

Pelaksanaan *Diabetes Self Management Education* (Dsme) Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2

Implementation of Diabetes Self Management Education (DSME) in Type 2 Diabetes Mellitus Patients

Khalizar¹, Liza Wahyuni^{2*},

¹ Dosen Prodi S1 Keperawatan, Stikes Muhammadiyah Lhokseumawe

² Dosen Prodi D3 Keperawatan, Stikes Muhammadiyah Lhokseumawe

*Corresponding Author : lizawahyuni2@gmail.com

ABSTRAK

Diabetes Self Management Education (DSME) kepada pasien penting dilakukan sebagai langkah dalam pengendalian penyakit diabetes melitus dengan tujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan ketrampilan pasien sehingga pasien dapat melakukan pengelolaan pengobatan secara mandiri. Penelitian ini bertujuan untuk melihat efektifitas pelaksanaan *Diabetes Self Management Education* (DSME) pada pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 di Puskesmas Muara Dua Kota Lhokseumawe Tahun 2023. Jenis penelitian *deskriptif*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh penderita diabetes mellitus (DM) tipe 2 yang terdaftar sebagai peserta prolanis berjumlah 74 orang. Pengambilan sampel dengan menggunakan teknik *purposive sampling* berjumlah 42 orang. Instrumen untuk mengevaluasi menggunakan alat ukur Diabetes Self-Management Questioner (DSMQ). Hasil penelitian efektifitas pelaksanaan *Diabetes Self Management Education* (DSME) pada pasien Diabetes Mellitus (DM) Tipe 2 melalui program prolanis menunjukkan lebih dari setengah responden menerapkan DSME dengan cara baik (66,6%) atau 28 orang. Edukasi yang diberikan tentang diabetes mellitus kepada peserta melalui kegiatan prolanis sudah dilakukan secara rutin diharapkan peserta dapat memahami informasi yang sudah disampaikan, sehingga peserta prolanis dapat merubah pola hidup yang lebih baik sesuai intervensi *diabetes self management education* (DSME). Responden disarankan untuk tetap mempertahankan keikutsertaan mereka dalam kegiatan prolanis secara rutin.

Kata Kunci : Diabetes Self Management Education (DSME), Diabetes Mellitus

ABSTRACT

Diabetes Self Management Education (DSME) for patients is important as a step in controlling diabetes mellitus with the aim of increasing patient knowledge and skills so that patients can manage their medication independently. This study aims to see the effectiveness of the implementation of Diabetes Self Management Education (DSME) in patients with Diabetes Mellitus Type 2 at the Muara Dua Health Center, Lhokseumawe City in 2023. This type of research is descriptive. The population in this study were all type 2 diabetes mellitus (DM) patients who were registered as prolanis participants totaling 74 people. Sampling using purposive sampling technique amounted to 42 people. The instrument to evaluate uses the Diabetes Self-Management Questioner

(DSMQ). The results of the research on the effectiveness of implementing Diabetes Self Management Education (DSME) in Type 2 Diabetes Mellitus (DM) patients through the prolanis program showed that more than half of the respondents implemented DSME in a good way (66.6%) or 28 people. Education provided about diabetes mellitus to participants through prolanis activities has been carried out routinely, it is expected that participants can understand the information that has been conveyed, so that prolanis participants can change their lifestyle for the better according to diabetes self management education (DSME) interventions. Respondents are advised to maintain their participation in prolanis activities on a regular basis.

Keywords : Diabetes Self Management Education (DSME), Diabetes Mellitus

PENDAHULUAN

Diabetes Melitus (DM) merupakan salah satu masalah yang serius di seluruh dunia karena cenderung terjadi peningkatan di masa yang akan datang. Data dari organisasi kesehatan dunia menyebutkan bahwa dari berbagai tipe DM, tipe 2 merupakan tipe yang paling tinggi persentase penderitanya yaitu sebesar 90-95 % (WHO, 2016). DM tidak hanya menyebabkan kematian di seluruh dunia. Penyakit ini juga menjadi penyebab utama kebutaan, penyakit jantung dan gagal jantung. Prevalensi diabetes didunia diperkirakan semakin meningkat seiring penambahan umur penduduk menjadi 19,9% atau 11,2 juta orang pada umur 65-79 tahun. Angka diprediksikan terus meningkat mencapai 578 juta di tahun 2030 dan 700 juta tahun 2045 (Kemenkes RI, 2020).

