

PENATALAKSANAAN *DIABETES SELF MANAGEMENT EDUCATION*  
(DSME) PADA PASIEN DIABETES MELITUS TIPE 2

Agnes Silvina Marbun<sup>1</sup>, Rinco Siregar<sup>2</sup>, Siska Evi Martina<sup>3</sup>,  
Salma Safitri<sup>4</sup>, Bakhtiar Agus Ziliwu<sup>5</sup>, Juliana Simanjuntak<sup>6</sup>  
<sup>1,2,3,4,5,6</sup>Prodi S1Keperawatan Fakultas Farmasi dan Ilmu Kesehatan  
[agnesmarbun434@gmail.com](mailto:agnesmarbun434@gmail.com)

**ABSTRAK**

Diabetes mellitus (DM) yang biasa juga disebut dengan penyakit kencing manis dan merupakan penyakit tidak menular, hal ini terjadi oleh karena peningkatan kadar gula dalam darah. Prevalensi angka kejadian DM setiap tahunnya di Indonesia mengalami peningkatan. Hal ini dikarenakan penderita DM yang belum memahami cara mempertahankan dan menjaga kesehatannya, sehingga diperlukan penanganan secara klinis dengan prosedur yang tepat untuk mengurangi risiko multi faktorial hiperglikemia. Dalam hal ini untuk mendukung manajemen diri pasien dalam mempertahankan status kesehatannya dengan cara menerapkan metode *Diabetes Self Management Education* (DSME). Proses ini dimana penderita DM diberikan pengetahuan tentang pelaksanaan cara yang tepat dalam melakukan perawatan secara mandiri sehingga dapat mempertahankan kontrol gula darah, mencegah komplikasi, dan meningkatkan kualitas hidup penderita DM. Kegiatan pengabdian masyarakat dihadiri oleh 25 orang peserta. Pemberian edukasi DSME sangat diterima oleh masyarakat dibuktikan dengan peserta sangat antusias mengikuti kegiatan serta mampu menjelaskan semua yang berhubungan dengan DSME.

Kata Kunci: *Diabetes Self Management Education, Diabetes Melitus*

**ABSTRACT**

*Diabetes mellitus (DM), which is also known as diabetes and is a non-communicable disease, occurs due to an increase in blood sugar levels. The prevalence of the incidence of DM every year in Indonesia has increased. This is because DM patients do not understand how to maintain and maintain their health, so clinical treatment with appropriate procedures is needed to reduce the risk of multi-factorial hyperglycemia. In this case, to support patient self-management in maintaining their health status by applying the Diabetes Self Management Education (DSME) method. This process is where people with diabetes are given knowledge about implementing the right way of doing care independently so that they can maintain blood sugar control, prevent complications, and improve the quality of life of people with diabetes. The community service activity was attended by 25 participants. The provision of DSME education was very well received by the community as evidenced by the participants being very enthusiastic about participating in the activity and being able to explain everything related to DSME.*

Keywords : *Diabetes Self Management Education, Diabetes Mellitus*

## **PENDAHULUAN**

Diabetes Melitus (DM) adalah penyakit yang ditandai dengan terjadinya hiperglikemia dan gangguan metabolisme karbohidrat, lemak, dan protein yang dihubungkan dengan kekurangan secara absolut atau relatif dari kerja dan atau sekresi insulin. Gejala yang dikeluhkan pada penderita DM yaitu polidipsia, poliuria, polifagia, penurunan berat badan, kesemutan (Kurniawati, E. & Yunita, 2016). Pada beberapa kasus DM munculnya komplikasi sampai berujung kematian, hal ini dikarenakan masih kurangnya pengetahuan serta perilaku para penderita DM dalam meningkatkan kepercayaan diri seseorang dalam menjaga dan mempertahankan kondisi kesehatannya (Black, J. M., & Hawks, J. H, 2014).

