

EFEKTIFITAS DIABETES SELF MANAGEMENT EDUCATION (DSME) DENGAN METODE WHATSAPP GROUP REMINDER BERKALA TERHADAP SELF CARE PADA PENDERITA DM TYPE II

Ernawati

latenaa9@gmail.com

STIKES Pekanbaru Medical Center

ABSTRAK

Diabetes Melitus (DM) merupakan salah satu permasalahan kesehatan terbesar di dunia dikarenakan setiap tahunnya terjadi peningkatan kasus (Rahman, 2017). Penyakit diabetes melitus dapat menyebabkan berbagai komplikasi antara lain ialah stroke, hipertensi, serangan jantung, diabetik neuropati, diabetik retinopati, diabetik nephropati dan jika tidak ditangani dengan benar akan menyebabkan kematian. . tujuan penelitian ini adalah Mengetahui efektifitas DSME dengan metode group whatss app reminder berkala terhadap selfcare pada penderita diabetes mellitus type II di puskesmas Sidomulyo pekanbaru . Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah Quasi Eksperiment. Penelitian ini di lakukan di puskesmas sidomulyo kota pekanbaru dengan sampel 30 responden . alat ukur yang di gunakan adalah kuesioner SDSCA . hasil penelitian menunjukkan bahwa Hasil Uji Paired Samples T-Test Self Care Diabetes Mellitus Type II sebelum dan sesudah self care diabetes mellitus type II dari 30 responden didapatkan nilai t hitung untuk self care diabetes mellitus type II adalah -4,187 dengan p value (Sig) ,000. Karena p value (Sig) ,000 < 0,05 maka Ha diterima berarti adanya pengaruh diabetes self management education (DSME) melalui group whatsapp reminder berkala terhadap self care diabetes mellitus type II di Puskesmas Sidomulyo . jadi kesimpulan adanya pengaruh diabetes self management education (DSME) melalui group whatsapp reminder berkala terhadap self care diabetes mellitus type II di Puskesmas Sidomulyo.

Kata Kunci: Diabetes Self Management Education , Self Care Pasien Dm Type II.

ABSTRACT

Diabetes mellitus (DM) is one of the biggest health problems in the world because every year there is an increase in cass (Rahman,2017) . Diabetes mellitus can cause various compilcationincluding stroke,hypertension,heart attack,diabetic neuropathy,diabetic retinopathy,diabetic nephropathy and if not treated properly it will cause death . the purpose of this study was to determine the effectiveness of DSME using periodic group whatssapp reminder method for self – care in patients with type II diabetets mellitus at the sidomulyo health center , pekanbaru. The type of research used in this research is Quasi Experimental . this research was conducted at the sidomulyo public health center , pekanbaru city with a sample 30 respondents. Measuring tool used is the SDSCA questionnaire . the results of the study showed that the results of the paired samples T –Test self care diabetes mellitus type II before and after self care diabetes mellitus type II from 30 respondents obtained the t value for self care diabetes mellitus type II was -4,187 with a p value (sig) , 000 because the p value (sig) . so the conclusion is that there is an influence of diabetes self management education (DSME 0 throught periodic group whatssapp reminders on type II diabetes mellitus sef care at the sidomulyo health center.

Keywords: *Diabetes Self – Management Education , Self Care For Type II Dm Patients.*

