

**UPAYA MENINGKATKAN DUKUNGAN SOSIAL  
PADA PENDERITA DIABETES MELITUS  
MELALUI PEMBINAAN KADER PEDULI DIABETES MELITUS**  
EFFORTS TO INCREASE SOCIAL SUPPORT FOR DIABETES MELITUS PATIENTS  
THROUGH DEVELOPING DIABETES MELITUS CARE CADRES

*Fuji Rahmawati<sup>1\*</sup>, Angeline Hosana Zefany Tarigan<sup>2</sup>, Fimaliza Rizona<sup>3</sup>*  
<sup>1,3</sup>*Bagian Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya*  
<sup>2</sup>*Bagian Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya*  
*e-mail\*: ([fujirahmawati@fk.unsri.ac.id](mailto:fujirahmawati@fk.unsri.ac.id)/ 085795823117)*

**ABSTRAK**

**Abstrak:** *Diabetes Melitus merupakan sekelompok kelainan heterogen yang ditandai dengan kenaikan kadar glukosa dalam darah atau hiperglikemia. Diabetes Melitus yang tidak ditangani dengan tepat dapat menimbulkan komplikasi. Untuk mencegah komplikasi yang dapat terjadi pada penderita Diabetes Melitus maka perlu dipertahankan kepatuhan perawatan diri (self-care management) dalam kehidupan sehari-hari. Salah satu faktor yang dapat mempengaruhi kepatuhan self care management penderita Diabetes Melitus adalah adanya dukungan sosial. Tujuan dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan kader tentang Diabetes Melitus dan dukungan sosial pada penderita Diabetes Melitus. Metode pelaksanaan kegiatan ini adalah dengan melakukan pembentukan dan pelatihan kader peduli Diabetes Melitus. Pelatihan dilakukan dengan metode ceramah dan diskusi serta demonstrasi dan praktik kepada 20 orang kader di wilayah kerja Puskesmas Simpang Timbangan. Setelah kegiatan berlangsung, dilakukan evaluasi melalui tanya jawab dan kuis serta kuesioner yang diberikan kepada peserta. Hasil evaluasi menunjukkan bahwa sebanyak 80% kader mengalami peningkatan pengetahuan tentang Diabetes Melitus dan dukungan sosial yang dapat diberikan kepada penderita Diabetes Melitus, serta 75% kader Diabetes Melitus mengalami peningkatan keterampilan dalam melakukan pemeriksaan gula darah menggunakan glukometer setelah diberikan pelatihan.*

**Kata kunci:** *diabetes melitus, dukungan sosial, kader*

**Abstract:** *Diabetes Mellitus is a heterogeneous disorders characterized by increased blood glucose levels or hyperglycemia. Diebetes Melitus that is not treated properly can cause complications. To prevent complications that can occur in Diabetes Melitus sufferers, it is necessary to maintain self-care management in everyday life. One of the factors that can influence compliance with self-care management for Diabetes Melitus patients is the presence of social support. The aim of this community service activity is to increase cadres' knowledge about Diabetes Melitus and social support for Diabetes Melitus patients. The method of implementing this activity is to form and train Diabetes Melitus care cadres. The training was carried out using lecture and discussion methods as well as demonstrations and practice for 20 cadres in the Simpang Timbangan Community Health Center working area. After the activity took place, an evaluation was carried out through questions and answers and a quiz and also a questionnaire given to the participants. The evaluation results showed that as many as 80% of cadres experienced increased knowledge about Diabetes Mellitus and the social support that can be provided to Diabetes Mellitus sufferers, and 75% of Diabetes Mellitus cadres experienced increased skills in carrying out blood sugar checks using a glucometer after being given training.*

**Keywords:** *cadres, diabetes melitus, social support*

## PENDAHULUAN

Diabetes Melitus merupakan sekelompok kelainan heterogen yang ditandai dengan kenaikan kadar glukosa dalam darah atau hiperglikemia (S.C. Smeltzer & B.G. Bare, 2002). Angka kejadian Diabetes Melitus di dunia dari tahun ke tahun terus meningkat, International Diabetes Federation (IDF) menyatakan bahwa terdapat sebanyak 537 juta orang dewasa (20-79 tahun) menderita Diabetes Melitus di tahun 2021, jumlah ini diprediksi akan mengalami peningkatan kasus sebanyak 643 juta orang pada tahun 2030 dan 783 juta orang pada tahun 2045. Berdasarkan jumlah penderita Diabetes Melitus, Indonesia berada di urutan ke-5 dari 10 negara teratas dengan jumlah orang dewasa (20-79 tahun) penderita Diabetes Melitus tertinggi setelah China, India, Pakistan, dan Amerika Serikat yaitu sebanyak 19,5 juta jiwa (International Diabetes Federation, 2021).

