

Edukasi Kesehatan Manajemen Diri *Diabetes Melitus (DM)* pada Masyarakat Desa Lamgapang, Aceh Besar

Riski Amalia¹, Anda Kamal², Lisa Fitriani³

^{1,2,3} Universitas Syiah Kuala, Banda Aceh, Indonesia

Corresponding Author

Nama Penulis: Riski Amalia

E-mail: riskiamalia@usk.ac.id

Abstrak

Pengetahuan manajemen diri *Diabetes Mellitus (DM)* menjadi suatu prioritas utama dalam pengendalian kadar gula darah sebagai tindakan preventif komplikasi-komplikasi kronis. Edukasi manajemen diri *DM* bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat Desa Lamgapang, Aceh Besar sebagai upaya preventif komplikasi yang ditimbulkan dari *DM*. Metode yang digunakan yaitu pemberian edukasi tentang manajemen diri *DM* dengan melibatkan kader dan masyarakat Desa Lamgapang, Aceh Besar. Hasil dari kegiatan ini adalah terdapatnya pengaruh edukasi *DM* dengan pengetahuan masyarakat. Kegiatan pengabdian masyarakat dalam bentuk edukasi manajemen diri *DM* diharapkan dapat dilakukan secara berkesinambungan dengan melibatkan puskesmas setempat.

Kata kunci - diabetes mellitus, edukasi, manajemen diri, pengetahuan, preventif

Abstract

Knowledge of *Diabetes Mellitus (DM)* self-management is a top priority in regulating blood sugar levels as a preventive approach against chronic problems. *DM* self-management education seeks to increase the understanding of the inhabitants of Lamgapang Village, Aceh Besar, in order to prevent issues caused by *DM*. The strategy adopted is to educate cadres and the people of Lamgapang Village, Aceh Besar, on *DM* self-management. The outcomes of this exercise show that *DM* education has had a positive impact on the community's knowledge. Community service activities such as diabetes self-management education are intended to be carried out on a continual basis, with the involvement of the local health facility.

Keywords - diabetes mellitus, education, self-management, knowledge, prevent

PENDAHULUAN

Penyakit Diabetes Melitus Tipe-2 (DMT2) dikaitkan dengan beban penyakit yang besar, termasuk peningkatan risiko kematian dan morbiditas jangka panjang yang signifikan, dan muncul sebagai epidemi kesehatan masyarakat (Ong et al., 2023). Diabetes adalah salah satu penyebab utama kematian dan kecacatan di seluruh dunia, dan mempengaruhi individu tanpa memandang negara, kelompok usia, atau jenis kelamin. Indonesia pada tahun 2024 berada pada peringkat 5 tertinggi di dunia penderita diabetes mencapai 20,4 juta (International Diabetes Federation, 2025). Peningkatan jumlah penderita DMT2 menyebabkan semakin meningkatnya komplikasi yang terjadi sehingga berpengaruh pada kualitas hidup. Komplikasi yang terjadi tersebut dapat dicegah dengan manajemen diri yang baik pada penderita DM. Manajemen diri adalah tindakan yang dilakukan penderita penyakit kronis dalam mengontrol dan mengatur penyakit secara mandiri yang meliputi tindakan pengobatan dan mencegah komplikasi (Ningrum et al., 2019)

Puspasari et al. (2023) menunjukkan bahwa adanya peningkatan perilaku *self-care* pada penderita DMT2 setelah mendapatkan edukasi manajemen diri. Sebagian besar *self-care* tergantung pada manajemen diri yang meliputi: mendapatkan pengetahuan terkait diabetes, keterampilan penting untuk memajemen DM, memodifikasi gaya hidup, dan ketersediaan dukungan psikologis dan tindak lanjut (Maina et al., 2022). Manajemen diri penderita DM membutuhkan pengetahuan baru, perubahan strategi pengobatan, dan perubahan lingkungan perawatan kesehatan yang hampir konstan melibatkan partisipasi aktif penderita DM sehingga nampak berkontribusi pada kompleksitas manajemen diabetes (Gharaibeh & Tawalbeh, 2018). Hasil penelitian Kurniawan et al. (2020) menyatakan bahwa perilaku manajemen diri yang baik memiliki risiko komplikasi lebih rendah dan kualitas hidup yang lebih tinggi.