PENDAHULUAN

Diabetes Melitus (DM) merupakan salah satu permasalahan kesehatan terbesar di dunia dikarenakan setiap tahunnya terjadi peningkatan kasus (Rahman, 2017). Indonesia merupakan negara ke-7 dari 10 besar negara yang diperkirakan memiliki jumlah penderita DM sebesar 5,4 juta pada tahun 2045 serta memiliki angka kendali kadar gula darah yang rendah (Sugiarta, 2020). Berdasarkan studi global yang dilakukan oleh World Health Organization (WHO) pada tahun 2016 menyebutkan bahwa penderita diabetes melitus terus meningkat menjadi 422 juta orang. Negara Indonesia menempati urutan ke-6 dari 10 negara setelah China, India, Amerika Serikat, Brazil, Rusia dan Mexico dengan jumlah penderita mencapai 10 juta orang (IDF, 2017). Penyakit diabetes melitus dapat menyebabkan berbagai komplikasi antara lain ialah stroke, hipertensi, serangan jantung, diabetik neoropati, diabetik retinopati, diabetik nephropati dan jika tidak ditangani dengan benar akan menyebabkan kematian (Kusniawati, 2011). Penyebab kematian akibat diabetes melitus pada tahun 2017 menempati urutan ke-4 dari 10 penyebab kematian tertinggi di dunia (WHO, 2017). Sedangkan untuk negara Indonesia penyebab kematian akibat diabetes melitus pada tahun 2017 menempati urutan ke-3 dari 10 penyebab kematian tertinggi di Indonesia dengan jumlah 6,7% (Kemenkes, 2017). Komplikasi-komplikasi jangka panjang yang dapat ditimbulkan akibat DM memerlukan perilaku penanganan perawatan diri secara khusus salah satunya adalah self care behavior (Smeltzer, 2010 dalam (Khotimah, 2017). Self care behavior merupakan tingkah laku yang dipelajari untuk mempertahankan dan meningkatkan status kesehatan dan kesejahteraannya. Aktivitas perawatan diri (self care) pada klien DM mengacu pada komponen penatalaksanaan DM meliputi diet, latihan, medikasi, pemantauan glukosa darah mandiri, perawatan kaki dan perilaku merokok (Smeltzer, 2010 dalam Kho_mah, 2017). Self care merupakan salah satu teori keperawatan yang dikembangkan oleh Dorothea Orem. Kerangka kerja teori self care Orem berfokus pada peningkatan kemampuan klien untuk meningkatkan perilaku yang berpengaruh terhadap kesehatannya. Self care activity pada penderita DM merupakan tindakan yang dilakukan secara mandiri oleh penderita DM untuk meningkatkan pengaturan gula darah guna mencegah komplikasi, Self care mempunyai peranan penting dalam penatalaksanaan diabetes melitus, apabila pasien diabetes melitus mampu melaksanakan self care dengan optimal dan teratur maka kualitas hidup pasien akan meningkat (Chaidir et. al 2017)

Domain atau indikator dari self care ini terdiri dari 5 domain. Setiap domain mempunyai tujuan masing-masing untuk penyembuhan dari penyakit diabetes itu sendiri. domain self care yang pertama adalah pengaturan pola makan yang mana pengaturan ini mempunyai tujuan untuk mengontrol metabolik sehingga kadar gula darah dapat dipertahankan dalam rentang normal. Self care yang kedua yaitu pemantauan kadar gula darah, hal ini bertujuan untuk mengetahui aktivitas yang dilakukan dalam penatalaksanaan DM sudah efektif atau belum. Self care yang ketiga adalah manajemen pengobatan baik itu yang menggunakan insulin atau yang menggunakan obat oral hal ini bertujuan untuk menurunkan kadar gula darah yang tinggi dan untuk mengurangi rasa sakit akibat penyakit DM tersebut. Self care yang keempat yaitu perawatan kaki hal ini bertujuan untuk mencegah terjadinya kaki diabetik atau ulkus diabetik dan selfcare yang kelima atau yang terakhir yaitu aktivitas fisik, aktivitas fisik ini bertujuan untuk meningkatkan sensitivitas reseptor insulin sehingga pasien dapat beraktivitas dengan baik. Dari tujuan itulah self care merupakan hal yang sangat penting untuk dilakukan oleh pasien diabetes melitus itu sendiri agar kadar gula darah pasien dalam batas normal sehingga tidak terjadi komplikasi akibat penyakit DM tersebut. (Chaidir et.al 2017). Maka dari itu tujuan dari penelitian ini untuk Mengetahui efektifitas DSME dengan metode group whatsapp app reminder berkala terhadap selfcare pada penderita diabetes mellitus type II di puskesmas sidomulyo pekanbaru.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah Quasi Eksperimen. Menurut (Nursalam, 2017) desain penelitian quasi-eksperimen bertujuan untuk mengungkapkan hubungan sebab dan akibat menggunakan kelompok eksperimen. Dalam model ini, hanya kelompok eksperimen yang diberikan perlakuan. Pada tahap awal, kedua kelompok dilakukan pra-test, kemudian setelah diberikan perlakuan dilakukan evaluasi (post-test).

