

PEMBERDAYAAN KADER KESEHATAN DALAM PENERAPAN SELF-CARE
MANAGEMENT DIABETES MELITUS DI DESA CILELES
KECAMATAN JATINANGOR KABUPATEN SUMEDANG

Eka Afrima Sari¹, Titis Kurniawan², Sri Hartati Pratiwi³

^{1,2,3} Fakultas Keperawatan Universitas Padjadjaran

Email: e.afrima@unpad.ac.id

ABSTRAK

Diabetes mellitus merupakan masalah yang serius dan mengalami peningkatan setiap tahunnya dengan diikuti peningkatan komplikasi, baik akut maupun kronis. Sehingga diperlukan pengendalian yang baik guna mencegah komplikasi akut dan mengurangi risiko komplikasi dalam jangka panjang. Salah satu upaya pengendalian yang dilakukan adalah *self-care management* yang bertujuan untuk mencapai pengontrolan gula darah secara optimal serta mencegah terjadinya komplikasi sehingga meningkatkan kualitas hidup pasien. Untuk mencapai keberhasilan dalam pengendalian penyakit diabetes mellitus ini, diperlukan keterlibatan dari berbagai unsur masyarakat salah satunya kader kesehatan. Kader kesehatan dapat berperan serta dalam mendampingi dan *men-support* pasien dengan diabetes mellitus dan keluarga dalam *self-care management* diabetes mellitus. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan kader kesehatan mengenai *self-care management* diabetes melitus dan meningkatkan kemampuan kader kesehatan dalam melakukan skrining risiko diabetes melitus pada masyarakat. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini berupa pelatihan mengenai *self-care management* diabetes melitus dan risiko diabetes melitus. Metode yang digunakan adalah ceramah, simulasi, dan diskusi dengan menggunakan media berupa modul pelatihan. Setelah dilakukan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini, terdapat peningkatan pengetahuan kader kesehatan setelah dilakukan kegiatan pelatihan dan sebagian besar kader kesehatan mampu mengisi formulir pengkajian risiko diabetes melitus dengan benar. Dengan demikian kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bermanfaat dalam meningkatkan pengetahuan dan kemampuan kader kesehatan mengenai *self-management* dan skrining risiko diabetes melitus. Sehingga diharapkan kegiatan pelatihan ini perlu dilanjutkan secara berkesinambungan untuk meningkatkan pemahaman dan kemampuan kader kesehatan mengenai *self-care* diabetes melitus serta perlu adanya monitoring yang dilakukan oleh perawat/tim kesehatan mengenai *self-care management* diabetes melitus.

Kata Kunci: diabetes melitus, kader kesehatan, *self-care management*

ABSTRACT

Diabetes mellitus is a serious problem and has increased every year with an increase in complications, both acute and chronic. So that, good control is needed to prevent acute complications and reduce the risk of long-term complications. One of the control efforts that can be done is self-care

management which aims to achieve optimal control of blood sugar and prevent complications so that it can improve the quality of life of patients. To achieve success in controlling diabetes mellitus, it requires the involvement of various elements of the community, one of them is health cadres. Health cadres can participate in assisting and supporting patients with diabetes mellitus and family in the self-care management of diabetes mellitus. This community service activity aims to increase the knowledge of health cadres about self-care management of diabetes mellitus and improve the ability of health cadres in screening diabetes mellitus risk to the community. This activity is in the form of training on self-care management of diabetes mellitus and risk of diabetes mellitus. The method used is lectures, simulations, and questions and answers using the media in the form of training modules. After the activity, there is an increase in the knowledge of health cadres after the training activities and most health cadres are able to fill out a diabetes mellitus risk assessment form correctly. Thus this activity is useful in increasing the knowledge and ability of health cadres regarding self-management and screening for diabetes mellitus risk. It is hoped that this training activity needs to be continued on an ongoing basis to improve the understanding and ability of health cadres regarding diabetes mellitus self-care and the need for monitoring by nurses / health teams regarding diabetes mellitus self-care management.