Hasil penelitian dari Ahmad & Joshi (2023) menunjukkan bahwa tujuh praktik perawatan diri, yang meliputi: meliputi penilaian kadar gula dalam darah, mengonsumsi makanan sehat, tetap aktif secara fisik, minum obat secara teratur dan tepat waktu, menjaga perilaku sehat, dan mengurangi faktor risiko bagi penderita diabetes telah menunjukkan hasil yang baik yang dapat menurunkan risiko komplikasi kronis. Latar belakang tersebut mengharuskan adanya edukasi kesehatan manajemen diri DM. Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan peran serta masyarakat untuk sadar memajemen diri dan meningkatkan pengetahuan tentang cara memajemen diri untuk menormalkan kadar gula darahnya. Kegiatan edukasi kesehatan manajemen diri DM ini dilakukan pada masyarakat Lamgapang, Aceh Besar.

METODE

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan berdasarkan pengkajian masalah kesehatan masyarakat Desa Lamgapang, Aceh Besar. Fenomena masalah kesehatan didapatkan melalui wawancara langsung dengan kepala desa, kader kesehatan. Kegiatan edukasi dilaksanakan pada bulan Maret 2025. Kegiatan edukasi manajemen DM dilakukan yang dilaksanakan untuk mengatasi permasalahan mitra. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini menggunakan design *quasi experiment prepost-test without control*. Instrumen pada penelitian ini menggunakan kuesioner pengetahuan tentang DM. Hasil uji reliabilitas sudah dilakukan pada 10 orang Desa Meunasah Papeun Banda Aceh dengan nilai 0.70 (tingkat reliabilitas baik). Uji normalitas dengan menggunakan Shapiro-Wilk tests ($p < 0,05$) menyatakan bahwa data tidak terdistribusi normal sehingga penelitian ini menggunakan analisis *wilcoxon test*. Analisis data menggunakan program komputerisasi analisis statistik.

Kegiatan edukasi manajemen diri DM diawali tahap perencanaan, yaitu dengan menetapkan skedule kegiatan pengabdian masyarakat yang akan dilakukan. Ketua dan tim pengabdian menemui kepala desa untuk meminta izin pelaksanaan kegiatan dengan penandatanganan surat kesediaan kerjasama. Kegiatan selanjutnya yaitu tahap persiapan, yaitu dengan menyiapkan materi dan media yang akan digunakan. Materi dirancang dalam bentuk power point dan leaflet tentang manajemen diri

This work is licensed under Creative Commons Attribution License 4.0 CC-BY International license

DM yang disampaikan pada kegiatan pengabdian kepada masyarakat dalam bentuk edukasi kesehatan. Penyampaian materi dimulai dengan koordinasi dari ketua tim pengabdian sebagai moderator. Moderator kemudian membuka acara kegiatan pengabdian kepada masyarakat, kemudian mempersilahkan salah satu anggota tim pengabdian untuk menyampaikan materi edukasinya. Setelah penyampaian materi edukasi dilakukan maka selanjutnya dilakukan proses diskusi.

Pada tahap pelaksanaan kegiatan peserta diberikan kuesioner pengetahuan tentang manajemen DM sebagai bagian dari *pre-test*, setelah peserta mengisi kuesioner *pre-test* maka dilanjutkan dengan pemberian edukasi manajemen diri DM, kemudian ditahap akhir dilakukan *post-test* dengan memberikan kuesioner pengetahuan manajemen diri DM. Tahap akhir yaitu tahap evaluasi. Pada tahap ini dilakukan penilaian terhadap pengetahuan tentang materi manajemen diri DM melalui diskusi dan tanya jawab. Pemateri menanyakan kembali materi yang sudah diberikan kepada masyarakat.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil analisis *wilcoxon test* pada tabel 1 menunjukkan bahwa Negative Ranks, nilai N, Mean Rank maupun Sum of Rank antara pengetahuan peserta masyarakat tentang manajemen diri DM untuk *pre-test* dan *post-test* adalah 0 yang menyatakan tidak adanya penurunan dari nilai *pre-test* ke *post-test*. Positif Ranks antara hasil pengetahuan masyarakat Desa Lamgapang, Aceh Besar untuk *pre-test* dan *post-test* yang menunjukkan 20 data *positive ranks* dengan N yang bermakna bahwa 20 peserta masyarakat mengalami peningkatan pengetahuan tentang manajemen diri DM dari nilai *pre-test* ke nilai *post-test*. Mean Rank peningkatan tersebut sebesar 10.50, sedangkan jumlah Positif Rank yaitu 210.00. Ties adalah kesamaan nilai *pre-test* dan *post-test* pengetahuan masyarakat peserta, yaitu 0 berarti tidak ada nilai yang sama antara *pre-test* dan *post-test*. Hasil output "test statistics" didapatkan nilai $p(0,001) < 0,05$, dapat disimpulkan bahwa hipotesis H_0 ditolak, artinya adanya pengaruh edukasi manajemen diri DM dengan pengetahuan masyarakat Desa Lamgapang, Aceh Besar.