Kegiatan penelitian ini akan dimulai dari persiapan penelitian dari bulan juni – juli 2023 populasi peneleitian ini berasal dari hasil studi pendahuluan yaitu jumlah kunjungan pasien diabetes mellitus tipe 2 sejumlah 243 orang. teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini yaitu purposive sampling digunakan ketika penelliti ingin mempertimbangkan karakteristik dari populasi yang ada. alasan peneliti menggunakan teknik purposive sampling adalah karna tidak semua sampel memiliki kondisi yang sesuai dengan peristiwa yang diteliti peneliti akan menyeleksi sampel yang memenuhi kriteria penelitian. Dalam penelitian ini diambil 30 pasien DM type 2 di puskesmas sidomulyo.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Distribusi Frekuensi Responden Penderita diabetes mellitus type II Di Puskesmas sidomulyo.

No	Karakteristik	Frekuensi	Persentase (%)
1	Jenis Kelamin		
	Laki-laki	14	46,7 %
	Perempuan	16	53,3 %
	Total	30	100 %
2	Umur		
	40 – 50 tahun	9	30,0 %
	51 – 60 tahun	14	46,7 %
	61 – 70 tahun	7	23,3 %
	Total	30	100.0 %
3	Pendidikan		
	SD	4	13,3 %
	SLTP / SMP	6	20,0 %
	SLTA / SMA	16	53,3 %
	Perguruan tinggi	4	13,3 %
Total	30	100.0	
4	Pekerjaan		
	Tidak bekerja	17	56,7 %
	Wiraswasta / pedagang	9	30,0 %
	Pegawai Swasta	4	13,3 %
Total	30	100,0 %	
5	Lama Menderita		
	Baru (<5 Tahun)	21	70,0 %
	Lama (>5 Tahun)	9	30,0 %
Total	30	100.0 %	

Sumber Analisis: Data Primer 2021

Distribusi frekuensi sebelum diberikan self care pasien dm type II

Karakteristik	Frekuensi	Persentase %
Baik <i>self care</i>	5	16,7 %
Tidak baik <i>self care</i>	25	83,3 %
Total	30	100 %

Berdasarkan tabel dapat dilihat bahwa distribusi frekuensi sebelum diberikan self care berjumlah 30 responden dengan kategori baik berjumlah 5 responden dengan nilai persentase (16,7 %) dan kategori tidak baik berjumlah 25 responden dengan nilai persentase (83,3 %) .

Distribusi frekuensi sesudah diberikan self care pasien dm type II

Karakteristik	Frekuensi	Persentase %
Baik <i>self care</i>	16	53,3 %
Tidak baik <i>self care</i>	14	46,7 %
Total	30	100 %

Berdasarkan tabel dapat dilihat bahwa distribusi frekuensi sesudah diberikan self care berjumlah 30 responden dengan kategori baik berjumlah 16 responden dengan nilai persentase (53,3 %) dan kategori tidak baik berjumlah 14 responden dengan nilai persentase (46,7 %) .

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian dapat dilihat bahwa dari 30 responden yang diteliti, sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan sebanyak 16 orang responden (53,3%). Hasil dari umur sebagian besar responden berada pada umur 51 – 60 tahun (46,7 %). Hasil dari pendidikan sebagian besar responden berpendidikan SLTA / SMA sebanyak 16 orang responden (53,3%). Hasil dari pekerjaan sebagian besar responden tidak bekerja sebanyak 17 orang responden (56,7 %). Hasil dari lama menderita Dm sebagian besar kurang dari 5 tahun sebanyak 21 orang responden (70,0 %).

Berdasarkan hasil penelitian dapat di lihat bahwa karakteristik responden berdasarkan diabetes self management education (DSME) yang berjumlah 30 responden sebagian besar tidak dilakukan DSME sebanyak 25 orang (83,3 %)

Berdasarkan hasil penelitian uji normalitas tersebut menggunakan Shapiro Wilk dikarenakan besar sampel 30 responden. Apabila hasil uji normalitas menunjukkan p value > 0,05 maka data distribusi normal, sedangkan p value < 0,05 maka data distribusi tidak normal. Dapat disimpulkan bahwa hasil tabel 4.4 tersebut nilai adalah ,497 > 0,05 maka distribusi normal

