu Komunikasi
- Program Pascasarjana



JURNAL INFORMASI PENGABDIAN MASYARAKAT

diterbitkan oleh :

Sekolah Tinggi Agama Buddha Nalanda

Jl. Pulo Gebang No.107, RT.13/RW.4, Pulo Gebang, Kec. Cakung,
Kota Jakarta Timur, Daerah Khusus Ibukota Jakarta.



[HOME](#) / Editorial Team

Editorial Team

TIM EDITOR

1. [Aufa Rizka Azzumi, S. E., M.A.](#) ; Stikes Ibnu Sina Ajibarang
2. [Chatarina Novianti, S.Psi., M.Pd](#) ; Universitas Flores
3. [Dewi Mahrani Rangkuty, S.E., M.Si.](#) UNIVERSITAS PEMBANGUNAN PANCA BUDI
4. [Dr. Ahmad Qurtubi, MA](#) ; UIN Sultan Maulana Hasanuddin Banten
5. [Dr. Bustanul Arifin, S.Pd.I., M.Pd](#) ; Univeraitas Nahdlatul Wathan Mataram
6. [Dr. Erna Siaga, S.P](#) Universitas Bina Insan

TIM RIVIEWER

1. [Dr. Sri Nurhayati](#) ; IKIP Siliwangi
2. [DRS. MUCHAYATIN, SE., MM](#) ; UNTAG SEMARANG
3. [Eka Diana, M.Pd.I](#) Universitas Nurul Jadid
4. [Germana Oren Ritan, S.S., M.Pd](#) ; Institut keguruan dan teknologi larantuka
5. [Ir. Indriyani, A.P., S.T., M.Si.](#) ;Universitas Sang Bumi Ruwa Jurai
6. [Kalis Amartani, S.Si., M.P.](#) ; Universitas Lakidende

SK EDITOR/REVIEWER

.: e-ISSN :2985-9212 .:

ISSN 2985-9212



.: p-ISSN :2986-0407 .:

ISSN 2986-0407



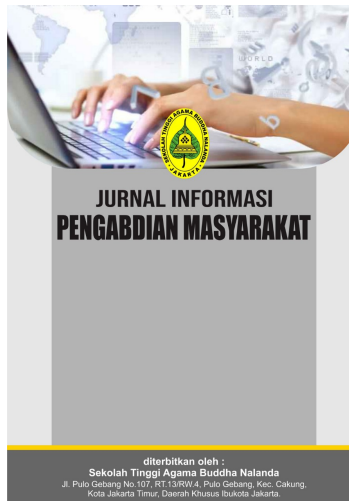
.: Kebijakan & Prosedur .:

Tim Editorial



[HOME](#) / [ARCHIVES](#) / Vol. 3 No. 1 (2025): Jurnal Informasi Pengabdian Masyarakat

Vol. 3 No. 1 (2025): Jurnal Informasi Pengabdian Masyarakat



Jurnal Informasi Pengabdian Masyarakat adalah jurnal yang menerbitkan artikel-artikel penelitian sebagai hasil pengabdian masyarakat dengan nomor E-ISSN :[2985-9212](https://doi.org/10.47861/jipm-nalanda.v3i1) dan P-ISSN : [2986-0407](https://doi.org/10.47861/jipm-nalanda.v3i1) Focus dan Scope pada bidang pendidikan, Hukum, Ekonomi, Humaniora, Teknik, Pertanian, Komunikasi, Kesehatan, dan Rekayasa. Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat indonesia memuat publikasi hasil kegiatan pengabdian masyarakat, model atau konsep dan atau implementasinya dalam rangka peningkatan partisipasi masyarakat dalam pembangunan, pemberdayaan masyarakat atau pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat. Jurnal ini diterbitkan 4 kali setahun: **Februari, Mei, Agustus dan November**. Silakan buat Artikel Template baru lalu kirimkan naskah Anda.

DOI: <https://doi.org/10.47861/jipm-nalanda.v3i1>

PUBLISHED: 2024-12-31

ARTICLES

Sosialisasi Penggunaan Aplikasi Quizizz untuk Mata Kuliah Pengantar Teknologi

Informasi pada Mahasiswa Semester 1 UNIPMA

Sekreningsih Nita, Universitas PGRI Madiun, Indonesia

Kelik Sussolaikah, Universitas PGRI Madiun, Indonesia

Jonathan Alfa G.J., Universitas PGRI Madiun, Indonesia

Firza Muhammad Ilham, Universitas PGRI Madiun, Indonesia

01-10

 DOI : <https://doi.org/10.47861/jipm-nalanda.v3i1.1485>

 PDF  Views: 36 times |  Download : 16 times

Kegiatan Pengabdian Masyarakat Dengan Deteksi Dini dan Edukasi Kesehatan Kulit Melalui Pemeriksaan Kadar Minyak, Air, dan Hidrasi Kulit Pada Masyarakat di Krendang

