



Pengaruh program diabetes *self manajemen education* pada pasien diabetes melitus tipe 2 di indonesia (a: *systematic review*)

M. Dwi Setiawan¹, Susilawati²

^{1,2}Universitas Islam Negeri Sumatera Utara

¹mdwisetiawan02@gmail.com, ²susilawati@uinsu.ac.id

Info Artikel :

Diterima :

15 Juni 2022

Disetujui :

20 Juni 2022

Dipublikasikan :

25 Juni 2022

ABSTRAK

Indonesia termasuk dalam 10 besar negara dengan penderita diabetes terbanyak. Prevalensi diabetes mellitus di Indonesia sekitar 10,7 juta pada tahun 2019. Diabetes melitus (DM) merupakan penyakit kronis yang membutuhkan perawatan jangka panjang sehingga memerlukan manajemen pengelolaan mandiri untuk mencegah terjadinya komplikasi. "Diabetes self management education" merupakan elemen yang sangat penting dalam pengelolaan diabetes yang baik. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh Diabetes Self Management Education (DSME) terhadap peningkatan pengetahuan Diabetes, perilaku kepatuhan diet, kualitas hidup, serta Self care pada penderita Diabetes tipe 2. Metode penelitian yang digunakan ialah Observasional Retrospektif yaitu dalam Systematic Review untuk mensintesis hasil penelitian yang bersifat deskriptif kualitatif, dengan meta sintesis. Hasil Penelitian menunjukkan bahwa Hasil uji t dependent didapatkan dimana p value = 0.000 lebih kecil daripada nilai alpha ($p < 0,05$). Hal ini berarti didapatkan adanya pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan nilai Self Care pada pasien Diabetes Mellitus. hasil uji statistik pada kelompok intervensi menunjukkan bahwa Z hitung -3,987 dan p value $0,000 < 0,05$, sehingga hipotesis H_0 ditolak H_a diterima yakni terdapat pengaruh pendekatan model Diabetes Self Management Education terhadap kualitas hidup penderita DM Tipe 2. Kesimpulannya yaitu Pengetahuan, Self Care, Kualitas hidup dan Kepatuhan diet secara simultan berpengaruh signifikan terhadap Program Diabetes Self Manajemen Education.

Kata Kunci: DSME, Pengetahuan, Kualitas hidup, Self care, Kepatuhan diet

ABSTRACT

Indonesia is included in the top 10 countries with the most diabetes sufferers. The prevalence of diabetes mellitus in Indonesia is around 10.7 million in 2019. Diabetes mellitus (DM) is a chronic disease that requires long-term care so that it requires self-management to prevent complications. "Diabetes self management education" is a very important element in good diabetes management. The purpose of this study was to determine the effect of Diabetes Self Management Education (DSME) on increasing knowledge of diabetes, dietary adherence behavior, quality of life, and self care in patients with type 2 diabetes. The research method used was Retrospective Observation, namely in Systematic Review to synthesize the results of research qualitative descriptive, with meta-synthesis. The results showed that the dependent t test results were obtained where p value = 0.000 was smaller than the alpha value ($p < 0.05$). This means that there is a significant effect on increasing the value of Self Care in Diabetes Mellitus patients. the results of statistical tests in the intervention group showed that Z count -3.987 and p value $0.000 < 0.05$, so that the hypothesis H_0 is rejected H_a is accepted, namely there is an effect of the Diabetes Self Management Education model approach on the quality of life of people with Type 2 DM. The conclusion is Knowledge, Self Care, Quality of life and diet compliance simultaneously have a significant effect on the Diabetes Self Management Education Program.

Keywords: DSME, Knowledge, Quality of life, Self care, Dietary compliance



©2022 Penulis. Diterbitkan oleh Arka Institute. Ini adalah artikel akses terbuka di bawah lisensi Creative Commons Attribution NonCommercial 4.0 International License.
(<https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>)

