



PEMBERDAYAAN KADER KESEHATAN UNTUK PENGELOLAAN DIABETES MELLITUS TIPE 2 MELALUI *E-MODUL* LATIHAN SYUKUR

Setio Budi Raharjo¹, Fazdria^{2✉}, Muhammad Husaini³, Alchalidi⁴, T. Iskandar Faisal⁵

^{1,3} Jurusan Keperawatan, Poltekkes Kemenkes Aceh, Indonesia

^{2,4,5} Jurusan Kebidanan, Poltekkes Kemenkes Aceh, Indonesia

Genesis Naskah:

Diterima 6 Mei 2024; Disetujui 23 Mei 2025; Di Publikasi 30 Mei 2025

Abstrak

Diabetes Melitus Tipe-2 (DMT-2) adalah salah satu penyakit kronis yang prevalensinya meningkat di Gampong Miruek Lam Reudeup. Pemberdayaan kader kesehatan melalui e-modul latihan syukur merupakan pendekatan inovatif yang diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan dan keterampilan dalam mengelola DMT-2. Program kegiatan pengabmas ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman dan keterampilan kader kesehatan dalam pengelolaan DMT-2 melalui latihan syukur berbasis e-modul. Metode program melibatkan serangkaian pelatihan dan pendampingan bagi kader kesehatan dalam penerapan latihan syukur berbasis e-modul. Materi pelatihan mencakup manajemen DMT-2, latihan syukur, dan pemeriksaan gula darah sederhana. Hasil yang dicapai yaitu terdapat peningkatan persentase sebesar 58,5% antara skor *pretest* dan *posttest*, yang menunjukkan keberhasilan pelatihan dalam meningkatkan pengetahuan kader kesehatan, kemampuan praktis berhasil menerapkan teknik latihan syukur dalam praktik sehari-hari dan mengintegrasikannya dalam perawatan pasien, meningkatkan dukungan dan pemahaman keluarga terhadap pengelolaan DMT-2, pasien DMT-2 mengalami peningkatan kualitas hidup dan kepuasan karena pengelolaan yang lebih baik terhadap kadar gula darah; dan terjadi efisiensi dalam penanganan kasus DMT-2 dengan pasien yang lebih aktif dalam merawat diri sendiri. Program berhasil mencapai semua target yang ditetapkan, termasuk peningkatan pengetahuan kader kesehatan, kemampuan praktis dalam latihan syukur, publikasi ilmiah dan e-modul latihan syukur. Program pemberdayaan kader kesehatan melalui latihan syukur berbasis e-modul telah memberikan dampak positif dalam pengelolaan DMT-2 di Gampong Miruek Lam Reudeup. Hal ini mengindikasikan bahwa pendekatan partisipatif dan kemampuan ketrampilan latihan syukur sangat efektif dalam meningkatkan kualitas hidup keluarga DMT-2 terutama pasien DMT-2.

Kata Kunci : DMT-2; Pemberdayaan Kader Kesehatan; *E-Modul* Latihan syukur; Pengelolaan Diabetes Mellitus Tipe-2

EMPOWERING HEALTH CADRES FOR MANAGEMENT OF TYPE 2 DIABETES MELLITUS THROUGH GRATITUDE EXERCISE E-MODULE

Abstract

Type 2 Diabetes Mellitus (T2DM) is one of the chronic diseases whose prevalence is increasing in Gampong Miruek Lam Reudeup. Empowering health cadres through e-module gratitude training is an innovative approach that is expected to improve knowledge and skills in managing T2DM. This community service program aims to improve the understanding and skills of health cadres in managing T2DM through e-module-based gratitude training. The program method involves a series of training and mentoring for health cadres in implementing e-module-based gratitude training. Training materials include T2DM management, gratitude training, and simple blood sugar checks. The results achieved were an increase in percentage of 58.5% between pretest and posttest scores, indicating the success of the training in improving health cadres' knowledge, practical ability to successfully apply gratitude training techniques in daily practice and integrate them into patient care, increasing family support and understanding of T2DM management, T2DM patients experienced improved quality of life and satisfaction due to better management of blood sugar levels; and there was efficiency in handling T2DM cases with patients who were more active in caring for themselves. The program successfully achieved all of its stated targets, including increasing health cadres' knowledge, practical skills in gratitude practice, scientific

publications and gratitude practice e-modules. The health cadre empowerment program through e-module-based gratitude training has had a positive impact on the management of DMT-2 in Gampong Miruek Lam Reudeup. This indicates that the participatory approach and the ability of gratitude training skills are very effective in improving the quality of life of DMT-2 families, especially DMT-2 patients.