Hasil survey dari *World Health Organization* (WHO), dimana penderita DM dengan usia  $\geq 18$  tahun pada tahun 2014 sebanyak 422 juta. Mayoritas peningkatan jumlah berasal dari Asia Tenggara dan Pasifik Barat, dan meliputi sebagian kasus diabetes di dunia. Peningkatan terjadi secara signifikan pada tahun 1980 dan 2014 terhadap penderita diabetes di seluruh dunia dari 108 juta menjadi 422 juta (Kementerian Kesehatan RI, 2018). Angka kejadian pasien DM tahun 2013 yang terjadi di Indonesia dengan usia  $\geq 15$  tahun mengalami penurunan dengan capaian 1,5% tidak sebanding dengan prevalensi tahun 2018 usia  $\geq 15$  tahun mengalami kenaikan menjadi 2,0%. Selain itu, jumlah penderita lebih dominan menyerang wanita (1,8 %) dibandingkan pria (1,2 %) di Indonesia (Riset Kesehatan Dasar [Riskesdas],2018).

*Diabetes Self Management Education* (DSME) merupakan suatu proses memberikan pengetahuan kepada pasien mengenai aplikasi strategi perawatan secara mandiri untuk mengoptimalkan kontrol metabolik, mencegah komplikasi, dan memperbaiki kualitas hidup pasien DM yang dapat dilakukan perawat untuk memberikan edukasi secara berkelanjutan bagi pasien DM. Pendidikan kesehatan merupakan salah satu cara dalam membuka pikiran serta menambah pengetahuan penderita DM sehingga dapat menurunkan stres, membantu mengontrol serta mempertahankan kadar gula darah sehingga dapat meningkatkan kesehatan serta kualitas hidup pasien (Marbun, AS, 2021).

## **METODE KEGIATAN**

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan dengan pemberian edukasi. Tahapan yang dilakukan adalah : persiapan, pelaksanaan dan penutup. Dalam tahap persiapan dimana tim pelaksana mengatur lokasi kegiatan di lingkungan wilayah kerja UPT Puskesmas Tanjung Rejo, kemudian menyiapkan peralatan audio untuk pelaksanaan penyuluhan serta

menyediakan tempat cuci tangan, masker dan *handsanitizer*. Selanjutnya pada tahap pelaksanaan, tim menjelaskan tentang penatalaksanaan *Diabetes Self Management Education* yang merupakan cara untuk menentukan suatu tindakan dalam memperbaiki masalah kesehatan pada seseorang khususnya penderita Diabetes Melitus dalam tujuan untuk meningkatkan kualitas hidup. Pada tahap evaluasi, tim pelaksana memberikan pertanyaan kepada peserta secara lisan tentang penjelasan yang diberikan, hasilnya peserta mampu menjelaskan tentang penatalaksanaan *Diabetes Self Management Education* secara mandiri.

### **HASIL KEGIATAN**

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan 13 Juli 2021, di Wilayah Kerja UPT Puskesmas Tanjung Rejo, dengan masyarakat yang ikut berpartisipasi sebanyak 25 orang. Kegiatan penyuluhan ini berlangsung dengan tertib dan lancar sesuai dengan susunan acara yang telah direncanakan. Kegiatan ini dilakukan dengan memberikan edukasi tentang penatalaksanaan DSME kepada masyarakat. Pada tahap akhir dimana tim pelaksana melakukan *feedback* kepada seluruh peserta dan didapatkan hasilnya peserta sangat bersemangat dan sangat antusias dalam memberikan pertanyaan maupun menjawab keseluruhan pertanyaan yang diberikan kepada peserta.



## PEMBAHASAN

Metode *Diabetes Self Management Education* (DSME) merupakan komponen penting yang dapat memberikan kemampuan pada individu untuk melakukan penatalaksanaan dalam mengelola penyakit DM yang dialami serta komplikasi yang dapat mengancam jiwa penderita DM (Damayanti, S, 2017). DSME merupakan proses yang didasari oleh pengetahuan, keterampilan serta kemampuan perawatan diri mandiri pasien dilakukan dengan cara pencegahan dini melalui tindakan promotif, preventif, kuratif dan rehabilitatif sehingga dapat meningkatkan pengetahuan, sikap dan tindakan penderita DM dalam melakukan perawatan terhadap dirinya sendiri (Marbun, AS, 2020).

