

PEMBERDAYAAN PASIEN DAN KELUARGA DALAM MANAJEMEN DIET DIABETES MELITUS PADA MASA PANDEMI COVID-19 DI KOTA PADANG

Ria Desnita^a, Mira Andika¹, Zulham Efendi¹, Sugiharto²
Email : ria.desnita18@gmail.com; Miraandika@gmail.com; zefendi802@gmail.com;
sugiharto76@stikesmuh-pkj.ac.id

¹STIKes MERCUBAKTIJAYA Padang

²Universitas Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan

Abstrak

Pasien Diabetes Melitus (DM) termasuk kelompok rentan terhadap infeksi bakteri dan virus karena kondisi hiperglikemia yang dialaminya. Kondisi pandemi Covid-19 merupakan kondisi yang mengancam bagi penderita DM sebagai kelompok rentan. Apabila pasien DM terinfeksi oleh virus SARS-CoV-2 atau yang dikenal dengan virus korona, penderita DM akan mengalami kondisi yang sangat buruk dibandingkan penderita tanpa DM. Pengendalian dan pengontrolan DM salah satunya manajemen diet merupakan tindakan yang harus dilakukan oleh pasien DM untuk mencegah komplikasi penyakitnya dan meningkatkan imunitas di masa pandemi Covid-19 ini. Tujuan dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan pasien DM tentang manajemen diet secara umum dan memanfaatkan sumberdaya lokal dengan pendekatan budaya Minangkabau pada masa pandemi Covid-19. Metode pengabdian kepada masyarakat yang dilakukan adalah dengan metode edukasi secara online menggunakan *zoom meeting* pada pasien dan keluarga tentang manajemen diet bagi penderita DM, dan manajemen diet bagi penderita DM di masa pandemi Covid-19 dalam memanfaatkan sumberdaya lokal dengan pendekatan budaya Minangkabau. Kegiatan diikuti oleh 24 orang pasien DM dan dilaksanakan pada 4 Juli 2020. Berdasarkan hasil *pretest* dan *posttest* yang dilakukan pada kelompok pasien DM didapatkan peningkatan pengetahuan tentang manajemen diet DM secara umum dan manajemen diet bagi penderita DM di masa pandemi Covid-19 dengan memanfaatkan sumberdaya lokal dan pendekatan budaya Minangkabau. Sebelum diberikan edukasi sebagian besar (80%) pasien DM memiliki pengetahuan yang kurang baik tentang manajemen diet pasien DM. Setelah diberikan edukasi terjadi peningkatan pengetahuan pasien DM sebesar 85% sudah memiliki pengetahuan yang baik tentang manajemen diet.

Kata Kunci : Diabetes Melitus, Diet, Pandemi Covid-19

Abstract

Diabetes Mellitus (DM) patients are a group susceptible to bacterial and viral infections because of the hyperglycemic conditions they experience. The Covid-19 pandemic condition is a threatening condition for DM sufferers as a vulnerable group. If a DM patient is infected with the SARS-CoV-2 virus or what is known as the corona virus, DM sufferers will experience a very bad condition compared to patients without DM. DM control and control, one of which is diet management, is an action that must be taken by DM patients to prevent complications of the disease and increase immunity during the Covid-19 pandemic. The purpose of this community service activity is to increase DM patients' knowledge about diet management in general and utilize local resources with a Minangkabau cultural approach during the Covid-19 pandemic. The method of community service carried out is by online educational methods using zoom meetings for patients and families about diet management for DM sufferers, and diet management for DM sufferers during the Covid-19 pandemic in utilizing local resources with a Minangkabau cultural approach. The activity was attended by 24 DM patients and was carried out on July 4, 2020. Based on the results of the pretest and posttest conducted in the DM patient group, it was found that increased knowledge about DM diet management in general and diet management for DM sufferers during the Covid-19 pandemic by utilizing local resources and the Minangkabau cultural approach. Before being given education, most of the DM patients (80%) had a poor knowledge of DM patients' diet management. After being given education, there was an increase in the knowledge of DM patients by 85% who already had good knowledge about diet management.