Linda Yulianti W., Universitas Tarumanagara, Indonesia

Alexander Halim Santoso, Universitas Tarumanagara, Indonesia

Agustina Agustina, Universitas Tarumanagara, Indonesia

Angelica Devi Ratana, Universitas Tarumanagara, Indonesia

11-16

 DOI : <https://doi.org/10.47861/jipm-nalanda.v3i1.1490>

 PDF  Views: 17 times |  Download : 18 times

Pemeriksaan Rutin Diabetes Melitus dan Kadar Hidrasi Kulit pada Kelompok Usia Produktif di SMA Santo Yoseph. Cakung

Ni Made Swantari, Universitas Tarumanagara, Indonesia

Alexander Halim Santoso, Universitas Tarumanagara, Indonesia

Daniel Goh, Universitas Tarumanagara, Indonesia

Gracienne Gracienne, Universitas Tarumanagara, Indonesia

Hans Sugiarto, Universitas Tarumanagara, Indonesia

Edwin Destra, Universitas Tarumanagara, Indonesia

Farell Christian Gunaidi, Universitas Tarumanagara, Indonesia

17-25

 DOI : <https://doi.org/10.47861/jipm-nalanda.v3i1.1491>

 PDF  Views: 25 times |  Download : 11 times

Sosialisasi Pencegahan Penyalahgunaan Narkotika Universitas Puangrimanggalatung

Burhanuddin Burhanuddin, Universitas Puangrimanggalatung, Indonesia

Syupriadi Mujibu, Universitas Puangrimanggalatung, Indonesia

Iwan Mamminanga, Universitas Puangrimanggalatung, Indonesia

Erna Erna, Universitas Puangrimanggalatung, Indonesia

Ekayani Burhanuddin Maspawati, Universitas Puangrimanggalatung, Indonesia

Sitti Hartini Syupriadi, Universitas Puangrimanggalatung, Indonesia

26-31

 DOI : <https://doi.org/10.47861/jipm-nalanda.v3i1.1493> PDF  Views: 24 times |  Download : 20 times

Membangun Kemandirian Ekonomi: Pelatihan Manajemen Usaha untuk Pekerja Migran Indonesia di Desa Gabusbanaran, Tembelang, Jombang

Chusnul Rofiah, STIE PGRI Dewantara Jombang, Gibraltar**Rita Mutiarni**, STIE PGRI Dewantara Jombang, Indonesia**Deni Widyo Prasetyo**, STIE PGRI Dewantara Jombang, Indonesia

32-42

 DOI : <https://doi.org/10.47861/jipm-nalanda.v3i1.1500> PDF  Views: 18 times |  Download : 6 times

Sosialisasi Tentang Mengenalkan Pengelolaan Keuangan pada Anak Usia Dini di Panti Asuhan Dompot Yatim dan Dhuafa Jati Asih Bekasi

Ifah Masrifah, Universitas Panca Sakti Bekasi, Indonesia**Dewi Tri Mulyaningsih**, Universitas Panca Sakti Bekasi, Indonesia**Anugerah Putri Widyastuti**, Universitas Panca Sakti Bekasi, Indonesia**Arika Dania**, Universitas Panca Sakti Bekasi, Indonesia**Ari Saptono**, Universitas Panca Sakti Bekasi, Indonesia**Bibah Haerani**, Universitas Panca Sakti Bekasi, Indonesia**Putri Rahmadani**, Universitas Panca Sakti Bekasi, Indonesia**Siva Izah**, Universitas Panca Sakti Bekasi, Indonesia**Vicky Paradise Albina**, Universitas Panca Sakti Bekasi, Indonesia

43-50

 DOI : <https://doi.org/10.47861/jipm-nalanda.v3i1.1508> PDF  Views: 22 times |  Download : 14 times

Kiat Praktis Pengintegrasian Aplikasi Publish or Perish (PoP) dengan Aplikasi Mendeley

Rian Dani, Universitas Muhammadiyah Jambi, Indonesia**Bima R. Dani**, Universitas Muhammadiyah Jambi, Indonesia**Armandito Armandito**, Universitas Muhammadiyah Jambi, Indonesia**Shandy Amandha**, Universitas Muhammadiyah Jambi, Indonesia**Dhea Lova**, Universitas Muhammadiyah Jambi, Indonesia

51-60

 DOI : <https://doi.org/10.47861/jipm-nalanda.v3i1.1511> PDF  Views: 52 times |  Download : 35 times



