

**PENGARUH DIABETES SELF MANAGEMENT EDUCATION
(DSME) TERHADAP SELF CARE PENDERITA
DIABETES MELITUS TIPE 2**

Fahmi Fahardianto^{1*}, Fahrur Nur Rosyid²

¹⁻²Universitas Muhammadiyah Surakarta

Email Korespondensi: fahmifahardianto@gmail.com

Disubmit: 16 Mei 2023

Diterima: 27 Juli 2023

Diterbitkan: 01 Desember 2023

Doi: <https://doi.org/10.33024/mnj.v5i12.10130>

ABSTRACT

Diabetes Mellitus (DM) is one of the non-communicable diseases that requires special attention and long-term care, so we need proper self-care management to prevent complications. Diabetes Self Management Education (DSME) is one of the most important efforts in optimizing good diabetes management, which can improve patients' knowledge, skills, and self-care abilities. The main purpose of this study was to determine the effect of Diabetes Self Management Education (DSME) on self-care of type 2 DM patients. This study used quasy-experimental design with pre-test and post-test. Sempel was taken using a nonprobability sampling technique (purposive sampling) with a total of 64 sempels divided into two groups, 32 experimental groups and 32 control groups. The data were analyzed using the Paired Sample t-test and Independent sample t-test. The results of this study showed that the P value of the Paired Sample t-test in the intervention group was 0.000, while the P value of the Independent sample t-test was 0.000 $p < \alpha$; $\alpha = 0.05$) which showed that there was a significant difference in the value of self-care between the intervention group and the control group. The conclusion of this study is that there is an effect of Diabetes Self Management Education (DSME) on self-care of type 2 DM patients.

Keywords: *Diabetes Mellitus, Diabetes Self Management Education (DSME), Self-Care Diabetic.*

ABSTRAK

Diabetes Melitus (DM) merupakan salah satu penyakit tidak menular yang memerlukan perhatian khusus dan perawatan jangka panjang, sehingga diperlukan manajemen perawatan diri yang baik untuk mencegah terjadinya komplikasi. *Diabetes Self Management Education (DSME)* merupakan salah satu upaya yang sangat penting dalam mengoptimalkan pengelolaan diabetes yang baik, yang dapat meningkatkan pengetahuan, keterampilan, dan kemampuan perawatan diri pasien. Tujuan utama dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh *Diabetes Self Management Education (DSME)* terhadap *self-care* pasien DM tipe 2. Penelitian ini menggunakan *quasy-experimental design* dengan *pre-test* dan *post-test*. Sempel diambil menggunakan teknik nonprobability sampling (*purposive sampling*) dengan jumlah sampel 64 yang dibagi menjadi dua kelompok, 32 orang kelompok eksperimen dan 32 orang kelompok kontrol. Data dianalisis dengan menggunakan uji *Paired salmple t-test*

dan *Independent sample t-test*. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa *P value* uji *Paired sample t-test* pada kelompok intervensi sebesar 0,000 sedangkan *P value* uji *Independent sample t-test* adalah 0,000 ($p < \alpha$; $\alpha = 0,05$) yang menunjukkan bahwa terdapat perbedaan nilai *self care* antara kelompok intervensi dengan kelompok kontrol secara signifikan. Kesimpulan dari penelitian ini adalah terdapat pengaruh *Diabetes Self Management Education* (DSME) terhadap *self care* penderita DM tipe 2.

Kata Kunci: Diabetes Melitus, *Diabetes Self Management Education* (DSME), *Self-Care Diabetic*.

PENDAHULUAN

Penyakit Tidak Menular (PTM) merupakan salah satu masalah kesehatan yang saat ini menjadi perhatian. Penyakit tidak menular menjadi penyebab kematian terbanyak di Indonesia, salah satu penyakit tidak menular yaitu diabetes melitus (Kemenkes RI, 2017).

Diabetes Melitus (DM) merupakan penyakit metabolik karena pankreas tidak mampu memproduksi insulin atau tubuh tidak dapat menggunakan insulin secara efektif sehingga mengakibatkan peningkatan glukosa di dalam darah atau hiperglikemia (Lestari et al., 2021). Hiperglikemia kronik pada diabetes berhubungan dengan kerusakan jangka panjang yaitu disfungsi atau kegagalan beberapa organ tubuh terutama mata, ginjal, saraf, jantung, dan pembuluh darah (Syahid, 2021).

