



**EDUKASI DAN PENDAMPINGAN KELUARGA PENDERITA DIABETES MELITUS
DENGAN PENDEKATAN KELOMPOK PENDAMPING DIABETES *SELF-MANAGEMENT*
EDUCATION (KP-DSME)**

Gusti Ayu Sri Puja Warnis W¹ ✉, Mardiatun², Ridawati Sulaeman³

^{1,2,3}Jurusan Keperawatan, Poltekkes Kemenkes Mataram, Indonesia

✉ayuwijayanti1965@gmail.com

Genesis Naskah:

Diterima 3 Juni September 2025; Disetujui: 28 November 2025; Di Publikasikan 30 November 2025

Abstrak

Diabetes melitus (DM) merupakan salah satu masalah kesehatan global dengan prevalensi yang terus meningkat setiap tahun. Berbagai penelitian epidemiologi menunjukkan adanya kecenderungan peningkatan angka kejadian diabetes melitus tipe 2 (DMT2) di berbagai belahan dunia. International Diabetes Federation (IDF) pada tahun 2021 memperkirakan terdapat 537 juta orang dewasa berusia 20–79 tahun di seluruh dunia yang menyandang diabetes, atau setara dengan 10,5% populasi pada kelompok usia tersebut. Angka ini diproyeksikan meningkat menjadi 643 juta (11,3%) pada tahun 2030 dan 783 juta pada tahun 2045. Kondisi tersebut menunjukkan pentingnya upaya penatalaksanaan diabetes secara mandiri bagi para penyandang DM (diabetesi). Pengendalian DM akan lebih efektif apabila difokuskan pada pencegahan dini melalui peningkatan kemampuan perawatan diri di tingkat keluarga. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan penderita DM dalam manajemen perawatan diri, serta membentuk kelompok pendamping yang berperan dalam mendukung keberlanjutan pengelolaan diabetes di tingkat komunitas. Metode kegiatan meliputi penyuluhan dan demonstrasi mengenai manajemen perawatan diri pada penderita DM. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan dan keterampilan peserta terkait perawatan diri diabetes, serta terbentuknya kelompok pendamping manajemen perawatan diri bagi penderita DM. Diharapkan, peran aktif kader kesehatan bersama tenaga kesehatan dan pemerintah daerah dapat terus ditingkatkan dalam mendukung program pengendalian dan manajemen diri diabetes melitus secara berkelanjutan.

Kata Kunci: Diabetes Melitus; Manajemen Perawatan Diri; Pengabdian Masyarakat

Abstract

Diabetes mellitus (DM) is one of the major global health problems with a continuously increasing prevalence. Various epidemiological studies have shown a rising trend in the incidence of type 2 diabetes mellitus (T2DM) worldwide. The International Diabetes Federation (IDF) in 2021 estimated that 537 million adults aged 20–79 years worldwide are living with diabetes, representing 10.5% of the global population in that age group. This number is projected to increase to 643 million (11.3%) by 2030 and 783 million by 2045. These data emphasize the importance of implementing self-management strategies for individuals with diabetes. Effective diabetes control can be achieved through early prevention efforts by enhancing self-care abilities within the family level. This community service program aims to improve the knowledge and skills of people with diabetes in self-care management and to establish support groups that play a role in sustaining diabetes management at the community level. The methods implemented in this activity included health education and demonstration sessions related to diabetes self-care management. The results of this program indicated an increase in participants' knowledge and skills regarding diabetes self-care and the

establishment of self-care management support groups for people with diabetes. It is expected that the active roles of community health cadres, healthcare workers, and local governments will continue to strengthen sustainable diabetes self-management and control programs.

Keywords: Diabetes Mellitus; Self-Care Management; Community Service

PENDAHULUAN

Diabetes melitus (DM) merupakan salah satu masalah kesehatan global dengan prevalensi yang terus meningkat setiap tahun. Berbagai penelitian epidemiologi menunjukkan adanya kecenderungan peningkatan angka kejadian diabetes melitus tipe 2 (DMT2) di berbagai belahan dunia. International Diabetes Federation (IDF) pada tahun 2021 memperkirakan terdapat 537 juta orang dewasa berusia 20–79 tahun di seluruh dunia yang menyandang diabetes, atau setara dengan 10,5% populasi pada kelompok usia tersebut. Angka ini diproyeksikan meningkat menjadi 643 juta (11,3%) pada tahun 2030 dan 783 juta pada tahun 2045. Kondisi tersebut menunjukkan pentingnya upaya penatalaksanaan diabetes secara mandiri bagi para penyandang DM (diabetesi). Pengendalian DM akan lebih efektif apabila difokuskan pada pencegahan dini melalui peningkatan kemampuan perawatan diri di tingkat keluarga.