Berdasarkan hasil penelitian sebelum dan sesudah self care diabetes mellitus type II dari 30 responden p value (Sig) ,000. Karena p value (Sig) ,000 < 0,05 maka Ha diterima berarti adanya pengaruh diabetes self management education (DSME) melalui group whatsapp reminder berkala terhadap self care diabetes mellitus type II di Puskesmas Sidomulyo

Berdasarkan hasil penelitian dapat dilihat bahwa distribusi frekuensi sebelum diberikan self care berjumlah 30 responden dengan kategori baik berjumlah 5 responden dengan nilai persentase (16,7 %) dan kategori tidak baik berjumlah 25 responden dengan nilai persentase (83,3 %)

Berdasarkan hasil penelitian dapat dilihat bahwa distribusi frekuensi sesudah diberikan self care berjumlah 30 responden dengan kategori baik berjumlah 16 responden dengan nilai persentase (53,3 %) dan kategori tidak baik berjumlah 14 responden dengan nilai persentase (46,7 %) .

Menurut Afelya (2014) , klien dengan diabetes mellitus di pandang sebagai individu yang memiliki kemampuan untuk merawat dirinya sendiri untuk melaksanakan perawatan

diri, memelihara kesehatan dan mencapai kesejahteraan . klien diabetes mellitus mampu mencapai kesejahteraan atau kesehatan yang optimal dengan mengetahui perawatan yang sesuai dengan kondisi penyakitnya . pada kondisi dengan diabetes mellitus ,pasien di harapkan dapat mempertahankan kesehatannya . pasien DM membutuhkan perawatan diri yang bersifat kontinue atau berkelanjutan untuk mencegah komplikasi dan tingkat keparahan penyakit . namun berdasarkan hasil penelitian masih di temukan penderita DM yang masih memiliki Self Care kurang , dan di temukan juga responden mengalami komplikasi yang terdiri dari stroke, penyakit jantung, dan luka . untuk itu pentingnya untuk menjalankan perilaku Self Care yang baik.

SIMPULAN

Pasien diabetes mellitus di wilayah kerja puskesmas sidomulyo sebagian besar responden memiliki aktifitas self care yang baik sebanyak 16 responden 53,3 % dibandingkan dengan aktiitas self care yang tidak baik yaitu sebanyak 14 responden 46,7 %

DAFTAR PUSTAKA

- Chaidir,R,Wahyuni & Furkhani. (2017)“Hubungan self care dengan kualitas hidup pasien diabetes mellitus “ journal Endurance , volume 2,nomor 2, pp.132-144
- Kusniawati. (2011). Analisis faktor yang berkontribusi terhadap self care diabetes pada klien diabetes melitus tipe 2 di Rumah Sakit Umum Tangerang. Thesis. Fakultas Keperawatan Universitas Indonesia.
- Perkumpulan Endokrinologi Indonesia (PERKENI). (2015). Konsensus pengendalian dan pencegahan diabetes melitus tipe 2 di Indonesia. Jakarta-Indonesia.
- Banerjee, M., Chakraborty, S. and Pal, R. (2020) ‘Diabetes self-management amid COVID-19 pandemic’, *Diabetes and Metabolic Syndrome: Clinical Research and Reviews*, 14(4), pp. 351–354. doi: 10.1016/j.dsx.2020.04.013.
- Chan, M. (2016) *Global Report on Diabetes*, Isbn. Available at: http://www.who.int/about/licensing/copyright_form/index.html%0Ahttp://www.who.int/about/licensing/copyright_form/index.html%0Ahttps://apps.who.int/iris/handle/10665/204871%0Ahttp://www.who.int/about/licensing/.
- Funnell, M. M. et al. (2011) ‘National standards for diabetes self-management education’, *Diabetes Care*, 34(SUPPL.1). doi: 10.2337/dc11-S089.
- Imallah, R. N. and Rahmawati, A. (2020) ‘Tingkat Self Care Klien Rawat Jalan Diabetes Mellitus di RS PKU Muhammadiyah Bantul’, *Jurnal Kesehatan Kusuma Husada Surakarta*,2(2009),pp.142–147.
- Indaryati, S. (2018) ‘Pengaruh Diabetes Self Management Education (DSME) Terhadap Self-Care Pasien Diabetes Melitus Di Rumah Sakit Kota Palembang’, *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 1(1), pp. 44–52.
- Marbun, A. S. et al. (2021) ‘Pengaruh Diabetes Self Management Education (79 DSME) Berbasis Aplikasi WhatsApp Terhadap Self Efficacy Pada Pasien DM Tipe 2 Di Puskesmas Hampan Perak’, *Jurnal Mutiara Ners*, 4(2), pp. 128–139. doi: <https://doi.org/10.51544/jmn.v4i2.2071>.
- Pereira, A. A. C. et al. (2020) ‘Effects of a WhatsApp-Delivered Education Intervention to Enhance Breast Cancer Knowledge in Women: Mixed-Methods Study’, *JMIR MHealth and UHealth*, 8(7). doi: <https://dx.doi.org/10.2196/2F17430>.
- PERKENI (2021) *Pedoman Pengelolaan dan Pencegahan Diabetes Melitus tipe 2 Dewasa di Indonesia 2021*. Cetakan Pe. PB PERKENI.
- Rahman, H. F. (2019) *Penerapan Teori Self Care Orem Pada Diabetes Melitus*. Cetakan Pe. Edited by A. Fawaid. Probolinggo
- Rondhianto (2012) ‘Pengaruh diabetes self management education dalam discharge planning terhadap self care behavior pasien diabetes melitus tipe 2’, *Jurnal Keperawatan Soedirman*, 7(3), pp. 133–141.