Komplikasi DM dapat muncul apabila penyandang DM tidak melakukan pengontrolan dengan tepat. Komplikasi yang dapat muncul seperti stroke, penyakit jantung, neuropati kaki yang dapat meningkatkan terjadinya ulkus, gagal ginjal, bila tidak tertangani dengan baik juga dapat menyebabkan adanya kematian (Salsabila et al., 2021)

Menurut Organisasi Internasional Diabetes Federation (IDF) tahun 2017 memperkirakan sedikitnya terdapat 463 juta orang

pada usia 20-79 tahun di dunia menderita diabetes pada tahun 2019 atau setara dengan angka prevalensi sebesar 9,3% dari total penduduk pada usia yang sama. Prevalensi diabetes diperkirakan meningkat seiring penambahan umur penduduk menjadi 19,9% atau 111,2 juta orang pada umur 65-79 tahun. Angka diprediksi terus meningkat hingga mencapai 578 juta di tahun 2030 dan 700 juta di tahun 2045.

Indonesia menduduki peringkat keempat dari sepuluh besar negara di dunia, kasus diabetes melitus tipe 2 dengan prevalensi 8,6% dari total populasi, diperkirakan meningkat dari 8,4 juta jiwa pada tahun 2000 menjadi sekitar 21,3 juta jiwa pada tahun 2030. Prevalensi diabetes melitus yang terdiagnosis pada tahun 2018, penderita terbesar berada pada kategori usia 55 sampai 64 tahun yaitu 6,3% dan 65 sampai 74 tahun yaitu 6,03% (Pranoto & Rusman, 2022). Hampir semua provinsi di Indonesia menunjukkan peningkatan prevalensi pada tahun 2013-2018. Di Jawa Tengah sendiri pada tahun 2018 mencapai angka prevalensi sebesar 2,1% (Pranoto & Rusman, 2022). Menurut data Dinas Kesehatan kabupaten Sukoharjo kasus penyakit diabetes melitus terdapat 4.964 kasus. Kasus penyakit diabetes melitus di puskesmas Gatak pada bulan Oktober 2022 terdapat 159 kasus.

Prevalensi kejadian yang semakin tinggi, kemungkinan akan terjadinya peningkatan jumlah pasien diabetes dimasa mendatang yang akan menyebabkan timbulnya masalah bagi kesehatan di dunia, di mana akan menimbulkan komplikasi serta meningkatnya angka kematian, apabila tidak diberikan penanganan dan pengontrolan secara tepat. Hal tersebut dapat diatasi apabila pasien memiliki pengetahuan dan kemampuan yang baik untuk melakukan perawatan diri. Pasien diabetes harus dapat merubah perilaku mereka agar dapat terhindar dari komplikasi diabetes. Merubah perilaku pada pasien diabetes tidak mudah, diperlukan motivasi yang dilakukan secara terus-menerus. Motivasi yang diperlukan dapat dengan berbagai cara salah satunya dengan memberikan edukasi, yang merupakan faktor penting dalam manajemen diri setiap hari. Adapun tujuan pendidikan kesehatan adalah meningkatkan status kesehatan dan mencegah timbulnya penyakit, mempertahankan derajat kesehatan yang sudah ada, mengoptimalkan fungsi dan peran pasien selama sakit serta membantu pasien dan keluarga untuk mengatasi masalah kesehatan yang dihadapinya. Pengetahuan dan pencegahan sangat diperlukan untuk mencegah terkena DM (Rosyid et al., 2019).

Kematian pada penyandang diabetes disebabkan karena komplikasi akut maupun kronis. Komplikasi akut meliputi hiperglikemi dan hipoglikemi, sedangkan komplikasi kronik meliputi: penyakit stroke dan jantung, neuropati (kerusakan syaraf penyebab kaki diabetik dan amputasi) retinopati (kerusakan pembuluh darah kecil di retina penyebab katarak dan kebutaan) dan penyebab utama gagal ginjal. (Soegondo, 2011). American Diabetes

Association (ADA) mendefinisikan Diabetes Melitus (DM) adalah penyakit kronis yang membutuhkan perawatan dan pendidikan pengelolaan diabetes secara mandiri untuk mencegah komplikasi akut dan mengurangi risiko komplikasi jangka panjang (ADA, 2011). Perilaku mandiri diabetes menurut American Association Diabetes Education (AADE) meliputi: Healthy eating (makanan sehat), being active (aktif bergerak atau berolah raga), Self Monitoring Blood Glucosa (SMBG) atau pemantauan gula darah mandiri), taking medication (penggunaan obat), problem solving (pemecahan masalah), healthy coping (koping positif) dan reducing risks (mengurangi risiko komplikasi) (Parkin, et al, 2009).