Keywords: *diabetes mellitus, health cadres, self-care management*

1. PENDAHULUAN

Diabetes melitus merupakan penyakit tidak menular yang diprediksi memiliki kecenderungan meningkat dimasa yang akan datang. Kejadian diabetes melitus di Indonesia berada pada urutan keempat di dunia. *World Health Organization* (WHO) memprediksi Indonesia mengalami peningkatan penderita diabetes melitus sebanyak 8,4 juta penduduk pada tahun 2000 menjadi 21,3 juta pada tahun 2030 (Rudijanto, Yuwono, Shahab, dkk, 2015). Prevelansi kasus diabetes melitus pada penduduk umur ≥ 15 tahun di Indonesia berdasarkan konsensus Perkumpulan Endokrinologi Indonesia (Perkeni) 2011 mengalami peningkatan dari 6,9% pada tahun 2013 menjadi 8,5% pada tahun 2018 dan berdasarkan konsensus Perkeni 2015 meningkat menjadi 10,9% pada tahun 2018 (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia [Kemenkes RI], 2018). Hal tersebut menunjukkan besarnya prevalensi diabetes melitus Indonesia serta kemungkinan peningkatannya dimasa yang akan datang.

Diabetes melitus sering disebut dengan '*lifelong disease*' dengan peningkatan kadar gula didalam darah (hiperglikemia). Hal ini akan dialami oleh pasien seumur hidup sehingga memerlukan penanganan berkelanjutan yang bertujuan mengurangi risiko komplikasi akut serta risiko komplikasi yang timbul dalam jangka panjang yang akan berdampak pada kualitas hidupnya (Rudijanto, Yuwono, Shahab, dkk, 2015). Untuk mencapai hal tersebut diperlukan adanya *self-care management* mengenai diabetes melitus.

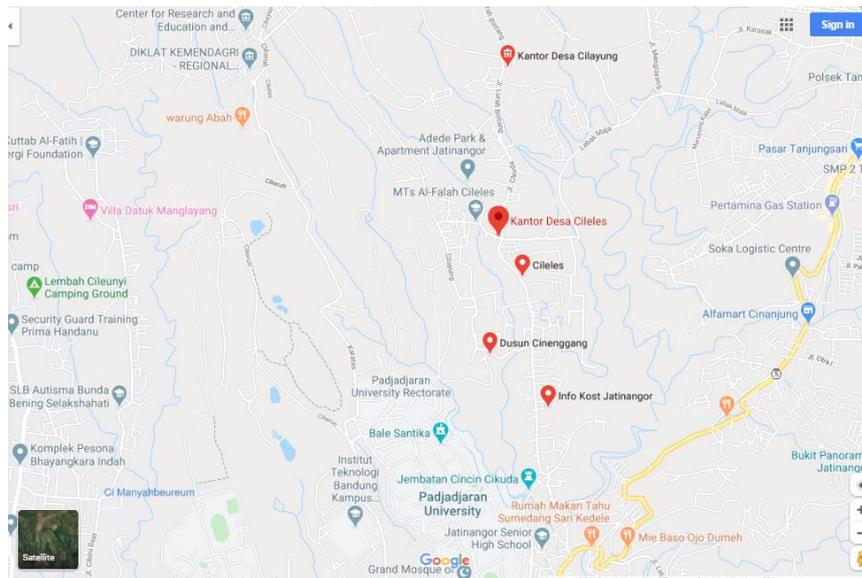
Self-care merupakan kemampuan individu, keluarga, dan masyarakat untuk berpartisipasi dalam promosi dan perlindungan kesehatan, pencegahan penyakit, pemeliharaan kesehatan, dan penanganan penyakit serta kecacatan baik dengan atau tanpa dukungan dari penyedia layanan kesehatan (Webber, Guo, & Mann, 2013). Perilaku perawatan diri pada diabetes melitus terdiri dari beberapa aspek, yaitu diet sehat, beraktifitas fisik/olahraga setiap hari, monitoring gula darah, patuh terhadap pengobatan, kemampuan *problem-solving* yang baik, koping yang efektif, dan perilaku pengurangan risiko (Nyenwe, Jerkins, Umpierrez, & Kitabchi, 2011; Shrivastava, Shrivastava, & Ramasamy, 2013). Aspek-aspek tersebut memiliki hubungan yang positif dengan kontrol gula darah yang baik, penurunan komplikasi, dan peningkatan kualitas hidup (Shrivastava, Shrivastava, & Ramasamy, 2013)

Untuk mencapai keberhasilan dalam pengendalian penyakit diabetes mellitus dan pelaksanaan *self-care* ini, diperlukan keterlibatan dari berbagai unsur masyarakat, mulai dari aparat pemerintah, tenaga kesehatan, kader kesehatan, sampai pada pasien dan keluarga. Kader kesehatan dapat berperan serta dalam mendampingi dan *men-support* pasien dengan diabetes mellitus dan keluarga dalam *self-care management*. Sehingga program pengabdian masyarakat yang berorientasi pada pemberdayaan kader kesehatan dalam penerapan *self-care management* diabetes mellitus diperlukan guna mencegah komplikasi jangka panjang sehingga dapat meningkatkan kualitas hidup pasien.

