

APLIKASI DUKUNGAN KELUARGA DALAM MENINGKATKAN KEPATUHAN DIET PENDERITA DENGAN DIABETES MELITUS DI WILAYAH KERJA RT 04 KELURAHAN PULOKERTO

Lela Aini¹, Lenny Astuti², Setiawan³, Dewi Rury Arindari⁴, Shinta Maharani⁵, Dea Mega Arini⁶, Sri Mulia Sari⁷, Latifah⁸

Program studi Ilmu Keperawatan STIK Siti Khadijah
E-mail: lela.aini15@gmail.com

Abstrak

Bersamaan kemajuan era serta melonjaknya jumlah masyarakat kenaikan jumlah penderita Diabetes Mellitus (DM) cukup tinggi, kenaikan nilai peristiwa DM ini disebabkan terdapatnya pergantian *style* hidup serta pola makan yang tidak teratur. Faktor eksternal dalam pencegahan diabetes melitus mencakup interaksi tenaga kesehatan dengan penderita, aspek lingkungan serta dukungan keluarga. Kegiatan pengabdian ini bertujuan memberikan pengetahuan dan pemahaman responden tentang aplikasi dukungan keluarga dalam meningkatkan kepatuhan diet penderita dengan diabetes melitus di wilayah kerja RT 04 Kelurahan Pulokerto. Pelaksanaan kegiatan dilakukan pada tanggal 12 November 2024 di Kelurahan Pulokerto Kecamatan Gandus Palembang dengan jumlah peserta 35 orang. Bentuk kegiatan ini adalah pemberdayaan masyarakat melalui penyuluhan kesehatan dengan metode ceramah dan diskusi. Materi yang diberikan memuat tentang aplikasi dukungan keluarga dalam meningkatkan kepatuhan diet penderita dengan diabetes melitus di Wilayah Kerja RT 04 Kelurahan Pulokerto. Melalui kegiatan ini diharapkan kepada masyarakat agar lebih memperkaya informasi tentang kepatuhan diet diabetes melitus dengan mengikuti kegiatan penyuluhan yang secara berkala yang dilakukan oleh tempat pelayanan Kesehatan.

Kata kunci : Diabetes melitus, Kepatuhan diet, Dukungan Keluarga

Abstract

In line with the change of era and the increased number of people, the increase of people with Diabetes Mellitus (DM) is quite high, such increase of DM case is potentially caused by the transformation of lifestyle and dietary program. Some External factors in the prevention of Diabetes Mellitus include the interaction of health workers with patients, environmental aspects and family support. This community service activity aims to inform and educate the respondents about the application of family support in improving dietary compliance of patients with diabetes mellitus around RT 04 Pulokerto Village. This activity was done on November 12th, 2024 at Pulokerto Village, Gandus District Palembang with 35 participants. This activity was kind of community empowerment through health counseling by lecturing and discussion methods. The material contains the application of family support in

improving the dietary compliance of patients with diabetes mellitus around RT 04 Pulokerto Village. It is hoped that the community could enrich the information about diabetes mellitus dietary adherence by attending regular counseling activities from health practitioners.

Keywords: Diabetes Mellitus, Dietary Obedience, Family Support.

PENDAHULUAN

DM merupakan sekelompok kelainan yang ditandai oleh kenaikan kadar glukosa dalam darah atau hiperglikemia (Kunaryanti et al., 2018). Peningkatan angka kejadian DM ini dikarenakan adanya perubahan gaya hidup dan pola makan yang tidak sehat (Hariawan et al., 2019). Kondisi terlalu banyak gula menetap dalam aliran darah untuk waktu yang lama, hal itu dapat mempengaruhi pembuluh darah, saraf, mata, ginjal dan sistem kardiovaskular (Netti & Budi, 2017). Komplikasi DM ini dapat dicegah dengan cara rutin melakukan olah raga, menjaga berat badan tetap ideal, pemeriksaan gula darah secara berkala dan mengkonsumsi makanan sesuai diet yang tepat (Silalahi, 2019). Diet bertujuan untuk mencegah munculnya komplikasi DM, Untuk mendapatkan hidup yang lebih berkualitas bagi penderita DM tipe II memerlukan perjuangan yang besar dalam kemampuannya menjalankan diet (Kencana et al., 2022). Kepatuhan diet merupakan salah satu kunci keberhasilan dalam penatalaksanaan penyakit DM (Haryono et al., 2018).