Pasien diabetes tidak hanya memiliki pengetahuan tentang diabetes tetapi juga harus memiliki keterampilan dan kemampuan serta motivasi untuk pengelolaan diabetes mandiri (Wahyuni et al., 2021). Meningkatnya pengetahuan dan kemampuan pasien dalam memahami dan melaksanakan *diabetes self-management* akan menentukan keberhasilan kontrol diabetes dengan kadar glukosa darah dalam batas normal sehingga resiko terjadinya komplikasi dapat diminimalisir, keadaan ini akan mempengaruhi kualitas hidup. Salah satu bentuk untuk meningkatkan pengetahuan dan mengubah perilaku pasien adalah dengan edukasi kesehatan yang dapat diberikan pada pasien diabetes mellitus yaitu *Diabetes Self-Management Education* (DSME), dengan tujuan untuk mengoptimalkan kontrol metabolisme, mencegah komplikasi akut dan kronis, meningkatkan kualitas hidup dengan mempengaruhi perilaku pasien dan menghasilkan perubahan dalam pengetahuan, sikap dan perilaku yang diperlukan untuk

mempertahankan atau
meningkatkan kesehatan.

KAJIAN PUSTAKA

Diabetes Melitus (DM) merupakan salah satu penyakit tidak menular yang memerlukan perhatian khusus dan perawatan jangka panjang, sehingga diperlukan manajemen perawatan diri yang baik untuk mencegah terjadinya komplikasi. *Diabetes Self Management Education* (DSME) merupakan salah satu upaya yang sangat penting dalam mengoptimalkan pengelolaan diabetes yang baik, yang dapat meningkatkan pengetahuan, keterampilan, dan kemampuan perawatan diri pasien.

Penelitian ini merupakan penelitian yang membahas tentang pengaruh pemberian edukasi manajemen diri DM terhadap tingkat *self care* penderita DM tipe 2. Terkait hal tersebut dalam penulisan penelitian ini penulis menggunakan buku, jurnal, dan penelitian terdahulu yang digunakan sebagai referensi. Beberapa referensi yang ada kaitannya dengan topik dalam penelitian ini tercantum dalam daftar pustaka.

Tujuan utama dari penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah ada pengaruh pemberian *Diabetes Self Management Education* (DSME) terhadap *self-care* pasien DM tipe 2.

METODOLOGI PENELITIAN

Penelitian ini mengacu pada pendekatan penelitian kuantitatif. Penelitian kuantitatif adalah jenis penelitian yang menghasilkan penemuan-penemuan yang dapat dicapai dengan menggunakan prosedur-prosedur statistik atau cara-cara lain dari kuantifikasi (Sujarweni, 2022). Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian

quasy-experiment. (Notoatmojdo, 2018) dalam bukunya menjelaskan bahwa rancangan penelitian *quasy-experiment* ini pada kelompok *experimental* diberi perlakuan sedangkan kelompok kontrol tidak diberikan perlakuan. Pada kelompok *eksperimental* diawali dengan *pre-test*, dan setelah pemberi perlakuan dilakukan pengukuran kembali (*post-test*). *Pre-test* dan *post-test* juga dilakukan pada kelompok kontrol tanpa diberikan perlakuan.

Penelitian ini dilakukan di wilayah kerja puskesmas Gatak pada bulan Februari sampai Maret 2023. Penelitian ini menggunakan *nonprobability sampling* (*purposive sampling*) yaitu penetapan sampel dengan cara memilih sampel diantara populasi sesuai yang dikehendaki oleh peneliti dan mewakili populasi yang ada. Jumlah sampel yang dibutuhkan untuk penelitian dengan menghitung besar sampel penelitian adalah 64 orang yang dibagi menjadi dua kelompok yaitu kelompok intervensi sejumlah 32 orang dan pada kelompok kontrol sejumlah 32 orang.

Responden yang dipilih dalam penelitian ini harus memenuhi kriteria inklusi yang sudah ditentukan peneliti. Kemudian dilakukan pengambilan data demografi responden yang meliputi: nama responden (inisial), umur, jenis kelamin, pendidikan, pekerjaan, dan lama menderita DM. Kelompok intervensi dan kelompok kontrol dilakukan pengukuran awal *pre-test* menggunakan kuesioner *The Summary of Diabetes Self Care Activities* (SDSCA). Kuesioner ini terdiri dari 13 pertanyaan tertutup tentang diet, aktivitas fisik, minum obat, monitoring kadar gula darah, dan perawatan kaki. Pada kelompok intervensi diberikan informasi terstruktur (DSME) sebanyak 2 sesi dan pada kelompok kontrol tidak diberikan informasi terstruktur

melainkan mengikuti program yang sudah diterapkan Puskesmas Gatak. Kemudian dilakukan pengukuran akhir *post-test* pada kedua kelompok (intervensi dan kontrol).