Keywords: DMT-2; Empowerment of Health Cadres; E-Module of Gratitude Exercise; Management of Type-2 Diabetes Mellitus

Pendahuluan

Diabetes Melitus (DM) merupakan salah satu prioritas dari 4 (empat) penyakit tidak menular yang menjadi perhatian penting di dunia dan dapat mengurangi usia harapan hidup sekitar 5-10 tahun (Hayuningsih et al., 2021; Istianah et al., 2021). Pengurangan usia harapan hidup pada pasien DM terjadi karena kualitas hidup pasien DM menurun akibat adanya komplikasi yang terjadi. Hal ini secara signifikan akan berdampak pada peningkatan angka kematian (Rahman & Sukmarini, 2017).

Diabetes Mellitus merupakan gangguan metabolisme karbohidrat, protein, dan lemak yang mengakibatkan peningkatan kadar gula darah disebabkan kelainan sekresi insulin atau menurunnya kerja insulin secara progresif (Alencherry & Bruemmer, 2021; Rengga & Stephani, 2021). Diabetes Mellitus dapat menyebabkan komplikasi kronis, seperti gangguan visual, ginjal, kardiovaskuler dan persarafan. Untuk menurunkan angka kejadian dan keparahan Diabetes Melitus perlu upaya pencegahan, pengendalian dan pengobatan penyakit yang tepat dan segera (Ignatavicius & Heimgartner, 2020). Khususnya, Diabetes Melitus Tipe-2 (sekitar 90% dari populasi Diabetes Mellitus) dapat dilakukan modifikasi gaya hidup dan pengobatan (Kemenkes RI, 2022). Hal tersebut didukung oleh hasil penelitian lain yang mengemukakan bahwa masalah utama DM Tipe-2 adalah hampir sekitar 60 % pasien DM mengalami depresi (Perdana et al., 2022). Kehadiran depresi yang tidak terdiagnosa pada pasien DM Tipe-2 cukup memperhatikan karena akan menghambat pengelolaan DM dan memungkinkan timbulnya rasa bersalah, hilang harapan, tidak berdaya, dan merasa menderitanya (Pratiwi et al., 2018; Sukarmawan, 2019).

Jumlah penderita diabetes melitus di dunia pada tahun 2021 mencapai 537 juta orang dari total penduduk yang berusia 20-79 tahun dan diperkirakan akan meningkat menjadi 678 juta pada tahun 2030 dan tahun 2045 melonjak menjadi 700 juta orang. Pada tahun 2021, Indonesia berada pada peringkat ke-5 di antara 10 negara dengan jumlah penderita DM terbanyak di dunia, yaitu sebesar 19,47 juta (10,6%) dari 179,72 juta jumlah penduduk Indonesia (Puspita et al., 2023).

Data dari Dinas Kesehatan Aceh Besar telah menunjukkan peningkatan prevalensi DMT-2 dari 195 kasus pada tahun 2019 menjadi 379 kasus pada tahun 2020. Hasil wawancara dengan keluarga pasien DMT-2 di Gampong Miruek Lam Reudeup mengungkapkan bahwa 80% pasien tidak rutin memeriksa kadar gula darah dan 70% tidak teratur mengonsumsi obat diabetes. Didukung, penelitian yang mengemukakan bahwa bahwa gaya hidup (*lifestyle*) dan manajemen stres sangat mempengaruhi terjadinya kenaikan kadar gula darah dan komplikasi pada penderita diabetes mellitus tipe 2. Hal-hal ini menegaskan kebutuhan mendesak akan intervensi yang efektif dan berkelanjutan dalam pengelolaan DMT-2 (Dinas Kesehatan Aceh, 2021).