Diabetes Melitus yang tidak ditangani dapat menimbulkan komplikasi. Komplikasi Diabetes Melitus yang dapat ditimbulkan, meliputi komplikasi mikrovaskular dan makrovaskular. Komplikasi mikrovaskular yang dapat terjadi di antaranya nefropati (gangguan pada ginjal) dan retinopati

(gangguan pada retina), sedangkan komplikasi makrovaskular yang dapat muncul adalah infark miokardium, stroke, hipertensi, neuropati (kerusakan pada saraf), dan penyakit vaskuler perifer (S.C. Smeltzer & B.G. Bare, 2002).

Untuk mencegah komplikasi yang dapat terjadi pada penderita Diabetes Melitus maka perlu dipertahankan kepatuhan perawatan diri (*self-care management*) dalam kehidupan sehari-hari. Penatalaksanaan penyakit Diabetes Melitus di rumah sakit tentunya menjadi tanggung jawab petugas kesehatan, namun setelah pasien dipulangkan maka pasien harus mengambil alih tanggung jawab tersebut dengan cara melakukan *self-care management* secara mandiri untuk mencegah terjadinya kondisi yang lebih buruk, namun sebagian besar penderita Diabetes Melitus mengabaikan hal tersebut (Sastra & Despitarsari, 2020).

*Self care management* dipengaruhi oleh motivasi *health belief*, *self efficacy*, dukungan sosial dan pengetahuan. Sebuah studi yang menggunakan *Path Model* dilakukan oleh Misra & Lager (2008) terhadap 180 pasien dewasa dengan Diabetes Melitus Tipe 2 di Texas didapatkan hasil bahwa tingginya level dukungan sosial

dapat meningkatkan penerimaan pasien terhadap penyakitnya dan dapat mengurangi kesulitan yang dirasakan dalam *self-care behaviors* (Misra & Lager, 2008).

Dukungan sosial adalah informasi dan umpan balik dari orang lain yang menunjukkan bahwa seseorang dicintai dan diperhatikan, dihargai, dihormati, dan dilibatkan dalam jaringan komunikasi dan kewajiban yang timbal balik (King, 2016 dalam Aulia et al., 2020). Sarafino (2006) menjelaskan dukungan sosial dapat berasal dari orang-orang sekitar individu seperti: keluarga, teman dekat, atau rekan (Sarafino, 2005). Sedangkan menurut Lembaga Kanker Nasional (*The National Cancer Institute*) dukungan sosial adalah sebuah sekelompok orang yang bisa terdiri dari keluarga, teman, tetangga, dan anggota komunitas yang menyediakan kebutuhan waktu untuk memberi bantuan finansial, fisik, dan psikologis.

Salah satu bentuk dukungan sosial yang dapat dioptimalkan oleh perawat komunitas untuk meningkatkan pelaksanaan *self care management* pada penderita Diabetes Melitus adalah pemberdayaan masyarakat melalui pembinaan kader peduli Diabetes Melitus. Menurut Peraturan Menteri Republik Indonesia Nomor 8 Tahun 2019,

Kader Pemberdayaan Masyarakat Bidang Kesehatan yang selanjutnya disebut kader adalah setiap orang yang dipilih oleh masyarakat dan dilatih untuk menggerakkan masyarakat berpartisipasi dalam pemberdayaan masyarakat bidang kesehatan.

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk melakukan pemberdayaan masyarakat melalui kegiatan pembentukan dan pelatihan kader peduli Diabetes Melitus mengenai konsep penyakit Diabetes Melitus dan cara untuk memberikan dukungan kepada penderita Diabetes Melitus di Kabupaten Ogan Ilir khususnya Puskesmas Simpang Timbangan. Upaya ini diharapkan mampu meningkatkan pengetahuan, sikap dan keterampilan kader agar mampu memberikan dukungan kepada penderita Diabetes Melitus dan pada akhirnya dapat meningkatkan kualitas hidup penderita Diabetes Melitus.

