

PENINGKATAN KEMAMPUAN PERAWATAN DIRI DAN PEMANFAATAN PENGOBATAN HERBAL PADA PENDERITA DIABETES MELLITUS DI WILAYAH KEPULAUAN

R Ade Sukarna^{1*}

Nazliansyah²

Eva Dewi R. Purba³

Syamsul Rizal Sinulingga⁴

^{1*,2,3,4}Poltekkes Kemenkes Pangkalpinang, Indonesia

radeui2015@gmail.com^{1*)}

anazfadhlan@gmail.com²⁾

capri.ivo@gmail.com³⁾

rizalsinulingga@yahoo.com⁴⁾

Kata Kunci: [*Diabetes Mellitus, DSME, Daun Salam*]

Abstrak: Diabetes Mellitus merupakan penyakit kronis yang membutuhkan perawatan jangka panjang sehingga membutuhkan perawatan diri mandiri supaya tidak terjadi komplikasi dan kualitas hidup dapat meningkat. Pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan kemampuan perawatan diri dan pemanfaatan pengobatan herbal pada penderita diabetes mellitus. Perawatan diri dengan pendekatan Diabetes Self Management Education (DSME) dan pemanfaatan ekstrak daun salam. Mitra adalah 25 penderita diabetes mellitus yang berada di wilayah Kecamatan Tanjungpandan di Pulau Belitung. Kegiatan dilaksanakan selama 1 bulan dan mitra melakukan perawatan sesuai dengan panduan yang sudah dibuat termasuk mengkonsumsi ekstrak daun salam sebanyak 3 g sehari. Hasil setelah dilakukan kegiatan pengabdian masyarakat, terdapat peningkatan rata-rata skor pengetahuan penderita DM tentang perawatan penyakit DM dan penggunaan obat herbal pada post test yaitu sebesar 75,2 dimana saat Pre-test pengetahuan 51,2 serta peningkatan pengetahuan sebesar 32%. Hasil pemeriksaan gula darah sewaktu dalam 8 kali pengukuran selama 1 bulan, ada 72% rata-rata nilai gula darah normal.

Published by:



Copyright © 2022 The Author(s)

This article is licensed under CC BY 4.0 License



<https://dmi-journals.org/jai/>

Pendahuluan

Jumlah penderita Diabetes Melitus di Indonesia dari tahun ke tahun mengalami peningkatan, hal ini dapat dilihat dengan meningkatnya jumlah prevalensi dari tahun ke tahun berdasarkan hasil Risesdas Kemenkes. Tahun 2007 prevalensi 1,1 % dan tahun 2013 prevalensi 2,1% sedangkan tahun 2018 prevalensi 8,5% (Kemenkes, 2007; 2013; 2018)

Jumlah peningkatan penderita tidak di selalu diikuti jumlah kunjungan ke pelayanan kesehatan. Seperti yang terjadi di Kabupaten Belitung. Data pelayanan kesehatan penyakit diabetes mellitus di kabupaten Belitung menurut Dinas Kesehatan Kabupaten Belitung (2020) menunjukkan jumlah kunjungan penyakit Diabetes Melitus pada tahun 2017 sebanyak 2054 jiwa, meningkat pada Tahun 2018 sebanyak 3501 jiwa dan tahun 2019 kunjungan kasus DM ke fasilitas kesehatan menurun menjadi 3,137 jiwa.. Penyakit DM sebagai penyakit kronis membuat penderita harus rutin kontrol ke fasilitas kesehatan, tetapi dilihat dari angka kunjungan adanya penurunan.

Rencana Pembangunan Jangka Menengah (RPJMD) Daerah Kabupaten Belitung tahun 2018 mempunyai target cakupan pelayanan kesehatan penderita Diabetes Melitus adalah 100%, tetapi realisasi cakupan pada tahun 2018 hanya 20% mengalami penurunan dari tahun 2017 yang mencapai 74% (Pemerintah Kabupaten Belitung, 2019).

Diabetes Mellitus merupakan penyakit kronis yang membutuhkan perawatan jangka panjang sehingga membutuhkan perawatan diri mandiri supaya tidak terjadi komplikasi dan kualitas hidup dapat meningkat. Peran serta penderita dan keluarga sangat penting dalam perawatan diri ini. Hasil penelitian Power *et al.* (2015) diabetes adalah kondisi kronis di mana manajemen diri dalam hal diet dan olahraga harus melengkapi obat-obatan untuk mencegah komplikasi dan meningkatkan hasil kesehatan yang positif.