Penderita DM di Indonesia berada pada peringkat ke-7 diantara 10 negara dengan jumlah penderita terbanyak yaitu sebesar 10,7 juta. Indonesia menjadi satu-satunya negara di Asia Tenggara pada daftar tersebut, sehingga dapat diperkirakan besarnya kontribusi Indonesia terhadap kasus diabetes di Asia Tenggara (Kemenkes RI, 2020). Jumlah kasus penyakit tidak menular (PTM) di Provinsi Aceh tahun 2018 untuk hipertensi berjumlah 172.213 kasus, Diabetes Melitus (DM) 97.033 kasus, stroke 32.200 kasus, asma bronchial 26.412 kasus dan obesitas sebesar 23.531 kasus (Dinkes Aceh, 2021).

DM dapat menjadi serius dan menyebabkan kualitas hidup menurun akibat komplikasi diabetik(Akbar et al., 2021). Akibat dari hiperglikemi dapat terjadi komplikasi metabolik akut seperti Ketoasidosis Diabetik (KAD) dan keadaan hiperglikemi dalam jangka waktu yang lama berkontribusi terhadap komplikasi kronik pada kardiovaskuler, ginjal, penyakit mata dan komplikasi neuropatik. DM juga berhubungan dengan peningkatan kejadian penyakit makrovaskuler seperti stroke (Nuradhayani et al., 2017).

Upaya pengendalian DM menjadi tujuan yang sangat penting dalam mengendalikan dampak komplikasi yang menyebabkan beban yang sangat berat bagi individu maupun keluarga juga pemerintah. Edukasi merupakan awal dari penatalaksanaan diabetes melitus untuk mengubah perilaku pasien dan gaya hidup (Rahmawati, dkk, 2016). Edukasi kepada pasien Diabetes Melitus tipe 2 penting dilakukan sebagai langkah dalam pengendalian Diabetes Melitus dengan tujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan ketrampilan pasien sehingga pasien dapat melakukan pengelolaan Diabetes Melitus secara mandiri. dan berkelanjutan dikenal sebagai *Diabetes Self-Management Education (DSME)* (Tia Puspita, Wiyadi, 2020)

Penelitian yang dilakukan mengenai penerapan *Diabetes Self Management Education* (DSME) dalam meningkatkan *self care* penderita diabetes melitus di Kelurahan Agrowisata Kecamatan Rumbai Kota Pekanbaru. Dalam pelaksanaannya, kegiatan ini diikuti oleh 17 peserta pada kegiatan pertama dan kedua serta 15 orang pada kegiatan ketiga. Peserta yang hadir pada kegiatan tersebut sebagian besar memiliki kadar gula darah sewaktu di atas normal (> 140 mg/dL). Dengan demikian dapat dikatakan bahwa target peserta tercapai 100%. Angka tersebut menunjukkan bahwa kegiatan pengabdian masyarakat dilihat dari jumlah peserta yang hadir dapat dikatakan sukses (Nita et al., 2021).

Penelitian yang dilakukan di Wilayah Puskesmas Limboto Bara menunjukkan perbedaan kadar glukosa darah yang bermakna pada pengukuran sesudah pemberian *Diabetes Self Manajement Education* (DSME) pada responden dimana diperoleh nilai $p < 0,05$ ($p = 0,00$), dengan nilai t positif (4,67) yang berarti pengukuran kadar glukosa darah sebelum perlakuan lebih besar dari pengukuran sesudah perlakuan, sehingga terdapat perbedaan kadar glukosa darah pada pasien diabetes mellitus tipe 2 sebelum dan sesudah intervensi penerapan *Diabetes Self Manajement Education* (DSME) (Sudirman & Modjo, 2021).