Pemeriksaan Rutin Diabetes Melitus dan Kadar Hidrasi Kulit pada Kelompok Usia Produktif di SMA Santo Yoseph. Cakung

Routine Examination of Diabetes Mellitus and Skin Hydration Levels in the Productive Age Group at SMA Santo Yoseph. Cakung

Ni Made Swantari¹, Alexander Halim Santoso*², Daniel Goh³, Gracienne⁴, Hans Sugiarto⁵, Edwin Destra⁶, Farell Christian Gunaidi⁷

¹⁻⁷Fakultas Kedokteran, Universitas Tarumanagara, Jakarta, Indonesia

Alamat: Jl. Letjen S. Parman No.1, RT.6/RW.16, Tomang, Kec. Grogol petamburan, Kota Jakarta Barat, Daerah Khusus Ibukota Jakarta 11440

Korespondensi penulis : alexanders@fk.untar.ac.id*

Article History:

Received: November 30, 2024;

Revised: Desember 16 2024;

Accepted: Desember 31, 2024;

Online available: Januari 02, 2025;

Keywords: Diabetes mellitus, education, healthy lifestyle, skin hydration, routine examination

Abstract: Diabetes mellitus is a metabolic disorder characterized by high blood sugar levels resulting from dysfunction in insulin production or action. This disorder not only affects the metabolic system but also impacts skin health, specifically skin hydration, which reflects the skin's ability to maintain optimal moisture levels. Low skin hydration may increase the risk of infections and irritation. This Community Service initiative aims to enhance the understanding and awareness of the productive age group about the importance of routine blood sugar and skin hydration assessments. The method used in this community service activity follows the Plan-Do-Check-Act (PDCA) approach, incorporating education, routine screening, and program effectiveness evaluation. This activity shows that routine check-ups and education play a role in early detection of health risks in the productive age group.

Abstrak

Diabetes melitus adalah gangguan metabolik yang ditandai oleh kadar gula darah tinggi akibat disfungsi produksi atau gangguan fungsi insulin. Gangguan ini tidak hanya memengaruhi sistem metabolisme, tetapi juga kesehatan kulit, khususnya hidrasi kulit yang mencerminkan kemampuan kulit dalam mempertahankan kelembapan optimal. Hidrasi kulit yang rendah berpotensi meningkatkan risiko infeksi dan iritasi. Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman dan kesadaran kelompok usia produktif tentang pentingnya pemeriksaan rutin kadar gula darah dan hidrasi kulit. Metode yang digunakan dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah Plan-Do-Check-Act (PDCA) mencakup edukasi, pemeriksaan rutin, serta evaluasi efektivitas program. Kegiatan ini menunjukkan bahwa pemeriksaan rutin dan edukasi berperan dalam deteksi dini risiko kesehatan pada kelompok usia produktif.

Kata Kunci: Diabetes melitus, edukasi, gaya hidup sehat, hidrasi kulit, pemeriksaan rutin

1. PENDAHULUAN

Diabetes melitus merupakan gangguan metabolik yang ditandai dengan kadar gula darah yang tinggi akibat adanya gangguan produksi atau fungsi insulin. Dalam pemeriksaan klinis, kadar gula darah puasa digunakan sebagai salah satu indikator untuk mendiagnosis diabetes melitus. Seseorang dikatakan normal apabila kadar gula darah puasa berada di bawah 100 mg/dL. Apabila kadar gula darah puasa berada pada rentang 100–125 mg/dL, maka kondisi

ini dapat disebut sebagai pradiabetes, yang merupakan kondisi peningkatan risiko diabetes melitus. Sementara itu, kadar gula darah puasa yang mencapai 126 mg/dL atau lebih menandakan adanya diabetes melitus.(Mendes et al., 2017; Paliwal et al., 2019; Wang et al., 2022)

Selain diabetes melitus, hidrasi kulit juga menjadi perhatian dalam kesehatan masyarakat, khususnya pada kelompok usia produktif. Kadar hidrasi kulit mencerminkan kemampuan kulit dalam mempertahankan kelembapan, yang penting untuk menjaga integritas dan fungsi perlindungan kulit terhadap berbagai patogen serta mengurangi risiko iritasi dan infeksi. Pemeriksaan hidrasi kulit dapat dilakukan menggunakan alat analisis kulit (*skin analyzer*) untuk mengukur kadar kelembapan. Pada pemeriksaan ini, kulit yang terhidrasi dengan baik umumnya memiliki kadar kelembapan antara 40-60%. Kadar hidrasi kulit di bawah 40% mengindikasikan kekeringan kulit yang dapat meningkatkan risiko gangguan kulit, sedangkan kadar di atas 60% dianggap sebagai kondisi hidrasi berlebih yang mungkin berkaitan dengan gangguan tertentu.(Badian et al., 2023; Lasschuit et al., 2021; Salari et al., 2020)