Upaya untuk mengurangi risiko tersebut, maka diperlukan suatu program penatalaksanaan diabetes secara mandiri bagi para diabetisi ini. Pengendalian DM akan lebih efektif bila diprioritaskan pada pencegahan dini melalui upaya perawatan mandiri pasien di keluarga. Program Self-management dapat mendorong pasien menggunakan sumber daya yang ada untuk mengelola gejala yang dialaminya terutama pada pasien dengan penyakit kronis.

Desa Batu Kumbung merupakan salah satu Desa dari 10 Desa yang berada Di Kecamatan Lingsar Kabupaten Lombok Barat., yang terdiri dari delapan Dusun dengan 7 Rukun Warga (RW) dan 39 Rukun

Tetangga (RT). Adapun jumlah Penduduk Desa Batu Kumbung adalah 7.197 Jiwa. Berdasarkan data dari Puskesmas Lingsar terjadi peningkatan kasus DM dimana pada tahun 2021 dengan jumlah 458 orang dan meningkat menjadi 453 orang di tahun 2023. Berdasarkan data tersebut hanya 22 orang penderita yang patuh untuk berobat ke Puskesmas Lingsar.

Sebagian besar penderita diabetes melitus yang melakukan perawatan mandiri di rumah selama bertahun-tahun. Namun demikian, tidak sedikit di antara penyandang diabetes dan keluarganya yang mengalami stres dalam menjalani proses perawatan tersebut. Sebagian lainnya mengeluhkan kurangnya pengetahuan dan keterampilan yang memadai dalam menangani penyakit diabetes di lingkungan keluarga. Dalam melakukan perawatan diri di rumah akan melibatkan anggota keluarga yang lain, terutama pasangan yang membantu dalam penyiapan makanan, mengingatkan minum obat atau mengantarkan ke pelayanan Kesehatan. Dukungan keluarga memiliki peran penting dalam memengaruhi kepatuhan penderita diabetes melitus terhadap rutinitas pengobatan. Kurangnya dukungan keluarga sering kali menyebabkan penderita bersikap abai, sehingga lupa mengonsumsi obat secara teratur dan lalai dalam memantau kadar glukosa darah. Bentuk dukungan keluarga dapat berupa pemberian informasi mengenai pentingnya kepatuhan terhadap pengobatan, pemberian motivasi, pengawasan konsumsi obat, serta pendampingan dalam menjalankan pola makan sehat, aktivitas fisik, dan pengelolaan stres.

Pengelolaan pasien diabetes melitus dikenal dengan lima pilar utama, yaitu edukasi, pengaturan diet, aktivitas fisik, intervensi farmakologis, dan pemantauan kadar glukosa darah secara mandiri dan teratur. Dalam konteks ini, peran tenaga kesehatan sangat diperlukan untuk memberikan edukasi kepada kader kesehatan mengenai *Diabetes Self-Management Education* (DSME). Melalui program tersebut, kader diharapkan mampu berperan aktif dalam melakukan pendampingan terhadap keluarga dan penyandang diabetes melitus guna meningkatkan kemandirian serta kualitas hidup mereka.

Dukungan keluarga akan mempengaruhi Rutinitas penderita Diabetes Mellitus dalam Mengonsumsi obat. Kurangnya Dukungan Keluarga menyebabkan penderita beranggapan sepele dan Lupa kapan harus minum Obat dan kapan harus mengontrol kadar gula darah. Dukungan keluarga seperti orang-orang di Sekitar pasien (Suami, Istri, anak) yang turut memberikan informasi mengenai pentingnya minum obat, memotivasi, mengawasi pasien dalam minum obat serta melakukan diet, aktivitas fisik serta menghindari stress. Pengelolaan pasien DM dikenal dengan lima pilar yaitu : edukasi, pengaturan diet, latihan jasmani atau aktivitas fisik, intervensi farmakologi dan melakukan monitoring kadar gula darah mandiri secara teratur. Disinilah perlunya peran tenaga Kesehatan untuk memberikan edukasi kepada kader terkait dengan Diabetic Self Management Education (DSME), dengan harapan kader mampu melakukan pendampingan kepada keluarga dan penderita DM. Permasalahan yang terjadi pada mitra adalah :

