



ORIGINAL ARTICLE

PEMBERDAYAAN KOMUNITAS KELOMPOK DIABETES DALAM MENGIMPLEMENTASIKAN MANAJEMEN DIRI SELAMA MENJALANI PERAWATAN DIRI DI RUMAH

Empowerment the Diabetes Community to be Able to Implement Self-Management While at Home

Satriya Pranata^{1*}, Herlinda Wulandari², Hendri Setiawan³, Riza Umami⁴

^{1,2}Fakultas Ilmu Keperawatan dan Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Semarang, Semarang, Jawa tengah, Indonesia

³Puskesmas Moyo Hilir, Moyo Hilir, Sumbawa, Nusa Tenggara Barat, Indonesia

⁴Rumah Sakit Manambai Abdul Kadir, Sumbawa, Nusa Tenggara Barat, Indonesia

*Korespondensi: satriya.pranata@unimus.ac.id

INFO ARTIKEL

Riwayat Artikel:

Diterima: 21 Januari 2023

Revisi: 2 Maret 2023

Disetujui: 3 Maret 2023

Kata Kunci:

Diabetes,

Manajemen diri

Komunitas,

Pelayanan kesehatan

ABSTRAK

Latar Belakang: Kondisi yang paling berbahaya dari pasien diabetes adalah komplikasi yang dapat diderita dimasa mendatang. Perlu dipersiapkan komunitas kelompok diabetes agar mampu mengimplementasikan manajemen diri selama menjalani perawatan diri di rumah untuk menurunkan resiko komplikasi. **Tujuan:** Mempersiapkan komunitas kelompok diabetes melalui monitoring tanda-tanda vital dan gula darah secara berkala, dan edukasi manajemen diri. **Metode:** Pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan dengan tehnik wawancara, himbauan secara persuasive dan monitoring. Ini dilakukan untuk mempersiapkan komunitas kelompok diabetes, monitoring tanda-tanda vital dan gula darah secara berkala, dan edukasi manajemen diri agar pasien diabetes mampu mengimplementasikan manajemen diri selama berada di rumah. **Hasil:** Pasien diabetes di pusat kesehatan masyarakat Moyo Hilir, Sumbawa, Nusa Tenggara Barat di data kemudian di berikan undangan untuk hadir di aula desa Kakiang. Saat semua pasien diabetes telah berkumpul di balai desa. Tenaga kesehatan mulai melakukan pendataan, pemeriksaan kesehatan seperti tanda-tanda vital (tekanan darah, suhu, nadi dan pernafasan), pemeriksaan gula darah serta pengukuran tingkat manajemen diri pasien tersebut. Dokter, perawat dan ahli gizi memberikan informasi kesehatan kepada komunitas diabetes **Kesimpulan:** Mempersiapkan komunitas kelompok diabetes agar mampu mengimplementasikan manajemen diri selama menjalani perawatan diri di rumah memiliki potensi besar untuk meningkatkan manajemen diri pasien diabetes dan menurunkan resiko komplikasi di masa mendatang.





Jurnal Sinergi Kesehatan Indonesias Volume 1 Nomor 1 (2023)

Jurnal homepage: <https://jski.lenteramitralestari.org/index.php/jski/index>

ARTICLE INFO

Article history:

Received: 21 January 2023

Revised: 2 Maret 2023

Accepted: 3 Maret 2023

Key Words:

Community,

Diabetes,

Health service,

Self-management.

ABSTRACT

Background: The most dangerous condition of diabetic patients is the complications that can be suffered in the future. It is necessary to prepare the diabetes group community to be able to implement self-management while undergoing self-care at home to reduce the risk of complications. **Objective:** Prepare community diabetes groups through regular monitoring of vital signs and blood sugar, and self-management education. **Method:** Community service was carried out using interview techniques, persuasive appeals and monitoring. This was done to prepare the diabetes group community, monitoring vital signs and blood sugar regularly, and self-management education so that diabetes patients are able to implement self-management while at home.

