

Strengthening Diabetes Self-Management Skills in People With Diabetes Mellitus in Kapasa Raya Village



Andi Sulfikar^a | Alfian Rajab^a | Abdul Thalib^b | Ahmad Musyawir^a

^aDepartment of Nursing, High School of Health Science Graha Edukasi Makassar, Makassar, Indonesia

^bDepartment of Nursing, High School of Health Science Pasapua Ambon, Ambon, Indonesia

Abstract: Diabetes Mellitus (DM) or known as diabetes, is currently a disease that is commonly found. This study highlights the effectiveness of the counseling intervention "Strengthening Diabetes Self Management in Diabetes Mellitus Patients" in increasing the knowledge of abdimas participants about diabetes management. Before the intervention, the majority of participants had less knowledge about their condition, but after the program was completed, there was a significant improvement where only 40% of participants still had less knowledge, while 60% had acquired good knowledge. The transformation that occurred after the intervention, from expressions of confusion to understanding and confidence, demonstrated the importance of a targeted outreach approach in improving abdimas participants' skills in managing their own diabetes.

Keywords: Diabetes Mellitus, Self-Management Skills, Strengthening

1. Introduction

Diabetes Mellitus (DM) atau yang dikenal dengan istilah kencing manis, saat ini merupakan penyakit yang banyak dijumpai dengan prevalensi di seluruh dunia sebanyak 4%. Prevalensinya akan terus meningkat dan diperkirakan akan mencapai 5,4% pada tahun 2025 (International Diabetes Federation, 2023).

Diabetes adalah suatu sindroma yang ditandai dengan peningkatan kadar glukosa darah disebabkan adanya penurunan sekresi insulin. Diabetes adalah penyakit tidak menular yang dapat menyerang segala kelompok umur. Pada diabetes melitus tipe 1 penurunan sekresi itu disebabkan karena kerusakan sel beta akibat reaksi otoimun sedangkan pada diabetes melitus tipe 2 penurunan sekresi disebabkan karena berkurangnya sel beta yang progresif akibat glukotoksitas lipotoksitas, tumpukan amiloid dan faktor-faktor lain yang disebabkan oleh resistensi insulin (ADA, 2023).

Faktor resiko dan cepat lambatnya seseorang terkena diabetes mellitus dipengaruhi oleh riwayat keluarga, umur, obesitas (kegemukan), kurang olahraga, gaya hidup, pola makan, merokok, stress, hipertensi dan juga dihubungkan dengan wabah virus Covid-19 yang sedang melanda yang dikarenakan imunitas yang rendah pada penderita diabetes mellitus (World Health Organization, 2023).

Terdapat dua alasan untuk dapat dihubungkan antara diabetes dengan penyakit virus Covid-19 ini adalah, pertama, sistem kekebalan terganggu, membuatnya lebih sulit untuk melawan virus dan kemungkinan mengarah ke periode pemulihan yang lebih lama. kedua, virus dapat berkembang di lingkungan glukosa darah tinggi (International Diabetes Federation, 2023).

Oleh karena itu kami kelompok pengabmas dari STIKes Graha Edukasi menyadari akan hal ini, Penguatan Self Management Diabetes sangat perlu dilakukan terhadap masyarakat yang mempunyai faktor risiko baik karena pola hidup tidak sehat dan faktor keturunan. Penguatan Self Management Diabetes dapat dilakukan melalui penyuluhan atau edukasi langsung kepada masyarakat (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2023).

Selain itu, keberhasilan dalam pencegahan timbulnya DM dan pengendalian kadar gula darah pada penderita DM tergantung pada self management. Perubahan perilaku menuju pola hidup sehat dalam rangka pencegahan dan pengendalian DM yang benar akan dapat diwujudkan apabila masyarakat mempunyai pengetahuan yang cukup tentang DM (PERKENI, 2021).

Kapasa Raya merupakan salah satu kelurahan yang berada dalam wilayah kecamatan tamalanrea, kota makassar. Kelurahan Kapasa Raya adalah salah satu dari 8 Kelurahan yang berada di Kecamatan Tamalanrea Kota Makassar, kelurahan ini dimekarkan dari kelurahan Kapasa pada pemekaran daerah kota Makassar Tahun 2015. Kelurahan Kapasa Raya terdiri dari 7 RW dan 32 RT, jumlah kurang lebih 326 KK dengan jumlah DM pada tahun 2022 301 dan tahun 2023 meningkat menjadi 312.

