

Mengenal Lebih Dekat Diabetes Mellitus Pada Pasien dan Keluarga di Rumah Sakit Pendidikan Surabaya

Lailatun Nimah¹, Nofinda Widya Sari¹, Mira Faulita¹, Innani Mukarromah¹, Maria Yovia Bau¹

¹Fakultas Keperawatan, Universitas Airlangga, Surabaya, Indonesia

*e-mail korespondensi: lailatunnimah@fkip.unair.ac.id

Abstract

Diabetes mellitus is a chronic disease characterized by blood sugar levels exceeding normal which can be influenced by many factors. Patient non-compliance in managing diabetes will have a huge negative impact including increased health costs and diabetes complications. The purpose of this activity is to provide an understanding to patients and families about diabetes and the management of therapy and diet. This community service activity is in the form of education to patients and families regarding the importance of compliance with diabetes care and management at Education Hospital in Surabaya. Based on the results of the questionnaire data that has been analyzed, it can be concluded that initially the counseling participants have minimal knowledge about insights into diabetes and therapies that can be done. After education, there was an increase in insight and the desire of patients and families to improve their health.

Keywords: Diabetes Mellitus; Therapy; Diet

Abstrak

Diabetes Mellitus merupakan penyakit menahun yang ditandai dengan kadar gula darah melebihi normal yang dapat dipengaruhi oleh banyak faktor. Ketidapatuhan pasien dalam melakukan tatalaksana diabetes akan memberikan dampak negatif yang sangat besar meliputi peningkatan biaya kesehatan dan komplikasi diabetes. Tujuan kegiatan ini adalah untuk memberikan pemahaman kepada pasien dan keluarga mengenai penyakit diabetes beserta tatalaksana terapi serta diet. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini berupa penyuluhan kepada pasien dan keluarga mengenai pentingnya kepatuhan perawatan dan tatalaksana penyakit diabetes di Rumah Sakit Pendidikan Surabaya. Berdasarkan hasil data kuisioner yang telah dianalisis dapat disimpulkan pada awalnya peserta penyuluhan memiliki pengetahuan yang minim tentang wawasan mengenai diabetes serta terapi yang dapat dilakukan. Setelah dilakukan penyuluhan terlihat adanya peningkatan wawasan serta keinginan pasien dan keluarga untuk meningkatkan kesehatan.

Kata Kunci: Diabetes Melitus; Terapi; Diet

Accepted: 2023-05-19

Published: 2023-07-13

PENDAHULUAN

Penyakit Diabetes Mellitus menurut perkeni 2015 dalam (Suputra et al., 2021) merupakan penyakit menahun yang ditandai dengan kadar gula darah melebihi normal. Kadar gula darah dipengaruhi oleh banyak faktor seperti usia, hormon insulin, stres, ketidak patuhan diet seperti jumlah, jenis, dan jam makan. Ketidapatuhan pasien dalam melakukan tatalaksana diabetes akan memberikan dampak negatif yang sangat besar meliputi peningkatan biaya kesehatan dan komplikasi diabetes (Febriyanti, 2021). Pengaturan makan bagi penderita DM tipe 2 meliputi pengaturan terhadap jumlah, jenis, dan jadwal makan dalam sehari. Penderita DM yang sudah menjalankan program diet ternyata belum mampu mengendalikan glukosa dengan baik yang dapat dilihat dari kadar glukosa darah yang tetap tinggi. Pengaturan makan sering mengalami kegagalan karena penderita tidak patuh dalam menjalankan aturan makan yang baik (Müller-wieland et al., 2019). Kepatuhan juga dipengaruhi oleh etnis/budaya, perbedaan etnis atau budaya dikaitkan dengan pemilihan untuk memasak jenis makanan tertentu sesuai etnis atau budayanya. Pola makan orang Jawa secara umum terdiri dari nasi, makanan manis, minuman manis dan makanan ringan atau makanan penutup manis seperti kolak yang terbuat dari santan manis yang dimasak dengan ubi jalar dan pisang, yang dapat mempengaruhi gula darah mereka (Septiwi, 2021). Pendidikan kesehatan ini dirasa penting untuk dilakukan karena bertujuan untuk memberikan pengetahuan dan pemahaman terkait pola diet agar sesuai dengan perilaku kesehatan yang dianjurkan.

Penyakit Tidak Menular (PTM) telah menjadi penyebab kematian sebanyak 41 juta orang meninggal dunia atau setara dengan 71% dari semua kematian di dunia setiap tahunnya dan penyakit diabetes sebanyak 1,5 juta orang setiap tahunnya (Suputra et al., 2021). Diabetes melitus tipe 2 menurut WHO adalah suatu krisis global yang dapat mengancam kesehatan dan perekonomian dunia. Secara global sekitar 1 dari setiap 11 orang dewasa menderita DM tipe 2, dan sekitar 75% pasien diabetes melitus tinggal di negara berkembang sebesar 11,3% (Suputra et al., 2021). Kementerian kesehatan RI mengemukakan dalam (Suputra et al., 2021) Indonesia meraih peringkat 7 dari 10 jumlah penderita terbanyak dengan jumlah 10,7 juta orang. Prevalensi diabetes melitus meningkat dari 6,9% menjadi 10,9% pada penduduk usia ≥ 15 tahun.