Aktivasi rasa syukur adalah kemampuan diri membangkitkan emosi secara positif dalam mencapai kestabilan dan kenetralan suasana hatinya. Rasa syukur sangat mudah dipahami dan dilaksanakan tetapi selama ini manusia cenderung mempersulit diri sehingga inti dari syukur itu sendiri terabaikan yang diiringi munculnya berbagai kerumitan. Didukung oleh Ibnu Qoyyim Al-Juziyah menggambarkan bahwa perilaku bersyukur (rasa syukur) hendaknya dilakukan disetiap kondisi apapun (Mardi et al., 2023). Sejalan dengan pendapat peneliti lainnya yang menyatakan

bahwa nilai-nilai rasa syukur dapat menurunkan pengaruh emosi negatif dengan memberikan arah, petunjuk dan harapan dalam kehidupan (Yost-Dubrow & Dunham, 2018). Selain itu, perasaan syukur dapat menimbulkan emosi yang positif seperti ketenangan batin, hubungan interpersonal yang lebih nyaman dan kebahagiaan (Sujana et al., 2015).

Kader kesehatan atau biasa disebut kader yang memberikan pelayanan di pos pelayanan terpadu merupakan tenaga sukarela menjadi adalah anggota masyarakat yang bersedia, mampu dan memiliki waktu untuk menyelenggarakan kegiatan kesehatan lainnya secara sukarela (Wahyurin et al., 2021). Komunitas dapat dilibatkan sebagai sasaran edukasi perilaku perawatan diri pasien DM karena komunitas dapat menjadi pendorong anggota komunitas yang lain untuk melakukan suatu perilaku (Notoatmodjo, 2018).

Tingkat pengetahuan kader kesehatan merupakan faktor kunci dalam membentuk perilaku kesehatan yang efektif, sesuai dengan teori L. Green yang menyatakan bahwa pengetahuan adalah faktor predisposisi utama dalam perilaku kesehatan yang bertahan lama (Notoatmodjo, 2018). Pada konteks kader kesehatan di Gampong Miruek Lam Reudeup, pengetahuan yang baik mengenai risiko komplikasi Diabetes Mellitus Tipe 2 (DMT-2) sangat penting untuk mendorong pemahaman mereka tentang langkah-langkah pengelolaan dan pencegahan DMT-2. Dengan peningkatan pengetahuan, kader kesehatan dapat mengidentifikasi gejala awal komplikasi dan memberikan intervensi tepat waktu, sehingga kualitas hidup pasien meningkat (Hayuningsih et al., 2021).

Edukasi penatalaksanaan DM dengan melibatkan kader juga sangat penting bagi anggota masyarakat yang lainnya, mengingat Diabetes Melitus merupakan penyakit hereditas yang beresiko bagi anggota masyarakat yang lainnya. Selain itu, Diabetes Melitus merupakan penyakit kronis yang menurunkan kemampuan dari pasien, sehingga jika kader

dilibatkan dalam program edukasi ini, masyarakat dapat membantu melakukan penatalaksanaan DM dan meningkatkan perilaku perawatan diri pada pasien saat kondisi pasien mulai memburuk.

Analisis Masalah Mitra

Pengamatan dan wawancara di Gampong Miruek Lam Reudeup Kecamatan Baitussalam Kabupaten Aceh Besar menunjukkan bahwa banyak keluarga belum memiliki pemahaman yang mendalam tentang latihan syukur dan merasa kurang percaya diri dalam mensosialisasikan latihan syukur kepada anggota keluarga dengan DMT-2. Hal ini diperparah dengan kurangnya dukungan infrastruktur, seperti sarana pelaksanaan pemeriksaan kadar gula darah sederhana yang tidak merata, minimnya koordinasi komunikasi antara kader kesehatan dan terbatasnya kebijakan lokal yang mendukung pelaksanaan latihan syukur secara optimal. Berdasarkan fenomena tersebut, maka masalah prioritas yang dapat diidentifikasi adalah :

- a. Kurangnya pengetahuan kader kesehatan tentang pengelolaan DMT-2.
- b. Ketidakmampuan kader kesehatan untuk memberikan edukasi yang efektif kepada keluarga dan pasien DMT-2.
- c. Rendahnya keterampilan dalam pemanfaatan teknologi, khususnya e-modul latihan syukur, dalam pengelolaan DMT-2.