1. Tingginya prevalensi dan rendahnya kepatuhan perawatan mandiri pada penderita diabetes di Desa Batu Kumbung.

2. Rendahnya pengetahuan kader dan keluarga tentang manajemen perawatan diri penderita diabetes.
3. Belum adanya kelompok pendamping kader keluarga dalam mendukung manajemen diabetes berbasis DSME.

METODE

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat melibatkan sasaran kader posyandu merupakan perwakilan dari delapan dusun, yang berusia antara 25 – 50 tahun dan aktif dalam kegiatan posyandu minimal selama satu tahun terakhir. Sasaran lainnya adalah penderita DM di Desa Batu Kumbung, Lingsar, kabupaten Lombok Barat. Metode yang digunakan dalam kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat meliputi:

- a. Pemberian penyuluhan Diabetes Melitus dan Manajemen diri pada penderita DM
- b. Pemberian pelatihan cara mengukur glukosa darah menggunakan gluco test kepada kader posyandu

Evaluasi dilakukan setelah kegiatan penyuluhan dan pelatihan diberikan dengan tujuan untuk mengukur keberhasilan kegiatan ini. Evaluasi yang dilakukan berupa :

- a. Memberikan kuesioner pre test sebelum edukasi dimulai dan setelah dilakukan edukasi diberikan post test terkait materi yang telah disampaikan

Waktu dan Tempat Kegiatan

Waktu kegiatan ini adalah 15 Juli – 20 Agustus 2025. Tempat di Aula Kantor Desa Batu Kumbung, Lombok Barat, Nusa Tenggara Barat.

Sarana Dan Alat Yang Digunakan

Sarana dan alat-alat yang digunakan dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini, antara lain:

Alat-alat demonstrasi: Modul, Glucotest, Formulir : Daftar hadir, pencatatan identitas, surat tugas dan kuesioner pre post test. Perekam kegiatan (video) dan pengeras suara (microphone)

Bentuk Partisipasi Mitra

Mitra yang terlibat adalah : Seluruh Kader dan Penderita DM di Desa Batu Kumbung, Kecamatan Lingsar, Lombok Barat.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan ini dihadiri 15 kader Kader yang dipilih merupakan perwakilan dari delapan dusun, berusia 25–50 tahun, dan aktif dalam kegiatan posyandu minimal selama satu tahun terakhir *perwakilan* masing-masing Dusun yang datang mengikuti penyuluhan / edukasi terkait Manajemen diri Diabetes Melitus.

Adapun Desain kegiatan pengabdian masyarakat ini menggunakan disain Pre Experimental yaitu *one group pre test- post test design* dimana pengabdian masyarakat melibatkan 1 kelompok kader yang akan diberikan pre tes terlebih dahulu sebelum diberikan Pendidikan Kesehatan dan pendampingan baru kemudian akan diikuti dengan melakukan post tes.

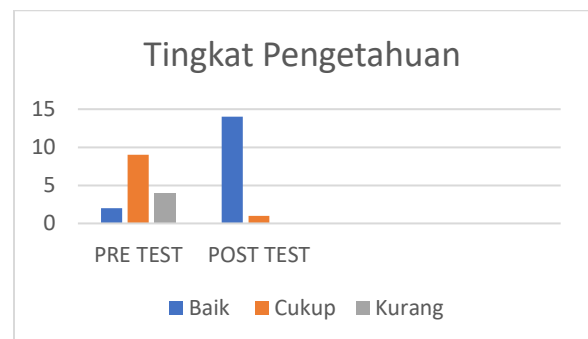
Pelatihan dilaksanakan selama 1 bulan yang terdiri dari beberapa kegiatan. Kegiatan pertama adalah pelaksanaan pelatihan yang dilakukan selama 3 jam terdiri dari ceramah interaktif selama lebih kurang 60 menit , diskusi kelompok dilakukan selama 30 menit dan sisanya adalah melakukan praktek mengukur tekanan darah dan pemeriksaan kadar gula darah.

