

PEMBERDAYAAN KADER KESEHATAN TENTANG *DIABETES SELF MANAGEMENT* DI KECAMATAN TUGU

*Dyah Restuning Prihati, Heny Prasetyorini

Universitas Widya Husada Semarang

Email korespondensi: dyah.erpe@gmail.com

Diterima: 21 Apr 2024

Direvisi: 16 Mei 2024

Disetujui: 30 Mei 2024

Dipublikasikan: 2 Sep 2024

ABSTRAK

Hiperglikemia menyebabkan sumbatan peredaran darah terutama pada bagian kaki kebawah. Penyumbatan yang muncul pada aliran pembuluh darah sedang atau besar pada tungkai kaki *menyebabkan* gangren diabetik. Penatalaksanaan diabetes secara mandiri bagi pasien DM meliputi pengaturan pola makan, aktifitas sehari-hari dan olahraga, pengobatan yang teratur serta menghindari stres. Tujuan: Kegiatan pengabdian masyarakat diberikan diharapkan mampu meningkatkan pengetahuan kader kesehatan tentang *diabetes self management*. Metode: pemberian materi tentang *diabetes self management* dan demonstrasi Manajemen stres pada pasien DM dengan relaksasi otot progresif. Evaluasi kegiatan dilaksan kn dengan membagikan kuisisioner pengetahuan mengenai *diabetes self management*. Hasil: peserta PKM sebelum diberikan materi tentang *diabetes self management* 70% tingkat pengetahuan kurang, sesudah diberikan materi tentang *diabetes self management* pengetahuan meningkat menjadi 90% tingkat pengetahuan baik. Hasil luaran meliputi publikasi jurnal dan publikasi di media online. Kesimpulan: Edukasi mengenai *diabetes self management* dapat meningkatkan pengetahuan kader di wilayah Kecamatan Tugu, selain itu diharapkan mampu mengidentifikasi dan pencegahan terhadap masyarakat yang memiliki resiko penyakit DM.

Kata Kunci : Diabetes Self Managemen, Kader Kesehatan

ABSTRACT

Hyperglycemia causes circulatory obstruction especially in the lower legs. Blockages that appear in the flow of medium or large blood vessels in the legs cause diabetic gangrene. Self-management of diabetes for DM patients includes dietary management, daily activities and exercise, regular medication and avoiding stress. Objective: Community service activities are expected to increase the knowledge of health cadres about diabetes self management. Methods: provision of material on diabetes self management and demonstration of stress management in DM patients with progressive muscle relaxation. Evaluation of activities is carried out by distributing knowledge questionnaires about diabetes self management. Results: PKM participants before being given material about diabetes self management 70% knowledge level is lacking, after being given material about diabetes self management knowledge increased to 90% good knowledge level. The output results include journal publications and publications in online media. Conclusion: Education about diabetes self management can increase the knowledge of cadres in the Tugu District area, besides that it is expected to be able to identify and prevent people who have a risk of DM disease.

Keywords: Diabetes Self-Management, Health Cadres

PENDAHULUAN

Hiperglikemia mengganggu sirkulasi darah, terutama di kaki. Penyumbatan pada arteri darah sedang atau besar di kaki mengakibatkan gangren diabetik, tanda yang tampak adalah kaki berwarna merah kehitaman, bau yang tidak sedap, dan kematian jaringan (Hariyadi, Andayan, & Supriyadi,

2022). Asupan makanan mempengaruhi Diabetes Melitus, sehingga terapi medis harus mengatur glukosa, lemak, dan hipertensi (Hariyadi et al., 2022). Tujuan utama dari perawatan diabetes adalah perawatan diri sendiri, yang melibatkan kontrol makanan, latihan fisik, perawatan kaki, dan terapi obat.