## **METODE**

Kegiatan ini dilaksanakan dalam beberapa tahap antara lain tahap persiapan, tahap pelaksanaan, dan tahap pelaporan. **Tahap persiapan** meliputi kegiatan survei pendahuluan, perizinan serta studi pustaka. Survei pendahuluan dilakukan dengan

melibatkan petugas Puskesmas Simpang Timbangan untuk memilih anggota masyarakat yang memiliki kriteria yang tepat untuk dijadikan sebagai kader peduli Diabetes Melitus yaitu: 1) Bersedia dan mampu bekerjasama dengan sukarela, 2) Bisa membaca dan menulis, 3) Sehat jasmani dan rohani. Setelah memilih para calon kader kemudian dilakukan kontrak waktu untuk kegiatan pembinaan.

**Tahap pelaksanaan** dilakukan pada hari Selasa tanggal 21 November 2023 di Aula Puskesmas Simpang Timbangan yang dihadiri oleh 20 orang kader sebagai peserta dan beberapa tamu undangan dari Puskesmas Simpang Timbangan. Kegiatan dimulai dari pembentukan kader peduli Diabetes Melitus terlebih dahulu yang kemudian disahkan dan disaksikan oleh Kepala Puskesmas. Selanjutnya, kader yang telah dibentuk ini diberikan pelatihan berupa penyegaran materi tentang Kader Kesehatan, meliputi pengertian serta tugas dan peran kader. Materi selanjutnya adalah pengenalan tentang penyakit Diabetes Melitus, mulai dari definisi, tanda dan gejala, pengobatan dan pengendalian Diabetes Melitus. Materi selanjutnya yang diberikan pada saat pelatihan adalah cara memberikan dukungan kepada penderita Diabetes Melitus,

termasuk di dalamnya adalah keterampilan dalam berkomunikasi dan terakhir adalah keterampilan cara melakukan pemeriksaan kadar gula darah menggunakan glukometer.

Setelah dilakukan pelatihan, tim melakukan evaluasi terhadap pengetahuan kader mengenai Penyakit Diabetes Melitus dan dukungan sosial pada penderita Diabetes Melitus melalui tanya jawab dan kuis, serta keterampilan kader dalam melakukan pemeriksaan gula darah dengan glukometer melalui lembar observasi.

**Tahap Pelaporan** mencakup penyusunan laporan, seminar dan pembahasan, perbaikan, dan pengumpulan laporan. Setelah pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini, diharapkan para kader memiliki pengetahuan, sikap dan keterampilan yang mendukung dan mendorong penderita Diabetes Melitus tipe 2 dalam *self care management*.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dimulai pukul 09.00 WIB dengan susunan acara Pembukaan oleh pembawa acara, kata sambutan dari ketua pelaksana dan kata sambutan dari Kepala Puskesmas Simpang Timbangan sekaligus membuka acara. Setelah itu, masuk ke acara inti yang

pertama yaitu Pembentukan Kader Peduli Diabetes Melitus yang disahkan oleh Kepala Puskesmas Simpang Timbangan.



Gambar 1. Seluruh Peserta, Panitia dan Tamu Undangan yang Mengikuti Kegiatan

Setelah Kader Peduli Diabetes Melitus resmi terbentuk, kemudian kegiatan pelatihan dimulai. Ada 5 materi yang disampaikan dalam pelatihan ini yaitu: (1) Konsep Kader Kesehatan, (2) Konsep Diabetes Melitus, (3) Penanganan Diabetes Melitus/PEDULI, (4) Dukungan Sosial bagi Penderita Diabetes Melitus, dan (5) Teknik Pemeriksaan gula darah menggunakan glukometer. Adapun metode pembelajaran yang dipakai adalah ceramah dan tanya jawab, serta demonstrasi dan praktik. Media yang digunakan dalam kegiatan ini berupa *power point presentation* dan modul pelatihan.



Gambar 2. Penyampaian Materi Metode Ceramah



Gambar 3. Demonstrasi Pemeriksaan Gula Darah

Evaluasi sumatif dalam kegiatan ini dilakukan melalui sesi tanya jawab dan kuis yang diberikan oleh panitia pelaksana. Dari hasil evaluasi didapatkan bahwa seluruh peserta mampu menjawab dengan benar pertanyaan tentang pengertian, tanda dan gejala, penanganan serta dukungan sosial bagi penderita Diabetes Melitus. Selain itu, juga evaluasi dilakukan dengan membagikan kembali kuesioner *posttest* kepada seluruh peserta. Berdasarkan lembar

observasi juga didapatkan bahwa peserta mampu melakukan pemeriksaan gula darah menggunakan glukometer sesuai Standar Operasional Prosedur.