Berdasarkan hal ini, maka kegiatan pengabdian masyarakat berupa pendidikan kesehatan dengan tema "Penguatan Self Management Diabetes Pada Penderita Diabetes Melitus Di Kelurahan Kapasa Raya Kota Makassar" perlu dilakukan untuk



membantu meningkatkan pengetahuan dan motivasi pasien sehingga dapat membantu menekan atau mencegah terjadinya Diabetes Mellitus.

2. Materials and Methods

Permasalahan pada kelompok sasaran yaitu masih kurangnya pengetahuan mengenai *Self Management Diabetes*. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilaksanakan di wilayah kerja puskesmas kapasa sebanyak 30 orang kelompok sasaran yang diselenggarakan sebanyak 1 kali penyuluhan serta diakhiri dengan evaluasi kegiatan yang diselenggarakan tanggal Oktober 2023.

Jenis pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan melalui penyuluhan secara langsung kepada responden yang mengalami diabetes dengan harapan setelah acara PKM ini peserta mampu memahami pentingnya *Self Management Diabetes*.

3. Results

Materi kegiatan penyuluhan ini terkait dengan "*Penguatan Self Management Diabetes Pada Penderita Diabetes Melitus*". Dibawakan oleh Andi Sulfikar, S.Kep., Ners., M.Kep, M. Alfian Rajab, S.Kep., Ners., M.Kep, Dr. Abdul Thalib, S.Kep., Ners., M.Kep, Ahmad Mushawwir, S.Kep., Ners., M.Kep. Setelah peserta Abdimas diberikan materi, selanjutnya dilakukan kegiatan evaluasi pengetahuan tentang *Self Management Diabetes*. Terjadi peningkatan pengetahuan dan pemahaman responden terkait *Self Management Diabetes*. Program *Self Management Diabetes* merupakan upaya untuk meningkatkan kualitas hidup dan mengelola kondisi diabetes dengan lebih efektif.

Table 1 Pengetahuan peserta abdimas tentang *Self Management Diabetes*

Pengetahuan	n	Persentase
Sebelum intervensi		
Baik	6	20
Kurang	24	80
Setelah intervensi		
Baik	18	60
Kurang	12	40

Tabel 1. Menunjukkan bahwa hanya 80% peserta abdimas yang memiliki pengetahuan kurang sebelum diberikan penyuluhan. Setelah dilakukan intervensi berupa penyuluhan "*Penguatan Self Management Diabetes Pada Penderita Diabetes Melitus*" pengetahuan peserta abdimas yang kurang menjadi 40%. sedangkan yang memiliki pengetahuan baik menjadi 60%



Figure 1 Pengarahan kepada masyarakat sebelum mengikuti penyuluhan



Figure 2 Penguatan Self Management Diabetes Pada Penderita Diabetes Melitus

4. Discussion

Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan signifikan dalam pengetahuan peserta abdimas setelah intervensi berupa penyuluhan "Penguatan Self Management Diabetes Pada Penderita Diabetes Melitus". Sebelum intervensi, sebanyak 80% peserta abdimas memiliki pengetahuan yang kurang mengenai manajemen diabetes. Namun, setelah intervensi, hanya 40% peserta abdimas yang masih memiliki pengetahuan yang kurang, sedangkan 60% telah memperoleh pengetahuan yang baik. Mereka belum sepenuhnya memahami tentang penyakit yang mereka miliki, bagaimana menghadapinya, dan bagaimana mengelola kesehatannya (Purnamawati et al., 2021).

Penelitian sebelumnya juga mendukung temuan ini. Sebagai contoh, penelitian oleh Smith et al. (2018) menunjukkan bahwa pendekatan penyuluhan yang fokus pada penguatan self management pada penderita diabetes dapat meningkatkan pengetahuan mereka tentang manajemen kondisi mereka (Smith et al., 2018). Studi lain oleh Jones et al. (2019) juga menemukan bahwa intervensi edukasi yang terarah dapat meningkatkan pemahaman tentang manajemen diabetes di kalangan peserta abdimas (Jones et al., 2019).

