

# Penerapan *Diabetes Self-Management Education (DSME)* Melalui *Media Leaflet Interaktif*

Hamdan Hariawan<sup>1</sup>, Suardi Zurimi<sup>1</sup>, Martini Tidore<sup>1</sup>

<sup>1</sup> Jurusan Keperawatan, Poltekkes Kemenkes Maluku, Indonesia

Email: hamdan@poltekkes-maluku.ac.id

## Abstract

The prevalence of non-communicable diseases such as diabetes mellitus continues to increase every year. The incidence of its complications also increases if not given the right action as a form of prevention. One form of management and prevention of complications of diabetes mellitus is to improve patient self-care. One of the factors that affect the self-care of diabetes mellitus patients is the communication of health workers towards the self-care of DM sufferers. The output was the implementation of DSME socialization activities and the implementation of DSME by Health Center officers to diabetes mellitus patients through interactive leaflet media. The results of this Community Service are in the form of socialization to health center officers regarding how to conduct Diabetes Self-Management Education (DSME) using interactive leaflet media. The application of DSME socialization is in the form of counseling to health center officers about DSME which contains self-care for diabetes mellitus patients which includes an explanation of the definition of diabetes, causes, management, and prevention of complications.

**Keywords:** DSME, diabetes mellitus, self-care

## 1. Pendahuluan

Diabetes adalah masalah kesehatan masyarakat yang penting, menjadi salah satu dari empat penyakit tidak menular prioritas yang menjadi target tindak lanjut oleh para pemimpin dunia. Jumlah kasus dan prevalensi diabetes terus meningkat selama beberapa dekade terakhir (WHO, 2016). Dampak dari diabetes adalah mengurangi usia harapan hidup sebesar 5-10 tahun. Usia harapan hidup penderita DM tipe 2 yang mengidap penyakit mental serius, seperti Skizofrenia, bahkan 20% lebih rendah dibandingkan dengan populasi umum (Garnita, 2012). Hasil riskesdas 2018 menunjukkan prevalensi penyakit tidak menular meningkat dari tahun 2013. Berdasarkan pemeriksaan gula darah, diabetes melitus naik dari 6,9% menjadi 8,5% dari tahun 2013 ke tahun 2018. Pola makan yang tidak seimbang dengan tinggi gula, garam, dan lemak juga menyebabkan adanya tren peningkatan proporsi obesitas pada orang dewasa sebagai factor resiko PTM. Peningkatan obesitas dapat dilihat berdasarkan hasil riskesdas yaitu 10,5% (Riskesdas 2007), 14,8% (Riskesdas 2013) dan 21,8% (Riskesdas 2018). Dalam waktu lama, factor risiko ini secara kumulatif akan menyebabkan PTM, seperti hipertensi, diabetes mellitus (DM), dan stroke menjadi meningkat pada seluruh lapisan penduduk (semua level sosial ekonomi) demikian pula komplikasinya (Riskesdas, 2018; Hariawan dkk, 2019).

Kota ambon memiliki prevalensi diabetes pada angka 1,9% dari kejadian diabetes 2,1% di provinsi Maluku pada angka nasional. Dan paling rendah individu yang terkena diabetes adalah usia 15 tahun (Dinas Kesehatan Provinsi Maluku, 2014). Salah satu hasil penelitian mengenai gambaran perawatan diri pasien diabetes melitus di salah satu rumah sakit di Jawa Timur menyebutkan perawatan diri pasien diabetes melitus masih rendah. Lebih dari 50% yang memiliki perawatan diri rendah dalam pemenuhan diet dan lebih dari 70% rendah dalam perawatan kaki. Penelitian lain menyebutkan ada beberapa factor yang mempengaruhi perawatan diri pasien diabetes melitus. Indrayana (2015) menyebutkan efikasi diri dan pengetahuan terhadap perawatan diri tidak mempengaruhi perawatan diri penderita DM. Sebaliknya dari hasil penelitian tersebut menyebutkan factor-faktor yang mempengaruhi

perawatan diri pasien diabetes melitus adalah dukungan keluarga dan komunikasi petugas kesehatan terhadap perawatan diri penderita DM. Oleh karena itu peran serta petugas kesehatan, khususnya perawat di Puskesmas perlu ditingkatkan dalam promosi kesehatan perawatan diri pasien diabetes melitus sebagai salah satu upaya pelaksanaan program PTM di Puskesmas. Salah satu metode promosi kesehatan yang dapat digunakan adalah metode DSME.