Analisis data terdiri dari analisis univariat dan bivariat. Analisa univariat adalah untuk menggambarkan karakteristik masing-masing variabel dengan

menggunakan nilai mean, modus, dan median, serta nilai minimum-maksimum dari nilai untuk distribusi data, yaitu standar deviasi dan nilai sedangkan analisa bivariat bertujuan untuk menjawab hipotesis. Data dianalisa menggunakan uji *Paired sample t-test* dan *Independent sample t-test*.

HASIL PENELITIAN

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Usia, Jenis Kelamin, Jenis Pendidikan, Jenis Pekerjaan, dan Lama Menderita DM

Karakteristik	Kel. Intervensi			Kel. Kontrol			P-Value
	N	%	X ± SD	N	%	X ± SD	
Umur			1,69 ± 0,471			1,69 ± 0,471	1,000
45-55	10	31,2		10	31,2		
56-60	22	68,8		22	68,8		
Jenis Kelamin			1,88 ± 0,336			1,81 ± 0,397	0,536
Laki-laki	4	12,5		6	18,8		
Perempuan	28	87,5		26	81,2		
Pendidikan			2,56 ± 1,014			2,31 ± 0,780	0,187
Tidak sekolah	6	18,7		4	12,5		
SD	8	25,0		16	50,0		
SMP	12	37,5		10	31,2		
SMA	6	18,8		2	6,3		
Pekerjaan			2,25 ± 1,136			2,09 ± 1,353	0,648
Tidak bekerja	12	37,5		18	56,2		
Buruh	5	15,6		1	3,1		
Petani	10	31,3		6	18,8		
Pedagang	5	16,6		6	18,8		
Pegawai swasta	-	-		1	3,1		
Lama menderita			2,25 ± 0,568			2,34 ± 0,545	0,447
3-12 bulan	2	6,2		1	3,1		
<5 tahun	20	62,5		19	59,4		
>5 tahun	10	31,3		12	37,5		
Jumlah	32	100		32	100		

Berdasarkan tabel 1 menunjukkan usia responden pada kelompok intervensi lebih banyak pada rentan 56-60 tahun (68,8%) dengan rerata $1,69 \pm 0,471$ dan pada kelompok kontrol lebih banyak pada rentan 56-60 tahun (68,8%) dengan

rerata $1,69 \pm 0,471$. Hasil uji statistik menunjukkan ($p=1,000$). Jenis kelamin responden pada masing-masing kelompok didominasi oleh perempuan yakni sejumlah 28 responden (87,5%) dengan rerata $1,88 \pm 0,336$ pada kelompok

intervensi dan sejumlah 26 responden (81,2%) dengan rerata $1,81 \pm 0,397$. Hasil uji statistik pada karakteristik jenis kelamin menunjukkan ($p=0,536$). Tingkat Pendidikan responden pada kelompok intervensi paling banyak pada tingkat Pendidikan SMP yakni 12 responden (37,5%) dengan rerata $2,56 \pm 1,014$, sedangkan pada kelompok kontrol paling banyak dengan tingkat Pendidikan SD yakni sebanyak 16 responden (50%) dengan rerata $2,31 \pm 0,780$. Hasil uji statistik pada karakteristik Pendidikan menunjukkan hasil ($p=0,187$). Status pekerjaan pada masing-masing kelompok sebagian besar adalah

tidak bekerja, pada kelompok intervensi sejumlah 12 responden (37,5%) dengan rerata $2,25 \pm 1,136$ dan pada kelompok kontrol sejumlah 18 responden (56,2%) dengan rerata $2,09 \pm 1,353$. Hasil uji statistik pada karakteristik pekerjaan ($p=0,648$). Sebagian besar responden pada masing-masing kelompok mengaku telah menderita DM selama <5 tahun. Pada kelompok intervensi sejumlah 20 responden (62,5%) dengan rerata $2,25 \pm 0,568$ dan pada kelompok kontrol sejumlah 19 responden (59,4%). Hasil uji statistik pada karakteristik lama menderita DM menunjukkan ($p=0,447$).

