

JURNAL PENGABDIAN MASYARAKAT DALAM KEBIDANAN

UPAYA PENINGKATAN KEMAMPUAN PERAWATAN DIRI KLIEN DIABETES MELLITUS DI WILAYAH KABUPATEN BEKASI

Nova Anggraeni¹, Rahayu Khairiyah², Lia Idealistina³

Prodi Kebidanan, STIKES Abdi Nusantara

RIWAYAT ARTIKEL

Diterima: 15 Nov 2019

Disetujui: 23 Nov 2019

KONTAK PENULIS

Nova Anggaraeni
Prodi Kebidanan,
STIKES Abdi Nusantara

ABSTRAK

Pendahuluan: Diabetes Mellitus adalah gangguan kronis yang dapat menimbulkan komplikasi serius yaitu hiperglikemia. Klien diabetesi sering tidak menyadari penyakitnya pada saat diagnosis ditegakkan dan sudah menderita komplikasi mikrovaskular. Permasalahan yang ditemukan, klien diabetesi memiliki pengetahuan yang rendah dan tidak patuh terhadap upaya pengelolaan diabetes yang meliputi: kepatuhan diet, penggunaan farmakologi, dan olah raga.

Metode: Tahapan kegiatan ini meliputi persiapan, pelaksanaan, dan evaluasi.

Hasil: Menunjukkan peningkatan pengetahuan tentang perawatan diri pasien diabetes, menunjukkan sikap mendukung untuk melakukan perawatan diri dan meningkatnya kemampuan melakukan tindakan perawatan diri pada diabetes.

Kesimpulan: Hasil kegiatan tersebut dapat mencapai target dan luaran yang dihasilkan yaitu meningkatnya pengetahuan peserta mengenai cara perawatan diri pasien DM dan meningkatnya dukungan dalam merubah cara perawatan diri pasien DM.

Kata Kunci: Klien diabetes mellitus, Perawatan diri

1. PENDAHULUAN

Fenomena saat ini penderita Diabetes Mellitus akan terus meningkat akibat perubahan gaya hidup termasuk diet yang tidak tepat dan kurangnya aktifitas fisik. Indonesia berada pada peringkat ke-4 terbanyak kasus Diabetes Mellitus di dunia, yaitu 7,6

juta pada tahun 2012 dan menjadi sekitar 21,3 juta pada tahun 2030 (International Diabetes Federation, 2012).

Diabetes Mellitus adalah gangguan kronis yang sering tertutup diagnosis dan dapat menimbulkan

komplikasi serius. Hiperglikemia adalah prediktor mayor pada perkembangan komplikasi lanjut Diabetes Mellitus (Castro-Sánchez et al., 2013). Sekitar 30% klien diabetisi sering tidak menyadari penyakitnya pada saat diagnosis ditegakkan, dan sekitar 25% sudah menderita komplikasi mikrovaskular (Buell, Kermah, & Davidson, 2007). Mengingat lamanya klien menderita DM, biasanya hal ini memungkinkan pasien merasa jenuh untuk melakukan olahraga dan patuh diet Diabetes Mellitus. Klien diabetisi menjadi kurang bersemangat untuk melakukan olahraga, dan kurang bersemangat untuk melakukan program diet (Hasbi, 2012). Hasil penelitian Hasbi (2012) menunjukkan bahwa tidak ada hubungan antara lama menderita sakit dengan kepatuhan diabetisi dalam melakukan olahraga (p value 0.360).

Tingkat pendidikan menentukan pola perilaku kesehatan klien diabetisi dalam pengelolaan diabetes untuk mempertahankan status kesehatannya. Diabetes adalah gangguan kronik yang akan dijalani oleh klien seumur hidup. Hal ini membutuhkan intervensi yang tepat untuk mempertahankan status kesehatan klien. Pengelolaan empat pilar diabetes merupakan intervensi temuan terkini yang efektif untuk mempertahankan kadar glukosa darah sehingga dapat mencegah komplikasi lanjut. Empat pilar diabetes meliputi: edukasi, kepatuhan diet, kepatuhan farmakologi, dan olah raga.

Dukungan keluarga menentukan empat pilar pengelolaan Diabetes

Mellitus. Penelitian Sabrina (2016) menunjukkan bahwa terdapat perbedaan signifikan ($p=0,33$) pengelolaan empat pilar DM antara klien diabetisi yang memperoleh dukungan baik dan dukungan kurang baik. Klien diabetisi yang memperoleh dukungan keluarga baik berpeluang memiliki pengelolaan empat pilar DM yang baik. Pengendalian gula darah yang baik mampu mencegah komplikasi mikrovaskuler dan makrovaskuler (Akalin et al., 2009; Spellman, 2009). Hiperglikemia perlu dikendalikan dengan upaya non farmakologi dan farmakologi, dimana upaya non farmakologi meliputi pengaturan diet dan latihan fisik bagi klien diabetes (American Diabetes Association, 2013). Beberapa faktor internal dan eksternal telah diketahui berkontribusi terhadap kadar glukosa darah, namun dibuktikan bahwa perawatan diri yang baik dapat mencegah terjadinya komplikasi Diabetes Mellitus tipe 1 dan tipe 2 (Akalin et al., 2009).