Faktor eksternal dalam keberhasilan kepatuhan diabetes melitus mencakup interaksi tenaga kesehatan dengan penderita, aspek lingkungan serta dukungan keluarga. Dukungan keluarga merupakan sikap, tindakan, dan penerimaan keluarga terhadap anggota keluarga yang sakit. Keberhasilan pengobatan di rumah sakit ataupun di rumah sakit dipengaruhi oleh dukungan keluarga itu sendiri (Hamdani et al., 2017).

Penyuluhan kesehatan diperlukan sebagai upaya meningkatkan pengetahuan dan kesadaran, disamping pengetahuan sikap dan perbuatan (Susanto et al., 2020). Oleh karena itu, tentu diperlukan upaya penyediaan dan penyampaian informasi, yang merupakan bidang garapan penyuluhan kesehatan. Makna asli penyuluhan adalah pemberian penerangan dan informasi. Pengetahuan tentang kesehatan adalah mencakup apa yang diketahui oleh seseorang tentang cara-cara memelihara kesehatan (Susilowati & Susilowati, 2016).

Studi pendahuluan dilakukan pada 4 orang responden yang mengalami diabetes melitus di Kelurahan Pulokerto tepat nya RT 04, didapatkan hasil responden kurang mendapatkan dukungan keluarga dalam melaksanakan kepatuhan diet diabetes melitus. Oleh karena itu, pentingnya bagi responden untuk mendapat pengetahuan tentang peningkatan kepatuhan aplikasi dukungan keluarga dalam meningkatkan kepatuhan diet penderita dengan diabetes melitus di wilayah kerja RT 04 Kelurahan Pulokerto. Salah satu langkah untuk mengurangi kasus diabetes mellitus dimasyarakat adalah dengan cara meningkatkan pengetahuan dan kesadaran diri untuk memeriksakan diri dan menjaga pola makan agar tidak peningkatan gula darah melebihi kadar normalnya (Wadja et al., 2019).

MASALAH

Indonesia menduduki urutan ke-4 dengan penderitaan DM paling tinggi setelah Cina, India, serta Amerika Serikat. Keseluruhan penderita diabetes mellitus pada tahun 2000 sebesar 8, 4 juta penderita di Indonesia, serta diasumsikan keseluruhan pasien bertambah hingga 21, 3 juta pengidap sampai tahun 2030. Kenaikan nilai peristiwa DM ini disebabkan terdapatnya pergantian *style* hidup serta pola makan yang tidak teratur (Pakaya, 2023). Berdasarkan uraian diatas maka perlunya dilakukan sosialisasi peningkatan kepatuhan diet pasien diabetes melitus melalui penyuluhan kesehatan tentang aplikasi dukungan keluarga dalam meningkatkan kepatuhan diet penderita dengan diabetes melitus di wilayah kerja RT 04 Kelurahan Pulokerto sehingga responden nantinya dapat mengaplikasikannya di lingkungan rumah responden.

METODE PELAKSANAAN

Bentuk kegiatan dalam pengabdian masyarakat ini adalah peningkatan kepatuhan diet pasien diabetes melitus melalui penyuluhan kesehatan tentang aplikasi dukungan keluarga di wilayah kerja RT 04 Kelurahan Pulokerto Palembang.