Tujuan kegiatan pengabdian kepada masyarakat berupa pemberdayaan kader kesehatan dalam penerapan *self-care management* diabetes mellitus di Desa Cileles Kecamatan Jatinangor Kabupaten Sumedang, diharapkan dapat meningkatkan pemahaman kader kesehatan mengenai *self-care management* sehingga dapat berkontribusi dalam mendukung pasien dan keluarga guna mencegah terjadinya komplikasi jangka panjang dan meningkatkan kualitas hidup pasien.

2. MASALAH

Jawa Barat merupakan salah satu provinsi yang mengalami peningkatan kejadian diabetes melitus. Diantara beberapa kota dan kabupaten di Jawa Barat, Kabupaten Sumedang memiliki rata-rata prevalensi diabetes melitus yang lebih tinggi dibandingkan daerah lainnya. Desa Cileles sebagai salah satu Desa yang ada di Kabupaten Sumedang memiliki kader kesehatan yang berperan serta dalam mewujudkan program pemerintah dalam menurunkan angka kejadian dan komplikasi diabetes melitus. Salah satu peran kader adalah memberikan *support* terhadap pasien diabetes dalam pengontrolan gula darah dan sebagai garis terdepan dalam penemuan risiko kasus baru. Namun peran tersebut belum diimbangi dengan pemahaman kader mengenai *self-care* diabetes melitus dan bagaimana cara melakukan skrining diabetes melitus. Sehingga kegiatan ini memiliki tujuan khusus, yaitu untuk meningkatkan pengetahuan kader mengenai *self-care management* diabetes melitus dan kemampuan kader dalam melakukan skrining risiko diabetes melitus pada masyarakat. Gambar 2.1 dibawah ini menunjukkan lokasi kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilakukan.



Gambar 2.1 Lokasi Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat

3. METODE

Jumlah responden dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah 60 orang kader kesehatan dan 80 orang masyarakat yang berisiko diabetes melitus.

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan dalam beberapa tahap, yaitu:

- a. Pembuatan modul pelatihan sebagai pegangan kader.
- b. Pelatihan bagi kader kesehatan mengenai *self-care management* diabetes melitus dan bagaimana melakukan skrining diabetes melitus.
- c. Skrining risiko diabetes melitus pada masyarakat yang dilakukan oleh kader kesehatan.

Pelatihan *self-care management* diabetes melitus untuk kader kesehatan dilaksanakan dengan metode ceramah dan diskusi, dilanjutkan dengan simulasi skrining risiko diabetes melitus. Media yang digunakan adalah modul pelatihan. Untuk skrining diabetes melitus dilakukan oleh kader dengan praktik langsung ke masyarakat.

Evaluasi kegiatan pengabdian kepada masyarakat berupa pemberdayaan kader kesehatan dalam penerapan *self-care management* diabetes melitus dapat dilihat pada tabel dibawah ini:

Tabel 3.1 Evaluasi pada Kegiatan PKM Pemberdayaan Kader Kesehatan dalam Penerapan *Self-Care Management* Diabetes Melitus

No	Kompetensi	Jenis Kegiatan	Evaluasi	Luaran
1	Pembuatan modul pelatihan sebagai pegangan kader	Penyusunan modul pelatihan	Review modul oleh tim	Modul <i>self-care management</i> diabetes melitus
2	Pelatihan <i>self-care management</i> diabetes melitus bagi kader kesehatan	Pemberian materi mengenai diabetes melitus, <i>self-care management</i> diabetes, dan simulasi skrining risiko diabetes melitus	Evaluasi kognitif (<i>pre</i> dan <i>post test</i>)	Peningkatan kemampuan kader kesehatan mengenai <i>self-care management</i> diabetes melitus
3	Skrining risiko diabetes melitus	Praktik skrining risiko diabetes melitus oleh kader kesehatan pada masyarakat	Evaluasi psikomotor	Peningkatan kemampuan kader kesehatan dalam melakukan skrining risiko diabetes melitus

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Hasil evaluasi pada kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat ini menunjukkan bahwa pada saat kegiatan pelatihan *self-care management* diabetes mellitus untuk kader kesehatan dan skrining risiko diabetes mellitus oleh kader kesehatan pada masyarakat, terlihat kader kesehatan sangat antusias dalam mengikuti setiap kegiatannya.

