

## Manajemen Self-Care untuk Meningkatkan Pengetahuan dan Sikap Penyandang Diabetes Mellitus

Sri Wahyuni<sup>1\*</sup>, Yanuar Eka Pujiastutik<sup>2</sup>, Christina Dewi Prasetyowati<sup>3</sup>

<sup>1,3</sup>Pendidikan Profesi Ners, IIK Bhakti Wiyata Kediri, <sup>2</sup>SI Keperawatan, IIK Bhakti Wiyata Kediri

\*email: sri.wahyuni@iik.ac.id

### ABSTRAK

Penyakit diabetes melitus terjadi akibat gangguan metabolisme yang diakibatkan karena sekresi insulin atau aktivitas insulin, mengakibatkan tubuh tidak mampu memproduksi glukosa yang adekuat sebagai energi. Pada penderita diabetes melitus, hiperglikemia dan hipoglikemia merupakan komplikasi yang dapat terjadi tiba-tiba, dimana hal ini memperburuk kondisi pasien bahkan dapat menyebabkan kematian. Tingginya prevalensi dan komplikasi DM seperti hiperglikemia dan hipoglikemia berkaitan erat dengan pengetahuan dan sikap penyandang diabetes yang tidak sesuai. Tujuan kegiatan ini untuk meningkatkan pengetahuan dan sikap penyandang DM tentang manajemen self-care DM. Metode kegiatan dengan memberikan edukasi kesehatan dengan media booklet dan materi yang disampaikan meliputi definisi, tanda gejala, penyebab, dampak dan manajemen self-care DM. Jumlah peserta sebanyak 30 orang. Hasil kegiatan pengabdian ini adalah pengetahuan peserta sebelum diberikan edukasi sebagian besar kurang (56.7%), sedangkan sesudah diberikan edukasi hampir seluruh peserta adalah baik (83.3%). Pada variabel sikap pada penyandang DM sebelum edukasi Sebagian besar adalah negative (63.3%), sedangkan sesudah edukasi hampir seluruh peserta adalah positif (80%). Diharapkan dengan adanya peningkatan pengetahuan dan sikap pada penyandang DM diharapkan akan memperkaya pengetahuan penyandang diabetes pada kontrol gula darah sehingga komplikasi jangka panjang yang diakibatkan karena ketidakstabilan gula darah dapat dicegah.

Kata Kunci: Diabetes melitus, Manajemen self-care, Pengetahuan, Sikap.

## *Self-care Management Education to Improve Knowledge and Attitudes of People with Diabetes Mellitus*

### ABSTRACT

Diabetes mellitus occurs due to metabolic disorders caused by insulin secretion or insulin activity, resulting in the body's inability to produce adequate glucose as energy. In patients with diabetes mellitus, hyperglycemia and hypoglycemia are complications that can occur suddenly, which can worsen the patient's condition and can even cause death. The high prevalence and complications of DM such as hyperglycemia and hypoglycemia are closely related to the knowledge and attitudes of people with diabetes that are not appropriate. This activity aims to improve the knowledge and attitudes of people with DM about DM self-care management. The activity method was to provide health education with booklet media and the material presented includes the definition, signs, symptoms, causes, impacts and DM self-care management. The number of participants was 30 people. The results of this community service activity are that the knowledge of participants before being given education was mostly lacking (56.7%), while after being given education almost all participants were good (83.3%). In the attitude variable in people with DM before education, most were negative (63.3%), while after education almost all participants were positive (80%). It is hoped that increasing knowledge and attitudes in people with DM will enrich the knowledge of people with diabetes regarding blood sugar control so that long-term complications caused by blood sugar instability can be prevented.

Kata Kunci: Diabetes mellitus, Self-care management, Knowledge, Attitude.

## 1. PENDAHULUAN

Penyakit metabolisme atau dikenal dengan diabetes melitus (DM) disebabkan oleh kelainan pada sekresi insulin atau aktivitas insulin, yang mengakibatkan hipoglikemia atau hiperglikemia. Pada penderita diabetes melitus, hiperglikemia dan hipoglikemia merupakan jenis komplikasi akut yang dapat terjadi mendadak, memperberat keadaan penyandang DM atau berdampak pada kematian (Martiningsih, Hendari and Ahmad, 2018). Tingginya prevalensi dan komplikasi DM seperti heperglikemia dan hipoglikemia berkaitan erat dengan pengetahuan dan sikap penyandang DM yang kurang tepat (Nurhayati and Sari, 2020).