Keywords: Diabetes Mellitus, Diet, Covid-19 Pandemic

Pendahuluan

Diabetes Melitus (DM) adalah gangguan metabolik yang ditandai dengan hiperglikemia atau tingginya kadar gula dalam darah dan gangguan metabolisme karbohidrat, protein dan lemak yang diakibatkan oleh gangguan sekresi insulin, resistensi insulin, atau akibat dari keduanya (ADA, 2015). Diabetes melitus adalah salah satu gangguan metabolik akibat pankreas tidak memproduksi cukup insulin atau tubuh tidak dapat menggunakan insulin yang telah diproduksi secara efektif, yang ditandai dengan adanya peningkatan konsentrasi glukosa darah yang disebut hiperglikemia, biasanya disertai dengan munculnya gejala utama yang khas, seperti terbuangnya glukosa bersama dengan urin atau dikenal dengan glukosuria (Kemenkes RI, 2014). DM Tipe 2 merupakan diabetes yang tidak tergantung pada insulin. Diabetes ini terjadi akibat adanya penurunan sensitivitas terhadap insulin yang disebut dengan resistensi insulin atau akibat penurunan jumlah produksi insulin (PERKENI, 2015).

International *Diabetes Federation (IDF)* pada tahun 2017 melaporkan bahwa jumlah pasien DM didunia pada tahun 2017 mencapai 425 juta (IDF, 2017). Menurut Riskesdas 2013 prevalensi DM di Sumatera Barat yaitu 1,3 % dan meningkat pada tahun 2018 menjadi 1,6% (Riskesdas, 2018). Dinas Kesehatan Sumbar mencatat tahun 2018 sebanyak 245,105 atau 13,72% masyarakat menderita diabetes melitus (DM). Kejadian diabetes tipe 2 mencapai 90-95% dari populasi dunia yang menderita diabetes melitus (ADA, 2017). Secara global sekitar 425 juta (8,8%) orang di seluruh dunia diperkirakan menderita DM tipe 2. Diperkirakan penderita DM tipe 2 usia 20-79 tahun di Indonesia sebanyak 10,3 juta jiwa (IDF, 2017).

Pasien DM termasuk kelompok rentan terhadap infeksi bakteri dan virus karena kondisi

hiperglimia yang dialaminya. Kondisi pandemi Covid-19 merupakan kondisi yang mengancam bagi penderita DM sebagai kelompok rentan. Apabila pasien DM terinfeksi oleh virus SARS-CoV-2 atau yang dikenal dengan virus korona, penderita DM akan mengalami kondisi yang sangat buruk dibandingkan penderita tanpa DM. Virus ini akan menurunkan kadar limfosit absolut yang akan meningkatkan resiko lebih fatal karena proses inflamasi kronis yang terjadi pada penderita DM yang secara progresif menuju ke arah disfungsi beberapa organ termasuk perjalanan penyakit menuju gagal ginjal kronis (Afferino & Tresnawati, 2020)

Kondisi pandemi Covid-19 menjadi kondisi yang mengancam bagi penderita DM bila terpapar infeksi virus ini ditambah dengan kondisi hiperglikemia yang terjadi apabila pasien tidak melakukan pengontrolan terhadap penyakitnya. Dalam kondisi tanpa pandemi, kadar glukosa yang tinggi memiliki kontribusi utama sebagai penyebab terjadinya komplikasi DM sehingga pasien diharuskan untuk melakukan pengontrolan penyakitnya. Pada kondisi pandemi, kadar glukosa yang tinggi juga menjadi pencetus bagi penderita DM untuk rentan terkena infeksi. Kadar glukosa darah yang tinggi berperan dalam gangguan fungsi netrofil yang melemahkan daya tahan tubuh penderita DM dan rentan terkena infeksi (Fang, Karakiulakis, & Roth, 2020).

Pengendalian dan pengontrolan DM merupakan tindakan yang harus dilakukan oleh pasien DM untuk mencegah komplikasi penyakitnya dan meningkatkan imunitas di masa pandemi Covid-19 ini. Menurut hasil Riskesdas (2018), proporsi upaya pengendalian diabetes melitus yang sudah dilakukan oleh penderita DM adalah pengaturan makan 80,2%, olahraga 48,1%, dan alternatif herbal 35,7%. Dilihat dari hasil tersebut upaya pengendalian diabetes tertinggi adalah pengaturan makan. Menurut Setyorini

(2017), penerapan diet merupakan salah satu komponen utama dalam keberhasilan penatalaksanaan diabetes, akan tetapi sering kali menjadi kendala dalam pelayanan diabetes karena dibutuhkan kepatuhan dan motivasi dari pasien itu sendiri.

Berdasarkan hasil survey awal yang dilakukan melalui wawancara pada 14 orang pasien DM di Kota Padang, didapatkan bahwa 10 orang pasien telah melakukan pengaturan dan pengontrolan diet, tetapi pengaturan dan pengontrolan diet dilakukan seperti kondisi biasa saat sebelum terjadi pandemi Covid-19. Hasil survey awal juga menunjukkan 10 orang pasien memiliki kadar gula darah yang tinggi berdasarkan hasil kadar gula darah yang diperiksa pasien saat berkunjung ke pelayanan kesehatan. 14 orang pasien yang dilakukan survey awal tersebut juga belum pernah mendapatkan edukasi tentang manajemen diet khusus penderita DM saat pandemi Covid-19.