Results: Diabetic patients at the Moyo Hilir community health centre, Sumbawa, West Nusa Tenggara were invited to attend at the Kakiang village hall. After diabetic patients have gathered at the village hall, health professionals began to collect data, check health such as vital signs (blood pressure, temperature, pulse and respiration), check blood sugar and measure the patient's level of self-management. Doctors, nurses and nutritionists provide health information to the diabetes community **Conclusion:** Preparing diabetes community groups to be able to implement self-management during self-care at home has great potential to improve diabetes self-management and reduce the risk of complications in the future.

DOI: 10.55887/jski.v1i1.1



Ciptaan disebarluaskan di bawah [Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/).

LATAR BELAKANG

Diabetes menjadi salah satu penyakit kronis yang paling banyak di derita oleh penduduk di Indonesia saat ini. Indonesia menempati peringkat ke lima dengan jumlah penderita diabetes terbesar di dunia. Data *International Diabetes Federation* menyebutkan bahwa jumlah penderita diabetes di Indonesia tahun 2021 sebanyak 19,5 juta (IDF, 2021). Kondisi yang paling berbahaya dari pasien diabetes adalah komplikasi yang dapat diderita dimasa mendatang (Pranata & Yi Huang, 2020). Jika resiko komplikasi tidak ditangani, maka jumlah pengeluaran pemerintah untuk perawatan pasien diabetes dengan komplikasi akan sangat besar (Sugiarta & Darmita, 2020). Salah satu upaya yang dapat diambil untuk menurunkan angka komplikasi pasien diabetes adalah dengan meningkatkan manajemen diri (Pranata Satriya, Wu Shu-Fang Vivienne, Chu Chun-Hua, & Nugroho Khristophorus Heri, 2021). Untuk meningkatkan perawatan dari dibutuhkan berbagai macam metode, salah satu metode yang bisa dilakukan adalah dengan membentuk komunitas kelompok diabetes di masyarakat, mengajarkan manajemen diri kepada kelompok tersebut dan melakukan monitoring tanda-tanda vital hingga pengecekan glukosa darah secara berkala (Creer & Holroyd, 2006; Sesti et al., 2018).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa membentuk komunitas diabetes akan membuat pasien diabetes merasa lebih mudah melakukan *sharing* informasi dengan sesama penderita diabetes (Marinho et al., 2018). Saat mereka berkumpul, mereka dapat belajar satu sama lain bagaimana cara membuat gula darah mereka dapat lebih stabil (Pranata et al., 2022). Pengalaman dari satu orang ke orang lain akan jadi informasi berharga yang mereka dapatkan nantinya. Mengajarkan manajemen diri akan meningkatkan pengetahuan pasien dengan diabetes di masyarakat, pengetahuan ini akan memproteksi pasien tersebut dari tindakan-tindakan malpraktek seperti salah dalam memilih terapi obat, diet dan olahraga (Chen et al., 2021; Geboers, de Winter, Spoorenberg, Wynia, & Reijneveld, 2016; Thojampa, 2017). Melakukan monitoring tanda-tanda vital dan gula darah secara rutin juga akan membuat pasien diabetes lebih mudah mengetahui kondisi mereka masing-masing sehingga akan meningkat pula kesadarannya terhadap kesehatan (Creer & Holroyd, 2006).

Dari latar belakang tersebut, maka perlu dipersiapkan komunitas kelompok diabetes agar mampu mengimplementasikan manajemen diri selama menjalani perawatan diri di rumah. Dengan mempersiapkan kelompok dan intervensi edukasi manajemen diri, pasien diabetes akan lebih baik manajemen dirinya hingga mampu menurunkan resiko dirinya mengalami komplikasi di masa mendatang.