Panduan perawatan diri yang sudah banyak terbukti efektif dalam mengatasi penyakit DM adalah program *Diabetes Self Management Education* (DSME). Penelitian Rahayu *et al.* (2014) mendapatkan hasil bahwa program *Diabetes Self Management Education* mempunyai efek yang *significant* terhadap kualitas hidup penderita DM ($p=0,000$: $p<0,05$). Penelitian Hailu *et al.* (2017) juga memperlihatkan hasil yang *significant* dimana ada peningkatan skor yang besar dari sebelum dan sesudah dilakukan program DSME. Penelitian yang dilakukan oleh Heriansyah (2014) mengenai pengaruh edukasi pendekatan DSME didapatkan hasil meningkatkannya pengetahuan dan sikap kepatuhan diet pada penderita DM tipe 2 di Puskesmas Makasar setelah diberikan edukasi selama 3 minggu. Jadi program DSME ini dapat dimanfaatkan sebagai pemanfaatan ilmu pengetahuan yang tepat guna untuk meningkatkan derajat kesehatan penderita DM.

Peningkatan derajat kesehatan penderita DM dapat juga dibantu salah satunya dengan pemanfaatan sumber daya alam seperti tanaman herbal. Penelitian yang dilakukan oleh Berawi *et al.* (2017) kandungan fenol dalam obat herbal seperti sirsak dan daun salam dapat mengobati dan menghambat gangguan metabolisme glukosa akibat kelainan metabolisme pada penderita DM. Hasil penelitian Kan (2009), mendapatkan 21-26% serum glukosa darah berkurang setelah mengkonsumsi daun salam 1-3 g selama 30 hari. Pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan kemampuan perawatan diri dan pemanfaatan pengobatan herbal pada penderita diabetes mellitus. Perawatan

diri dengan pendekatan *Diabetes Self Management Education* dan pemanfaatan ekstrak daun salam.

Metode Pelaksanaan

Metode yang digunakan adalah Diabetes Self Management Education yang terdiri 4 tahapan. Pertama, Sosialisasi. Pada tahap ini akan dilakukan pengkajian pengetahuan penderita diabetes mellitus dan herbal yang mudah didapatkan di sekitar lingkungan penderita. Kedua, peningkatan pengetahuan. Kegiatan yang akan dilakukan dengan pemberian edukasi tentang penyakit diabetes mellitus dan perawatannya serta pemberian edukasi tentang penggunaan dan pengolahan obat herbal dalam mengatasi diabetes mellitus. Tahap ketiga, pelaksanaan kegiatan. Pelaksanaan kegiatan dilakukan selama 1 bulan perawatan diri sesuai dengan panduan dan pemanfaatan pengobatan herbal. Tahap keempat, monitoring dan evaluasi. Monitoring dilakukan untuk memastikan bahwa penderita melakukan kegiatan perawatan diri dengan benar dan dilakukan pengukuran gula darah.

Mitra adalah penderita Diabetes Melitus atau keluarga yang memiliki penderita DM yang tinggal di wilayah Kecamatan Tanjung pandan Belitung. Sarana yang digunakan infocus, speaker portable, laptop dan alat cek gula darah/glukotest dan obat herbal. Ada 2 Evaluasi yang akan dilakukan. Pertama, evaluasi pengetahuan. Evaluasi pengetahuan yang dievaluasi adalah tentang penyakit DM dan perawatannya serta pengetahuan tentang obat herbal untuk mengatasi DM. Kedua, Evaluasi kadar gula darah sewaktu. Pemeriksaan gula darah akan dilakukan sebelum, selama dan sesudah kegiatan dilaksanakan. Pelaksanaan kegiatan dalam waktu 1 bulan.

Hasil dan Pembahasan

Kegiatan dilakukan selama 1 bulan diluar dari persiapan pelaksanaan pengabdian masyarakat. Hasil kegiatan akan dijelaskan dari 4 tahap kegiatan yang dilakukan.

1. Sosialisasi

Kegiatan sosialisasi dilakukan bersamaan dengan kegiatan peningkatan pengetahuan. Penderita DM yang hadir sebanyak 25 orang dilakukan penjelasan tentang kegiatan yang akan dilakukan selama program yang berlangsung 1 bulan. Selama kegiatan sosialisasi peserta antusias untuk mengikuti kegiatan dan dari 25 orang yang hadir 9 orang peserta aktif untuk bertanya tentang program yang akan dilakukan. Setelah dilakukan sosialisasi, peserta yang setuju untuk mengikuti program mengisi informed consent yang sudah disediakan dan semua peserta (25 orang) siap mengikuti program kegiatan pengabdian masyarakat.

Menurut Haas L, et al (2012) terdapat beberapa pokok bahasan yang disampaikan selama DSME yaitu sebagai berikut :

- a. Gambaran proses penyakit diabetes dan pilihan pengobatan
- b. Manajemen gizi
- c. Aktivitas fisik
- d. Penggunaan obat dengan aman dan untuk efektivitas terapi maksimum
- e. Pemantauan glukosa darah dan parameter lainnya.