Penelitian lain yang dilakukan menunjukkan pengetahuan penderita diabetes melitus dan gula darah di Desa Kuanheum Kabupaten Kupang pengetahuan sebelum dilakukan *Diabetes Self Management Education* sebagian besar adalah kurang yaitu 50 %. Setelah diberikan edukasi pengetahuan penderita DM sebagian besar adalah baik (Aty et al., 2020). Berdasarkan latar belakang diatas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Pelaksanaan *Diabetes Self Management Education* (DSME) Pada Pasien Diabetes Mellitus (DM) Tipe 2 di Puskesmas Muara Dua Kota Lhokseumawe Tahun 2023”.

METODE

Dalam rancangan penelitian ini penulis menggunakan metode penelitian deskriptif Populasi yang akan diambil dalam penelitian ini adalah seluruh penderita diabetes mellitus (DM) tipe 2 yang aktif sebagai peserta prolanis berdasarkan aplikasi BPJS di Puskesmas Muara Dua Kota Lhokseumawe berjumlah 74 orang. Dalam penelitian ini menggunakan *purposive sampling* yaitu peserta prolanis di Puskesmas Muara Dua Kota Lhokseumawe menjadi sampel yang berjumlah 42 orang yang memenuhi kriteria dalam penelitian ini.

Analisa data dalam penelitian ini dianalisis dengan deskriptif. Teknik pengambilan data dalam penelitian ini yaitu penyebaran kuesioner. Instrumen penelitian yang digunakan pada penelitian ini menggunakan alat ukur Diabetes Self-Management Questioner (DSMQ) yang terdiri dari angket pengkajian dan observasi tentang manajemen glukosa, kontrol diet, olahraga dan penggunaan layanan kesehatan. Observasi dalam angket ini mendeskripsikan aktivitas pasien tentang diabetes selama dua minggu terakhir dengan analisis secara spesifik.

Skor pada observasi atau monitoring DSMQ ini terdiri dari 0 (sangat sesuai dengan saya), 1 (sesuai dengan saya dan terjadi cukup sering), 2 (terkadang terjadi pada saya), 3 (sama sekali tidak sesuai dengan saya) dengan cara menghitung skor total dengan kategori yaitu kurang (0-16) cukup (17-23) baik (24-48) untuk monitoring edukasi diet, olahraga, kepatuhan dalam pengobatan dan pemantauan kadar glukosa darah pada pasien diabetes melitus. Nilai reabilitas alpha cronbach adalah 0,84.

HASIL

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden (n=42)

No	Data Demografi	Frekuensi	%
1	Umur		
	45 - 55 Tahun	15	35,7
	56 - 65 Tahun	23	54,8
	> 65 Tahun	4	9,5
2	Jenis Kelamin		
	Laki-laki	2	4,3
	Perempuan	40	95,2
3	Pendidikan Terakhir		
	SD	9	21,5
	SMP	11	26,2
	SMA	20	47,6
	Perguruan Tinggi	2	4,7
	Total	42	100

Berdasarkan Tabel 1 di atas terlihat umur responden terbanyak kelompok umur 56-65 tahun sebanyak 23 responden (54,8%), seluruh responden yang rutin mengikuti kegiatan prolanis berjenis kelamin perempuan sebanyak 40 responden (95,2%) dan pendidikan responden paling banyak tingkat SMA sebanyak 20 responden (47,6%).

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pelaksanaan *Diabetes Self Management Education* (DSME (n=42)

No	Efektifitas Pelaksanaan <i>Diabetes Self Management Education</i> (DSME)	Frekuensi	%
1.	Baik	20	49,7
2.	Cukup	14	30,3
3.	Kurang	8	20,0
	Total	42	100

Berdasarkan tabel 2 di atas menunjukkan bahwa distribusi frekuensi responden berdasarkan pelaksanaan *Diabetes Self Management Education* (DSME) pada pasien

diabetes mellitus tipe 2 melalui program prolanis adalah pada katagori baik yaitu sebanyak 20 responden (49,7%).