TUJUAN

Tujuan dari pengabdian masyarakat ini adalah untuk mempersiapkan komunitas kelompok diabetes, monitoring tanda-tanda vital dan gula darah secara berkala, dan edukasi manajemen diri agar pasien diabetes mampu mengimplementasikan manajemen diri selama berada di rumah.

METODE

Pendekatan yang digunakan pada pengabdian masyarakat ini adalah metode *Participatory Learning and Action* (PLA). Pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat ini adalah untuk mempersiapkan komunitas kelompok diabetes, monitoring tanda-tanda vital dan gula darah secara berkala, dan edukasi manajemen diri agar pasien diabetes mampu mengimplementasikan manajemen diri selama berada di rumah. Detail dari metode tersebut di bawah ini:

1. Mempersiapkan Komunitas Kelompok Diabetes

Pasien diabetes di pusat kesehatan masyarakat Moyo Hilir, Sumbawa, Nusa Tenggara Barat di data kemudian di berikan undangan untuk hadir di aula desa Kakiang. Kelompok pasien diabetes tersebut diinformasikan akan mendapatkan pemeriksaan kesehatan secara gratis dan pemberian edukasi oleh tenaga kesehatan seperti dokter, perawat dan ahli gizi.

2. Monitoring Tanda-Tanda Vital dan Gula Darah Secara Berkala

Saat semua pasien diabetes telah berikumpul di balai desa. Tenaga kesehatan mulai melakukan pendataan, pemeriksaan kesehatan seperti tanda-tanda vital (tekanan darah, suhu, nadi dan pernafasan), pemeriksaan gula darah serta pengukuran tingkat manajemen diri pasien tersebut.

3. Edukasi Manajemen Diri Oleh Tenaga Kesehatan Kepada Komunitas Diabetes

Pasien diabetes yang hadir dan telah melakukan pemeriksaan diminta duduk di aula kemudian tenaga kesehatan seperti dokter menginformasikan bagaimana cara melakukan suntik insulin dengan baik, jenis obat diabetes apa saja yang aman dan bagaimana cara mengkonsumsinya, serta pentingnya melakukan monitoring gula darah secara berkala di fasilitas kesehatan. Setelah itu, perawat memberikan juga edukasi tentang bagaimana cara melakukan senam kaki diabetes, jenis olahraga apa yang aman dilakukan dan bagaimana cara mengenali tanda-tanda hiperglikemi dan hipoglikemi. Ahli gizi memberikan informasi mengenai jenis-jenis makanan yang aman untuk dikonsumsi, jenis makanan apa saja yang memiliki gula yang tinggi dan bagaimana cara pengaturan makan yang baik.

HASIL

Mempersiapkan Komunitas Kelompok Diabetes

Pasien diabetes di pusat kesehatan masyarakat Moyo Hilir diundang untuk hadir di aula desa Kakiang



Gambar 1. Komunitas Kelompok Diabetes Berkumpul di Aula

Monitoring Tanda-Tanda Vital dan Gula Darah Secara Berkala

Tenaga kesehatan melakukan pendataan dan pemeriksaan kesehatan



Gambar 2. Pemeriksaan Kesehatan

Edukasi Manajemen Diri Oleh Tenaga Kesehatan Kepada Komunitas Diabetes

Dokter, perawat dan ahli gizi memberikan informasi kesehatan kepada komunitas diabetes



Gambar 3. Tenaga Kesehatan Memberikan Edukasi Manajemen Diri

PEMBAHASAN

Masih belum maksimalnya informasi yang diterima oleh penderita diabetes terkait manajemen diri merupakan salah satu hambatan bagi penderita dalam menjalankan manajemen diri dengan baik (Heisler, Cole, Weir, Kerr, & Hayward, 2007; Markle-Reid et al., 2018). Salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk meningkatkan kesadaran pasien diabetes adalah dengan mempersiapkan komunitas kelompok diabetes (Venkataraman et al., 2012). Dari pembentukan komunitas ini, pasien diabetes akan dapat saling bertukar informasi satu sama lain. Informasi yang didapatkan dari teman yang memiliki masalah yang sama akan membuat segala semakin rill (Patel,

Misra, Raj, & Balasubramanyam, 2017). Belajar dari pengalaman satu sama lain dalam mempertahankan kondisi kesehatan akan jadi modal yang baik bagi pasien diabetes mempertahankan status kesehatannya (Atmaja, Pranata, Augustin, & Luthfia, 2022; Lai et al., 2021; Mulianda et al., 2022; Purwadi, Breaden, McCloud, & Pranata, 2021).