- Umaroh, L. (2017) Skripsi Pengaruh Diabetes Self Management Education (DSME) Melalui Media Kalender Terhadap Kepatuhan Perawatan Kaki Klien Diabetes Melitus Tipe 2 di Balai Pengobatan Muhammadiyah Lamongan. Universitas Airlangga. Available at: <https://repository.unair.ac.id/77542/2/fulltext.pdf>.
- Wahyuni, N. (2018) 'Peran Penggunaan Grup Whatsapp Dalam Proses Belajar Mengajar Di SMK Negeri 2 Banjarmasin', *Jurnal Mutakallimin*, 1(2), pp. 19–26. doi: <http://dx.doi.org/10.31602/jm.v1i2.3411>.
- Yuanita, A. (2013) Pengaruh Diabetes Self Management Education (DSME) Terhadap Resiko Terjadinya Ulkus Diabetik Pada Pasien Rawat Jalan Dengan Diabetes Mellitus (DM) Tipe 2 Di RSD dr. Soebandi Jember. Universitas Jember. Available at: http://repository.unej.ac.id/bitstream/handle/123456789/3164/Alvinda_Yuanita_092310101013.PDF?sequence=1&isAllowed=y.
- Zahroh, R. and Azkiyawati, M. (2015) 'Penerapan Diabetes Self Management Education Meningkatkan Pengetahuan, Sikap dan Pengendalian Glukosa Darah', *Journals of Ners Community*, 6(2), pp. 107–114. doi: <https://doi.org/10.5281/j%20ners%20community.v6i2.42>.
- Zakirman, Z. and Rahayu, C. (2018) 'Popularitas WhatsApp sebagai media komunikasi dan berbagi informasi akademik mahasiswa', *Shaut Al-Maktabah : Jurnal Perpustakaan, Arsip dan Dokumentasi*, 10(1), pp. 27–38. doi: 10.15548/shaut.v10i1.7.
- Zukhri, S. and Falaq, A. N. (2016) 'Perilaku Perawatan Diri Pasien Diabetes Melitus', *Motorik*, 11(22).
- Fitri, D. E., Sari, S. M. and Krianto, T. (2019) 'Perbandingan Diabetes Self Management Education Metode Ceramah Menggunakan Booklet dengan Metode Group Whatsapp terhadap Self Care Behavior Pasien Diabetes Mellitus', *Jurnal Kesehatan Komunitas*, 4(3), pp. 126–131. doi: 10.25311/keskom.vol4.iss3.294.
- Kumar, A. et al. (2020) 'Is diabetes mellitus associated with mortality and severity of COVID-19? A meta-analysis', *Diabetes and Metabolic Syndrome: Clinical Research and Reviews*, 14(4), pp. 535–545. doi: 10.1016/j.dsx.2020.04.044.
- Kusniawati (2011) 'Self care diabetes pada klien diabetes melitus tipe 2 di rumah sakit umum tangerang', Tesis FIK UI.