Kelima materi tersebut disampaikan dalam sosialisasi dan edukasi pada peserta, dan pada postes peserta dapat meningkat pengetahuannya ketika dievaluasi. Pada saat

sosialisasi kegiatan yang paling banyak dianyakan adalah “apakah ada efek samping yang terjadi” dan “bagaimana yang sudah tergantung dengan obat medis”.



Gambar 1. Sosialisasi

2. Peningkatan pengetahuan

Peningkatan pengetahuan dilakukan dengan pemberian edukasi tentang penyakit diabetes mellitus dan perawatannya serta pemberian edukasi tentang penggunaan dan pengolahan obat herbal dalam mengatasi diabetes mellitus. Kegiatan ini dilakukan setelah sosialisasi kegiatan dan peserta setuju mengikuti kegiatan. Pada kegiatan ini dilakukan evaluasi sebelum dan sesudah kegiatan untuk mengevaluasi materi yang sudah diberikan. Evaluasi diberikan dengan cara mengisi lembar pretes dan postes. Hasil evaluasi menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan peserta dari pretes ke postes 32%. Rata-rata skor dapat dilihat pada Tabel 1.

Tabel 1. Hasil pengukuran pengetahuan pretes dan postes peserta (n=25)

Rata-rata	Skor
Pre-test	51,2
Pos-test	75,2

Evaluasi pengetahuan peserta memperlihatkan bahwa ada peningkatan pengetahuan setelah diberikan edukasi pada peserta. Hasil ini sesuai dengan hasil penelitian Rahayu et al (2014) mendapatkan hasil bahwa program Diabetes Self Management Education mempunyai efek yang significant terhadap kualitas hidup penderita DM ($p=0,000$: $p<0,05$). Penelitian Hailu et al. (2017) juga memperlihatkan hasil yang significant dimana ada peningkatan skor yang besar dari sebelum dan sesudah dilakukan program DSME. Penelitian Heriansyah (2014) mengenai pengaruh edukasi pendekatan DSME didapatkan hasil bahwa edukasi dengan pendekatan DSME dapat meningkatkan pengetahuan dan sikap kepatuhan diet pada penderita DM tipe 2 di Puskesmas Makasar setelah diberikan edukasi selama 3 (tiga) minggu. Penelitian Dalimunthe, Nasution & Harahap (2016) menunjukkan juga bahwa ada pengaruh peningkatan pengetahuan responden pada intervensi *Diabetes Self Management Education* (DSME) sebagai Model Keperawatan Berbasis Keluarga terhadap Pengendalian Glukosa Pada Penderita Diabetes Melitus di Puskesmas Helvetia Medan



Gambar 2. Edukasi perawatan DM dan obat herbal

3. Pelaksanaan kegiatan

Kegiatan dilaksanakan selama 1 bulan dan diikuti 25 peserta. Peserta diberi modul untuk memantau kegiatan peserta sesuai dengan panduan yang sudah dibuat. Peserta juga diberikan ekstrak daun salam dalam bentuk kapsul untuk dikonsumsi sebanyak 3 gram sehari. Selama 1 bulan kegiatan semua peserta mengikuti sampai selesai. Kegiatan ini dilakukan peserta dirumah dan harus sesuai dengan panduan yang diberikan tanpa membatasi aktifitas peserta.

4. Monitoring dan Evaluasi

Monitoring dan evaluasi dilakukan selama kegiatan 1 bulan oleh tim pengabdian masyarakat yang sudah dipersiapkan. Monitoring dilakukan untuk memastikan bahwa peserta melakukan kegiatan sesuai dengan panduan yang sudah diberikan. Monitoring dilakukan juga terhadap keluhan peserta selama mengikuti kegiatan. Keluhan terhadap penggunaan obat herbal yang sebelumnya belum pernah ada. Evaluasi dilakukan dengan cara melakukan pengukuran gula darah setiap kunjungan kerumah peserta. Hasil rata-rata gula darah dari 25 peserta ada 18 belas (72%) yang nilai gula darahnya normal dilihat dari rata-rata nilai gula darah selama 8 kali pengukuran.

Hasil ini sesuai dengan hasil penelitian Kan (2009), 21-26% serum glukosa darah berkurang setelah mengkonsumsi daun salam 1-3 g/d selama 30 hari. Penelitian Dafriani et al (2018), setelah konsumsi daun salam secara rutin menunjukkan adanya penurunan kadar glukosa. Glukosa darah awal 299,90 mg/dL, kemudian setelah diberikan tindakan menjadi 207,20 mg/dL dan p value=0,04 ($p < 0,05$) yang menunjukkan ada efek daun salam pada tingkat glukosa darah.