Kasus DM menempati urutan no 2 dalam 10 besar kasus penyakit di Jawa Tengah sebesar 256.685 orang pada tahun 2022 (DINKES Provinsi Jawa Tengah, 2022). Kasus Diabetes Mellitus tahun 2022 menunjukkan jenis kelamin perempuan sejumlah 23.777 (59%) dan laki-laki yang berjumlah 16.846 (41%) (Dinkes Kota Semarang, 2022). Hasil wawancara dengan kader di wilayah Kecamatan Tugu bahwa belum pernah mendapatkan edukasi tentang *diabetes self management*. Warga melakukan pemeriksaan kesehatan ke Puskesmas apabila mengalami gangguan kesehatan, tidak pernah melakukan pemeriksaan kesehatan secara rutin. Penatalaksanaan diabetes secara mandiri bagi pasien DM meliputi pengaturan pola makan, aktifitas sehari-hari dan olahraga, pengobatan yang teratur serta menghindari stress. Pencegahan dini menjadi salah satu metode pengendalian DM yang lebih efektif melalui upaya perawatan mandiri pasien di keluarga dengan upaya promotif dan preventif tanpa mengabaikan upaya kuratif dan rehabilitatif (Sari, 2018).

Temuan penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa edukasi manajemen diri diabetes merupakan salah satu elemen dalam meningkatkan kontrol metabolik dan meminimalkan komplikasi yang terkait dengan perubahan perilaku perawatan diri (Pertwi, Wahyuni, & Abrar, 2022). Keluarga memainkan peran penting dalam mengembangkan program manajemen diet diabetes yang efektif untuk mengatur kadar gula darah dalam rangka mencegah komplikasi DM dan membantu mempercepat proses penyembuhan luka DM (Hariyadi et al., 2022). Asupan nutrisi yang tidak adekuat ditambah dengan pemberian insulin yang tidak tepat, meningkatkan risiko hipoglikemia (Katuuk, Sitorus, & Sukmarini, 2020).

Kader kesehatan adalah sumber daya manusia yang memiliki kapasitas untuk membantu tenaga kesehatan dalam memberdayakan masyarakat untuk mencapai gaya hidup sehat. Kader kesehatan dituntut untuk berperan aktif dan berperan sebagai penggerak, motivator, dan pendidik masyarakat. Kader dimaksudkan untuk menjadi penghubung antara petugas kesehatan dan masyarakat, memberi bantuan kepada masyarakat dalam melakukan identifikasi dan menanggapi kebutuhan kesehatan mereka sendiri (Kementrian Kesehatan, 2018). Kegiatan pengabdian masyarakat diberikan kepada kelompok kader kesehatan di wilayah Kecamatan

Tugu, diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan kader kesehatan tentang *diabetes self management*.

METODE

- a. Persiapan Kegiatan
Persiapan tempat di aula Kelurahan Jerakah dan media yang disiapkan booklet tentang *diabetes self management*.
- b. Pelaksanaan Kegiatan
Kegiatan dilaksanakan tanggal 23 Februari 2024 meliputi
 - 1) Pemberian materi tentang *diabetes self management*
 - 2) Demonstrasi tentang Manajemen stres pada pasien DM dengan relaksasi otot progresif.
Alokasi waktu adalah 120 menit. Peserta yang hadir sebanyak 20 orang kader kesehatan di wilayah kecamatan Tugu.
- c. Evaluasi Kegiatan
Evaluasi kegiatan dilakukan dengan memberikan kuisioner pengetahuan tentang *diabetes self management* sebelum dilakukan pemberian materi dalam bentuk pretes dan setelah pemberian materi dalam bentuk post test.
- d. Pembuatan luaran meliputi publikasi jurnal, publikasi di media online.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Pengetahuan Pre test dan Post test

Pengetahuan	Baik	Kurang
Pre tes	30%	70%
Post test	90%	10%

Berdasarkan tabel 1 dapat diketahui bahwa peserta PKM sebelum diberikan materi tentang *diabetes self management* 70% tingkat pengetahuan kurang, sesudah diberikan materi tentang *diabetes self management* pengetahuan meningkat menjadi 90% tingkat pengetahuan baik.