Untuk mengatasi masalah ini, diperlukan pemberdayaan kader kesehatan melalui edukasi dan pelatihan yang komprehensif. Pemberdayaan kader kesehatan ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan, keterampilan, dan keyakinan diri kader kesehatan dalam membantu keluarga pasien DMT-2 menangani pengelolaan diabetes fokus kadar gula darah melalui e-modul latihan syukur.

Waktu dan Tempat Kegiatan

Pengabdian kepada Masyarakat telah dilaksanakan tanggal 24 April hingga 30 Oktober 2024 selama tujuh bulan di Gampong Miruek Lam Reudeup, Kecamatan Baitussalam, Kabupaten Aceh Besar.

Sasaran Kegiatan

Sasaran dari kegiatan ini terdiri dari 15 orang kader kesehatan. Kriteria bagi kader adalah :

- a. Terlibat aktif sebagai kader kesehatan
- b. Kader yang terlibat haruslah yang belum mendapatkan pelatihan mengenai latihan syukur berbasis e-modul

Metode Pelaksanaan

A. Pelaksanaan Program

1. Persiapan Modul dan Materi:

a. Pengembangan Struktur Modul

Berdasarkan hasil identifikasi, e-modul latihan syukur disusun dengan struktur yang mencakup:

1) Pendahuluan

Modul diawali dengan penjelasan singkat mengenai tujuan dan manfaat latihan syukur bagi kesehatan fisik dan mental pasien DMT-2.

2) Informasi Medis Terkait Diabetes Tipe 2

Bagian ini memuat informasi dasar mengenai diabetes tipe 2, komplikasi yang dapat timbul akibat kadar gula darah yang tidak terkontrol, serta pentingnya pengelolaan stres dalam menjaga stabilitas kadar gula darah.

3) Panduan Teknik Latihan Syukur

Teknik latihan syukur dijelaskan secara rinci, termasuk langkah-langkah untuk mempraktikkan latihan ini dengan benar. Setiap langkah disertai panduan praktis dan ilustrasi untuk memudahkan pemahaman.

4) Manfaat Psikologis dan Fisik dari Latihan Syukur

Modul menjelaskan manfaat positif yang dapat dirasakan pasien dengan rutin melakukan latihan syukur, baik dari aspek psikologis seperti ketenangan pikiran, maupun aspek fisik seperti kestabilan kadar gula darah.

5) Latihan Mandiri dan Jurnal Syukur

E-modul dilengkapi dengan lembar kerja atau jurnal yang dapat digunakan pasien untuk mencatat setiap latihan syukur yang dilakukan. Jurnal ini berfungsi untuk memantau perkembangan emosi serta dampak latihan pada stabilitas kadar gula darah.

b. Desain Interaktif E-Modul

Agar mudah digunakan oleh pasien dan keluarga, e-modul ini didesain secara interaktif dan responsif untuk perangkat digital seperti smartphone, tablet, atau komputer. E-modul mencakup tautan atau ikon navigasi yang memudahkan pengguna mengakses informasi atau halaman tertentu dengan cepat.

2. Pengumpulan Materi dan Referensi

a. Pencarian Referensi Terbaru

Tim pelaksana mengumpulkan referensi terbaru terkait latihan syukur, manfaatnya dalam pengelolaan DMT-2, manajemen stres, aktifitas fisik, manajemen diet, dan latihan syukur yang relevan dengan pengelolaan DMT-2 fokus pada kadar gula darah. Referensi ini mencakup hasil penelitian dari artikel jurnal kesehatan, buku terkait, dan website terpercaya lainnya.

b. Integrasi Informasi Medis dan Teknik Latihan Syukur

Informasi medis yang didapatkan dari sumber-sumber ini kemudian disusun secara ringkas dan jelas agar mudah dipahami oleh pasien dan keluarga. Teknik latihan syukur, termasuk contoh dan langkah-langkah praktis, dijelaskan dalam bahasa sederhana sehingga dapat diikuti dengan mudah.