Tabel 2. Pengaruh *Diabetes Self Management Education* (DSME) terhadap *self care* pasien DM tipe 2 pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol

Variable	Pre-Test	Post-Test	Δ	P-Value ^a	P-Value antara dua grup ^b
	X $\pm$ SD	X $\pm$ SD			
Kelompok Intervensi	50.16 $\pm$ 10.872	54.53 $\pm$ 10.445	4.3750	0.000 ^a	0.000 ^b
Kelompok Kontrol	41.91 $\pm$ 8.848	42.88 $\pm$ 7.959	0.9688	0.188 ^a	

Berdasarkan tabel 2 menggunakan uji *Paired Sample t-test* pada kelompok intervensi didapatkan nilai *p-value* sebesar 0,000 (*p-value* $< 0,05$), ini menunjukkan bahwa ada peningkatan rata-rata nilai *self care* yang signifikan antara sebelum (*pre*) dan sesudah (*post*) pemberian *Diabetes Self Management Education* (DSME). Sedangkan pada kelompok kontrol diperoleh nilai signifikansi sebesar 0,188 (*p-value* $>$

0,05), dengan demikian dapat diartikan bahwa tidak terdapat perbedaan yang bermakna antara *pre test* dan *post test*. Hasil uji statistik menggunakan uji *Independent Sample t-test* menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,000 (*p-value* $< 0,05$), sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan pemberian *Diabetes Self Management Education* (DSME) terhadap *self care* pasien DM tipe 2.

PEMBAHASAN

Karakteristik Responden

Self care pasien DM dipengaruhi oleh beberapa faktor. Berdasarkan data karakteristik responden dalam penelitian ini adalah berdasarkan usia terbanyak berada pada kelompok umur 56-65 tahun. (Mustipah, 2019) dalam penelitiannya menjelaskan bahwa terdapat kecenderungan yang terjadi pada pasien usia lansia cenderung memiliki self care yang lebih baik dibandingkan dengan pasien usia muda, sehingga terdapat hubungan yang signifikan antara usia dan self care pada penderita DM tipe II. Hal ini tidak sejalan dengan penelitian (Ningrum et al., 2019) yang menyebutkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara usia dengan manajemen diri pasien DM tipe 2 karena baik usia dewasa awal hingga lansia, mereka sama-sama memperhatikan manajemen diri, agar tercapainya kadar gula darah yang normal dan mencegah terjadinya komplikasi karena adanya DM yang di derita. Didukung penelitian (Dasopang, 2018) menyebutkan bahwa umur tidak memiliki korelasi yang signifikan dengan kepatuhan diet pada penderita diabetes mellitus di Puskesmas Pekan Labuhan Medan. (Gaol, 2019) dalam penelitiannya menjelaskan bahwa walaupun pasien berusia lebih muda ternyata mereka memiliki pemahaman yang cukup memadai tentang perilaku self care sehingga mereka tetap melakukan perilaku self care dalam kehidupan sehari-hari. Sedangkan mereka yang berusia tua juga memiliki pengalaman dari penyakitnya dan sudah merasakan manfaat dari perilaku self care. Sehingga dapat disimpulkan bahwa pasien DM baik yang berusia muda maupun tua mereka sama-sama melakukan perilaku self care dengan tujuan mencapai kadar gula darah normal

dan mencegah atau meminimalkan terjadinya komplikasi.

Jenis kelamin responden dalam penelitian ini sebagian besar adalah perempuan. (Sari et al., 2020) dalam penelitiannya menjelaskan ada hubungan yang signifikan antara jenis kelamin dengan self care pada lansia. Tidak sejalan dengan penelitian (Dasopang, 2018) yang menyebutkan bahwa jenis kelamin tidak memiliki hubungan yang signifikan dengan kepatuhan diet pada penderita diabetes mellitus. Hal tersebut juga didukung oleh penelitian (Mustipah, 2019) yang menjelaskan bahwa pasien DM tipe II berjenis kelamin laki-laki maupun perempuan sama-sama memiliki kecenderungan memiliki self care yang adekuat sehingga tidak ditemukan adanya hubungan yang signifikan antara jenis kelamin dan self care.