DSME merupakan suatu proses pemberian edukasi kepada klien mengenai aplikasi strategi perawatan diri secara mandiri untuk mengoptimalkan kontrol metabolik, mencegah komplikasi, dan memperbaiki kualitas hidup klien DM (Fan and Sidani, 2017). Beberapa penelitian telah menyebutkan bahwa metode DSME meningkatkan perawatan diri pasien DM. beberapa diantaranya adalah Edukasi dengan pendekatan prinsip Diabetes Self Management Education (DSME) meningkatkan perilaku kepatuhan diet pada klien diabetes mellitus tipe 2 (Rohmatul laili, 2012); Pengaruh Diabetes Self Management Education dalam discharge planning terhadap self care behavior klien diabetes mellitus tipe 2 (Rondhianto, 2012); dan meningkatkan perawatan kaki pasien diabetes. Informasi yang disampaikan melalui media yang tepat seperti leaflet mudah dipahami sehingga *leaflet* yang dibuat dalam bentuk media interaktif dapat dijadikan sebagai media untuk mendapatkan respon terhadap informasi yang disampaikan.

## **2. Target dan Luaran**

Sasaran pengabdian kepada masyarakat adalah Petugas Puskesmas Air Besar. Pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan dengan adanya pertimbangan bahwa sosialisasi dan pembekalan kembali mengenai DSME (Diabetes Self Management Education) kepada Petugas Puskesmas dapat mempengaruhi perawatan diri pasien diabetes melitus melalui pemilihan media yang tepat. Luaran yang dihasilkan adalah terlaksananya kegiatan sosialisasi DSME dan pelaksanaan DSME oleh Petugas Puskesmas Air Besar ke pasien diabetes melitus melalui luaran media *Leaflet* interaktif.

## **3. Metode Pelaksanaan**

Metode yang digunakan pada Pengabdian kepada Masyarakat ini adalah penyuluhan dan praktik. Penyuluhan dan praktik dilaksanakan untuk meningkatkan kapasitas pengetahuan dan keterampilan petugas Puskesmas dalam melaksanakan DSME (Diabetes Self Management Education).

Metodologi pelaksanaan kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat ini diuraikan sebagai berikut:

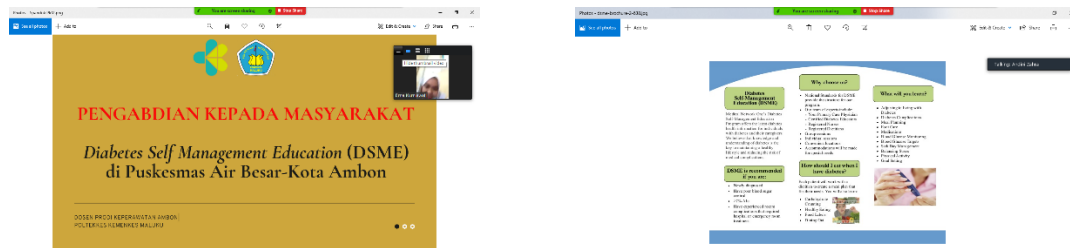
1. Penyusunan bahan dan materi Pengabdian kepada Masyarakat dalam bentuk *leaflet* interaktif
2. Sosialisasi dalam bentuk penyuluhan mengenai DSME ke Petugas Puskesmas
3. Pemberian media DSME dalam bentuk *Leaflet* interaktif ke Petugas Puskesmas
4. Praktik Pelaksanaan DSME dengan media *Leaflet* interaktif oleh Petugas Puskesmas ke Pasien diabetes melitus

## **4. Hasil dan Pembahasan**

Hasil Pengabdian kepada Masyarakat ini berupa pelaksanaan sosialisasi kepada petugas puskesmas terkait cara melakukan Diabetes Self Management Education (DSME) dengan menggunakan media leaflet interaktif. Penerapan sosialisasi DSME tersebut dalam bentuk penyuluhan kepada petugas puskesmas mengenai DSME yang berisi perawatan diri pasien diabetes melitus yang meliputi penjelasan mengenai definisi diabetes, penyebab,

penatalaksanaan, hingga pencegahan komplikasi.