Upaya pemberdayaan pasien DM dan keluarga dalam melakukan manajemen diet perlu dilakukan untuk mengontrol kadar gula darah pasien dan secara khusus juga untuk meningkatkan imunitas pasien di saat pandemi Covid-19 ini. Berdasarkan uraian di atas, salah satu upaya yang dapat dilakukan perawat adalah dengan memberikan edukasi kepada pasien

dan keluarga tentang manajemen diet pada pasien DM di masa pandemi Covid-19. Tujuan dari kegiatan pengabdian masyarakat yang dilakukan ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan pasien DM tentang manajemen diet secara umum dan memanfaatkan sumberdaya lokal dengan pendekatan budaya Minangkabau pada masa pandemi Covid-19

Metode

Metode pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat ini yaitu dengan melakukan edukasi kesehatan secara *online* pada pasien DM dan keluarganya. Edukasi kesehatan dilakukan secara *online* melalui media *zoom meeting*. Jumlah peserta yang direncanakan hadir pada saat edukasi adalah 24 orang. Pasien DM didampingi oleh keluarga pada saat edukasi. Evaluasi dilakukan menggunakan kuesioner tentang manajemen diet yang terdiri dari 10 pertanyaan dengan jawab berupa pilihan ganda. Evaluasi dilakukan untuk menilai pengetahuan peserta sebelum dan sesudah diberikan edukasi. Metode pelaksanaan untuk kegiatan pengabdian kepada masyarakat tentang edukasi manajemen diet pada pasien DM di masa pandemi Covid-19 terdapat dalam tabel berikut.

Tabel 1. Metode Pelaksanaan

	Rencana Kegiatan	Partisipasi Mitra
1	Sosialisasi rencana kegiatan	a. Membantu persiapan sarana edukasi b. Hadir pada saat sosialisasi kegiatan c. Membuat komitmen bersama untuk bekerja sama dalam kegiatan
2	Melakukan <i>pretest</i> untuk menilai pengetahuan peserta tentang manajemen diet pasien DM melalui <i>google form</i>	a. Menjawab pertanyaan <i>pretest</i> melalui <i>google form</i>
3	Edukasi pada pasien dan keluarga tentang manajemen diet bagi penderita DM	a. Membantu persiapan sarana dan media edukasi <i>online</i> b. Hadir pada saat edukasi c. Berperan aktif pada saat edukasi

	Rencana Kegiatan	Partisipasi Mitra
4	Edukasi pada pasien dan keluarga tentang manajemen diet bagi penderita DM di masa pandemi Covid-19 dengan memanfaatkan sumberdaya lokal pendekatan budaya Minangkabau	a. Membantu persiapan sarana dan media edukasi <i>online</i> b. Hadir pada saat edukasi c. Berperan aktif pada saat edukasi
5	Melakukan <i>posttest</i> untuk menilai pengetahuan peserta tentang manajemen diet pasien DM melalui <i>google form</i>	a. Menjawab pertanyaan <i>posttest</i> melalui <i>google form</i>

Hasil Dan Pembahasan

Pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat berupa edukasi manajemen diet pada pasien DM di masa pandemic Covid-19 dilaksanakan pada hari Kamis, 4 Juli 2020. Jumlah peserta yang hadir pada saat edukasi adalah 20 orang. Metode yang dilakukan adalah memberikan edukasi secara *online* melalui media *zoom meeting*. Edukasi diberikan selama 2 sesi. Sesi pertama yaitu penyampaian materi edukasi tentang manajemen diet pada pasien DM.

Sesi kedua yaitu tentang manajemen diet pada pasien DM dengan pendekatan budaya Minangkabau di masa pandemi Covid-19. Dalam kegiatan ini juga dilakukan sesi tanya jawab. Hasil dari kegiatan didapatkan terdapat peningkatan pengetahuan pasien tentang manajemen diet pasien DM secara umum dan manajemen diet dengan pendekatan budaya Minangkabau. Berikut gambaran hasil pelaksanaan kegiatan :

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Tingkat Pengetahuan Peserta Pengabdian Kepada Masyarakat tentang Manajemen Diet pada Pasien DM (n = 20)

No	Pengetahuan	Pretest		Posttest	
		n	%	n	%
1	Baik	4	20	17	85
2	Kurang baik	16	80	3	15
	Total	20	100	20	100

Berdasarkan tabel 2 di atas diketahui bahwa sebelum diberikan edukasi, sebagian besar (80%) pasien DM memiliki pengetahuan yang kurang baik tentang manajemen diet pasien DM. Setelah diberikan edukasi terjadi peningkatan pengetahuan peserta pengabmas yaitu pasien DM sebesar 85% sudah memiliki pengetahuan yang baik tentang manajemen diet pasien DM.