PEMBAHASAN

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa mayoritas responden berumur 56-65 tahun sebanyak 23 responden (54,8%). Hal ini sejalan dengan pendapat PERKENI (2015), bahwa kelompok usia 45 tahun keatas adalah kelompok yang beresiko tinggi mengalami DM. Hal ini juga sesuai dengan pendapat Smeltzer dan Bare (2008), bahwa umur sangat erat kaitannya dengan kenaikan gula darah, dimana semakin meningkat umur maka resiko mengalami DM tipe 2 semakin tinggi.

Penambahan usia juga menyebabkan perubahan homeostasis tubuh, termasuk perubahan sel beta pankreas yang menghasilkan insulin yang berdampak meningkatnya kadar glukosa darah, pada umur lebih dari 50 tahun akan terjadi peningkatan kadar gula darah 5-10 mg/dl setiap tahunnya (Dewi Prasetyani, 2017). Pada usia tua juga cenderung memiliki gaya hidup yang kurang aktif dan pola makan tidak seimbang

Penderita diabetes biasanya cenderung memiliki kandungan gula darah yang tidak terkontrol (Susanto, 2013). Kadar gula darah akan meningkat dratis setelah mengkonsumsi makanan yang banyak mengandung karbohidrat dan/atau gula (Nurrahmani, 2012). Oleh karena itu, penderita DM perlu menjaga pengaturan pola makan dalam rangka pengendalian kadar gula darah sehingga kadar gula darahnya tetap terkontrol.

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 (Kurniawati et al., 2021). Sesuai dengan hasil penelitian efektifitas pelaksanaan *Diabetes Self Management Education* (DSME) di Puskesmas Muara Dua sebanyak 28 responden (66,7%) pada katagori baik.

Hal tersebut diperkuat oleh Perkumpulan Endokrinologi Indonesia (2021) yang menyatakan bahwa ada empat pilar penanganan utama pada pasien DM tipe 2, yaitu edukasi, terapi nutrisi medis, latihan jasmani, dan intervensi farmakologis. Edukasi memegang peranan yang sangat penting dalam penatalaksanaan DM karena pemberian edukasi kepada pasien dapat merubah perilaku pasien dalam melakukan perawatan mandiri DM.

Kegiatan Prolanis di Puskesmas Muara Dua dilaksanakan setiap hari jumat, dalam sebulan 4 atau 5 kali kegiatan. Kegiatan tersebut dimulai di pemeriksaan tekanan darah, pemeriksaan KGD dan dilanjut dengan senam. Sebulan sekali peserta mendapatkan edukasi dengan materi yang berbeda yang berkaitan dengan diabetes mellitus dan hipertensi. Materi disampaikan oleh Tenaga Kesehatan baik dokter, perawat dan tenaga kesehatan lainnya. Program ini sudah berlangsung sejak 2014. Prolanis merupakan suatu sistem pelayanan kesehatan dan pendekatan proaktif yang dilaksanakan secara terintegrasi yang melibatkan peserta, fasilitas kesehatan dan BPJS Kesehatan (BPJS Kesehatan, 2014).

Hasil penelitian penerapan *Diabetes Self Management Education* (DSME) di Puskesmas Muara Dua masih terdapat 14 responden yang kurang baik. Hal ini dapat dipengaruhi karena beberapa peserta prolanis anggota baru dan peserta yang tidak rutin

mengikuti kegiatan prolanis khususnya saat pelaksanaan edukasi. Hal ini dapat dilihat dari absensi kegiatan prolanis.

Penelitian ini didukung oleh penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Sudirman dan Modjo (2021) di Wilayah Puskesmas Limboto Bara menunjukkan perbedaan kadar glukosa darah yang bermakna pada pengukuran sesudah pemberian *Diabetes Self Manajement Education* (DSME) pada responden dimana diperoleh nilai $p < 0,05$ ($p = 0,00$).