Tahap kedua adalah tahap Evaluasi yang dilakukan selama lebih kurang 2 jam meliputi evaluasi pengetahuan dan evaluasi ketrampilan. Serta tahap

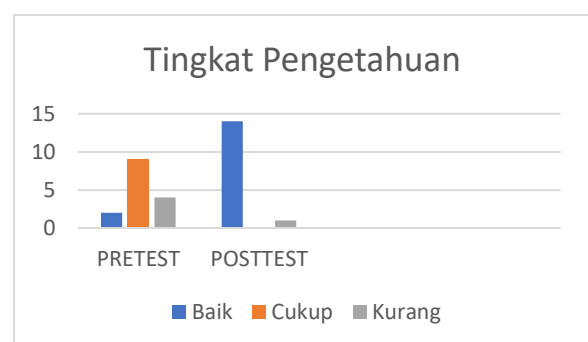
terakhir adalah terbentuknya kelompok pendamping Diabetes Mellitus (KP-DSME).

Berdasarkan hasil Pre Test dan Post Test didapatkan :

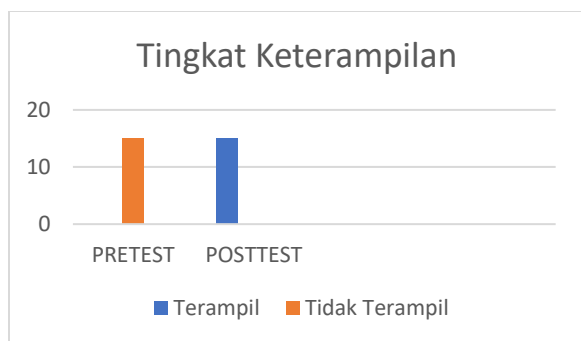
Hasil pre test menunjukkan bahwa 15 kader mengetahui tentang definisi, tanda dan gejala, factor factor yang menjadi penyebab penyakit DM. Pengetahuan kader terkait dengan penyakit DM masih sangat rendah hasil pre test sebanyak 73 % Dimana 2 orang memiliki pengetahuan Baik, 9 orang Cukup, dan 4 orang Kurang namun mengalami peningkatan setelah diberikan pelatihan menjadi 93 %. Dimana 14 orang memiliki pengetahuan Baik dan 1 orang memiliki pengetahuan Cukup



Gambar 1 : Tingkat Pengetahuan Penyakit DM



Gambar 2 : Tingkat Keterampilan Manajemen Diri DM
Sedangkan nilai pre test untuk tingkat pengetahuan tentang penatalaksanaan manajemen perawatan diri pada penderita DM adalah 73% dengan rincian yaitu 2 orang baik, 9 orang cukup dan 4 orang kurang. Dan meningkat menjadi 93 % setelah diberikan edukasi dan pendampingan dengan rincian yaitu 14 orang baik, dan 1 orang kurang.



Gambar 3: Tingkat Keterampilan Pemeriksaan Glukosa Darah

Hasil pengukuran tingkat keterampilan melakukan pemeriksaan kadar gula darah menggunakan glucometer, menunjukkan bahwa sebelum diberikan pelatihan tingkat keterampilan responden 15 orang tidak terampil (100%), kemudian setelah diberikan pelatihan seluruh responden meningkat menjadi terampil sebanyak 15 orang (100 %)

Sedangkan tingkat partisipasi Kader dalam pelatihan ini adalah 100%.

Prosedur pelaksanaan belum terstruktur dan tidak menjelaskan materi edukasi secara rinci, durasi kegiatan, maupun metode penyampaian (ceramah, diskusi, demonstrasi, simulasi).

KESIMPULAN

Terjadinya peningkatan pengetahuan pada kader dimana sebelum pelaksanaan pengabdian Masyarakat tingkat pengetahuan kader tentang penyakit DM dengan rata rata 73% meningkat menjadi 93% dan tingkat pengetahuan tentang penatalaksanaan manajemen perawatan diri pada penderita DM rata rata dengan nilai 73% meningkat menjadi 93%.

Dan tingkat partisipasi kader adalah 100% kader antusias mengikuti kegiatan pengabdian Masyarakat.