Adapun tahapan kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah :

- 1) Tahap Pertama : Persiapan, Pada tahap ini dilakukan persiapan berupa: perizinan lokasi kegiatan, pengembangan bahan yang akan digunakan dalam sosialisasi kesehatan.
- 2) Tahap Kedua: Pelaksanaan Kegiatan
Tahap ini dilakukan kegiatan sosialisasi peningkatan kepatuhan diet pasien diabetes melitus melalui penyuluhan kesehatan tentang aplikasi dukungan keluarga di wilayah kerja RT 04 Kelurahan Pulokerto Palembang.
- 3) Tahap Ketiga: Penulisan Laporan Kegiatan, Pada tahapan ini dilakukan penulisan laporan kegiatan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Peserta pada kegiatan penyuluhan kesehatan ini adalah warga di Kelurahan Pulokerto Palembang khususnya RT 04 yang mengalami DM. Kegiatan penyuluhan kesehatan dengan metode ceramah dan diskusi berjalan lancar dengan suasana kondusif, Peserta tampak antusias dalam berdiskusi tentang kepatuhan diet diabetes melitus. Para peserta yang hadir sebanyak 35 orang.

Berdasarkan hasil kegiatan pengabdian kepada masyarakat di RT 04 didapatkan hasil rata-rata dukungan keluarga terhadap kepatuhan diet dari 35 orang, terdapat 25 orang (71.4%) yang mendapatkan belum mendapatkan dukungan keluarga dengan baik terhadap kepatuhan dietnya. Pada saat melakukan penyuluhan, penyaji menjelaskan pentingnya dukungan keluarga sebagai salah satu faktor yang dapat meningkatkan keberhasilan kepatuhan diet seseorang. Responden yang menjadi peserta dalam kegiatan ini sangat memperhatikan dengan aktif di setiap penjelasan penyaji, tampak beberapa responden bertanya mengenai diabetes melitus. Diakhir kegiatan penyuluhan dilakukan evaluasi terhadap pemahaman peserta tentang peningkatan kepatuhan diet pasien diabetes melitus dengan memberikan beberapa pertanyaan, didapatkan hasil dari 35 orang, 35 orang (100%) responden memahami pentingnya dukungan keluarga dalam melaksanakan kepatuhan diet penderita diabetes melitus.

Sejalan dengan teori Patt, 1977 (dalam Friedman, 2014) yang menyatakan bahwa keluarga merupakan sistem dasar dimana perilaku kesehatan seseorang dengan perawatan kesehatan sudah diatur, dilakukan serta diamankan oleh keluarga sebagai bentuk perawatan yang secara preventif (Darmawati, 2021). Dukungan keluarga merupakan kegiatan mendukung yang diberikan oleh anggota keluarga, sehingga individu yang terkait merasakan bahwa dirinya diperhatikan dan dihargai oleh keluarganya karena mendapatkan bantuan dari orang-orang yang dianggapnya berarti dalam hidupnya (Adriani, 2018).

Sejalan dengan kegiatan Pengabdian kepada masyarakat yang dilakukan oleh Patoding et al (2024) dengan judul Peran Keluarga dalam Peningkatan Pengetahuan Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 Melalui Pendampingan pada Keluarga, didapatkan hasil terdapat peningkatan pengetahuan dan kepatuhan penderita DM tipe 2 dalam melakukan program manajemen Diabetes (Patoding et al., 2024).

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat di RT 04 Kelurahan Pulokerto Palembang dapat diselenggarakan dengan baik dan berjalan dengan lancar sesuai dengan rencana kegiatan yang telah disusun dengan adanya Kerjasama dengan mahasiswa, kelurahan, ketua RT, dan masyarakat. Berikut dokumentasi dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat:



Gambar 1. Pemberian Leaflet kepada responden



Gambar 2. Tanya Jawab dengan responden



Gambar 3: Penjelasan kepada responden

KESIMPULAN

Beberapa hal yang dapat disimpulkan dari hasil kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat, sebagai berikut: Peserta pengabdian di Kelurahan Sukajaya Palembang memiliki peningkatan pengetahuan dan pemahaman tentang dukungan keluarga dalam meningkatkan kepatuhan diet pasien diabetes melitus.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih kepada seluruh pihak yang telah banyak membantu dalam kegiatan pengabdian kepada Masyarakat yaitu Ketua STIK dan Kepala Pusat Pengabdian Masyarakat STIK Siti Khadijah serta Ketua RT dan masyarakat RT 04 Kelurahan Pulokerto Palembang, kader yang sangat antusias dan berpartisipasi aktif serta memfasilitasi mulai dari tahap persiapan, perencanaan hingga kegiatan pengabdian kepada masyarakat selesai