Diabetes melitus dapat menyebabkan gangguan pada pembuluh darah dan saraf, yang pada gilirannya dapat memengaruhi sirkulasi darah ke kulit. Kondisi ini dapat mengurangi kelembapan alami kulit, sehingga meningkatkan risiko kulit kering dan retak, yang pada akhirnya dapat mempermudah terjadinya infeksi. Kulit yang kurang terhidrasi pada pasien diabetes juga lebih rentan terhadap berbagai komplikasi kulit seperti dermatitis dan ulkus diabetik. Oleh karena itu, pemantauan kadar gula darah dan hidrasi kulit secara berkala penting dilakukan untuk menjaga kualitas hidup pasien.(Leite et al., 2024; Mendes et al., 2017; Paliwal et al., 2019)

Pemeriksaan rutin terhadap kadar gula darah dan hidrasi kulit bagi kelompok usia produktif bertujuan untuk mendeteksi secara dini adanya risiko diabetes melitus dan gangguan hidrasi kulit. Dengan pemantauan ini, masyarakat dapat memahami kondisi kesehatan mereka dan melakukan tindakan preventif untuk mencegah komplikasi lebih lanjut. Edukasi terkait pola hidup sehat, termasuk pengaturan pola makan, aktivitas fisik, serta perawatan kulit yang tepat, juga harus menjadi bagian dari upaya preventif untuk mencegah timbulnya masalah kesehatan akibat diabetes melitus dan kulit kering. Tujuan kegiatan pemeriksaan rutin ini adalah untuk meningkatkan kesadaran masyarakat usia produktif terhadap pentingnya pemeriksaan kesehatan yang mencakup pemantauan kadar gula darah dan hidrasi kulit. Pemeriksaan ini diharapkan dapat membantu masyarakat dalam mendeteksi dini risiko diabetes melitus dan gangguan hidrasi kulit, sehingga mereka dapat mengambil langkah preventif yang

tepat. Edukasi yang diberikan akan mencakup informasi tentang pentingnya menjaga kadar gula darah dalam batas normal, serta cara merawat dan menjaga hidrasi kulit agar tetap sehat. Dengan demikian, kegiatan ini diharapkan dapat meningkatkan kualitas hidup masyarakat dan mengurangi risiko. (Lasschuit et al., 2021; Leite et al., 2024; Reschke et al., 2023)

2. METODE

Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertempat di SMA St. Yoseph Cakung pada bulan Oktober 2024 dengan tujuan meningkatkan pemahaman dan kesadaran usia produktif mengenai risiko diabetes melitus dan gangguan hidrasi kulit serta tindakan pencegahannya. Pelaksanaan kegiatan ini meliputi penyuluhan tentang risiko diabetes melitus dan hidrasi kulit, langkah pencegahan melalui pola makan seimbang, serta perawatan kulit yang baik. Edukasi menekankan pentingnya menjaga kadar gula darah dalam batas normal dan kelembapan kulit. Pemeriksaan kadar gula darah dan hidrasi kulit dilakukan pada peserta untuk mengetahui kondisi kesehatan mereka terkait risiko diabetes melitus dan hidrasi kulit. Hasil pemeriksaan yang menunjukkan nilai di luar normal diidentifikasi sebagai tanda awal risiko yang membutuhkan penanganan lebih lanjut. Media edukasi digunakan untuk meningkatkan pemahaman dan keterlibatan peserta. Kesempatan diberikan kepada peserta untuk bertanya dan berbagi pengalaman tentang menjaga kesehatan melalui gaya hidup yang mendukung kontrol kadar gula darah dan hidrasi kulit.