Asumsi peneliti pemberian edukasi pada peserta prolanis dengan menekankan pada promotif dan preventif bahwa pentingnya mengubah pola hidup yang lebih sehat dan selalu melakukan pencegahan dengan mengetahui pentingnya pengelolaan diabetes. Pemberian edukasi bertujuan menurunkan glukosa darah pada penderita DM untuk mencegah timbulnya komplikasi

Berdasarkan hasil penelitian dan teori diatas maka dapat disimpulkan bahwa efektifitas pelaksanaan *Diabetes Self Management Education* (DSME) pada pasien diabetes mellitus tipe 2 di Puskesmas Muara Dua Kota Lhokseumawe berjalan baik, dimana penderita diabetes melitus type II dapat melakukan pengelolaan perawatan secara mandiri.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah peneliti lakukan dengan sampel 42 peserta prolanis menunjukkan pelaksanaan *Diabetes Self Management Education* (DSME) baik sebanyak 20 responden (49,7%) cukup sebanyak 14 responden (30,3%) dan kurang baik sebanyak 8 responden (20,0%).

SARAN

Diharapkan edukasi yang diberikan tentang diabetes mellitus kepada peserta melalui kegiatan prolanis dapat peserta dapat memahami informasi yang sudah disampaikan, sehingga peserta prolanis dapat merubah pola hidup yang lebih baik sesuai intervensi *diabetes self management education* (DSME).

DAFTAR PUSTAKA

- Akbar, Y., Mursal, M., Thahira, H., & Rizana, N. (2021). Tingkat kualitas hidup pasien luka kaki diabetik. *Jurnal Keperawatan*, 19(2), 55–65. <https://doi.org/10.35874/jkp.v19i2.915>
- Aty, Y. M. V. B., Herwanti, E., & Nugroho, F. C. D. (2020). Penerapan Diabetes Self Management Education (Dsme) Bagi Penderita Diabetes Melitus Di Desa Kuanheum Kecamatan Kupang Barat Kabupaten Kupang. *Semnas I Kesehatan Lingkungan & Penyakit Tropis*.
- Dewi Prasetyani, S. (2017). ANALISIS FAKTOR YANG MEMPENGARUHI KEJADIAN DIABETES MELITUS (DM) TIPE 2 Analysis Of Factor Affecting Type 2 Diabetes Melitus Incidence. *ANALISIS FAKTOR YANG MEMPENGARUHI KEJADIAN DIABETES MELITUS (DM) TIPE 2 Analysis Of Factor Affecting Type 2*, 2(2).
- Dinkes Aceh. (2021). Profil Kesehatan Aceh 2021. *Dinkes Aceh*.
- Kemendes RI, 2020. (2020). Kemendes RI 2020. *Kemendes RI*.
- 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). <https://doi.org/10.48144/jiks.v12i2.174>
- Nita, Y., Arfina, A., Devita, Y., & Dwiguna, S. (2021). Penerapan Diabetes Self Management Education (DSME) dalam Meningkatkan Self Care Penderita

- Diabetes Melitus. *ADMA : Jurnal Pengabdian dan Pemberdayaan Masyarakat*, 2(1). <https://doi.org/10.30812/adma.v2i1.1277>
- Nuradhayani, Arman, & Sudirman. (2017). Pengaruh Diabetes Self Management Education (DSME) terhadap Kadar Gula Darah Pasien Diabetes Tipe 2 di Balai Besar Laboratorium Kesehatan Makassar. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Diagnosis*, 11(4).
- 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). <https://doi.org/10.56338/mppki.v4i2.1489>
- Tia Puspita, Wiyadi, R. F. (2020). Pengaruh Diabetes self-Management Education terhadap kadar gula darah pasien diabetes mellitus tipe 2 di wilayah kerja puskesmas wonorejo samarinda tia. *Repository Poltekes Kaltim*, 55(8).