Gambar 4. Evaluasi Melalui Kuis



Gambar 5. Observasi Peserta dalam Melakukan Praktik Pemeriksaan Gula Darah

Adapun hasil peningkatan pengetahuan dan keterampilan peserta dapat dilihat dari tabel 1 dan tabel 2 berikut ini:

Tabel 1.

Distribusi Frekuensi Tingkat Pengetahuan Kader Diabetes Melitus Sebelum dan Setelah Diberikan Pelatihan

No.	Kategori	Pengetahuan Sebelum Pendidikan Kesehatan		Pengetahuan Setelah Pendidikan Kesehatan	
		<i>n</i>	%	<i>n</i>	%
1.	Baik	4	20	20	100
2.	Cukup	16	80	0	0
3.	Kurang	0	0	0	0

Total	20	100	20	100
-------	----	-----	----	-----

Pada tabel 1 menunjukkan bahwa 80% kader Diabetes Melitus memiliki kategori pengetahuan cukup sebelum diberikan pelatihan dan berubah menjadi kategori baik setelah dilakukan pelatihan.

Tabel 2.

Distribusi Frekuensi Tingkat Keterampilan Kader Diabetes Melitus Sebelum dan Setelah Diberikan Pelatihan

No.	Kategori	Keterampilan Sebelum Pendidikan Kesehatan		Keterampilan Setelah Pendidikan Kesehatan	
		<i>n</i>	%	<i>n</i>	%
1.	Baik	0	0	5	25
2.	Cukup	0	0	10	50
3.	Kurang	20	100	5	25
<b>Total</b>		<b>20</b>	<b>100</b>	<b>20</b>	<b>100</b>

Tabel 2 menunjukkan bahwa sebanyak 75% kader Diabetes Melitus mengalami peningkatan keterampilan setelah diberikan pelatihan, sementara itu 25% kader lainnya tidak mengalami peningkatan keterampilan setelah diberikan pelatihan. Terdapat 50% kader diabetes melitus mengalami peningkatan keterampilan dari kategori kurang menjadi cukup dan 25% lainnya mengalami peningkatan yang baik setelah diberikan pelatihan.

Penatalaksanaan Diabetes Melitus penting untuk dilakukan agar tidak terjadi komplikasi akibat Diabetes Melitus. Penatalaksanaan yang dapat dilakukan

dalam rangka mengendalikan Diabetes Melitus dikenal sebagai aksi PEDULI. Aksi PEDULI adalah singkatan dari beberapa kata, **P**antau gula darah, *E*motional *S*upport, **D**iet Sehat, **U**paya melakukan latihan fisik, **L**akukan pemantauan minum obat dan **I**ntens dalam mencari informasi tentang Diabetes Melitus (Trisnadewi et al., 2022).

Kepatuhan penderita dalam penatalaksanaan Diabetes Melitus di atas menjadi hal yang sangat penting agar keberhasilan penanganan menjadi lebih tinggi. Menurut Green dalam Notoatmodjo (2003) kepatuhan merupakan suatu perubahan perilaku dari perilaku yang tidak mentaati peraturan ke perilaku yang mentaati peraturan. Dalam penatalaksanaan Diabetes Melitus, kepatuhan yang diharapkan yaitu terjadinya perubahan perilaku penderita Diabetes Melitus dalam melaksanakan aksi PEDULI di atas.

Menurut Kamidah (2015), faktor-faktor yang mempengaruhi kepatuhan pasien adalah pengetahuan, motivasi dan dukungan sosial. Dukungan sosial adalah penerimaan seseorang dari orang lain atau kelompok berupa kenyamanan, kepedulian, penghargaan ataupun bantuan lainnya yang membuat seseorang tersebut merasa disayangi, diperhatikan, dan ditolong.

Tersedianya dukungan sosial akan membuat individu merasa bahwa dirinya dicintai, berharga dan menjadi bagian dari suatu kelompok. Dukungan sosial juga dapat meningkatkan motivasi penderita Diabetes Melitus untuk patuh dalam menjalankan pengobatan.

Ada dua macam hubungan dukungan sosial, yaitu hubungan professional yakni bersumber dari orang-orang yang ahli di bidangnya, seperti konselor, psikiater, psikolog, dokter maupun pengacara, serta hubungan non professional, yakni bersumber dari orang-orang terdekat seperti teman, keluarga maupun relasi. Dukungan sosial non professional juga dapat bersumber dari kader kesehatan.