Menurut *International Diabetes Federation* (IDF) bahwa angka kejadian dari penyandang DM di dunia pada tahun 2017 adalah 425 juta dengan rentang usia dewasa antara 20-79 tahun (International Diabetes Federation, 2019). Sedangkan penyandang DM di Indonesia berjumlah 10,3 juta penderita dan menduduki peringkat ke-6 terbanyak di dunia. Di Jawa Timur, jumlah penyandang DM pada tahun 2018 sekitar 2%. (Riskesdas Jatim, 2018). Dimana di wilayah Kabupaten Kediri jumlahnya adalah  $\geq 1,5\%$  dan  $\leq 2\%$  kasus (Kemenkes RI, 2018). Berdasarkan data rekam medis RS Aura Syifa jumlah penyandang DM rawat jalan di Poli Dalam RS Aura Syifa mulai 1 Juli 2022 – 7 Oktober 2022 berjumlah 2.603 pasien.

Perhatian utama penyandang DM dengan upaya meningkatkan kontrol gula darah, dengan meningkatkan pengetahuan dan sikap yang tepat terhadap pencegahan komplikasi jangka panjang (Andrayani, 2017). Kegagalan pengenalan gejala awal hipoglikemia atau hiperglikemia dapat menjadi faktor dominan yang beresiko makin meeningkatnya komplikasi DM. Pengetahuan menjadi faktor penting yang akan mempengaruhi perilaku seseorang, sehingga dalam upaya pengendalian penyakit diabetes melitus pemahaman tentang deteksi awal kadar glukosa darah harus dimiliki oleh penyandang DM tersebut (Rosland *et.al* (2008) dalam (Masithoh and Priyono, 2017). Pengetahuan dan sikap yang tepat tentang DM dapat mencegah komorbiditas DM kronis (Fatema *et al.*, 2017). Dengan demikian, tujuan kegiatan yang dilakukan adalah untuk memberikan pengetahuan melalui edukasi tentang manajemen self-care untuk meningkatkan pengetahuan dan sikap penyandang DM.

## 2. METODE PENGABDIAN

### 2.1. Waktu dan Tempat Pengabdian

#### a. Waktu

Pelaksanaan kegiatan pengabdian adalah pada tanggal 20 November - 20 Desember 2023.

#### b. Tempat pengabdian

Penyelenggaraan kegiatan adalah bertempat di Poli Dalam RS Aura Syifa Kediri

### 2.2. Metode dan Rancangan Pengabdian

Tim dalam kegiatan ini telah melakukan pengurusan perizinan kepada Direktur RS kemudian koordinasi dengan kepala bagian diklat RS. Penyusunan media edukasi menggunakan booklet dengan materi tentang definisi, penyebab, gejala, komplikasi dan manajemen self-care diabetes melitus. Alat pengukuran untuk menilai pengetahuan dan sikap adalah menggunakan kuesioner.

Edukasi diberikan kepada peserta penyandang DM dengan menjelaskan materi dengan media booklet, penjelasan materi selama 30 menit. Evaluasi dilakukan sebelum dan sesudah pemberian edukasi dengan memberikan

pertanyaan dalam bentuk kuesioner tentang pengetahuan dan sikap manajemen self-care manajemen DM.

### 2.3. Pengambilan Sampel

Jumlah peserta atau sampel pada kegiatan pengabdian sejumlah 30 peserta penyandang DM yang datang di Poli Dalam RS Aura Syifa Kediri. Dengan batasan usia 30-60 tahun, dan tidak mengalami gangguan kognitif.

## 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

### 3.1 Hasil

Hasil kegiatan menunjukkan jumlah peserta yang telah ikut serta pada edukasi adalah sebanyak 30 orang yang telah dijelaskan pada tabel 1. Dimana tingkat pengetahuan peserta penyandang DM sebelum diberikan edukasi Sebagian besar adalah pengetahuan kurang (56.7%), sedangkan sesudah diberikan edukasi hampir seluruh peserta adalah pengetahuan baik (83.3%). Sikap peserta penyandang DM sebelum edukasi sebagian besar adalah negatif (63.3%), sedangkan sesudah edukasi hampir seluruh peserta adalah positif (80%).