Tingkat pendidikan pada kelompok intervensi didominasi responden dengan tingkat pendidikan SMP, sedangkan pada kelompok kontrol didominasi responden dengan tingkat Pendidikan SD. (Ningrum et al., 2019) dalam penelitiannya menyebutkan tidak terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat pendidikan dengan manajemen diri pasien DM tipe 2. Hal ini tidak sejalan dengan penelitian (Yulisetyaningrum et al., 2018) bahwa terdapat hubungan antara tingkat pendidikan dengan kepatuhan diet pasien diabetes mellitus di RSUD R.A Kartini Jepara. Perbedaan hasil penelitian diatas dapat disebabkan perbedaan tingkat pendidikan setiap individu, dimana pendidikan mempengaruhi pemahaman, kemampuan dan tingkat pengetahuan seseorang. Sehingga seseorang dengan pendidikan rendah tetapi memiliki kemampuan dalam melakukan

manajemen diri maka hasil yang dicapai akan baik pula. Pendidikan tinggi yang dimiliki responden saat ini adalah pendidikan formal secara umum bukan menggambarkan pendidikan khusus tentang penyakit DM.

Dalam penelitian ini mayoritas responden tidak bekerja. (Pramesti & Adiatmika, 2018) menjelaskan bahwa pekerjaan mempengaruhi self care seseorang. Pekerjaan erat kaitannya dengan kejadian DM karena mempengaruhi tingkat aktivitas fisik. Seseorang yang tidak bekerja lebih cenderung beresiko terkena DM daripada mereka yang bekerja. Hal tersebut dikarenakan pada kelompok tidak bekerja umumnya kurang dalam melakukan aktivitas fisik sehingga pembakaran kalori dalam tubuh atau proses metabolisme tidak berjalan dengan baik.

Sebagian besar responden mengaku menderita DM selama kurang dari lima tahun. (Febriana, 2022) dalam penelitiannya menyebutkan bahwa terdapat hubungan lama menderita dengan self management pada penderita DM tipe 2 di wilayah kerja puskesmas Patrang. Pasien yang sudah lama menderita DM akan lebih mengaplikasikan Diabetes Self-Management dari pada pasien yang baru terdiagnosa menderita DM. Pasien yang sudah lama menderita DM akan lebih banyak memiliki pengetahuan mengenai DM dalam kehidupan sehari-hari. Bagi responden yang baru pertama kali menderita diabetes merupakan pengalaman dan tantangan dalam melakukan manajemen diri dalam kehidupan sehari-hari sehingga dapat tercapai kadar gula darah untuk meminimalkan komplikasi. Sedangkan untuk penderita yang telah lama mengalami diabetes, mereka telah beradaptasi sehingga dalam hal manajemen diri sudah

menjadi kebiasaan dalam hidupnya. Penderita yang sudah lama menderita diabetes memiliki pemahaman terkait dengan pentingnya self care diabetes dan dapat memiliki kemampuan dalam hal manajemen diri.

Pengaruh Diabetes Self Management Education (DSME) dalam Peningkatan Self Care Diabetic

Diabetes Self Management Education (DSME) merupakan salah satu metode promosi kesehatan untuk memfasilitasi pengetahuan, keterampilan dan kemampuan perawatan mandiri (self care behavior) yang sangat dibutuhkan oleh penderita diabetes (Kurniawati et al., 2021). Pemberian DSME dapat merubah perilaku pasien melalui informasi yang diberikan kepada pasien. Pemberian informasi kepada pasien merupakan suatu stimulus yang dapat meningkatkan pengetahuan, sehingga menimbulkan kesadaran untuk berperilaku sesuai dengan yang diharapkan. Pasien DM memiliki kemampuan dan respon yang berbeda terhadap stimulus yang diberikan, sehingga perilaku dan kemampuan pasien dalam melakukan perawatan mandiri juga berbeda. Pemberian DSME dapat menghasilkan berbagai outcome yang positif bagi penderita DM (Kurniawati et al., 2021). Dalam penelitian (Harsismanto J et al., 2021) menjelaskan Diabetes Self Management Education (DSME) berpengaruh terhadap kualitas hidup pasien diabetes mellitus tipe 2 di wilayah kerja Puskesmas Pasar Ikan Kota Bengkulu. Hal ini sejalan dengan penelitian (Qurniawati et al., 2020) bahwa setelah dilakukan intervensi terdapat peningkatan perawatan diri sehingga disimpulkan terdapat pengaruh Diabetes Self Management Education (DSME)

terhadap perawatan diri pasien diabetes melitus.