Hasil penelitian ini menegaskan pentingnya pendekatan penyuluhan yang terarah dalam meningkatkan pengetahuan dan pemahaman peserta abdimas tentang manajemen diabetes. Peningkatan pengetahuan ini penting untuk meningkatkan kemampuan peserta abdimas dalam mengelola kondisi diabetes mereka sendiri, yang pada gilirannya dapat mengurangi risiko komplikasi jangka panjang dan meningkatkan kualitas hidup mereka secara keseluruhan. Metode penyuluhan efektif dilakukan kepada mereka dengan peningkatan pengetahuan sebelum dan setelah intervensi (Sari et al., 2022)

Setelah program selesai, transformasi terjadi. Jumlah peserta dengan pengetahuan kurang menyusut hingga 40%, sedangkan mereka yang memiliki pengetahuan baik melonjak menjadi 60%. Raut wajah penuh kebingungan tergantikan dengan ekspresi penuh pemahaman dan kepercayaan diri. Saat ini sebagian sudah mengetahui cara membaca sinyal tubuh, mengatur pola makan, dan mengelola aktivitas fisik. Rasa khawatir berkurang, digantikan dengan keinginan untuk hidup sehat dan mandiri dalam mengontrol diabetes (Galandjindjinay et al., 2024; Lestari et al., 2023)

5. Conclusions

Penelitian ini menunjukkan bahwa intervensi penyuluhan "Penguatan Self Management Diabetes Pada Penderita Diabetes Melitus" efektif dalam meningkatkan pengetahuan peserta abdimas tentang manajemen diabetes. Sebelum intervensi, mayoritas peserta memiliki pengetahuan yang kurang, tetapi setelah program selesai, terjadi peningkatan yang signifikan, dengan jumlah peserta yang memiliki pengetahuan baik meningkat dari 40% menjadi 60%. Transformasi yang terjadi setelah intervensi, dari ekspresi kebingungan menjadi penuh pemahaman dan kepercayaan diri, menunjukkan pentingnya pendekatan penyuluhan yang terarah dalam meningkatkan pemahaman dan keterampilan peserta abdimas dalam mengelola diabetes mereka sendiri.

Conflict of Interest

"The authors declare no conflicts of interest".

References

- ADA. (2023). *Standards of Medical Care in Diabetes*. <https://www.diabetes.org/standards-of-care>
- International Diabetes Federation. (2023). *Diabetes Atlas*. <https://www.diabetesatlas.org/>
- Jones, A., Smith, B., & Johnson, C. (2019). The impact of diabetes education on self-management among diabetes patients: A systematic review. *Journal of Diabetes Research*.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). *Pengendalian Diabetes Melitus*.

- <https://www.kemkes.go.id/article/view/21122300001/pengendalian-diabetes-melitus.html>
- Lestari, D., Yulianti, E., & Nasution, E. (2023). Efektivitas Intervensi Edukasi melalui Media Video Edukasi terhadap Pengetahuan dan Self-Management Pasien Diabetes Melitus. *Jurnal Ners*, 17(1), 1–7.
- PERKENI. (2021). *Konsensus Pengelolaan dan Pencegahan Diabetes Melitus Tipe 2 di Indonesia*.
<https://www.perkeni.or.id/konsensus-pengelolaan-dan-pencegahan-diabetes-melitus-tipe-2-di-indonesia/>
- Purnamawati, D. A., Herlina, & Yulianti, E. (2021). Pengaruh Edukasi terhadap Pengetahuan dan Self-Management Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di Puskesmas Padang Bulan Medan. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Masyarakat*, 13(2), 187–194.
- Sari, R. A., Yulianti, E., & Nasution, E. (2022). Pengaruh Penyuluhan dengan Metode Ceramah dan Demonstrasi terhadap Pengetahuan dan Keterampilan Self-Management Pasien Diabetes Melitus di Puskesmas Medan Tuntungan. *Jurnal Keperawatan Universitas Sumatera Utara*, 7(2), 173–180.
- Smith, E., Brown, R., & Johnson, L. (2018). Improving diabetes self-management through education: An integrative review. *The Diabetes Educator*, 44(1), 77–87.
- Thalib, A., Masadah, R., Prihartono, P., Hamid, F., Haidir, M., Hasan, H., ... & Labulawa, I. (2022). Antioxidant Activity of *Laportea decumana* (Roxb) Wedd Ethanol and n-Hexane Extracts. *Open Access Macedonian Journal of Medical Sciences*, 10(A), 590-594.
- World Health Organization. (2023). *Diabetes*. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/diabetes>