PENDAHULUAN

Diabetes Melitus (DM) adalah penyakit gangguan dalam metabolisme karbohidrat, lemak, dan protein sehingga kadar darah cenderung mengalami peningkatan yang diakibatkan oleh kerusakan sintesis pada sel beta pankreas atau pengeluaran insulin, atau ketidakmampuan jaringan dalam menggunakan insulin (Grossman, et.al,2014). Indonesia termasuk dalam 10 besar negara dengan

penderita diabetes terbanyak. Prevalensi diabetes mellitus di Indonesia sekitar 10,7 juta pada tahun 2019 (IDF, 2020; Kementerian kesehatan republik indonesia, 2020). WHO memprediksi kenaikan jumlah penyandang diabetes mellitus di Indonesia dari 8,4 juta pada tahun 2000 menjadi sekitar 21,3 juta pada tahun 2030, yang menunjukkan adanya peningkatan jumlah penderita diabetes sebanyak 2-3 kali lipat. Berdasarkan Laporan dari Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan (RISKESDAS). Diabetes Melitus tipe II terjadi apabila produksi insulin tidak mencukupi atau tubuh tidak dapat menggunakan insulin secara memadai. Keadaan ini disebut resistensi insulin. Bila produksi insulin tidak cukup atau insulin tidak digunakan sebagaimana mestinya oleh jaringan-jaringan tubuh, gula (glukosa) tidak bisa masuk kedalam sel-sel tubuh. Saat glukosa menumpuk dalam darah, sel-sel tubuh tidak dapat berfungsi dengan baik (WHO,2011). Salah satu upaya yang dapat diterapkan adalah program Diabetes Self Management Education (DSME). DSME merupakan suatu proses berkelanjutan yang dilakukan untuk memfasilitasi pengetahuan, keterampilan, dan kemampuan klien Diabetes Melitus untuk melakukan perawatan mandiri (Funnel,et al, 2011). DSME menggunakan metode pedoman, konseling, dan intervensi perilaku untuk meningkatkan pengetahuan mengenai diabetes dan meningkatkan keterampilan individu dan keluarga dalam mengelola penyakit DM (Jack et al.2004).

Meningkatnya pengetahuan dan kemampuan pasien dalam memahami dan melaksanakan self-care behaviors akan menentukan keberhasilan kontrol diabetes dengan kadar glukosa darah dalam batas normal sehingga resiko terjadinya komplikasi dapat diminimalisir, keadaan ini akan mempengaruhi kualitas hidup. Salah satu bentuk untuk meningkatkan pengetahuan dan mengubah perilaku pasien dengan edukasi kesehatan yang dapat diberikan pada pasien diabetes mellitus tipe 2 adalah Diabetes Self Management Education (DSME), dengan tujuan untuk mengoptimalkan kontrol metabolisme, mencegah komplikasi akut dan kronis, meningkatkan kualitas hidup dengan mempengaruhi perilaku pasien dan menghasilkan perubahan dalam pengetahuan, sikap dan perilaku yang diperlukan untuk mempertahankan atau meningkatkan kesehatan. Pendidikan kesehatan adalah salah satu langkah yang dapat dilakukan oleh perawat untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan manajemen diabetes secara mandiri sehingga terhindar dari komplikasi jangka panjang. Salah satu pendidikan kesehatan yang dapat dilakukan untuk klien DM tipe 2 adalah dengan Diabetes Self Management Education and Support (DSME).

Hal tersebut dapat diatasi jika penderita memiliki pengetahuan dan kemampuan dalam melakukan self care (Suhanda, 2015). Self care dapat mencegah terjadinya angka kesakitan bahkan angka kematian serta komplikasi jangka panjang dari DM, hal ini dapat dilakukan jika penderita memiliki perilaku self care yang baik (Shrivastava, 2013). Selain itu self care merupakan poin penting dalam pengelolaan atau self management (Bradshaw, 2015). Pengobatan untuk penyakit Diabetes Melitus itu sendiri memerlukan waktu yang lama yaitu seumur hidup dan tidak hanya pengobatan saja yang harus dilakukan oleh penderitanya, namun juga gaya hidup yang harus dikontrol membuat penderita Diabetes Melitus terkadang mengalami putus asa dan dapat mempengaruhi kualitas hidupnya. Kualitas hidup sangat dibutuhkan untuk individu yang menderita Diabetes Melitus dalam proses pengobatan, agar individu tersebut lebih memperhatikan bagaimana meningkatkan kualitas hidupnya untuk dapat mencapai kondisi fisik yang lebih baik lagi dan menurunkan tingkat keparahan dari penyakit yang dideritanya tersebut. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh Diabetes Self Management Education (DSME) terhadap peningkatan pengetahuan Diabetes, perilaku kepatuhan diet, kualitas hidup, serta Self care pada penderita Diabetes tipe 2.