Diabetes mellitus (DM) merupakan Penyakit kronis berupa gangguan metabolik yang ditandai dengan kadar gula darah meningkat lebih dari ambang batas normal (El-Zoghby et al., 2020). Diabetes Mellitus (DM) adalah penyakit kronis yang tidak dapat disembuhkan, tetapi bisa dikontrol melalui pengobatan dalam jangka Panjang (Sesaria et al., 2020). (Gagliardino et al., 2019) Mengklasifikasikan DM menjadi diabetes mellitus tipe 1 merupakan diabetes yang disebabkan oleh reaksi autoimun dimana sistem kekebalan tubuh menyerang sel beta penghasil insulin di pankreas, sehingga tubuh tidak dapat menghasilkan insulin, dan diabetes mellitus tipe 2 adalah diabetes yang paling umum ditemukan. Ciri dari Diabetes mellitus tipe 2 adalah hiperglikemia. Hiperglikemia dalam hal ini merupakan hasil dari produksi insulin yang tidak adekuat dan ketidakmampuan tubuh untuk merespon insulin, yang didefinisikan sebagai resistensi insulin.

Upaya yang dapat dilakukan dalam menangani masalah DM yaitu dengan mengonsumsi obat anti diabetes serta melakukan terapi DM. Tujuan terapi DM tentunya untuk mengurangi risiko komplikasi jangka pendek dan jangka panjang. Terapi obat memiliki efek menguntungkan pada risiko komplikasi, tetapi tidak cukup untuk membalikkannya. Indikasi terkuat yang dibagikan oleh pedoman terbaru dan dokumen konsensus tentang pengelolaan penyakit diabetes membutuhkan perhatian terus menerus untuk penerapan gaya hidup yang benar dan perlunya personalisasi terapi, dengan adaptasi farmakologis dan non-farmakologis (terapi nutrisi, latihan fisik) dengan profil metabolik dan klinis pasien individu (Cannata F et al., 2020).

METODE

Kegiatan ini dilaksanakan pada 23 Februari 2023 di Rumah Sakit Pendidikan, Kota Surabaya. Sasaran kegiatan ini adalah pasien dan keluarga di Rumah Sakit tersebut dengan total peserta 21 orang dengan rincian 10 pasien dan 11 keluarga. Pada saat pelaksanaan, peserta dikumpulkan dalam satu ruangan. Edukasi ini dilaksanakan dengan menggunakan metode ceramah, simulasi dan tanya jawab serta ditambahkan media yang menggunakan media cetak leaflet dan powerpoint. Penggunaan metode ini diharapkan pemahaman peserta tentang diabetes semakin baik. Evaluasi dilakukan dengan kehadiran peserta dan keaktifan peserta saat mengikuti kegiatan serta diberikan Pre dan post test tentang materi yang diberikan dengan keusioner.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan penyuluhan tentang diabetes (DM) ini dilaksanakan sesuai dengan perencanaan proposal yang telah melalui tahap konsultasi dengan *Clinical Instructor* (CI) Klinik maupun Akademik. Kegiatan tersebut terdiri dari tiga sesi, Sesi yang pertama adalah penyampaian materi (Gambar 1), adapun materi yang disampaikan adalah pengertian diabetes mellitus, klasifikasi diabetes mellitus, penyebab diabetes mellitus, tanda dan gejala diabetes mellitus, komplikasi DM, makanan yang di anjurkan dan tidak di anjurkan, tatalaksana penderita diabetes mellitus hingga terapi diet pada pasien DM.

Edukasi mengenai DM sangat penting untuk dilakukan untuk menurunkan risiko komplikasi yang terjadi pada pasien dengan DM. Diperkirakan masih banyak (sekitar 50%) penyandang diabetes yang belum terdiagnosis di Indonesia. Selain itu hanya dua pertiga saja dari yang terdiagnosis yang menjalani pengobatan, baik non farmakologis maupun farmakologis. Dari yang menjalani pengobatan tersebut hanya sepertiganya saja yang terkontrol dengan baik. Diharapkan setelah diadakan penyuluhan ini pasien ataupun keluarga pasien dapat memahami materi yang diberikan.



Gambar 1. Pemberian Edukasi Tentang Diabetes

Sebelum dilakukan penyuluhan, pasien dan keluarga dibagikan lembar *pretest*. Setelah sesi materi, pada sesi simulasi dan tanya jawab seluruh peserta penyuluhan sangat semangat dan termotivasi untuk menambah pengetahuan tentang diabetes serta antusias dalam melaksanakan simulasi terapi diabetes (Gambar 2),



Gambar 2. Pelaksanaan Terapi Senam Kaki pada Diabetes

hal tersebut dibuktikan dengan mereka yang awalnya tidak mengetahui dan hanya diam, namun setelah berjalannya penyuluhan ini, tidak sedikit diantara mereka yang mengajukan pertanyaan - pertanyaan terkait diabetes. Pertanyaan pertanyaan tersebut berkaitan dengan makanan dan pola makan yang dikonsumsi. Konsensus Pengelolaan dan Pencegahan Diabetes Melitus Tipe 2 tahun 2015 mengemukakan bahwa pola makan menempati posisi pertama dalam perawatan dan tatalaksana umum pada penderita diabetes melitus (Pencegahan & Indonesia, 2015), dalam hal ini

menjaga pola makan dengan baik dapat mengurangi risiko dan komplikasi pada diabetes melitus (Müller-wieland et al., 2019).