3. Penyusunan Panduan Praktis Latihan Syukur

a. Instruksi Latihan

E-modul berisi instruksi latihan yang dapat dipraktikkan oleh pasien dan keluarga setiap hari, meliputi:

1) Pengenalan Latihan Syukur

Menjelaskan konsep dasar latihan syukur, seperti bagaimana bersyukur atas hal-hal kecil yang dapat memberikan kebahagiaan.

2) Langkah-Langkah Latihan

Modul memberikan panduan bertahap, mulai dari memilih waktu tenang, memusatkan perhatian pada napas, hingga merenungkan hal-hal positif yang terjadi setiap hari.

3) Latihan Pernapasan

Melibatkan teknik pernapasan dalam latihan syukur untuk memberikan efek relaksasi yang membantu menenangkan pikiran (Lihat lampiran 5)

4) Refleksi dan Jurnal Harian

E-modul menyarankan pengguna untuk mencatat pengalaman syukur mereka dalam jurnal buku syukur harian, sehingga mereka dapat melihat perkembangan emosi mereka seiring waktu.

4. Evaluasi dan Uji Coba Modul

a. Uji Coba Modul dengan Kader Kesehatan

Sebelum modul disebarluaskan secara luas, dilakukan uji coba terbatas dengan melibatkan beberapa kader kesehatan. Mereka diminta untuk menggunakan modul dan memberikan umpan balik terkait kemudahan penggunaan, pemahaman materi, dan manfaat yang dirasakan.

b. Perbaikan Berdasarkan Umpan Balik

Berdasarkan hasil uji coba, dilakukan perbaikan terhadap modul untuk meningkatkan efektivitas dan kesesuaian materi dengan kebutuhan penerima manfaat. Revisi mencakup penyederhanaan bahasa, penambahan ilustrasi, serta penyesuaian pada bagian yang membutuhkan penjelasan lebih mendalam.

Hasil dan Pembahasan

Pelaksanaan implementasi program pengembangan desa mitra melalui pemberdayaan untuk pengelolaan Diabetes Mellitus Tipe-2 (DMT-2) di Gampong Miruek Lam Reudeup, adapun beberapa hasil yang signifikan telah dicapai, yaitu :

1. Peningkatan Pengetahuan Kader Kesehatan melalui Penyuluhan dan Pelatihan

Berdasarkan hasil pretest dan posttest, pelatihan dan penyuluhan ini menunjukkan hasil yang signifikan dalam meningkatkan pengetahuan kader kesehatan. Beberapa hasil utama yang dicapai adalah sebagai berikut :

a. Peningkatan Skor Rata-Rata Pretest dan Posttest

Skor rata-rata pengetahuan kader kesehatan meningkat setelah pelatihan. Skor rata-rata pretest sebesar 60,2 menunjukkan pengetahuan dasar kader kesehatan dan keluarga DMT-2 sebelum menerima materi, sedangkan skor rata-rata posttest meningkat menjadi 95,43, mencerminkan peningkatan pemahaman.

b. Peningkatan dalam Pemahaman DMT-2

Setelah pelatihan, kader kesehatan menunjukkan peningkatan pemahaman yang signifikan terkait faktor risiko, gejala, dan pentingnya pemantauan kadar gula darah pada pasien DMT-2. Mereka sekarang mampu mengidentifikasi dengan lebih baik tanda-tanda awal yang perlu diawasi, serta memahami pentingnya pengelolaan kadar gula darah.

c. Pemahaman Mendalam tentang Latihan Syukur Berbasis e-Modul

Salah satu aspek kunci dari pelatihan ini adalah pengenalan latihan syukur berbasis e-modul sebagai metode pendukung untuk mengelola DMT-2. Kader kesehatan sekarang memiliki pemahaman lebih mendalam tentang bagaimana

latihan syukur dapat memberikan dampak positif pada pengelolaan stres pasien dan berkontribusi pada pengelolaan kondisi diabetes secara keseluruhan.