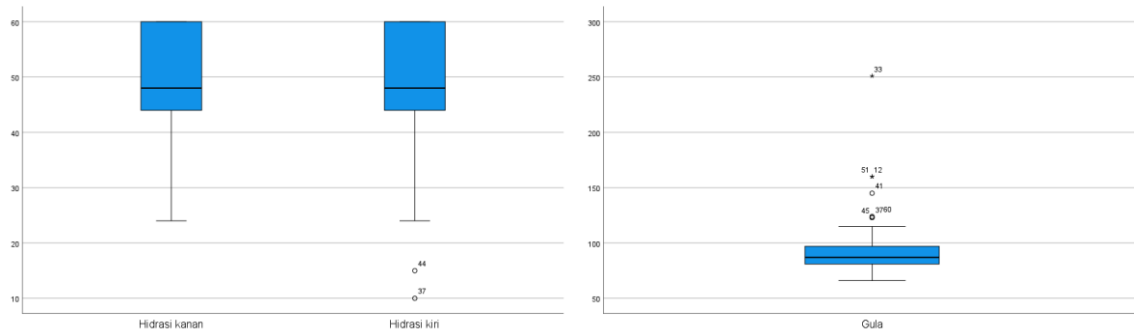
3. HASIL

Kegiatan pengabdian masyarakat ini diikuti oleh 69 peserta, dengan komposisi jenis kelamin yaitu 19 laki-laki (27,5%) dan 50 perempuan (72,5%). Gambaran karakteristik dasar, pemeriksaan fisik, dan pemeriksaan darah peserta dapat dilihat pada Tabel 1.

Tabel 1. Hasil Pemeriksaan Demografi Dasar, Pemeriksaan Fisik, dan Pemeriksaan Darah

Parameter	Hasil
Usia, mean (SD)	44.32 (10.56)
Jenis Kelamin, %	
• Laki-laki	19 (27.5)
• Perempuan	50 (72.5)
Kadar Hidrasi Kulit, mean (SD)	
• Kanan	49.64 (10.13)
• Kiri	49.61 (11.01)
Gula Darah Puasa, mean (SD)	94.03 (26.81)
• Normal, %	65 (94.2)
• Diabetes, %	4 (5.8)

Hasil pemeriksaan menunjukkan bahwa rerata usia peserta adalah 44,32 tahun (SD 10,56). Rerata kadar hidrasi kulit pada tangan kanan adalah 49,64 (SD 10,13), dan pada tangan kiri sebesar 49,61 (SD 11,01). Rerata kadar gula darah puasa peserta tercatat 94,03 (SD 26,81), dengan 65 peserta (94,2%) memiliki kadar gula darah normal dan 4 peserta (5,8%) memiliki diabetes.



Gambar 1. Boxplot Hasil Pemeriksaan Hidrasi Kulit dan Gula Darah Puasa



Gambar 2. Kegiatan Pemeriksaan Hidrasi Kulit

4. DISKUSI

Diabetes melitus dan gangguan hidrasi kulit merupakan dua kondisi kesehatan yang penting untuk diperhatikan oleh kelompok usia produktif. Peningkatan prevalensi diabetes melitus (DM) di Indonesia terus menjadi perhatian. Prevalensi DM di DKI Jakarta menunjukkan peningkatan signifikan, yaitu dari 2,5% pada tahun 2013 menjadi 3,4% pada tahun 2018. Prevalensi keseluruhan DM di wilayah ini juga mengalami kenaikan, dari 6,3% pada tahun 2013 menjadi 8,5% pada tahun 2018. Secara nasional, proyeksi menunjukkan bahwa prevalensi DM di Indonesia akan meningkat dari 9,3% pada tahun 2019 menjadi 10,2%

pada tahun 2030. Selain itu, Kementerian Kesehatan RI memproyeksikan jumlah penderita DM akan bertambah dari 8,4 juta pada tahun 2016 menjadi 21,3 juta pada tahun 2030. Hasil kegiatan pengabdian masyarakat saat ini juga mengindikasikan adanya perhatian terhadap kondisi gula darah peserta. Dari 69 peserta yang mengikuti kegiatan ini, rerata kadar gula darah puasa adalah 94,03 mg/dL (SD 26,81). Sebagian besar peserta, yaitu 65 orang (94,2%), memiliki kadar gula darah normal, sementara 4 orang (5,8%) teridentifikasi memiliki diabetes. Data ini sejalan dengan tren peningkatan prevalensi diabetes secara nasional dan menggarisbawahi pentingnya upaya pencegahan serta pengelolaan diabetes melalui edukasi kesehatan di tingkat masyarakat. (Delfina et al., 2021; Fatimah & Sofiyat, 2023)

Diabetes melitus dapat memengaruhi berbagai fungsi tubuh, termasuk sistem peredaran darah yang pada akhirnya berdampak pada kesehatan kulit. Keseimbangan kadar gula darah sangat penting dalam mencegah kerusakan jaringan tubuh, termasuk jaringan kulit yang memerlukan suplai darah dan nutrisi yang optimal. Gangguan hidrasi kulit, yang sering terjadi pada individu dengan diabetes melitus, dapat menyebabkan kulit menjadi kering, pecah-pecah, dan lebih rentan terhadap infeksi. Oleh karena itu, menjaga kadar gula darah serta hidrasi kulit yang optimal menjadi hal penting dalam upaya mempertahankan kualitas hidup dan mencegah komplikasi kesehatan. (Abdelhalim et al., 2020; Leite et al., 2024; Salari et al., 2020)