Gambar 3. Monitoring dan evaluasi di rumah peserta.

Kesimpulan

Setelah dilakukan kegiatan pengabdian masyarakat, terdapat peningkatan rata-rata skor pengetahuan penderita DM tentang perawatan penyakit DM dan penggunaan obat herbal pada post test yaitu sebesar 75,2 dimana saat Pre-test pengetahuan 51,2. Peningkatan pengetahuan sebesar 32%. Hasil pemeriksaan gula darah sewaktu dalam 8 kali pengukuran, ada 18 peserta (dari 25 peserta) mempunyai nilai normal 72%.

Hasil evaluasi kegiatan yang dilakukan selama 1 bulan pada penderita DM, rata-rata penderita DM mendapatkan manfaat setelah dilaksanakan kegiatan ini, gula darah tidak pernah mengalami peningkatan yang signifikan dan tidak ada keluhan dari penyakit yang ditimbulkan.

Ucapan Terimakasih

Ucapan terima kasih kepada Lembaga Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat (LPPM) Sekolah Tinggi Ilmu Ekonomi Perdagangan yang telah mendukung kegiatan pengabdian ini dan seluruh pihak yang telah mendukung pelaksanaan kegiatan ini sehingga dapat terlaksana dengan baik.

Referensi

- Alam Khan, Goher Zaman, Richard A. Anderson, 2009. Bay leaves improve glucose and lipid profile of people with type 2 diabetes. *Journal of Clinical Biochemistry and Nutrition. Biomedical and Pharmacology Journal*
- Ahmad N, Hassan MR, Haler H, Bennor KS. (1999). Effect of *Momordica charantia* (Karolla) extract on fasting and postprandial serum glucose levels in NIDDM patients. *Bangladesh Med Res Counc Bull*, Apr ;25 (1) : 11-3
- Ashraf R, Khan RA, Ashraf I. 2011. Garlic (*Allium sativum*) supplementation with standard antidiabetic agent provides better diabetic control in type 2 diabetes patients. *Pak.J.Pharm Sci.* Oct 24(4) :565-570
- Dinas Kesehatan Kabupaten Belitung, 2018. Profil Kesehatan Kabupaten Belitung Tahun 2017

- _____, 2019. Profil Kesehatan Kabupaten Belitung Tahun 2018
- _____, 2020. Profil Kesehatan Kabupaten Belitung Tahun 2019
- Eva Rahayu, Ridlwan Kamaluddin, Made Sumarwati, 2014. Pengaruh Program Diabetes Self Management Education Berbasis Keluarga terhadap Kualitas Hidup Penderita Diabetes Melitus Tipe II di Wilayah Puskesmas II Baturraden. Jurnal Keperawatan Soedirman.
- Kemenkes. 2018. Riset Kesehatan Dasar. Jakarta: Kementerian Kesehatan Badan Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan
- Berawi, Khairun Nisa Berawi, Liana Shidarti, Samsu U. Nurdin, Nur Indrawati Lipoeto, Irza Wahid, Jam Sari & Endang Nurcahyani, 2017. Comparison effectiveness of antidiabetic activity extract herbal mixture of soursop leaves (*annona muricata*), bay leaves (*syzygium polyanthum*) and pegagan leaves (*centella asiatica*). Biomedical and Pharmacology Journal
- Kumar GS. 2007. The effect of Noni (*Morinda citrifolia* L.) in type 2 diabetes mellitus in inadequately controlled patients. *Noni Cli Res J*.1(12):204
- Norris S.L, et al 2002. Increasing Diabetes Self-Management Education in Community Settings A systematic Review, American Journal of Preventive Medicine by Elsevier Science Inc, Volume 22, No. 4S, 2002, 39-50.
- Pemerintah Kabupaten Belitung, 2019. Rencana Pembangunan Jangka Menengah Daerah Kabupaten Belitung Tahun 2018-2023.
- Putri Dafriani, Herlina Andika, Yatni Hanifa, 2018. Pengaruh Rebusan Daun Salam Terhadap Penurunan Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe II Di Wilayah Kerja Puskesmas Alai Padang Tahun 2018. Kesehatan Kesehatan Saintika Meditory
- Sutandi, A. 2012. *Diabetes self management education* (DSME) Sebagai Metode Alternative Dalam Perawatan Mandiri Pasien Diabetes Mellitus Di Dalam Keluarga. e-journal Widya, Vol 29, No 321
- Yusdiana Dalimunthe, D., Dewita Nasution, J., & Harahap, S. (2016). Pengaruh Diabetes Self Management Education (Dsme) Sebagai Model Keperawatan Berbasis Keluarga Terhadap Pengendalian Glukosa Pada Penderita Diabetes Melitus. *Jurnal Mutiara Kesehatan Masyarakat*, 1(1), 53–61.