Kader kesehatan adalah seseorang yang mau dan mampu melaksanakan upaya-upaya untuk meningkatkan derajat kesehatan masyarakat di bawah pembinaan petugas kesehatan yang dilakukan atas kesadaran diri sendiri dan tanpa pamrih apapun. Kader berperan secara aktif sebagai penggerak dan penyebar informasi kesehatan kepada masyarakat, sehingga masyarakat tahu, mau, dan mampu menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat dalam mewujudkan keluarga dan masyarakat sehat sesuai dengan sosial budaya setempat.



Pembinaan kader Peduli Diabetes Melitus adalah salah satu upaya pemberdayaan masyarakat yang bertujuan agar masyarakat lebih mengetahui dan memahami penanganan terhadap penderita Diabetes Melitus. Dengan terbentuknya kader peduli Diabetes Melitus, diharapkan nantinya para kader ini dapat menyebarkan pengetahuan yang telah didapatkannya melalui pelatihan tersebut pada masyarakat di sekitarnya. Dengan meningkatnya pengetahuan masyarakat, diharapkan nantinya masyarakat terutama yang mempunyai anggota keluarga yang menderita Diabetes Melitus dapat memberikan dukungan sehingga kualitas hidup penderita Diabetes Melitus dapat meningkat.

#### **KESIMPULAN DAN SARAN**

Setelah dilakukan kegiatan ini, terbentuk kader peduli Diabetes Melitus yang beranggotakan 20 orang di wilayah kerja Puskesmas Simpang Timbangan, terdapat 80% kader Diabetes Melitus memiliki kategori pengetahuan cukup mengenai penyakit Diabetes Melitus dan dukungan sosial bagi penderita Diabetes Melitus sebelum diberikan pelatihan dan berubah menjadi kategori baik setelah dilakukan

pelatihan, terdapat 50% kader Diabetes Melitus mengalami peningkatan keterampilan dari kategori kurang menjadi cukup dan 25% lainnya mengalami peningkatan yang baik setelah diberikan pelatihan.

Setelah dilakukan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini diharapkan para kader dapat menerapkan ilmu pengetahuan dan keterampilan yang diperoleh kepada Masyarakat di sekitarnya khususnya penderita Diabetes Melitus dan keluarganya. Selain itu, disarankan kepada Puskesmas Simpang Timbangan khususnya kepada pemegang program penyakit tidak menular (PTM) untuk terus membina kader peduli Diabetes Melitus yang telah dilakukan pelatihan ini.

#### **UCAPAN TERIMAKASIH**

Terima kasih diucapkan kepada PLP-PPM Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya karena telah mendanai kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini. Terima kasih juga kepada pihak Puskesmas Simpang Timbangan karena telah bekerjasama dengan baik dalam kegiatan ini.

## DAFTAR PUSTAKA

- Aulia, R., Akbar, S. N., & Ekaputri, F. K. (2020). Hubungan Dukungan Sosial dengan Kecerdasan Adversitas pada Masyarakat yang Tinggal di Daerah Rawa Desa Pandahan Kecamatan Bati-Bati. *Jurnal Kognisia*, 3(1), 146–155.
- International Diabetes Federation. (2021). *IDF Diabetes Atlas 2021*. <https://idf.org/>.
- Kamidah. (2015). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kepatuhan Ibu Hamil Mengonsumsi Tablet Fe Di Puskesmas Simo Boyolali. *Gaster*, 12(1), 36–45.
- Misra, R., & Lager, J. (2008). Predictors of quality of life among adults with type 2 diabetes mellitus. *Journal of Diabetes and Its Complications*, 22(3), 217–223. <https://doi.org/10.1016/j.jdiacomp.2006.09.002>
- Peraturan Menteri Republik Indonesia Nomor 8 Tahun 2019.
- Sarafino, E. P. (2005). *Health Psychology: Biopsychosocial Interaction* (Fifth Edition). John Wilky and Sons Inc.
- Sastra, L., & Despitarsari, L. (2020). Faktor-Faktor Internal Yang Mempengaruhi Self Care Management Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di Poliklinik Khusus Penyakit Dalam Rsup Dr. M. Djamil Padang. *Jurnal Kesehatan Mercusuar*, 3(1), 54–65. <http://jurnal.mercubaktijaya.ac.id/index.php/mercusuar>
- S.C. Smeltzer, & B.G. Bare. (2002). *Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah Brunner & Suddarth Edisi 8*. EGC.
- Trisnadewi, N. W., Januraga, P. P., Pinatih, G. N. I., & Duarsa, D. P. (2022). *Modul Manajemen Diabetes Berbasis Keluarga*. Baswara Press.