Edukasi dan skrining rutin menjadi elemen utama dalam upaya pencegahan diabetes melitus dan gangguan hidrasi kulit pada kelompok usia produktif. Melalui edukasi yang komprehensif, individu dapat memahami faktor risiko yang berkaitan dengan diabetes melitus, seperti pola makan tinggi gula dan gaya hidup kurang aktif, yang dapat meningkatkan risiko munculnya diabetes melitus dan masalah hidrasi kulit. Skrining rutin untuk memantau kadar gula darah serta pemeriksaan hidrasi kulit memungkinkan deteksi dini terhadap risiko kesehatan yang mungkin timbul, sehingga tindakan pencegahan dapat segera diambil untuk mengurangi kemungkinan komplikasi lebih lanjut. (Firmansyah & Tan, 2020; Tan et al., 2023; Yulianti, Setiawan, et al., 2024)

Untuk menjaga keseimbangan kadar gula darah dan hidrasi kulit yang optimal, penerapan pola hidup sehat harus menjadi prioritas. Tindakan preventif melalui perubahan gaya hidup dapat membantu mengurangi risiko diabetes melitus serta mempertahankan kelembapan dan kesehatan kulit. Melalui pendekatan ini, individu diharapkan mampu menjaga keseimbangan kadar gula darah dan hidrasi kulit, sehingga terhindar dari komplikasi yang dapat berdampak pada kesehatan jangka panjang. Pendidikan mengenai pentingnya pola makan sehat, aktivitas fisik teratur, serta perawatan kulit yang baik harus menjadi bagian dari program kesehatan masyarakat yang berkelanjutan. (Ruslim et al., 2024; Tan, Firmansyah, & Yana,

2020; Tan et al., 2024) Langkah-langkah pencegahan yang dapat dilakukan oleh kelompok usia produktif untuk mencegah munculnya kondisi diabetes melitus dan gangguan hidrasi kulit:

1. Menjaga pola makan sehat: Konsumsi makanan rendah gula dan tinggi serat, seperti buah, sayuran, dan biji-bijian, dapat membantu mengontrol kadar gula darah dan menjaga kesehatan kulit.(Sutedja et al., 2023; Tan et al., 2023; Yulianti, Destra, et al., 2024)
2. Aktivitas fisik teratur: Olahraga ringan hingga sedang secara rutin, seperti berjalan atau bersepeda, dapat meningkatkan sensitivitas insulin dan membantu tubuh mengatur kadar gula darah.(Yulianti, Destra, et al., 2024; Yulianti, Setiawan, et al., 2024)
3. Mempertahankan hidrasi tubuh yang baik: Minum air yang cukup setiap hari membantu menjaga keseimbangan cairan tubuh dan kulit agar tetap terhidrasi.(Sidarta, Gunaidi, et al., 2024; Yulianti, Kurniawan, et al., 2024)
4. Menghindari produk perawatan kulit yang keras: Penggunaan produk perawatan kulit yang sesuai dan tidak mengandung bahan yang dapat mengeringkan kulit, seperti alkohol, penting untuk menjaga kelembapan kulit.(Ruslim et al., 2024; Tan & Firmansyah, 2020)
5. Pemeriksaan kesehatan rutin: Melakukan pemeriksaan kadar gula darah dan analisis hidrasi kulit secara berkala memungkinkan deteksi dini terhadap risiko diabetes melitus dan gangguan hidrasi kulit, serta tindakan preventif yang tepat.(Tan, Firmansyah, & Elizabeth, 2020; Yudhitiara et al., 2023; Yulianti, Setiawan, et al., 2024)

Melalui langkah-langkah di atas, diharapkan kelompok usia produktif dapat mempertahankan kesehatan kadar gula darah dan kulit, sehingga risiko komplikasi terkait dapat diminimalkan. Edukasi yang terus dilakukan secara konsisten akan membantu menciptakan kesadaran di masyarakat akan pentingnya pencegahan melalui pola hidup sehat dan pemeriksaan rutin.(Sidarta, Averina, et al., 2024; Sidarta, Gunaidi, et al., 2024; Yulianti, Destra, et al., 2024)

5. KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini berhasil meningkatkan pemahaman dan kesadaran kelompok usia produktif mengenai pentingnya pemeriksaan rutin untuk deteksi dini diabetes melitus dan kondisi hidrasi kulit. Melalui pendekatan edukasi yang komprehensif dan penerapan skrining rutin, masyarakat diberikan kesempatan untuk mengenali faktor risiko, memahami pentingnya menjaga kadar gula darah dan hidrasi kulit dalam batas optimal, serta mengambil langkah pencegahan yang tepat. Edukasi mengenai pola hidup sehat, pola makan

yang seimbang, aktivitas fisik, serta perawatan kulit yang tepat menjadi bagian integral dari kegiatan ini, mendukung upaya pencegahan komplikasi kesehatan terkait diabetes melitus dan gangguan hidrasi kulit.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdelhalim, N. M., Abdelbasset, W. K., Alqahtani, B. A., & Samhan, A. F. (2020). Low-Level Laser Therapy for Diabetic Dermopathy in Patients With Type 2 Diabetes: A Placebo Controlled Pilot Study. *Journal of Lasers in Medical Sciences*, 11(4), 481–485. <https://doi.org/10.34172/jlms.2020.75>
- Badian, R. A., Ekman, L., Pripp, A. H., Utheim, T. P., Englund, E., Dahlin, L. B., Rolandsson, O., & Lagali, N. (2023). Comparison of Novel Wide-Field In Vivo Corneal Confocal Microscopy With Skin Biopsy for Assessing Peripheral Neuropathy in Type 2 Diabetes. *Diabetes*, 72(7), 908–917. <https://doi.org/10.2337/db22-0863>
- Delfina, S., Carolita, I., Habsah, S., & Ayatillahi, S. (2021). Analisis Determinan Faktor Risiko Kejadian Diabetes Mellitus Tipe 2 Pada Usia Produktif. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 2(4), 141–151. <https://doi.org/10.31004/jkt.v2i4.2823>
- Fatimah, S., & Sofiyat, A. I. (2023). Pengaruh Terapi Bekam Terhadap Penurunan Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Mellitus Di Klinik Pratama Intermedica Bekasi. *Afiat*, 9(1), 85–99. <https://doi.org/10.34005/afiat.v9i1.2996>
- Firmansyah, Y., & Tan, S. T. (2020). Uji pendahuluan perbaikan kadar hidrasi kulit dengan intervensi krim plasenta domba pada lansia. *Prosiding Seminar Nasional Biologi*, 6(1), 160–164.
- Lasschuit, J. W. J., Snaith, J. R., & Frew, J. W. (2021). *The Skin and Diabetes*. https://doi.org/10.1007/978-3-030-54779-0_18
- Leite, B., Brito, A., Kensy, C., Bosi, A. L., Frota, F., Lavoratto, J., & Chagas, E. (2024). The Prevalence of Metabolic Skin Diseases in the Population With Diabetes Mellitus. *Concilium*, 24(9), 526–536. <https://doi.org/10.53660/clm-3414-24i30>
- Mendes, A. L., Miot, H. A., & Haddad, V. (2017). Diabetes Mellitus and the Skin. *Anais Brasileiros De Dermatologia*, 92(1), 8–20. <https://doi.org/10.1590/abd1806-4841.20175514>
- Paliwal, G., Koti, V., & Dutt, S. (2019). Association of Diabetes and Hypertension With Elderly Skin Changes. *International Journal of Research in Dermatology*, 5(2), 300. <https://doi.org/10.18203/issn.2455-4529.intjresdermatol20190561>
- Reschke, F., Biester, T., Berge, T. von dem, Jamiolkowski, D., Hasse, L., Dassiè, F., Maffei, P., Klee, K., Kordonouri, O., Ott, H., & Danne, T. (2023). Skin Manifestations in Rare Types of Diabetes and Other Endocrine Conditions. *Endocrine Connections*, 12(7). <https://doi.org/10.1530/ec-22-0410>
- Ruslim, W. H., Firmansyah, Y., Gunaidi, F. C., Satyanegara, W. G., Teguh, S. K. M. M., & Santoso, A. H. (2024). Kegiatan Skrining Kesehatan Kulit Wajah dan Penuaan Kulit pada