Gambar 1 : Kegiatan PKM *diabetes self management*

Manajemen mandiri diabetes membantu mencegah komplikasi dan meningkatkan kualitas hidup pasien (Maina, Pienaar, & Reid, 2023). Keluarga memainkan peran penting dan memiliki hubungan yang kuat terhadap status kesehatan yang akan mempengaruhi kontrol gula darah sehingga akan mempengaruhi kualitas hidup pasien DM (Astuti, 2019). Kader dituntut untuk berperan aktif di masyarakat dengan mendorong, memotivasi, dan mengedukasi masyarakat. Faktor-faktor yang mempengaruhi pengetahuan adalah informasi yang diterima dari pengalaman sendiri atau orang lain (Nurhayati & Rejo, 2017). Klien dengan DM memerlukan konseling karena kondisi tersebut menyebabkan perilaku seseorang berubah. Perubahan ini meliputi informasi, sikap, dan kemampuan yang diperoleh melalui proses penyuluhan kesehatan. Kader dimaksudkan untuk menjadi penghubung antara petugas kesehatan dan masyarakat, membantu individu dalam mengidentifikasi dan memenuhi kebutuhan kesehatan mereka sendiri (Kementerian Kesehatan, 2018). Pasien dan keluarga mereka harus diberi edukasi tentang gejala, pencegahan, komplikasi, dan manajemen pasien diabetes (Prihati & Prasetyorini, 2023).

Tujuan kegiatan edukasi untuk memberikan pengetahuan penting tentang pengobatan dan manajemen diabetes serta pencegahan komplikasi

dan mendorong self-care management pada pasien diabetes (Yuliana & Junaidin, 2021). Manajemen diri diabetes membantu mencegah komplikasi dan meningkatkan kualitas hidup pasien (Maina et al., 2023). Penyampaian Materi dibuat seaplikatif mungkin sesuai dengan masalah yang terjadi pada pasien DM. Ketika peserta memiliki pengalaman terkait dengan DM, materi dilanjutkan dengan sesi diskusi menggunakan bahasa yang lebih dipahami oleh peserta dengan pemberian booklet yang kepada peserta. Media booklet dan audiovisual digunakan dalam edukasi kesehatan. Audiovisual menjadi jenis media yang digunakan bersamaan dengan pendengaran dan penglihatan selama proses atau kegiatan pembelajaran. Booklet dapat meningkatkan indra penglihatan, membuat komunikasi lebih mudah dan dapat dibaca kapan saja (Datak, Sylvia, & Puspitasari, 2021). Perawat memegang peranan penting sebagai edukator memberikan pendidikan kesehatan kepada kader kesehatan tentang *diabetes self management*, sebagai upaya pencegahan komplikasi diabetik.

Evaluasi diberikan sebelum dan sesudah materi *diabetes self management*. Berdasarkan tabel 1 diperoleh hasil bahwa peserta PKM sebelum diberikan materi tentang *diabetes self management* 70% tingkat pengetahuan kurang, sesudah diberikan materi tentang *diabetes self management* pengetahuan meningkat menjadi 90% tingkat pengetahuan baik. Hal ini menandakan bahwa edukasi kesehatan mampu dimengerti oleh kader kesehatan. Penyampaian materi tentang *diabetes self management* menggunakan metode ceramah dan demonstrasi.

SIMPULAN DAN SARAN

Kader kesehatan adalah sumber daya manusia berkemampuan untuk memberi bantuan kepada tenaga kesehatan dalam upaya pemberdayaan pada masyarakat, sehingga dapat memfasilitasi pengembangan masyarakat hidup sehat. Kegiatan pengabdian masyarakat diberikan kepada kelompok kader kesehatan di wilayah Kecamatan Tugu, dapat meningkatkan pengetahuan kader kesehatan tentang *diabetes self management*. Setelah dilakukan edukasi kesehatan terjadi peningkatan 90% berpengetahuan baik dan terjadi penurunan 10% pengetahuan kurang. Kader kesehatan diharapkan mampu mengidentifikasi

dan pencegahan terhadap masyarakat yang memiliki resiko penyakit DM.