Monitoring kesehatan secara berkala akan membuat pasien diabetes lebih mengetahui kondisi kesehatannya. Dari kondisi tersebut, mereka akan dapat menentukan tindakan yang paling tepat untuk kondisinya. Selain itu, mengetahui kondisi kesehatan masing-masing akan membuat seseorang lebih kecil resikonya jatuh ke kondisi berbahaya (Dineen-Griffin, Garcia-Cardenas, Williams, & Benrimoj, 2019; Sh, Hsu, Toobert, & Wang, 2019; Wu, Tai, & Sun, 2019). Hasil penelitian menunjukkan bahwa, monitoring kesehatan secara rutin erat kaitannya dengan kesetabilan kadar glukosa darah (Heisler et al., 2007).

Pemberian pendidikan kesehatan dan penyuluhan pada hakikatnya merupakan suatu kegiatan untuk menyampaikan pesan kepada masyarakat, kelompok, atau individu dengan harapan kelompok tersebut mendapatkan pengetahuan tentang kesehatan yang lebih baik (LS, 2009). Hal ini sesuai dengan hasil penelitian yang menunjukkan bahwa informasi akan berpengaruh terhadap pengetahuan seseorang (Jiang, Wang, Lu, Jiang, & Li, 2019; Rachmawati, Sahar, & Wati, 2019). Semakin baik pengetahuan seseorang akan manajemen diri, maka semakin baik pula manajemen diri pasien tersebut (Cimo & Dewa, 2019).

UCAPAN TERIMA KASIH

Kami mengucapkan terimakasih kepada responden yang bersedia mengikuti kegiatan pengabdian masyarakat dan semua pihak yang berperan membuat kegiatan pengabdian masyarakat ini terlaksana.

KESIMPULAN

Mempersiapkan komunitas kelompok diabetes agar mampu mengimplementasikan manajemen diri selama menjalani perawatan diri di rumah memiliki potensi besar untuk meningkatkan manajemen diri pasien diabetes sehingga akan menurunkan resiko komplikasi di masa mendatang. Butuh dilakukannya monitoring oleh pusat kesehatan masyarakat di berbagai daerah secara berkelanjutan agar program yang sudah ada dapat terus terlaksana.

DAFTAR PUSTAKA

- Atmaja, H. K., Pranata, S., Augustin, K., & Luthfia, E. (2022). Accessibility of e-EWSS versus Manual EWSS for Detecting the Emergency Condition among Patients with Coronavirus Disease 2019: A Survey Research on Register Nurse in Indonesia. *Open Access Macedonian Journal of Medical Sciences*, 10(G), 286–289. <https://doi.org/10.3889/oamjms.2022.8678>
- Chen, W. C., Lin, C. C., Kuo, C. C., Wu, C. C., Liu, T. J., & Chen, M. T. (2021). A theory-based self-management training program for older adult peer leaders with diabetes: A feasibility assessment. *Journal of Multidisciplinary Healthcare*, 14, 33–44. <https://doi.org/10.2147/JMDH.S286186>
- Cimo, A., & Dewa, C. S. (2019). Tailoring Diabetes Education to Meet the Needs of Adults With Type 2 Diabetes and Mental Illness: Client and Health-Care Provider Perspectives From an Exploratory Pilot Study. *Canadian Journal of Diabetes*, 43(6), 421-428.e3. <https://doi.org/10.1016/j.cjcd.2018.09.008>