- Populasi Dewasa di Sekolah SMP Kalam Kudus. *Jurnal ABDIMAS Indonesia*, 2(2), 36–41.
- Salari, N., Hosseinian-Far, A., Hosseinian-Far, M., Kavoussi, H., Jalali, R., Vaisi-Raygani, A., Rasoulpoor, S., Rasoulpoor, S., Mohammadi, M., & Shabani, S. (2020). Evaluation of Skin Lesions in Diabetic Patients: A Systematic Review and Meta-Analysis. *Journal of Diabetes & Metabolic Disorders*, 19(2), 1909–1916. <https://doi.org/10.1007/s40200-020-00629-7>
- Sidarta, E., Averina, F., Herdiman, A., & Destra, E. (2024). Skrining Kesehatan Kulit dengan Penilaian Kadar Air dan Minyak pada Kelompok Usia Produktif di Sekolah Kalam Kudus II, Duri Kosambi. *Jurnal Kabar Masyarakat*, 2(3), 116–126.
- Sidarta, E., Gunaidi, F. C., Destra, E., & Fadhila, A. I. (2024). Kegiatan Penapisan Kadar Air dan Minyak Kulit Sebagai Deteksi Dini Kulit Kering di SMAN 75, Jakarta Utara. *Jurnal ABDIMAS Indonesia*, 2(2), 165–171.
- Sutedja, G. T., Tan, S. T., Yogie, G. S., Firmansyah, Y., Wijaya, D. A., Satyanegara, W. G., Nathaniel, F., Kurniawan, J., Moniaga, C. S., & Santoso, A. H. (2023). Korelasi Indeks Massa Tubuh dengan Kadar Air dan Sebum Kulit di Rukun Warga (RW) 008 Kelurahan Cipondoh. *MAHESA: Malahayati Health Student Journal*, 3(11), 3783–3791.
- Tan, S. T., & Firmansyah, Y. (2020). Uji pendahuluan perbaikan kadar hidrasi kulit dengan intervensi minyak kleníq pada lansia. *Prosiding Seminar Nasional Biologi*, 6(1), 154–159.
- Tan, S. T., Firmansyah, Y., & Elizabeth, J. (2020). Waspada Akan Lesi Kulit Akibat Covid-19. *Buletin Alumni FK Universitas Tarumanagara*, 7.
- Tan, S. T., Firmansyah, Y., & Yana, S. (2020). Perbandingan Peningkatan Kadar Hidrasi Kulit dengan Intervensi Minyak Kleníq dan Krim Plasenta Domba pada Lansia STW Cibubur Periode September 2020. *Seminar Nasional Kawan Biologi*, 1(1), 278–293.
- Tan, S. T., Gunaidi, F. C., Wijaya, D. A., Alifia, T. P., & Syarifah, A. G. (2024). Kegiatan Penapisan Kesehatan Kulit Wajah dan Kerusakan Kulit Akibat Paparan Sinar Matahari pada Kelompok Lanjut Usia di St. Anna. *Perigel: Jurnal Penyuluhan Masyarakat Indonesia*, 3(2), 1–6.
- Tan, S. T., Santoso, A. H., Nathaniel, F., Mashadi, F. J., Soebrata, L., Mandalika, A., & Wijaya, D. A. (2023). Kegiatan Pengabdian Masyarakat Dalam Rangka Edukasi Dan Skrining Gula Darah Dan Anemia Dalam Rangka Menjaga Kesehatan Hidrasi Kulit. *Community Development Journal: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 4(4), 8688–8695.
- Wang, M., Yao, S., He, D., Qahar, M., He, J., Yin, M., Wu, J., & Yang, G. (2022). Type 2 Diabetic Mellitus Inhibits Skin Renewal Through Inhibiting WNT-Dependent Lgr5+ Hair Follicle Stem Cell Activation in C57bl/6 Mice. *Journal of Diabetes Research*, 2022, 1–15. <https://doi.org/10.1155/2022/8938276>
- Yudhitiara, N., Tan, S. T., Yogie, G. S., Wijaya, D. A., Satyanegara, W. G., Nathaniel, F., Kurniawan, J., Moniaga, C. S., Firmansyah, Y., & Santoso, A. H. (2023). Korelasi Kadar Gula Darah Sewaktu dengan Kadar Air dan Sebum Kulit di Rukun Warga (RW) 008 Kelurahan Cipondoh. *MAHESA: Malahayati Health Student Journal*, 3(11), 3763–3771.

- Yulianti, L., Destra, E., Gunaidi, F. C., Gracienne, G., & Kusuma, K. F. (2024). Kegiatan Skrining Kadar Air Dan Minyak Kulit Pada Populasi Lanjut Usia. *NUSANTARA Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(2), 57–64.
- Yulianti, L., Kurniawan, J., Gunaidi, F. C., Alifia, T. P., & Syarifah, A. G. (2024). Kegiatan Penapisan Kadar Air Dan Minyak Kulit Pada Populasi Dewasa Di SMP Kalam Kudus Jakarta. *Jurnal Kabar Masyarakat*, 2(2), 16–23.
- Yulianti, L., Setiawan, F. V., Averina, F., & Gunaidi, F. C. (2024). Edukasi Dan Skrining Gula Darah Dan Anemia Dalam Rangka Mencegah Terjadinya Kulit Kering Pada Kelompok Lanjut Usia. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Nusantara*, 6(2), 50–61.