Terbentuknya kelompok pendamping penderita DM (KP- DSME). Dimana seluruh kader

bersedia menjadi pendamping bagi keluarga dimana ada salah satu anggota keluarganya menderita DM

DAFTAR PUSTAKA

- Adiatma, A., & Puspitasari, D. (2023). Korelasi kepatuhan diet dengan kualitas hidup pada pasien diabetes melitus tipe 2 di Kota Semarang. *Jurnal Ilmu Keperawatan dan Kesehatan*, 14(2), 110-120.
- Almatsier, S. (2017). *Prinsip dasar ilmu gizi*. Gramedia Pustaka Utama.
- American Diabetes Association. (2023). *Standards of medical care in diabetes—2023*. American Diabetes Association.
- Anggraeni, A. F. N., Rondhianto, & Juliningrum, P. P. (2018). Pengaruh Diabetes Self-Management Education and Support (DSME/S) terhadap kualitas hidup pada pasien diabetes melitus tipe 2. *e-Jurnal Pustaka Kesehatan*, 6(3), 453–460. Retrieved from <https://jurnal.unej.ac.id/index.php/JPK/article/view/11688>
- Brunner, L. S., & Suddarth, D. S. (2019). *Buku ajar keperawatan medikal bedah* (Edisi 13, Vol. 2). (K. M. Sitorus, Penerj.). EGC.
- Djannah, S. N., Primadani, M., & Tukiyo, I. W. (2023). [Judul tidak tersedia].
- Ernawati, U., Wihastuti, T. A., & Utami, Y. W. (2021). Effectiveness of diabetes self-management education (DSME) in type 2 diabetes mellitus (T2DM) patients: Systematic literature review. *Journal of Public Health Research*, 10(2), 404–408.
- Evert, A. B., et al. (2019). Nutrition therapy for adults with diabetes or prediabetes: A consensus report. *Diabetes Care*, 42(5), 731-754.
- Handayani, R. A., & Budiarto, E. (2022). Hubungan antara dukungan keluarga dan swamanajemen dengan kadar HbA1c pada penderita DM. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 13(2), 155-164.
- Lestari, D. (2020). *Model intervensi peningkatan kepatuhan perilaku diet dan swamanajemen*

- pada pasien diabetes melitus di Kabupaten X* [Tesis Magister]. Universitas Indonesia.
- Kesehatan Masyarakat Nasional, 17(4), 301-309.
- Nazmi, A. N., Indriani, N., & Sari, N. L. P. Y. M. (2023). Pengaruh diabetes self-management education dengan audiovisual terhadap self-efficacy pada penderita DM tipe 2. *Jurnal Keperawatan Sriwijaya*, 10, 13–20.
- Notoatmodjo, S. (2018). *Pendidikan kesehatan dan ilmu perilaku kesehatan*. Rineka Cipta.
- Nurjanah, S., Primadani, M., & Tukiyo, I. W. (2023). Dukungan keluarga salam mendukung perawatan diri yang lebih baik pada penderita DM. [Tidak dipublikasikan].
- Pemerintah Desa Batu Kumbung. (2023). *Profil Desa Batu Kumbung Kecamatan Lingsar*.
- Perkumpulan Endokrinologi Indonesia (PERKENI). (2021). *Pedoman pengelolaan dan pencegahan diabetes melitus tipe 2 dewasa di Indonesia*. PERKENI.
- Persatuan Perawat Nasional Indonesia (PPNI). (2018). *Standar intervensi keperawatan Indonesia (SIKI): Definisi dan tindakan keperawatan*. Dewan Pengurus Pusat PPNI.
- Powers, M. A., et al. (2020). Diabetes self-management education and support in adults with type 2 diabetes: A consensus report of the American Diabetes Association, the Association of Diabetes Care & Education Specialists, and the Academy of Nutrition and Dietetics. *Diabetes Care*, 43(7), 1636–1650.
- Sari, M. I., & Purboyo, W. (2021). Determinan perilaku kepatuhan dalam pengendalian glikemik pasien DM di Puskesmas X. *Media Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 20(4), 310-318.
- Suparti, A., & Widiarti, S. (2023). Pengaruh edukasi berbasis *mobile application* terhadap peningkatan kepatuhan diet pada pasien DM tipe 2. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 26(1), 12-20.
- Wulandari, S. N., & Setiawan, I. (2022). Pengaruh intervensi edukasi swamanajemen berbasis *peer group support* terhadap peningkatan kontrol glikemik pasien DM. *Jurnal*