Berikut adalah gambaran data kuantitatif yang diperoleh dari hasil pretest dan posttest:

- a. Rata-Rata Skor Pretest: Sebelum pelatihan, skor rata-rata pengetahuan kader berada pada angka sekitar 60,2. Ini mencerminkan tingkat pengetahuan dasar yang cukup rendah dalam pengelolaan DMT-2 dan latihan syukur.
- b. Rata-Rata Skor Posttest: Setelah pelatihan, skor rata-rata meningkat menjadi 95,43, menunjukkan adanya peningkatan yang signifikan dalam pemahaman dan pengetahuan kader kesehatan mengenai DMT-2 dan pentingnya latihan syukur dalam manajemen kondisi pasien.
- c. Peningkatan Persentase: Berdasarkan perhitungan, terdapat peningkatan persentase sebesar 58,5% antara skor pretest dan posttest, yang menunjukkan keberhasilan pelatihan dalam meningkatkan pengetahuan kader kesehatan.

Tabel 1. Nilai Pretest dan Posttest Kader Kesehatan dan Keluarga DMT-2

No	Nilai <i>Pretest</i>	Nilai <i>Posttest</i>
1	65,7	100
2	61	100
3	54,3	93,3
4	61	93,3
5	74,3	86,7
6	65,7	93,3
7	50	98,7
8	50	99,6
9	66,7	93,3
10	60	93,3
11	53,3	93,3
12	60	93,3
13	65,7	100
14	61	100

15	54,3	93,3
Jumlah	90,3	1431,4
Rata-rata	60,2	95,43
Peningkatan	58,5%	
N-Gain	0,89 (Intepretasi Tinggi)	

Program pelatihan dan pendampingan yang diberikan kepada kader kesehatan dan keluarga pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 (DMT-2) menunjukkan peningkatan yang signifikan dalam tingkat pengetahuan mereka, terutama terkait dengan pengelolaan penyakit DMT-2 melalui latihan syukur berbasis e-modul. Berdasarkan hasil pretest dan posttest yang dilakukan kepada peserta, dapat disimpulkan bahwa program ini berhasil memenuhi tujuan utama dalam meningkatkan kapasitas pengetahuan kader kesehatan dan keluarga dalam memahami, memantau, dan mengelola kondisi DMT-2 secara lebih mandiri dan efektif.

a. Data Kuantitatif Hasil *Pretest* dan *Posttest*

- 1) *Pretest* : Sebelum pelaksanaan pelatihan, dilakukan pretest untuk mengukur pengetahuan awal kader kesehatan dan keluarga pasien mengenai DMT-2. Rata-rata nilai yang diperoleh adalah 60,2, yang menunjukkan bahwa pengetahuan dasar mereka tentang DMT-2, seperti mekanisme penyakit, faktor risiko, komplikasi, dan teknik pengelolaan, masih tergolong rendah. Hal ini mengindikasikan perlunya peningkatan pemahaman dasar dalam teori dan praktik, yang krusial bagi kader kesehatan dan keluarga pasien untuk memberikan dukungan yang tepat dalam pengelolaan kondisi kronis ini.
- 2) *Posttest* : Setelah program pelatihan dan pendampingan dilaksanakan, dilakukan posttest sebagai evaluasi hasil pelatihan.



Gambar 1. *Pretest* dan Pelaksanaan Kegiatan



Gambar 2. *Posttest*

Pendekatan e-modul efektif dalam mendukung peserta dengan beragam latar belakang pendidikan karena format yang interaktif dan fleksibel. Latihan syukur sebagai bagian dari modul juga terbukti bermanfaat dalam meningkatkan kualitas hidup pasien melalui peningkatan kesejahteraan psikologis dan perbaikan tingkat kepatuhan pasien dalam mengelola penyakitnya (Nurhayati et al., 2023). Pendekatan ini telah terbukti dapat mengurangi tingkat stres yang sering muncul dalam manajemen penyakit kronis dan meningkatkan motivasi pasien untuk terus menjalani pengobatan dan pengelolaan kesehatan secara mandiri (Raharjo et al., 2024).