Tabel 1.
Uji Wilcoxon Edukasi Kesehatan Manajemen Diri DM Pada Masyarakat Desa Lamgapang, Aceh Besar

		N	Mean Rank	Sum of Ranks
<i>Post-test</i> dan <i>Pre-test</i> Pengetahuan Peserta Edukasi Manajemen Diri DM	Negative Ranks	0 ^a	0.00	0.00
	Positive Ranks	20 ^b	10.50	210.00
	Ties	0 ^c		
	Total	20		
	Z	-3.927 ^b		
	P	0.001		

Keterangan: ^a (*post-test* < *pre-test*); ^b (*post-test* > *pre-test*); ^c (*post-test*=*pre-test*)

Kegiatan ini diikuti oleh 20 peserta masyarakat Desa Lamgapang, Aceh Besar. Hasil dari evaluasi kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini menunjukkan para peserta sangat tertarik dan antusias yaitu nampak aktif berdiskusi tentang materi edukasi manajemen diri DM yang disampaikan oleh ketua dan anggota pengabdian. Proses kegiatan pengabdian masyarakat tentang edukasi diri DM ditampilkan pada gambar 1 dan 2 sebagai berikut:



Gambar 1.

Kegiatan edukasi manajemen diri DM



Gambar 2.

Peserta edukasi manajemen DM

KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dalam bentuk edukasi manajemen diri DM dilakukan sebagai upaya untuk preventif komplikasi akibat DM. Kegiatan yang dilakukan berpengaruh pada peningkatan pengetahuan manajemen diri masyarakat di Desa Lamgapang, Aceh Besar. Kegiatan pengabdian edukasi manajemen DM ini diharapkan dapat dilakukan secara berkesinambungan dengan melibatkan puskesmas setempat.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih kepada partisipasi masyarakat Desa Lamgapang, Aceh Besar.

DAFTAR PUSTAKA

- Ahmad, F., & Joshi, S. H. (2023). Self-Care Practices and Their Role in the Control of Diabetes: A Narrative Review. *Cureus*, 15(7). <https://doi.org/10.7759/cureus.41409>
- Gharaibeh, B., & Tawalbeh, L. I. (2018). Diabetes self-care management practices among insulin-taking patients. *Journal of Research in Nursing*, 23(7), 553–565. <https://doi.org/10.1177/1744987118782311>
- International Diabetes Federation. (2025). *Type 2 Diabetes _ International Diabetes Federation*.
- Kurniawan, T., Sari, C. W. M., & Aisyah, I. (2020). Self Management Pasien Diabetes Melitus dengan Komplikasi Kardiovaskular dan Implikasinya terhadap Indikator Klinik. *Jurnal Pendidikan Keperawatan Indonesia*, 6(1). <https://doi.org/10.17509/jpki.v6i1.18256>
- Maina, P., Pienaar, M., & Reid, M. (2022). *Self-management practices amongst patients with type II diabetes mellitus in prevention of complications in low and middle-income countries: a scoping review*. <https://doi.org/10.38140/ufs.17206751>
- Ningrum, T. P., Alfatih, H., & Siliapantur, H. O. (2019). Faktor-Faktor yang Memengaruhi Manajemen Diri Pasien DM Tipe 2. *Jurnal Keperawatan BSI*, 7(2), 114–126.
- Ong, K. L., Stafford, L. K., McLaughlin, S. A., Boyko, E. J., Vollset, S. E., Smith, A. E., Dalton, B. E., Duprey, J., Cruz, J. A., Hagins, H., Lindstedt, P. A., Aali, A., Abate, Y. H., Abate, M. D., Abbasian, M., Abbasi-Kangevari, Z., Abbasi-Kangevari, M., Abd ElHafeez, S., Abd-Rabu, R., ... Vos, T. (2023). Global, regional, and national burden of diabetes from 1990 to 2021, with projections of prevalence to 2050: a systematic analysis for the Global Burden of Disease Study 2021. *The Lancet*, 402(10397), 203–234. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(23\)01301-6](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(23)01301-6)

Puspasari, S., Hardiansyah, C. I., & Nurdina, G. (2023). *Edukasi Berbasis Self-Management untuk Meningkatkan Self Care pada Diabetes Mellitus Tipe 2*. 03(02), 115–122. <https://doi.org/10.56359/kolaborasi>