**Tabel 1.** Pengetahuan peserta sebelum dan sesudah diberikan edukasi manajemen self-care

No	Variabel	Sebelum Edukasi		Sesudah Edukasi	
		Frekuensi (n)	Persentase (%)	Frekuensi (n)	Persentase (%)
1	<b>Pengetahuan</b>				
2	Baik	1	3.3	25	83.3
3	Cukup	12	40	5	16.7
3	Kurang	17	56.7	-	-
1	<b>Sikap</b>				
2	Positif	11	36.7	24	80
2	Negatif	19	63.3	6	20
<b>Total</b>		<b>30</b>	<b>100</b>	<b>30</b>	<b>100</b>

### 3.2 Pembahasan

Pada hasil kegiatan pengabdian ini sebelum dan sesudah pemberian edukasi terdapat perubahan yaitu dari sebagian besar pengetahuan kurang meningkat menjadi pengetahuan baik. Sedangkan pada variabel sikap dari sebagian besar negatif menjadi hampir seluruh peserta adalah positif. Sejalan dengan hasil penelitian sebelumnya bahwa peningkatan pengetahuan responden sebelum (98%) sesudah menjadi meningkat (100%), sedangkan pada kategori sikap dari 71.4% menjadi 100% (Saini *et al.*, 2020). Hasil penelitian sebelumnya juga menemukan bahwa intervensi pendidikan kesehatan berpengaruh secara kuat pada variabel pengetahuan dan sikap penyandang diabetes (Redho and Septinawati, 2023).

Peningkatan pengetahuan dan sikap bukanlah satu-satunya variabel yang berkaitan erat dengan perubahan psikomotor atau perilaku penyandang DM. ada beberapa faktor yang seharusnya dapat mempengaruhi perubahan perilaku penyandang DM yaitu motivasi, intelektual atau kecerdasan, dan emosi penyandang (Yunitasari, Yuniarti and Mintarsih, 2019). Selain itu teori lain menjelaskan tiga faktor yang berperan dalam

terjadinya perubahan, pemahaman, sikap, dan perilaku penyandang DM sehingga seseorang mampu mengikuti perilaku baru tersebut yang meliputi (1) kesejahteraan psikologis, yang ditentukan oleh tingkat pengetahuan dan kepercayaan; (2) sikap positif dari individu atau kelompok, dan (3) lingkungan sekitar yang mendukung (Isnaini, 2018).

Pemberian edukasi self-care sangat bermanfaat dalam meningkatkan pengetahuan dan sikap penyandang DM, dimana pemberian edukasi merupakan hal yang sangat krusial pada manajemen pengelolaan penyakit DM dengan peningkatan pengetahuan dan sikap yang tepat diharapkan mampu merubah perilaku penyandang DM yang menjadi dasar utama keberhasilan pengobatan. Sehingga diharapkan dapat mencegah komplikasi jangka panjang yang akan berdampak buruk pada penyandang DM, yaitu retinopati diabetik, neuropati dan gangguan pada pembuluh darah makro atau mikro, dan ulkus diabetikum.

#### **4. SIMPULAN, SARAN, DAN REKOMENDASI**

Pengetahuan dan sikap penyandang DM sebagian besar adalah meningkat menjadi baik, dan hampir seluruh peserta berubah dari sikap negatif ke positif.

Saran yang diberikan adalah pemberian edukasi self-care dapat dilaksanakan berkelanjutan dengan menggunakan media-media yang mudah diakses oleh penyandang DM seperti melalui media youtube, WhatsApp dan sebagainya sehingga penyandang DM lebih mudah belajar dimanapun mereka berada. Edukasi harus terus dilakukan secara continue dan berkelanjutan mengingat bahwa DM merupakan salah satu penyakit dengan trend terus mengalami peningkatan setiap tahunnya.

#### **5. UCAPAN TERIMA KASIH**

Penulis mengucapkan terima kepada seluruh pihak yang telah membantu terselenggaranya kegiatan ini, khususnya kepada Institut Ilmu Kesehatan Bhakti Wiyata Kediri yang memberikan support dan dukungan sampai terselesaikannya kegiatan ini.