Perhitungan peningkatan (gain score) menunjukkan bahwa peningkatan skor pengetahuan peserta dari pretest ke posttest cukup tinggi, dengan N-Gain mencapai 0,89. Nilai ini menunjukkan peningkatan kategori tinggi, yang menunjukkan bahwa program pelatihan dan pendampingan yang diterapkan sangat efektif. Program edukasi berbasis

teknologi seperti e-modul dapat menghasilkan peningkatan signifikan dalam pemahaman peserta karena fleksibilitas akses dan keterlibatan aktif peserta selama proses belajar (Kusuma & Muharom, 2025).

Menurut teori pembelajaran, intervensi yang memungkinkan peserta untuk belajar secara mandiri dan memberikan akses berkelanjutan terhadap sumber daya pembelajaran, seperti e-modul, memberikan hasil belajar yang lebih tinggi dibandingkan metode konvensional. Dengan tambahan latihan syukur, pendekatan ini tidak hanya meningkatkan pengetahuan tetapi juga memberikan dukungan emosional yang berharga, yang mana sangat penting dalam manajemen jangka panjang penyakit kronis seperti DMT-2.

Peningkatan pengetahuan kader kesehatan dan keluarga pasien DMT-2, hasil ini diharapkan dapat memberikan dampak jangka panjang yang positif dalam pengelolaan penyakit. Kader kesehatan dan keluarga yang teredukasi dengan baik akan lebih siap dalam memantau kondisi pasien, mendorong gaya hidup sehat, dan memastikan kepatuhan terhadap perawatan. Studi oleh (Jati et al., 2022) menyatakan bahwa edukasi berkelanjutan untuk keluarga dan kader kesehatan dapat meningkatkan kontrol glikemik pasien, mengurangi risiko komplikasi, dan meningkatkan kualitas hidup pasien diabetes.

Kesimpulan

Dengan adanya e-modul latihan syukur dan pendampingan yang intensif, terjadi efisiensi dalam penanganan kasus DMT-2. Pasien menjadi lebih mandiri dalam pengelolaan kesehatan fisik dan status emosional mereka, sehingga mengurangi ketergantungan pada layanan kesehatan primer yang ada.