Pelaksanaan DSME dapat dilakukan secara individu maupun kelompok, tempat pelaksanaan bisa di pelayanan kesehatan maupun di komunitas. Pelaksanaan DSME dilakukan sebanyak 4 sesi dengan durasi waktu antara 1-2 jam untuk tiap sesi. yaitu: Sesi 1 membahas pengetahuan dasar tentang DM meliputi definisi, etiologi, klasifikasi, manifestasi klinis, patofisiologi, diagnosis, pencegahan, pengobatan dan komplikasi. Sesi 2 membahas tentang manajemen nutrisi/diet dan aktivitas/latihan fisik yang dapat dilakukan. Sesi 3 membahas perawatan kaki Diabetes dan senam kaki serta monitoring yang perlu dilakukan. Sesi 4 membahas tentang dukungan psikososial, manajemen stress, dan akses pasien terhadap fasilitas pelayanan kesehatan (Padila, 2012).

DSME merupakan salah satu bentuk edukasi yang efektif diberikan kepada pasien DM karena pemberian DSME dapat meningkatkan pengetahuan, sikap, dan perilaku pasien dalam melakukan perawatan mandiri. Dengan adanya pemberian DSME pada pasien DM dalam penelitian tersebut, pasien memperoleh informasi terkait perawatan mandiri DM. Pengetahuan, keterampilan, dan status psikologis pasien mengalami peningkatan, sehingga pasien mulai melakukan perawatan mandiri terhadap penyakitnya (Puspita, Dyah Wiji, 2018).

## KESIMPULAN

Peserta yang mengikuti kegiatan penatalaksanaan *Diabetes Self Management Education* sebanyak 25 orang peserta, didapatkan bahwa semua peserta mampu memahami serta menjelaskan keseluruhan tentang *Diabetes Self Management Education* dengan sangat baik.

**DAFTAR PUSTAKA**

- Ahdiah, Nurul & Arofiati. (2019). Metode- Metode Penyampaian *Diabetes Self Management Education (DSME)*. 10(1).
- Black, J. M., & Hawks, J. H. (2014). *Keperawatan Medikal Bedah Edisi 8 Buku 2*. Singapore: Elsevier.
- Damayanti, S. (2017). *Diabetes melitus dan penatalaksanaan keperawatan*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Decroli, Eva. (2019). *Diabetes Melitus Tipe 2*. Padang: Pusat Penerbitan Bagian Ilmu Penyakit Dalam.
- Kementerian Kesehatan RI. (2018). *Pedoman Diabetes Melitus*
- Kurniawati, E. & Yunita, B (2016). Faktor – Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Diabetes Melitus Tipe II. *Jurnal Majority*. Vol. 5, No.2.
- Marbun, AS. (2020). *Hubungan Pelaksanaan Empat Pilar Dengan Kejadian Rehospitalisasi Pada Penderita Diabetes Melitus*. Vol 8, No 1 (2020). *Jurnal Kesehatan Surya Nusantara*.8(1). 20-28.  
<https://jurnal.suryanusantara.ac.id/index.php/jurkessutra/article/view/21>
- Marbun, AS. (2021). Pengaruh *Diabetes Self Management Education (DSME)* Berbasis Aplikasi *Whatsapp* Terhadap *Self Efficacy* Pada Pasien DM Tipe 2 Di Puskesmas Hampan Perak. Vol 4 No. 2. *Jurnal Mutiara Ners*.  
<http://114.7.97.221/index.php/NERS/article/view/2071>
- Padila (2012). *Buku Ajar : Keperawatan Medikal Bedah*. Yogyakarta : Nuha Medika
- Puspita, Dyah Wiji. (2018). *Buku Panduan Pelatihan Kader Kesehatan Kelompok Pendamping Diabetes Self Management Education Berbasis Keluarga (Kp- DSME Keluarga)*. Semarang: UNISSULA PRESS.
- Riskesdas. (2018). *Riset Kesehatan Dasar*.  
<http://www.litbang.depkes.go.id/blriskesdas2018>.