#### **6. DAFTAR PUSTAKA**

- Andrayani, L.W. (2017) 'Strategi Pencegahan Komplikasi Akut: Hipoglikemi pada Non Independent Diabetes Melitus', *Jurnal Kesehatan Prima*, I(2), pp. 141–149.
- Fatema, K. *et al.* (2017) 'Knowledge attitude and practice regarding diabetes mellitus among Nondiabetic and diabetic study participants in Bangladesh', *BMC Public Health*, 17(1), pp. 1–10. Available at: <https://doi.org/10.1186/s12889-017-4285-9>.
- International Diabetes Federation (2019) *IDF Diabetes Atlas*. Ninth edit. Available at: [https://www.diabetesatlas.org/upload/resources/material/20200302\\_133351\\_IDFA\\_TLAS9e-final-web.pdf](https://www.diabetesatlas.org/upload/resources/material/20200302_133351_IDFA_TLAS9e-final-web.pdf).
- Isnaini, N. (2018) 'Pengaruh Edukasi dan Konseling Pilar DM Terhadap Pengetahuan dan Sikap dan level Gula Darah', *The 8<sup>th</sup> University Research Colloquium 2018 Universitas Muhammadiyah Purwokerto*, pp. 672–678.
- Kemendes RI (2018) *Potret Sehat Indonesia dari Riset Kesehatan Dasar 2018*. Available at: <http://www.depkes.go.id/article/view/18110200003/potret-sehat-indonesia-dari-risikesdas-2018.html>.
- Martiningsih, Hendari, R. and Ahmad, A.D. (2018) 'Efektifitas Edukasi Suportif Self Care Dengan Booklet Edukasi Terhadap Kemampuan Deteksi Dini Hipoglikemi Dan Hiperglikemi Pada Pasien Diabetes Melitus Di RSUD Bima Tahun 2017', *Jurnal Kesehatan Prima*, 12(2), pp. 145–150. Available at: <http://jkip.poltekkes->

mataram.ac.id.

- Masithoh, R.F. and Priyono, S. (2017) 'Optimalisasi Self Monitoring Blood Glucose Pasien Diabetes Melitus dalam Melakukan Deteksi Episode Hipoglikemia di Wilayah Kerja Puskesmas Kabupaten Magelang', *The 6th University Research Colloquium 2017 Universitas Muhammadiyah Magelang*, pp. 73–82.
- Nurhayati, C. and Sari, N.A. (2020) 'Hubungan Tingkat Pengetahuan Hipoglikemia Dengan Kemampuan Deteksi Hipoglikemia Pasien DM Tipe 2', 2(1).
- Redho, A. and Septinawati, Y. (2023) 'Pengaruh Edukasi Kesehatan Terhadap Pengetahuan, Sikap, Dan Tindakan Pencegahan Ulkus Kaki Diabetik Di Wilayah Kerja Uptd Puskesmas Air Molek', *Al-Asalmiya Nursing: Jurnal Ilmu Keperawatan (Journal of Nursing Sciences)*, 12(2), pp. 203–215. Available at: <https://doi.org/10.35328/keperawatan.v12i2.2565>.
- Riskesdas Jatim (2018) *Laporan Provinsi Jawa Timur RISKESDAS 2018, Kementerian Kesehatan RI*.
- Saini, S. et al. (2020) 'Pengaruh Pemberian Edukasi Tentang Manajemen Diabetes Terhadap Tingkat Pengetahuan Dan Sikap Pasien Diabetes Melitus Tipe 2', *Media Keperawatan: Politeknik Kesehatan Makassar*, 11(2), p. 95. Available at: <https://doi.org/10.32382/jmk.v11i2.1624>.
- Yunitasari, T., Yuniarti, Y. and Mintarsih, S.N. (2019) 'Efektivitas Edukasi Empat Pilar Penatalaksanaan Diabetes Melitus Terhadap Pengetahuan, Sikap, Dan Perilaku Pasien Prolanis', *Jurnal Riset Gizi*, 7(2), pp. 131–134. Available at: <https://doi.org/10.31983/jrg.v7i2.5108>.