Tindakan perawatan diri adalah proses pengambilan keputusan secara aktif terdiri: upaya untuk mempertahankan stabilitas fisiologis (*maintenance*) dan berespon terhadap gejala-gejala yang dialami (*management*) serta bagaimana keyakinan pasien terhadap keseluruhan upaya *self care* yang telah dilakukan (*confidence*). Tindakan *self care maintenance* bertujuan untuk memelihara gaya hidup sehat yaitu mematuhi upaya pengobatan dan memantau tanda-gejala penyakit. *Self care management* adalah kemampuan pasien untuk mengenal adanya

perubahan tanda gejala penyakit, mengevaluasi adanya perubahan tanda gejala penyakit tersebut, mengambil keputusan untuk melakukan tindakan yang tepat, melaksanakan tindakan penatalaksanaan, dan mengevaluasi tindakan yang sudah dilakukan. Upaya perawatan diri sangat berarti bagi klien penderita penyakit kronis seperti halnya Diabetes Mellitus.

Kemampuan perawatan diri klien diabetisi dapat ditingkatkan dengan upaya edukasi. Edukasi tentang perawatan diri diabetes merupakan proses yang melibatkan edukator dan klien yang bertujuan untuk menghasilkan perubahan perilaku pengelolaan diabetes yang tepat. Edukasi dipandang sebagai intervensi strategis untuk pemeliharaan status kesehatan klien diabetes. Analisis situasi tersebut menjadi dasar bagi kami sebagai dosen keperawatan untuk melaksanakan tugas pengabdian masyarakat dengan tema peningkatan kemampuan perawatan diri klien diabetisi di wilayah kabupaten Kendal dengan upaya edukasi tentang perawatan diri pada klien penyandang Diabetes Mellitus.

2. METODE

Metode pelaksanaan pengabdian masyarakat dengan tema peningkatan kemampuan perawatan diri klien diabetisi di wilayah kabupaten Bekasi diuraikan sebagai berikut.

- a. Tahapan
 - Tahapan kegiatan meliputi: persiapan, pelaksanaan, dan monitoring dan evaluasi.
 - 1) Tahap persiapan adalah sebagai berikut:

- a) Menyusun Laporan kegiatan pengabdian masyarakat dan mengajukan kepada pusat penelitian dan pengabdian masyarakat.
 - b) Berkoordinasi dan menyepakati rencana dan jadwal kegiatan bersama masyarakat mitra.
 - c) Menyiapkan materi, media, dan tempat edukasi.
- b. Tahap pelaksanaan kegiatan pengabdian adalah sebagai berikut:
 - 1) Mengidentifikasi masyarakat mitra, yaitu klien diabetisi yang sedang mengikuti Program Pengelolaan Penyakit Kronis (Prolanis) di wilayah kabupaten Bekasi.
 - 2) Melaksanakan edukasi pada masyarakat mitra yaitu klien diabetisi yang sedang mengunjungi pelayanan kesehatan untuk mengikuti Program Pengelolaan Penyakit Kronis (Prolanis).
 - 3) Memberikan media belajar untuk memfasilitasi pembelajaran mandiri di rumah.
 - c. Tahap monitoring dan evaluasi adalah mengevaluasi capaian hasil edukasi meliputi: pengetahuan, sikap, dan psikomotor tentang perawatan diri diabetisi.

3. HASIL

Kegiatan pengabdian masyarakat “Peningkatan Kemampuan Perawatan Diri Klien Diabetisi di Wilayah Kabupaten Bekasi” telah dilaksanakan di Puskesmas Melati dan diikuti oleh 54 peserta dan menghasilkan capaian sebagai berikut : menunjukkan

peningkatan pengetahuan tentang perawatan diri pasien diabetes, menunjukkan sikap mendukung untuk melakukan perawatan diri dan meningkatnya kemampuan melakukan tindakan perawatan diri pada diabetes.