Pemberian edukasi dapat meningkatkan pengetahuan individu atau kelompok. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Ariyana et al. (2018) tentang pengaruh edukasi gizi terhadap pengetahuan, sikap dan kepatuhan diet penyandang

Diabetes Melitus Tipe II Peserta Prolanis di Puskesmas Pamotan Kabupaten Rembang. Berdasarkan hasil penelitian ini edukasi merupakan salah satu metode yang dapat dilakukan untuk meningkatkan pengetahuan pasien DM tentang gizi yang diperlukannya. Peningkatan pengetahuan akan disertai dengan perubahan sikap sehingga dapat meningkatkan kepatuhan pada pasien DM (Ariyana et al., 2018).

Dokumentasi kegiatan pengabdian masyarakat yang dilakukan dapat dilihat pada gambar berikut



Gambar 1. Peserta Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat



Gambar 2. Penyampaian Materi 1 tentang Manajemen Diet Pasien DM



Gambar 2. Penyampaian Materi 2 tentang Manajemen Diet Pasien DM dengan Pendekatan Budaya Minangkabau

Simpulan

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat berupa edukasi manajemen diet pada pasien DM di masa pandemi COVID-19 dapat meningkatkan pengetahuan pasien DM yang menjadi peserta dalam kegiatan ini. Peran perawat dalam pengelolaan Diabetes Melitus selain berkontribusi langsung sebagai pemberi asuhan keperawatan diharapkan juga melakukan pengelolaan DM di masyarakat dengan berberan sebagai edukator yang dapat mengedukasi pasien DM khususnya dalam manajemen diet. Diharapkan pasien DM yang mengikuti kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dapat mengatur diet dan patuh terhadap diet sehingga kadar glukosa darah terkontrol dan daya tahan tubuh meningkat pada masa pandemi Covid-19 ini.

Daftar Pustaka

- American Diabetes Association. (2015). Classification and diagnosis of diabetes. Sec. 2. In Standards of Medical Care in Diabetes 2015. *Diabetes Care* 2 (1).
- Afferino, J., & Tresnawati. (2020). Strategi Menghadapi Pandemi SARS-CoV 2 Bagi Penderita Diabetes Mellitus. Diakses dari farmasi.ugm.ac.id pada tanggal 30 Mei 2020.
- Ariyana, R., Mintarsih, S. N., Jaelani, M., & Subandriani, D.N. (2018). Pengaruh edukasi gizi terhadap pengetahuan, sikap dan kepatuhan diet penyandang Diabetes Melitus Tipe II Peserta Prolanis di Puskesmas Pamotan Kabupaten Rembang. *Jurnal Riset Gizi*, Vol 6 (2), 25-30.
- Fang, L., Karakiulakis, G., & Roth, M. (2020). Are patients with hypertension and diabetes mellitus at increased risk for COVID-19 infection?. *The Lancet* 2020. [https://doi.org/10.1016/s2213-2600\(20\)30116-8](https://doi.org/10.1016/s2213-2600(20)30116-8).
- International Diabetes Federation. (2017). Diabetes Atlas Eighth edition 2017. In *International Diabetes Federation. IDF Diabetes Atlas, 8th edn. Brussels, Belgium: International Diabetes Federation, 2017*. <http://www.diabetesatlas.org>.
- Kementrian Kesehatan RI. (2013). *Riset kesehatan dasar*. Jakarta: Balitbang Kemenkes RI.
- Kemenkes RI. (2014). *Situasi dan Analisis Diabetes Melitus*. Kementrian Kesehatan Republik Indonesia : Jakarta
- Kemenkes RI. (2018). *Hasil Utama Riskesdas Tentang Prevalensi Diabetes Melitus di Indonesia 2018*. Kementrian Kesehatan Republik Indonesia : Jakarta
- PERKENI. (2015). *Konsesus Pengelolaan Dan Pencegahan Diabetes Melitus Tipe2 Di Indonesia 2015*. PERKENI: Jakarta.
- Setyorini, A. (2017). Stres dan Koping pada Pasien Dengan DM Tipe 2 dalam Pelaksanaan Manajemen Diet di Wilayah Puskesmas Banguntapan II Kabupaten Bantul. *Health Sciences and Pharmacy Journal*. <https://doi.org/10.32504/hspj.v1i1.3>