METODE PENELITIAN

Jenis Penelitian

Dalam penelitian ini, metode yang digunakan ialah Observasional Retrospektif yaitu dengan pendekatan kualitatif dalam Systematic Review untuk mensintetis hasil-hasil penelitian yang bersifat deskriptif kualitatif, dengan metode PRISMA (Preffered Reporting Items for Sytematic Reviews and Meta Analysis) yang dilakukan secara sistematis dengan mengikuti protokol dan tahapan yang baik dan benar.

Tabel 1. Kriteria Inklusi

Patients	Program diabetes Self Managemen Education Diabetes
-----------------	--

Outcomes	Pasien	Penderita
	Diabetes Tipe 2	

Kriteria Inklusi

Adapun kriteria inklusi sampel pada studi ini yaitu sebagai berikut:

1. Artikel penelitian dipublikasikan dalam 3 tahun terakhir.
2. Jenis dan rancangan penelitian yang diambil pada literatur adalah metode survey.
3. Studi tersebut membahas tentang pengaruh Diabetes Self Management Education (DSME) terhadap peningkatan pengetahuan Diabetes, perilaku kepatuhan diet , kualitas hidup , serta Self care pada penderita Diabetes tipe 2.
4. Studi dilakukan di seluruh Indonesia.

Instrumen Penelitian

Instrumen yang digunakan pada studi ini yaitu berupa handphone, laptop, jaringan pada kartu perdana operator dan wifi. Alat tersebut digunakan untuk mencari bahan (literatur) yaitu jurnal penelitian yang sesuai dengan topik pada studi ini.

Penelusuran Literatur

Penelusuran literature dilakukan secara daring yang bersumber dari Google Scholar, Sinta Ristekbrin, Garuda Ristekbrin. Dengan menggunakan kata kunci yaitu : “DSME” ,”Pengetahuan” ,”Kualitas Hidup” ,”Self Care”, “Kepatuhan diet”.

Teknik Pengumpulan Data

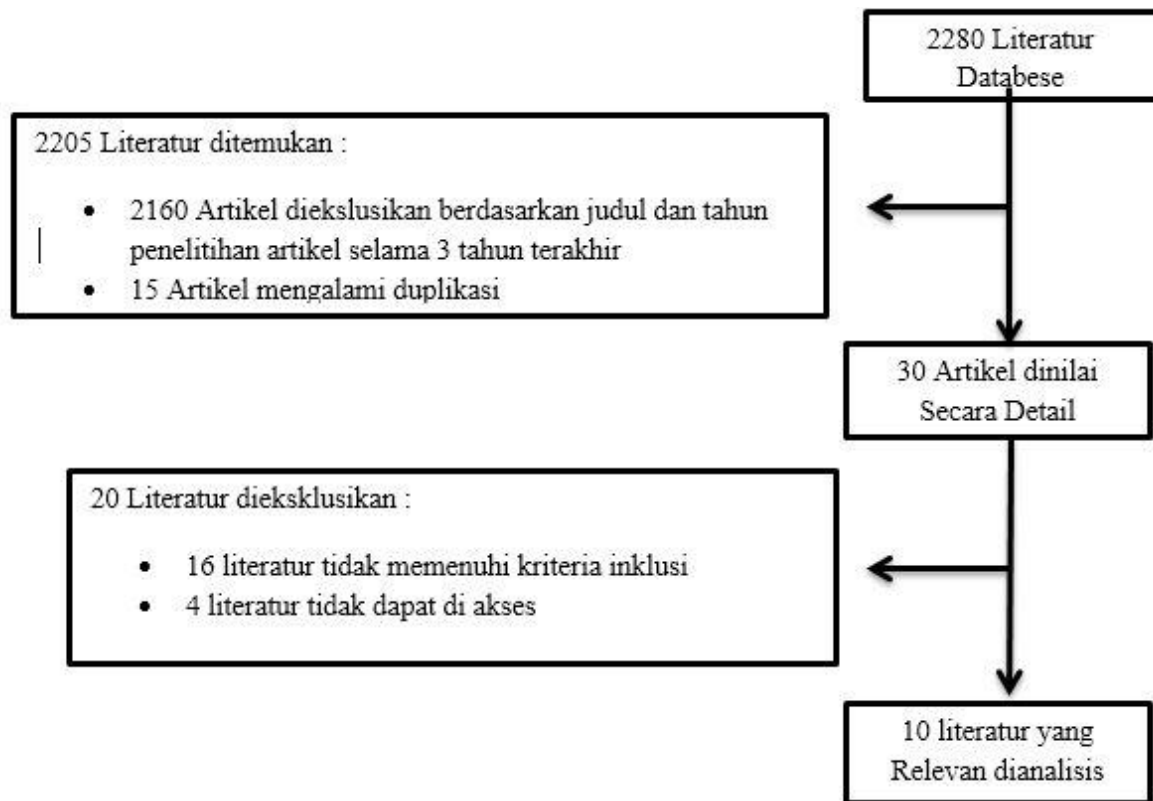
Data dikumpulkan melalui beberapa langkah yaitu: memformulasikan pertanyaan dari penelitian (merumuskan masalah secara jelas), melakukan pencarian literature systematic review (memasukkan kata kunci ke dalam database pencarian jurnal), melakukan skrining serta penyeleksian pada jurnal yang sesuai dengan topik pada studi ini, melakukan analisis dan sintesis pada hasil temuan kualitatif (melakukan pengelolaan proses pencarian), melakukan kendali pada mutu dengan cara menelaah secara kritis atas bukti penelitian yang dikumpulkan bertujuan untuk melihat apakah terdapat bias), serta menyusun laporan akhir setelah melakukan ekstraksi data dan sintesis penelitian. Semua data yang sudah relevan mengenai pengaruh Diabetes Self Management Education (DSME) terhadap peningkatan pengetahuan Diabetes, perilaku kepatuhan diet , kualitas hidup , serta Self care pada penderita Diabetes tipe 2. Data-data tersebut dikumpulkan sesuai dan telah lolos standar yang telah ditetapkan oleh reviewer.