Komponen DSME yang diajarkan selama pemberian DSME kepada pasien DM dalam penelitian ini adalah pengetahuan dasar tentang DM, pengaturan nutrisi/diet, olah raga atau latihan fisik, perawatan kaki, terapi farmakologis dan monitoring kadar gula darah. Teori yang digunakan dalam meningkatkan kemandirian pasien ini adalah teori Self-care menurut Orem's. Teori ini menyatakan bahwa self-care merupakan kegiatan yang dilakukan oleh individu sendiri untuk memenuhi kebutuhan mempertahankan kesehatan. Teori Orem ini sesuai untuk merawat pasien DM karena tujuan dalam perawatan pasien diabetes melitus yaitu memandirikan pasien diabetes (Indaryati, 2018). Semakin baik self care management DM, maka kadar gula darah akan terkontrol dengan baik dan pada akhirnya komplikasi dapat dicegah, sehingga dapat meningkatkan kualitas hidup penderita DM (Wayunah et al., 2020).

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa ada peningkatan self care antara sebelum (pre) dan sesudah (post) pemberian Diabetes Self Management Education (DSME) pada kelompok intervensi. Sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan (Nurjannah, 2022) bahwa pendidikan kesehatan dengan metode Diabetes Self Management Education (DSME) memiliki perbedaan tingkat self care yang bermakna antara pre test dan post test. Sedangkan pada kelompok kontrol tidak terdapat perbedaan yang bermakna antara pre test dan post test. Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian (Simbolon et al., 2020), dalam penelitiannya bahwa pada kelompok kontrol tidak ada perbedaan yang signifikan antara pre

test dan post test. (Sudirman & Modjo, 2021) juga menyebutkan bahwa tidak terdapat perbedaan self care diabetik yang bermakna pada pengukuran pre test dan post test tanpa pemberian DSME pada kelompok kontrol.

KESIMPULAN

Kesimpulan dari penelitian ini adalah terdapat pengaruh *Diabetes Self Management Education* (DSME) terhadap *self care* pasien DM tipe 2.

DAFTAR PUSTAKA

- Dasopang, E. S. (2018). Karakteristik Pengetahuan Dan Kepatuhan Diet Pada Penderita Diabetes Mellitus Dipuskesmas Pekan Labuhan Medan. *Talenta Conference Series: Tropical Medicine (Tm)*, 1(3), 038-045. <https://doi.org/10.32734/Tm.V1i3.259>
- Febriana, D. (2022). Hubungan Lama Menderita Dengan Self Management Pada Penderita Dm Tipe 2 Di Wilayah Kerja Puskesmas Patrang. 1-23.
- Gaol, M. J. L. (2019). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Self Care Pada Penderita Dm Di Puskesmas Pancur Batu Tahun 2019. *Poltekkes Kemenkes Medan*, 2(1), 1. <http://poltekkes.aplikasi-akademik.com/xmlui/handle/123456789/2147>
- Harsismanto J, Padila, Andri, J., Sartika, A., & Andrianto, M. B. (2021). Kualitas Hidup Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2. *Jurnal Kesmas Asclepius*, 3(2), 80-87. <https://doi.org/10.31539/Jka.V3i2.3149>
- Indaryati, S. (2018). Pengaruh Diabetes Self Management