- Creer, T. L., & Holroyd, K. A. (2006). Self-management of chronic conditions: the legacy of Sir William Osler. *Chronic Illness*, 2(1), 7–14. <https://doi.org/10.1179/174592006X93824>
- Dineen-Griffin, S., Garcia-Cardenas, V., Williams, K., & Benrimoj, S. I. (2019). Helping patients help themselves: A systematic review of self-management support strategies in primary health care practice. *Plos One*, 14(8), e0220116. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0220116>
- Geboers, B., de Winter, A. F., Spoorenberg, S. L. W., Wynia, K., & Reijneveld, S. A. (2016). The association between health literacy and self-management abilities in adults aged 75 and older, and its moderators. *Quality of Life Research*, 25(11), 2869–2877. <https://doi.org/10.1007/s11136-016-1298-2>
- Heisler, M., Cole, I., Weir, D., Kerr, E. A., & Hayward, R. A. (2007). Does physician communication influence older patients' diabetes self-management and glycemic control? Results from the health and retirement study (HRS). *Journals of Gerontology - Series A Biological Sciences and Medical Sciences*, 62(12), 1435–1442. <https://doi.org/10.1093/gerona/62.12.1435>
- IDF. (2021). *International Diabetes Federation Diabetes Atlas (10th ed) Brussels, Belgium: Retrieved from www.diabetesatlas.org*.
- Jiang, X., Wang, J., Lu, Y., Jiang, H., & Li, M. (2019). Self-efficacy-focused education in persons with diabetes: A systematic review and meta-analysis. *Psychology Research and Behavior Management*, 12, 67–79. <https://doi.org/10.2147/PRBM.S192571>
- Lai, P. C., Wu, S. F. V., Alizargar, J., Pranata, S., Tsai, J. M., & Hsieh, N. C. (2021). Factors influencing self-efficacy and self-management among patients with pre-end-stage renal disease (Pre-esrd). *Healthcare (Switzerland)*, 9(3), 1–12. <https://doi.org/10.3390/healthcare9030266>
- LS, S. A. A. ; D. T. M. ; P. L. ; S. U. ; B. T. ; W. (2009). Current blood pressure self-management: *Rehabilitation Nursing (REHABIL NURS)*.
- Marinho, F. S., Moram, C. B. M., Rodrigues, P. C., Leite, N. C., Salles, G. F., & Cardoso, C. R. L. (2018). Treatment adherence and its associated factors in patients with type 2 diabetes: Results from the Rio de Janeiro type 2 diabetes cohort study. *Journal of Diabetes Research*, 2018. <https://doi.org/10.1155/2018/8970196>
- Markle-Reid, M., Ploeg, J., Fraser, K. D., Fisher, K. A., Bartholomew, A., Griffith, L. E., ... Upshur, R. (2018). Community Program Improves Quality of Life and Self-Management in Older Adults with Diabetes Mellitus and Comorbidity. *Journal of the American Geriatrics Society*, 66(2), 263–273. <https://doi.org/10.1111/jgs.15173>
- Mulianda, D., Rahmanti, A., Margiyati, M., Sari, N. W., Haksara, E., & Pranata, S. (2022). Behavioral Activation, Mindfulness Exercises, and Loving-Kindness Meditation Exercises as Effective Therapies to Reduce Stress among Nursing Students' during COVID-19 Pandemic. *Open Access Macedonian Journal of Medical Sciences*, 10(G), 228–232. <https://doi.org/10.3889/oamjms.2022.8695>
- Patel, R. M., Misra, R., Raj, S., & Balasubramanyam, A. (2017). Effectiveness of a Group-Based Culturally Tailored Lifestyle Intervention Program on Changes in Risk Factors for Type 2 Diabetes among Asian Indians in the United States. *Journal of Diabetes Research*, 2017. <https://doi.org/10.1155/2017/2751980>
- Pranata, S., Vivienne Wu, S. F., Tiffany Wang, T. J., Liang, S. Y., Chuang, Y. H., Lu, K. C., & Khoiriyah, K. (2022). Discovering Elements and Developing Strategies to