DAFTAR PUSTAKA

- Adriani, S. W. (2018). Perilaku Keluarga dalam Mendukung Manajemen Hipertensi di Kabupaten Jember. *The Indonesian Journal of Health Science*, 10(2), 36–50.
- Darmawati, I. (2021). *Pelayanan Kesehatan Sekolah Dasar*. UPI Press.
- Hamdani, R., Hariyanto, T., & Dewi, N. (2017). Hubungan Dukungan Keluarga dengan Tingkat Kepatuhan Minum Obat pada Pasien Skizofrenia di Ruang Rawat Jalan Rumah Sakit Jiwa Mutiara Sukma Provinsi NTB. *Nursing News: Jurnal Ilmiah Keperawatan*, 2(3).
- Hariawan, H., Fathoni, A., & Purnamawati, D. (2019). Hubungan Gaya Hidup (Pola Makan dan Aktivitas Fisik) dengan Kejadian Diabetes Melitus di Rumah Sakit Umum Provinsi NTB. *Jurnal Keperawatan Terpadu (Integrated Nursing Journal)*, 1(1), 1–7.
- Haryono, S., Suryati, E. S., & Maryam, R. S. (2018). Pendidikan Kesehatan

- Tentang Diet Terhadap Kepatuhan Pasien Diabetes Mellitus. *Jurnal Riset Kesehatan*, 7(2), 91–96.
- Kencana, C. S., Firdaus, A. D., & Mumpuni, R. Y. (2022). Relationship Between Family Support and Diet Compliance in Diabetes Mellitus Patients Type 2 in Internal Disease Poly RSUD Karsa Husada Batu. *Jurnal Keperawatan Dan Fisioterapi (Jkf)*, 4(2), 147–155.
- Kunaryanti, K., Andriyani, A., & Wulandari, R. (2018). Hubungan Tingkat Pengetahuan tentang Diabetes Mellitus dengan Perilaku Mengontrol Gula Darah pada Pasien Diabetes Mellitus Rawat Jalan di RSUD dr. Moewardi Surakarta. *Jurnal Kesehatan*, 11(1), 49–55.
- Netti, Y. S., & Budi, H. (2017). Upaya Peningkatan Produktivitas Masyarakat Guna Meningkatkan Kekuatan Motorik Pasien Pasca Stroke dengan Memberikan ROM (range of motion) Exercise dan Screning Kesehatan di Ruang Poliklinik Saraf RSUP Dr. M. Jamil Padang. *Menara Ilmu*, 11(77).
- Pakaya, R. (2023). Analisis Praktik Klinik Keperawatan pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 dengan Intervensi Pemberian Edukasi self care Terhadap Kualitas Hidup Pasien Diabetes Melitus di Rumah Sakit Umum Daerah Prof. Dr. H. Aloei Saboe Kota Gorontalo. *Usada Nusantara: Jurnal Kesehatan Tradisional*, 1(2), 108–121.
- Patoding, S., Fadli, F., & Hartono, H. (2024). *Peran Keluarga dalam Peningkatan Pengetahuan Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 Melalui Pendampingan pada Keluarga*. 3(1), 23–26.
- Silalahi, L. (2019). Hubungan Pengetahuan dan Tindakan Pencegahan Diabetes Mellitus Tipe 2. *Jurnal Promkes*, 7(2), 223.
- Susanto, A., Pratiwi, R. I., & Sunardi, A. (2020). Peningkatan Kesadaran Bahaya Asap Rokok Bagi Kesehatan Pada Siswa SMP Negeri 1 Tegal. *Dinamisia: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(1), 68–73.
- Susilowati, D., & Susilowati, D. (2016). *Promosi kesehatan*.
- Wadja, H., Rahman, H., & Supriyatni, N. (2019). Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Diabetes Mellitus di UPTD Diabetes Center Kota Ternate. *Jurnal Biosainstek*, 1(01), 38–45.