- Education (Dsme) Terhadap Self-Care Pasien Diabetes Melitus Di Rumah Sakit Kota Palembang. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 1(1), 44-52.
- Kemkes Ri. (2017). *Rencana Aksi Kegiatan Pengendalian Penyakit Tidak Menular* (Pp. 1-37). [Http://P2p.Kemkes.Go.Id/Wp-Content/Uploads/2017/12/P2ptm_Rak2017.Pdf](http://P2p.Kemkes.Go.Id/Wp-Content/Uploads/2017/12/P2ptm_Rak2017.Pdf)
- Kurniawati, T., Huriah, T., & Primanda, Y. (2021). Pengaruh Diabetes Self Management Education (Dsme) Terhadap Self Management Pada Pasien Diabetes Mellitus. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 12(2), 588-594. <https://doi.org/10.48144/jiks.v12i2.174>
- Lestari, L., Zulkarnain, Z., & Sijid, S. A. (2021). Diabetes Melitus: Review Etiologi, Patofisiologi, Gejala, Penyebab, Cara Pemeriksaan, Cara Pengobatan Dan Cara Pencegahan. *Uin Alauddin Makassar*, November, 237-241. [Http://Journal.Uin-Alauddin.Ac.Id/Index.Php/Psb](http://journal.uin-alauddin.ac.id/index.php/psb)
- Mustipah, O. (2019). Hubungan Antara Usia Dan Jenis Kelamin Dengan Self Care Pada Pasien Dm Tipe 2 Di Puskesmas Depok Iii Sleman Yogyakarta Correlation. *Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta*, 1-9.
- Ningrum, T. P., Alfatih, H., & Siliapantur, H. O. (2019). Faktor-Faktor Yang Memengaruhi Manajemen Diri Pasien Dm Tipe 2. *Jurnal Keperawatan Bsi*, 7(2), 114-126.
- Notoatmojdo, S. (2018). *Metodologi Penelitian Kesehatan* (3rd Ed.). Pt Rineka Cipta.
- Nurjannah, A. (2022). Pengaruh Diabetes Self Management Education And Support. *E-Jurnal Pustaka Kesehatan*, 6(1), 133-140.
- Pramesti, T. A., & Adiatmika, I. P. G. (2018). Description Of Diabetes Mellitus Patient's Self-Empowerment In Mangusada Hospital, Badung District. *Bali Medika Jurnal*, 5(2), 143-154.
- Pranoto, A., & Rusman, A. (2022). Jurnal Pendidikan Dan Konseling. *Jurnal Pendidikan Dan Konseling*, 4(May), 1349-1358.
- Qurniawati, D., Fatikasari, A., Tafonao, J., & Anggeria, E. (2020). Pengaruh Diabetes Self-Management Education (Dsme) Terhadap Perawatan Diri Pasien Luka Diabetes Melitus. *Jurnal Ilmu Keperawatan*, 8(1), 10-21.
- Rosyid, F. N., Hudiawati, D., & Kristinawati, B. (2019). Peningkatan Pengetahuan Dan Upaya Pencegahan Diabetes Melitus Melalui Pendidikan Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta. *J-Adimas (Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat)*, 7, 91-94. <https://jurnal.stkippgritulungagung.ac.id/index.php/jadimas/article/view/1453>
- Salsabila, F., Ismonah, & Yono, N. H. (2021). Pengaruh Edukasi Audiovisual Terhadap Self Care Management Penyandang Diabetes Melitus Di Wilayah Kerja Puskesmas Pabelan Kabupaten Semarang. *Prosiding Seminar Nasional ...*, 4(Dm), 1262-1271. <https://prosiding.unimus.ac.id/index.php/semnas/article/viewfile/898/905>
- Sari, S. W., Ulfiana, E., & Fuziningtyas, R. (2020). *Analysis Of Factors Related To Self Care Elderly Lived At Nursing Home*. 5(1). <https://doi.org/10.20473/ljchn.v5i1.18990>

- Simbolon, M. A., Kurniawati, N. D., & Harmayetty, H. (2020). Diabetes Self Management Education (Dsme) Meningkatkan Pengetahuan, Sikap, Dan Self Efficacy Penderita Diabetes Melitus Tipe 2. *Indonesian Journal Of Community Health Nursing*, 4(2), 60. <https://doi.org/10.20473/ljchn.V4i2.14687>
- Sudirman, A. A., & Modjo, D. (2021). Efektifitas Diabetes Self Management Education (Dsme) Terhadap Kadar Glukosa Darah Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 Di Wilayah Puskesmas Limboto Barat. *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia (Mppki)*, 4(2), 151-156. <https://doi.org/10.56338/Mppki.V4i2.1489>
- Sujarweni, V. W. (2022). *Metodologi Penelitian* (2022nd Ed.). Pustakabarupress.
- Syahid, Z. M. (2021). Faktor Yang Berhubungan Dengan Kepatuhan Pengobatan Diabetes Mellitus. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 10(1), 147-155. <https://doi.org/10.35816/Jiskh.V10i1.546>
- Wahyuni, K. S. P. D., Setiasih, & Aditama, L. (2021). Pengaruh Edukasi Terhadap Self Care Behaviours Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 Di Rumah Diabetes Ubaya Effectiveness Of Education On Self Care Behaviours For Type-2 Diabetes Mellitus Patients In Rumah Diabetes Ubaya. *Jurnal Wiyata*, 8(2), 131-139.
- Wayunah, W., Hidayatin, T., & Ayunda, A. (2020). Self Care Management Sebagai Upaya Mengontrol Kadar Glukosa Darah Pada Penderita Diabetes Mellitus: A Literature Review. *Jurnal Kesehatan Indra Husada*, 8(2), 267-274.
- Yulisetyaningrum, Y., Mardiana, S. S., & Susanti, D. (2018). Hubungan Tingkat Pendidikan Dan Pengetahuan Tentang Diet Dm Dengan Kepatuhan Diet Pasien Diabetes Mellitus Di Rsud R.A Kartini Jepara. *Indonesia Jurnal Perawat*, 3(1), 44-50.