- Implement the Tailored Care Education for Patients with Diabetes through A Systematic Review. *Nurse Media Journal of Nursing*, 12(1), 75–87. <https://doi.org/10.14710/nmjn.v12i1.44336>
- Pranata, S., & Yi Huang, X. (2020). Self-Management Experience of Patient With Type 2 Diabetes in Sumbawa Besar, West Nusa Tenggara: a Qualitative Study. *Nursing Current Jurnal Keperawatan*, 8(1), 19. <https://doi.org/10.19166/nc.v8i1.2717>
- Pranata Satriya, Wu Shu-Fang Vivienne, Chu Chun-Hua, & Nugroho Khristophorus Heri. (2021). Precision health care strategies for older adults with diabetes in Indonesia: a Delphi consensus study. *Medical Journal of Indonesia*, 30(3), 221–227. <https://doi.org/10.13181/mji.oa.215525>
- Purwadi, H., Breaden, K., McCloud, C., & Pranata, S. (2021). The SALT and START Triage Systems for Classifying Patient Acuity Level: A Systematic Review. *Nurse Media Journal of Nursing*, 11(3), 413–427. <https://doi.org/10.14710/nmjn.v11i3.37008>
- Rachmawati, U., Sahar, J., & Wati, D. N. K. (2019). The association of diabetes literacy with self-management among older people with type 2 diabetes mellitus: A cross-sectional study. *BMC Nursing*, 18(Suppl 1), 1–8. <https://doi.org/10.1186/s12912-019-0354-y>
- Sesti, G., Antonelli Incalzi, R., Bonora, E., Consoli, A., Giaccari, A., Maggi, S., ... Ferrara, N. (2018). Management of diabetes in older adults. *Nutrition, Metabolism and Cardiovascular Diseases*, 28(3), 206–218. <https://doi.org/10.1016/j.numecd.2017.11.007>
- Sh, S., Hsu, Y. Y., Toobert, D. J., & Wang, S. T. (2019). The validity and reliability of the summary of diabetes self-care activities questionnaire: An Indonesian version. *Indonesian Nursing Journal of Education and Clinic (INJEC)*, 4(1), 25–36. <https://doi.org/10.24990/INJEC.V4I1.229>
- Sugiarta, I. G. R. M., & Darmita, I. G. K. (2020). Profil penderita Diabetes Mellitus Tipe-2 (DM-2) dengan komplikasi yang menjalani rawat inap di Rumah Sakit Umum Daerah (RSUD) Klungkung, Bali tahun 2018. *Intisari Sains Medis*, 11(1), 7. <https://doi.org/10.15562/ism.v11i1.515>
- Thojampa, S. (2017). Effects of self-management support and family participation enhancing program for delayed progression of diabetic nephropathy in Thai adults with type 2 diabetes. *International Journal of Africa Nursing Sciences*, 7(July), 50–54. <https://doi.org/10.1016/j.ijans.2017.08.001>
- Venkataraman, K., Kannan, A. T., Kalra, O. P., Gambhir, J. K., Sharma, A. K., Sundaram, K. R., & Mohan, V. (2012). Diabetes self-efficacy strongly influences actual control of diabetes in patients attending a tertiary hospital in India. *Journal of Community Health*, 37(3), 653–662. <https://doi.org/10.1007/s10900-011-9496-x>
- Wu, F. L., Tai, H. C., & Sun, J. C. (2019). Self-management Experience of Middle-aged and Older Adults With Type 2 Diabetes: A Qualitative Study. *Asian Nursing Research*, 13(3), 209–215. <https://doi.org/10.1016/j.anr.2019.06.002>