Petugas puskesmas dalam Pengabdian kepada masyarakat ini adalah sebanyak 5 orang dan tergabung dalam Tim PTM (Penyakit Tidak Menular) di Puskesmas Air Besar Ambon. Petugas Puskesmas sudah memiliki pengetahuan yang baik terhadap konsep hingga pencegahan komplikasi pada pasien diabetes melitus yang menjadai isi dari DSME. Pengetahuan yang dimiliki petugas puskesmas ini yang berikutnya dapat disampaikan juga kepada pasien diabetes melitus sehingga pasien juga dapat menguasai isi materi dalam leaflet sebagai media DSME.



Gambar 1 Sosialisasi DSME kepada Petugas Puskesmas Air Besar

Kegiatan sosialisasi DSME sebagai metode edukasi Diabetes Melitus kepada petugas Puskesmas memberikan gambaran mengenai berbagai macam metode dan media edukasi yang dapat diberikan kepada pasien Diabetes Melitus. Hal ini bertujuan untuk dapat meningkatkan perawatan diri pasien sebagai salah satu langkah pencegahan komplikasi. Selain itu kegiatan yang dilakukan secara virtual ini memberikan bekal kepada petugas Puskesmas Air Besar untuk dapat menerapkan DSME kepada pasien diabetes melitus melalui media interaktif, seperti leaflet.

Kegiatan berikutnya adalah memberikan bahan edukasi berupa leaflet interaktif kepada petugas Puskesmas untuk dapat dibagikan kepada pasien diabetes melitus yang melaksanakan pemeriksaan rutin ke Puskesmas Air Besar. Pelaksanaan DSME yang dilakukan petugas Puskesmas dengan media leaflet interaktif diharapkan dapat memberikan pengetahuan lebih mengenai diabetes melitus hingga pencegahan komplikasinya. Hal yang diharapkan ini sesuai dengan beberapa sumber yang menyatakan bahwa pendidikan kesehatan dengan tampilan materi dan media yang menarik dapat mempengaruhi peningkatan pengetahuan peserta (Nursalin Jafar Mando, Dyah Widodo, 2018). Selain itu materi dan isi mengenai diabetes melitus dan pencegahan komplikasinya yang disajikan yang disajikan dalam sebuah media dengan Bahasa yang sederhana dan singkat serta menarik dengan dukungan smartphone peserta akan lebih meningkatkan ketertarikan peserta untuk mempelajarinya (Asfar & Asnania, 2018; Gamaga & Jayawardana, 2017).

Saat memberikan leaflet kepada petugas puskesmas ada 2 orang yang menanyakan mengenai cara menggunakan barcode yang terdapat dalam isi leaflet diabetes melitus interaktif sebagai media DSME. Setelah diberikan penjelasan, Petugas puskesmas kemudian dengan cepat memahami dan mencontohkan cara memindai barcode di leaflet untuk membuka komposisi makanan bagi pasien diabetes melitus.



Gambar 3 Penyerahan dan Penjelasan Isi DSME di dalam Media *Leaflet*

Kegiatan berikutnya berupa praktik pelaksanaan metode DSME oleh petugas puskesmas Air Besar dengan bekal pengetahuan selama sosialisasi dan media leaflet yang diberikan. Berdasarkan laporan dan dokumentasi pelaksanaan DSME oleh petugas Puskesmas Air Besar bahwa selama kurun waktu 1 bulan yaitu dari 25 Oktober hingga 25 November didapatkan 5 orang pasien diabetes melitus yang berkunjung untuk melakukan control rutin. Hal ini terjadi akibat dari pandemic covid-19 yang mengakibatkan pada tahun 2020 terjadi penurunan kunjungan berobat bagi pasien-pasien dengan penyakit tidak menular.