Target peserta yang direncanakan adalah minimal 50 peserta sesuai dengan jumlah rata-rata kunjungan klien Diabetisi di beberapa tempat pelayanan kesehatan. Dalam pelaksanaannya, total peserta yang hadir adalah 54 peserta

4. PEMBAHASAN

Partisipasi klien dan keluarga dalam perawatan diabetes merupakan kebutuhan penting yang bertujuan untuk pemeliharaan dan peningkatan status kesehatan. Salah satu bentuk intervensi keperawatan pada kondisi kronik seperti diabetes adalah upaya perawatan diri (*self-care*), yaitu tindakan klien sendiri dalam rangka manajemen diri (*self management*), percaya diri (*self confidence*), dan pemeliharaan diri (*self maintenance*) terhadap kondisi diabetesnya. Kemampuan perawatan diri klien diabetisi perlu peningkatan dengan upaya edukasi. Jadi, solusi yang akan dilakukan untuk meningkatkan kemampuan perawatan diri klien diabetes adalah melakukan edukasi tentang perawatan diri pada klien diabetisi. Edukasi adalah upaya untuk menghasilkan perubahan perilaku yang meliputi: pengetahuan, sikap, dan psikomotor. Edukasi perawatan diri klien diabetisi merupakan upaya peningkatan pengetahuan, sikap, dan psikomotor dalam rangka perawatan diabetes melitus untuk memelihara dan mempertahankan status

kesehatannya agar meningkat kualitas hidupnya.

Ketercapaian tujuan kegiatan pengabdian kepada masyarakat secara umum sudah baik, namun keterbatasan waktu yang disediakan mengakibatkan peserta belum sepenuhnya mendapatkan kesempatan bertanya pada hal-hal yang belum dipahami. Hasil latihan senam kaki Diabetes Mellitus menunjukkan semua peserta mampu melakukan dan antusias untuk rutin melakukan. Ketercapaian target materi pada kegiatan pengabdian ini cukup baik, karena seluruh materi telah disampaikan. Terkait penguasaan materi oleh peserta masih kurang karena masih kurangnya waktu penyampaian materi. Oleh karena itu, disepakati kegiatan rencana tindak lanjut berupa penyuluhan dan latihan yang akan dilakukan secara rutin tiap satu bulan sekali melalui kerjasama dengan tim kesehatan yang ada di Puskesmas Melati. Pelaksana membuka kesempatan memberikan penyuluhan dan pelatihan ulang apabila diperlukan.

Secara keseluruhan kegiatan pengabdian masyarakat melalui edukasi tentang Peningkatan Kemampuan Perawatan Diri Klien Diabetes Melitus di Wilayah Kabupaten Bekasi dapat dikatakan berhasil. Keberhasilan ini selain diukur dari keempat komponen di atas, juga dapat dilihat dari kepuasan peserta selama mengikuti kegiatan.

5. KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian masyarakat “Peningkatan Kemampuan

Perawatan Diri Klien Diabetisi di Wilayah Kabupaten Bekasi” merupakan kegiatan pengabdian masyarakat yang diselenggarakan oleh dosen sebagai implementasi tugas Tri Dharma Perguruan Tinggi. Kegiatan telah dilaksanakan selama satu semester genap tahun akademik 2017/2018 yaitu bulan Maret sampai dengan Agustus 2019. Hasil kegiatan tersebut dapat mencapai target dan luaran yang dihasilkan yaitu meningkatnya pengetahuan peserta mengenai cara perawatan diri pasien DM dan meningkatnya dukungan dalam merubah cara perawatan diri pasien DM. Kegiatan edukasi tersebut membutuhkan rencana tindak lanjut yang *continue* untuk mencapai dan mempertahankan target dan luaran yang diharapkan.

6. DAFTAR PUSTAKA

- Akalin, S., Berntorp, K., Ceriello, A., Das, A. K., Kilpatrick, E. S., Koblik, T., . . . Yilmaz, M. T. (2009). Intensive glucose therapy and clinical implications of recent data: a consensus statement from the Global Task Force on Glycaemic Control. *Int J Clin Pract*, 63(10), 1421-1425. doi: 10.1111/j.1742-1241.2009.02165.x
- Buell, C., Kermah, D., & Davidson, M. B. (2007). Utility of A1C for diabetes screening in the 1999-2004 NHANES population. *Diabetes Care*, 30(9), 2233-2235. doi: 10.2337/dc07-0585
- Castro-Sánchez, A. M., Matarán-Peñarrocha, G. A., Feriche-Fernández-Castanys, B., Fernández-Sola, C., Sánchez-Labraca, N., & Moreno-Lorenzo, C. (2013). A Program of 3 Physical Therapy Modalities Improves Peripheral Arterial Disease in Diabetes Type 2 Patients: A Randomized Controlled Trial. *Journal of Cardiovascular Nursing*, 28(1), 74-82. doi: 10.1097/JCN.1090b1013e318239f318419.
- Spellman, C. W. (2009). Achieving Glycemic Control: Cornerstone in the Treatment of Patients With Multiple Metabolic Risk Factors. *The Journal of the American Osteopathic Association*, 109(5_suppl_1), S8-S13.
- Fuadiyah, S. (2016). Gambaran Dukungan Keluarga dan Kepatuhan Diet Diabetisi di RSUD Dr H Soewondo Kendal. Skripsi: Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Kendal.
- Hasbi, M. (2012). Analisis faktor yang berhubungan dengan Kepatuhan penderita diabetes melitus dalam melakukan olahraga di wilayah kerja Puskesmas Praya Lombok Tengah. (Tesis Universitas Indonesia)