DAFTAR PUSTAKA

- Astuti, A. A. (2019). Pemberdayaan Caregiver Dalam Meningkatkan Kesehatan Lansia Diabetes Mellitus. *Jurnal Pengabdian Kesehatan STIKES Cendekia Utama Kudus*, 2(1), 14–20. Retrieved from <https://jpk.jurnal.stikescendekiautamakudus.ac.id/index.php/jpk/article/view/21/17>
- Datak, G., Sylvia, E., & Puspitasari, D. (2021). Edukasi Dengan Media Booklet Dan Audiovisual Terhadap Pengetahuan Keluarga Tentang Perawatan Luka Kaki Diabetes. *Syntax Literate: Jurnal Ilmiah Indonesia*, 6(10), 4996–5005. <https://doi.org/10.36418/syntax-literate.v6i10.4270>
- Dinkes Kota Semarang. (2022). Profil Kesehatan 2022 Dinas Kesehatan Kota Semarang. In *Dinas Kesehatan Kota Semarang*.
- DINKES Provinsi Jawa Tengah. (2022). *Buku Saku Kesehatan Triwulan 2 Tahun 2022*.
- Hariyadi, T., Andayan, S. A., & Supriyadi, B. (2022). Pengaruh Peran Keluarga Dalam Pemberian Nutrisi Pada Pasien Lansia Dengan Diabetes Terhadap Tingkat Kesembuhan Luka Gangren Di Rumah Luka Holistic Care Bondowoso. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 4(4), 1143–1150. <https://doi.org/10.37287/jppp.v4i4.1060>
- Katuuk, M. E., Sitorus, R., & Sukmarini, L. (2020). Penerapan Teori Self Care Orem Dalam Asuhan Keperawatan Pasien Diabetes Mellitus. *Jurnal Keperawatan*, 8(1), 1–22. <https://doi.org/10.35790/jkp.v8i1.28405>
- Kementrian Kesehatan. (2018). Modul Pelatihan Bagi Pelatih Kader Kesehatan. In *Pusat Pelatihan SDM Kesehatan Badan Pengembangan dan Pemberdayaan Sumber Daya Manusia Kesehatan*. Jakarta.
- Maina, P. M., Pienaar, M., & Reid, M. (2023). Self-management practices for preventing complications of type II diabetes mellitus in low and middle-income countries: A scoping review. *International Journal of Nursing Studies Advances*, 5(March), 100136. <https://doi.org/10.1016/j.ijnsa.2023.100136>
- Nurhayati, I., & Rejo. (2017). Peningkatan Motivasi Foot Care Behavior Melalui Teknik Edukasi pada Penderita Diabetes Melitus di Keluarga. *Indonesian Journal On Medical Science*, 4(1), 96–109. Retrieved from <http://ejournal.poltekkesbhaktimulia.ac.id/index.php/ijms/article/view/102>
- Pertiwi, Y. E., Wahyuni, S., & Abrar, E. A. (2022). Literature :Diabetes Self Management Education Terhadap Perbaikan Gliemik Pada Pasien Diabetes Mellitus. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa & Penelitian Keperawatan*, 2, 323–332. <https://doi.org/10.35892/jimpk.v2i3.763>
- Prihati, D. R., & Prasetyorini, H. (2023). Peningkatan Perilaku Pencegahan Luka Diabetik Dengan Edukasi Perawatan Kaki Berbasis Family Support. *Jurnal Ilmu Keperawatan Komunitas Persatuan Perawat Nasional Indonesia Jawa Tengah*, 6(1), 1–8. <https://doi.org/https://doi.org/10.32584/jikk.v6i1.2155>
- Sari, D. W. (2018). *Buku Panduan Pelatihan Kader Kesehatan Kelompok Pendamping Diabetes Self Management Education Berbasis Keluarga*. Semarang: UNISSULA PRESS.
- Yuliana, S., & Junaidin. (2021). Efektifitas Family Based Diabetes Self-Management Education terhadap Self-Care dan Kualitas Hidup Pasien Diabetes Mellitus. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 9(4), 879–886. Retrieved from <https://jurnal.unimus.ac.id/index.php/JKJ/article/view/8589>