Setelah penyuluhan, tim membagikan lembar *post test* kepada para peserta. Hasil dari evaluasi dapat memperlihatkan tentang peningkatan pengetahuan peserta setelah mengikuti kegiatan penyuluhan terkait diabetes. Proses validasi dengan memberikan pertanyaan kepada pasien dan keluarga seputar materi yang telah disampaikan oleh pemateri untuk mengetahui tingkat pemahaman pasien dan keluarga. Peserta dapat memberikan jawaban yang sesuai dengan materi yang telah dipaparkan sebelumnya.



Gambar 2. Sesi Validasi Informasi dan Penutup Kegiatan

KESIMPULAN

Pengabdian masyarakat ini ditujukan agar pasien dan keluarga dapat mengetahui dan melakukan pengelolaan pola hidup terkait diabetes melitus, yang harapannya untuk mempertahankan kesehatan pada pasien dan keluarga. Diabetes melitus merupakan penyakit metabolik yang dapat diketahui umumnya dengan kadar glukosa darah yang meningkat. Kasus DM dapat dicegah dengan menghindari faktor risiko yang dapat dimodifikasi seperti menjaga berat badan yang sehat dengan fokus menjaga keseimbangan energi dengan melakukan aktivitas fisik secara teratur dan mengonsumsi makanan yang sehat. Kegiatan penyuluhan ini diselenggarakan sesuai harapan dan mendapat respons yang baik dari peserta. Peserta yang sebelumnya tidak tahu menjadi tahu setelah diberikan penyuluhan terkait diabetes melitus dan terapinya. Diharapkan penyuluhan ini dapat memberikan kesan yang baik dan dapat membantu pasien dan keluarga dalam meningkatkan kesehatan.

DAFTAR PUSTAKA

- Cannata F, Vadalà G, Russo F, Papalia R, Napoli N, & Pozzilli P. (2020). Beneficial effects of physical activity in diabetic patients. *Journal of Functional Morphology and Kinesiology* [revista en Internet] 2020 [acceso 24 de marzo de 2022]; 5(3): 1-11. *Journal of Functional Morphology and Kinesiology*. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7739324/pdf/jfmk-05-00070.pdf>
- El-Zoghby, S. M., Soltan, E. M., & Salama, H. M. (2020). Impact of the COVID-19 Pandemic on Mental Health and Social Support among Adult Egyptians. *Journal of Community Health, 45*(4), 689–695. <https://doi.org/10.1007/s10900-020-00853-5>

- Febriyanti, V. Y. (2021). FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN KEPATUHAN PASIEN DIABETES MELITUS DALAM DIIT SELAMA MASA PANDEMI COVID 19 Febriyanti 1 dan Viki Yusri 2 1'2. *Jurnal Menara Medika*, 3(2), 117. <https://jurnal.umsb.ac.id/index.php/menaramedika/index>
- Gagliardino, J. J., Chantelot, J. M., Domenger, C., Ramachandran, A., Kaddaha, G., Mbanya, J. C., Shestakova, M., & Chan, J. (2019). Impact of diabetes education and self-management on the quality of care for people with type 1 diabetes mellitus in the Middle East (the International Diabetes Mellitus Practices Study, IDMPS). *Diabetes Research and Clinical Practice*, 147, 29–36. <https://doi.org/10.1016/j.diabres.2018.09.008>
- Müller-wieland, D., Nauck, M. A., Reuter, H., Siegel, E., & StraÙe, G. (2019). *Therapy of Type 2 Diabetes Authors Definition of Type 2 Diabetes*. 127(Suppl 1).
- Pencegahan, P. D. A. N., & Indonesia, D. I. (2015). *Pengelolaan dan pencegahan diabetes melitus tipe 2 di indonesia 2015*.
- Septiwi, C. (2021). Manajemen Diet Pada Orang Jawa Dengan Diabetes Tipe 2. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Keperawatan*, 17(2), 129. <https://doi.org/10.26753/jikk.v17i2.669>
- Sesaria, T. G., Kusnanto, K., & Bakar, A. (2020). Mobile Smartphone Intervention for Managing Glycaemia Control in the Patients With Diabetes Mellitus: a Systematic Review. *Nurse and Health: Jurnal Keperawatan*, 9(2), 70–79. <https://doi.org/10.36720/nhjk.v9i2.164>
- Suputra, P. A., Kedokteran, P., Ganesha, U. P., Kedokteran, P., Ganesha, U. P., Kedokteran, P., & Ganesha, U. P. (2021). *DIABETES MELITUS TIPE 2 : FAKTOR RISIKO , DIAGNOSIS , DAN*. 1(2), 114–120.