Hasil *pre-test* kegiatan pelatihan *self-care management* diabetes mellitus untuk kader kesehatan menunjukkan bahwa sebagian besar kader kesehatan (89,48%) mengetahui mengenai diabetes mellitus. Pada saat pemberian materi dan praktik pengisian risiko diabetes mellitus, kader kesehatan terlihat sangat antusias, hal ini juga terlihat pada saat sesi tanya jawab, hampir sebagian besar kader kesehatan aktif bertanya. Pada sesi simulasi pengisian formulir pengkajian risiko diabetes mellitus, kader kesehatan aktif bertanya mengenai cara pengisian dan penghitungan serta mempraktikkannya. Hasil *post-test* menunjukkan bahwa terdapat peningkatan pengetahuan kader kesehatan dari 89,48% menjadi 98,86% setelah dilakukan kegiatan pelatihan *self-care management* diabetes mellitus.

Hasil kegiatan skrining risiko diabetes oleh kader kesehatan pada masyarakat didapatkan bahwa 63,75% kader kesehatan mengisi formulir pengkajian risiko diabetes mellitus dengan benar. Sisanya sebanyak 36,25% terdapat beberapa kesalahan dalam menghitung indeks massa tubuh, dalam skoring usia, dan dalam skoring lingkaran perut pada laki-laki atau perempuan.

Pembahasan

Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat ini bertujuan untuk ikut serta dalam memecahkan permasalahan kesehatan yang ada dimasyarakat khususnya diabetes melitus. Manfaat yang diharapkan dalam kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat ini adalah adanya peningkatan pemahaman kader kesehatan mengenai *self-care management* diabetes mellitus, peningkatan kemampuan dalam melakukan skrining diabetes mellitus, dan peningkatan kemampuan dalam melakukan penyuluhan mengenai *self-care management* diabetes mellitus. Sehingga diharapkan kegiatan ini bermanfaat dalam mencegah terjadinya komplikasi diabetes mellitus jangka panjang dan meningkatkan kualitas hidup pasien.

Kader kesehatan diberikan materi mengenai diabetes melitus yang terdiri dari definisi, faktor risiko, tanda dan gejala, komplikasi, cara mencegah, *self-care management*, dan cara pengisian formulir pengkajian risiko diabetes melitus. Informasi yang sudah disampaikan kepada kader kesehatan ini akan teruskan oleh kader kesehatan kepada pasien/ orang yang berisiko diabetes melitus. Sehingga diharapkan dengan adanya pengetahuan mengenai *self-care management* diabetes melitus ini, pasien/ orang yang berisiko diabetes melitus dapat melaksanakan *self-care* dengan baik. Hal ini sesuai dengan penelitian Triwidyastuti, Ariyanti, dan Nurlaela (2015) yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan *self-care* diabetes melitus dengan pelaksanaan *self-care* diabetes melitus.

Penelitian menunjukkan bahwa *self-care management* merupakan hal yang penting dalam mengelola diabetes melitus sehingga mengoptimalkan kontrol metabolik, mencegah komplikasi akut dan kronik, dan mengoptimalkan kualitas hidup pasien (Norris, Engelgau, and Narayan. 2001). Sehingga kader kesehatan dan masyarakat yang berisiko perlu memahami *self-care management* diabetes melitus.

Self-care diabetes melitus bertujuan untuk mencapai pengontrolan gula darah secara optimal dan mencegah timbulnya komplikasi. Pelaksanaan *self-care* diabetes melitus secara efektif dapat menurunkan risiko penyakit jantung koroner, mengurangi dampak dari diabetes melitus, sehingga pasien dapat mencapai kadar gula darah normal dan mengurangi angka mortalitas dan morbiditas akibat diabetes melitus (Wattana et al, 2007). Pasien dengan diabetes melitus perlu didukung dalam pelaksanaan *self-care* baik oleh keluarga maupun kader kesehatan dan tim kesehatan. Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan antara efikasi diri, dukungan sosial, dan *expressed-emotion* negatif dengan manajemen diri (*self-care*) secara langsung maupun tidak langsung (Hasanat, 2015).