Gambar 4.4 Pelaksanaan DSME oleh Petugas Puskesmas dengan Media *Leaflet*

Secara umum hasil dari pengabdian kepada masyarakat yang dilakukan memberikan tambahan pengetahuan mengenai materi DSME serta media DSME yang dapat dibuat secara interaktif kepada petugas Puskesmas. Selain itu dapat memberikan pengetahuan mengenai perawatan diri kepada pasien diabetes melitus sebagai tindakan lanjutan dari kegiatan sosialisasi DSME yang telah dilaksanakan.

### 5. Referensi

Asfar, A., & AsnaniaR, W. O. S. (2018). Pengaruh Penyuluhan Kesehatan Terhadap Tingkat Pengetahuan Dan Sikap Tentang Penyakit Hiv/Aids Di Smp Baznas Provinsi Sulawesi Selatan. *Journal of Islamic Nursing*, 7(1), 26–31.

- Dinas Kesehatan Kota Ambon. (2015). *Profil Kesehatan Kota Ambon Tahun 2015*. Ambon.
- Dinas Kesehatan Provinsi Maluku. (2014). *Profil kesehatan provinsi maluku tahun 2014*. Ambon.
- Fan, L. and Sidani, S. (2017) 'Effectiveness of Diabetes Self-management Education Intervention Elements: A Meta-analysis', *Canadian Journal of Diabetes*. Elsevier, 33(1), pp. 18–26. doi: 10.1016/S1499-2671(09)31005-9
- Gamage, A. U., & Jayawardana, P. L. (2017). Knowledge of non-communicable diseases and practices related to healthy lifestyles among adolescents, in state schools of a selected educational division in Sri Lanka. *BMC Public Health*, 18(1), 1–9. <https://doi.org/10.1186/s12889-017-4622-z>
- Garnita, D. (2012). *Analisis Data SAKERTI 2007. Skripsi*. Universitas Indonesia.
- Hariawan, H., Fathoni, A., & Purnamawati, D. (2019) Hubungan gaya hidup (pola makan dan aktivitas fisik) dengan kejadian diabetes melitus di Rumah Sakit Umum Provinsi NTB. *Jurnal Keperawatan Terpadu (Intergrated Nursing Journal)*, 1(1), 1-7. <https://doi.org/10.32807/jkt.v1i1.16>
- Indrayana, S. (2015) 'Pengaruh Diabetes Self Management Education and Support (DSME/S) terhadap efikasi diri klien diabetes melitus (dm) tipe 2 di wilayah kerja puskesmas Patrang kabupaten Jember.
- Riskesdas. (2018). *Hasil Utama Riskesdas 2018. Kementrian Kesehatan Republik Indonesia*. <https://doi.org/1> Desember 2013
- Rohmatul laili, N. (2012) 'Edukasi dengan Pendekatan Prinsip Diabetes Mellitus Self Management Education (DSME) Meningkatkan Perilaku Kepatuhan Diet pada Penderita Diabetes Mellitus Tipe 2', (1), p. 2012.
- Rondhianto (2012) 'Pengaruh diabetes self management education dalam discharge planning terhadap self care behavior pasien diabetes melitus tipe 2', *Jurnal Keperawatan Soedirman*, 7(3), pp. 133–141
- Suryani, D., Nurdjanah, E. P., Yogatama, Y., & Jumadil, M. (2019). Membudayakan Hidup Sehat Melalui Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (Germas) Di Dusun Mendang Iii, Jambu Dan Jarakah Kecamatan, Tanjungsari, Gunungkidul. *Jurnal Pemberdayaan: Publikasi Hasil Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(1), 65. <https://doi.org/10.12928/jp.v2i1.486>
- WHO. (2016). *Global Report on Diabetes. Isbn*. Jeneva. <https://doi.org/ISBN 978 92 4 156525 7>

### Ucapan Terima Kasih

Terima kasih kepada Direktur Poltekkes Kemenkes Maluku, Kepala Pusat Unit PPM, dan Kepala Puskesmas Air Besar, Serta semua pihak-pihak yang telah berperan atas sumbangsih yang telah diberikan sampai dengan selesainya kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat ini.