Daftar Pustaka

- Alencherry, B., & Bruemmer, D. (2021). Quality of diabetes care in the USA. *Current Cardiology Reports*, 23(7), 73.
- Dinas Kesehatan Aceh. (2021). Laporan Kinerja Dinas Kesehatan Aceh Tahun 2020. *Dinas Kesehatan Aceh*, 6.
- Hayuningsih, S., Pembayun, E. L., Fary, V., Kusmintarti, A., Elfaristo, L., Jayanti, K., Petricka, G., & Prima, S. (2021). Pelayanan Kepada Masyarakat Melalui Pemeriksaan Gula Darah Pada Lansia Di Praktik Bidan Bersama Citra Lestari Kecamatan Bojonggede Kabupaten Bogor. *Jurnal Perak Malahayati: Pengabdian Kepada Masyarakat*, 3(2), 70–74.
- Ignatavicius, D. D., & Heimgartner, N. M. (2020). *Clinical Companion for Medical-Surgical Nursing-E-Book: Concepts For Interprofessional Collaborative Care*. Elsevier Health Sciences.
- Istianah, I., Hapipah, H., & Rusiana, H. P. (2021). Edukasi Pengaturan Diet Diabetes Mellitus (DM) Pada Penyandang DM Selama Menjalani Puasa Ramadhan. *SELAPARANG: Jurnal Pengabdian Masyarakat Berkemajuan*, 4(3), 645–649.
- Jati, K., Intaniasari, Y., Ningrum, R. S., Hafida, S. H. N., Utami, R. D., Ariyadi, M. Y., & Subekti, T. A. (2022). Peningkatan Pemahaman Pola Asuh Melalui Sosialisasi Tumbuh Kembang Anak Untuk Menciptakan Generasi Emas. *Buletin KKN Pendidikan*, 4(1), 12–23.
- Kemendes RI. (2022). Profil Kesehatan Indonesia 2021. In *Pusdatin.Kemendes.Go.Id*.
- Kusuma, M. T. A., & Muharom, F. (2025). Transformasi Peran Pendidik dan Tren Pembelajaran Digital di Era Teknologi. *Indonesian Journal of Community Engagement*, 1(2), 84–97.
- Mardi, S. B. R. M., Yusrawati, Y., & Zakirullah, Z. (2023). Efektifitas Hipnoterapi Lima Jari Melalui Bersyukur Dalam Pengendalian Kadar Gula Darah DM Tipe 2. *Journal Keperawatan*, 2(2), 147–159.
- Notoatmodjo, S. (2018). *Ilmu Perilaku Kesehatan*. Rineka Cipta.
- Nurhayati, S. E., Supratman, S., & Rahayu, D. V. (2023). Pengembangan Media Pembelajaran Interaktif Berbantuan Canva For Education Dengan Pendekatan Rme Untuk Meningkatkan Kemampuan Literasi Matematis. *AKSIOMA: Jurnal Program Studi Pendidikan Matematika*, 12(4), 3627–3643.
- Perdana, I. G. P. R. A., MP, S. P. P. L., & Udiyani, D. P. C. (2022). Hubungan Antara Depresi Dengan Lama Menderita Diabetes Melitus Tipe 2 Pada Pasien Rawat Jalan Di Rsud Karangasem Bali. *Aesculapius Medical Journal*, 2(2), 124–129.
- Pratiwi, T. V., Wahyuningsih, H., & Rumiani, R. (2018). Pelatihan Kebersyukuran untuk Menurunkan Tingkat Stres pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2. *Nathiqiyah*, 1(1).
- Puspita, D. D., Herliawati, & Rahmawati, F. (2023). Pengaruh Latihan Yoga Terhadap Perubahan Kualitas Hidup Pada Lansia Awal Penderita Diabetes Mellitus Tipe 2 Yang Mengikuti Kegiatan Prolanis. *Seminar Nasional Keperawatan "Penatalaksanaan Kebutuhan Seksual Pada Pasien Paliatif" Tahun 2023*, 000, 76–85.
- Raharjo, S. B., Fazdria, F., Husaini, M., Sulistiany, E., & Elfida, E. (2024). Pelatihan dan Pendampingan Kader Kesehatan tentang Latihan Syukur Berbasis E-Modul dalam Pengendalian Gula Darah Diabetes. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)*, 7(8), 3497–3504.
- Rahman, H. F., & Sukmarini, L. (2017). Efikasi Diri, Kepatuhan, Dan Kualitas Hidup Pasien Diabetes Melitus Tipe 2. *E-Jurnal Pustaka Kesehatan*, 5(1), 108–113.
- Rengga, M. P. E., & Stephani, M. (2021). Pengaruh Menulis Ungkapan Syukur dalam Buku Syukur Beta terhadap Tingkat Depresi Pasien Diabetes Melitus Tipe-2. *Indonesian Journal of Clinical Pharmacy*, 10(4), 311–320.
- Sujana, R. C., Wahyuningsih, H., & Uyun, Q. (2015). Peningkatan Kesejahteraan Psikologis Pada Penderita Diabetes Mellitus Tipe 2 Dengan Menggunakan Group Positive Psychotherapy. *JIP (Jurnal Intervensi Psikologi)*, 7(2), 215–232.
- Sukarmawan, K. F. R. (2019). Pengaruh Gratitude Therapy Terhadap Subjective Well Being Pada Penderita Diabetes Mellitus Tipe II. *CALYPTRA*, 8(1), 1513–1524.
- Wahyurin, I. S., Purnamasari, A. D., & Khoiriani, I. N. (2021). Edukasi Pencegahan dan Penanganan Diabetes Mellitus pada Kader Kesehatan

Posyandu Lansia Aisyiyah Karanglewas Kidul.
Jurnal of Community Health Development, 2(2),
49–56.

Yost-Dubrow, R., & Dunham, Y. (2018). Evidence for
a relationship between trait gratitude and
prosocial behaviour. *Cognition and Emotion*,
32(2), 397–403.