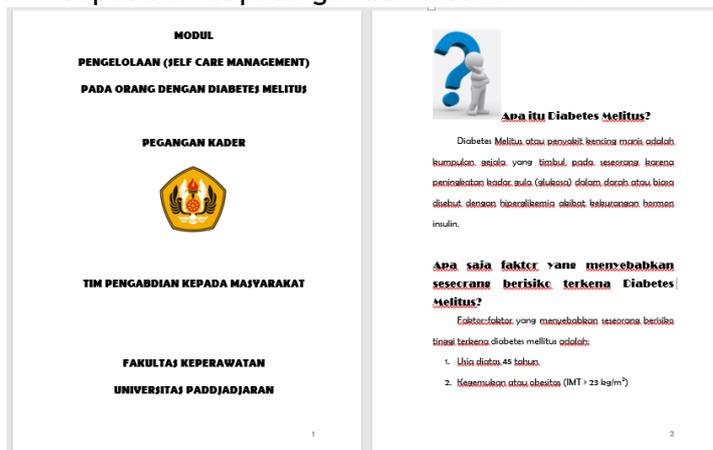
Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam meningkatkan pemahaman kader kesehatan dalam *self-care management* diabetes melitus, sehingga kader kesehatan dapat meneruskan informasi yang diperoleh kepada pasien/ orang yang berisiko diabetes melitus dan mendukungnya dalam pelaksanaan *self-care* diabetes melitus. Hasil akhirnya diharapkan akan mencegah timbulnya komplikasi jangka panjang dan meningkatkan kualitas hidup pasien.

Gambar 4.1 dibawah ini adalah gambaran pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat.



Gambar 4.1 Pelaksanaan Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat

Adapun modul pelatihan yang digunakan pada kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dapat dilihat pada gambar dibawah ini.



Gambar 4.2 Modul Pelatihan Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat

5. KESIMPULAN

Setelah dilakukan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini, terdapat peningkatan pengetahuan kader kesehatan setelah dilakukan kegiatan pelatihan dan sebagian besar kader kesehatan mampu mengisi formulir pengkajian risiko diabetes melitus dengan benar. Dengan demikian kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bermanfaat dalam meningkatkan pengetahuan dan kemampuan kader kesehatan mengenai *self-management* dan skrining risiko diabetes melitus. Sehingga diharapkan kegiatan pelatihan ini perlu dilanjutkan secara berkesinambungan untuk meningkatkan pemahaman dan kemampuan kader kesehatan mengenai *self-care* diabetes melitus serta perlu adanya monitoring yang dilakukan oleh perawat/tim kesehatan mengenai *self-care management* diabetes melitus.

6. DAFTAR PUSTAKA

- Hasanat. (2015). Manajemen Diri Diabetes: Analisis Kuantitatif Faktor-Faktor Psikososial pada Pasien Diabetes Melitus Tipe II. Desertasi.
- Kementerian Kesehatan RI. (2018). Hasil Utama Riset Kesehatan Dasar 2018. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan.
- Norris, Engelgau, Narayan. (2001). Effectiveness of Self-Management Training in Type 2 Diabetes. *Diabetes Care*, Volume 24, Number 3, March 2001.
- Nyenwe, EA., Jerkins, TW., Umpierrez, GE., & Kitabchi, AE. (2011). Management of type 2 diabetes: involving strategies for the treatment of patients with type 2 diabetes. *Metabolism*, 60: 1-23. Doi: 10.1016/j.metabol.2010.09.010.
- Rudijanto, A., Yuwono, A., Shahab, A., dkk. (2015). Konsensus Pengelolaan dan Pencegahan Diabetes Melitus Tipe 2 di Indonesia 2015. Pengurus Besar Perkumpulan Endokrinologi Indonesia (PB Perkeni).
- Shrivastava, SR., Shrivastava, PS., Ramasamy, J. (2013). Role of self-care in management of diabetes mellitus. *Journal Diabetes Metabolic Disorder*, 12 (1): 14. Doi: 10.1186/2251-6581-12-14.
- Triwidyastuti, Ariyanto, Nurlaela. (2015). Hubungan Pengetahuan *Self-Care* Diabetes dengan *Self-Care Diabetes* pada Klien DM Tipe 2 di Wilayah Kerja Puskesmas Karangdadap.
- Wattana, C., Srispjan, W., Pothiban, L., & Upchurch, S.L. (2007). *Effect of Diabetes Self-Management Program on Glycemic Control, Coronary Heart Disease Risk, and Quality of Life among Thai Patient with Type 2 Diabetes*. *Nursing and Health Science*, 9, 135-141.
- Webber, D., Guo, Z., & Mann, S. (2013). Self-care in health: We can define it, but should we also measure it?. *SelfCare*, 4(5), 101-106.