Analisis Data

Hanya studi yang berhubungan dengan topik penelitian ini pengaruh Diabetes Self Management Education (DSME) terhadap peningkatan pengetahuan Diabetes, perilaku kepatuhan diet , kualitas hidup , serta Self care pada penderita Diabetes tipe 2 yang dianalisis lebih lanjut untuk memenuhi tujuan dari tinjauan sistematik ini dengan menggunakan model PRISMA, terdapat 10 artikel yang telah lolos seleksi dimasukkan ke dalam proses review.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Dari 2280 literatur yang ditelusuri dari google scholar, sinta ristekbrin, dan garuda ristekbrin, 2205 literatur dieksklusikan karena tidak sesuai dengan kriteria inklusi yaitu tahun publikasi literatur yaitu dibawah 3 tahun terakhir, rancangan penelitian tidak menggunakan metode survey, studi meneliti aspek yang berbeda dan literatur tidak memenuhi kriteria ketika melakukan telaah kritis pada literatur. Selanjutnya dari total 10 literatur yang memenuhi jumlah kriteria inklusi, data-data yang dikumpulkan adalah pengaruh Diabetes Self Management Education (DSME) terhadap peningkatan pengetahuan Diabetes, perilaku kepatuhan diet , kualitas hidup , serta Self care pada penderita Diabetes tipe 2.



Gambar 1. Penelusuran Literatur

Tabel 1. Karakteristik Studi

No.	Jurnal	Tahun	Metode	Jumlah Sampel	Kriteria Sampel
1.	Yuni C M ,dkk	2020	Penelitian Kuantitatif Pre-experimental with one group Pretest-Posttest design	30	Pada Pasien DM tipe 2 di RSD idaman Kota Banjarbaru.
2.	Irfanita Nurhidayah ,dkk	2021	Purposive Sampling	66	Pada Warga Puskesmas Trienggadeng.
3.	Lia reski Analia ,dkk	2020	Penelitian Kuantitatif Quasi Experiment dengan Non Equivalent control group pre-posttest design	23	Pada Pasien DM tipe 2 di Puskesmas Mangasa Kota Makassar.
4.	Fransiska funan ,dkk	2021	Penelitian Kuantitatif Quasi Experiment dengan Non Equivalent control group pre-posttest design	44	Pada Pasien DM tipe 2 di wilayah Puskesmas Waipare Kecamatan Kangae.
5.	Novianti diani ,dkk	2019	Penelitian Kuantitatif Quasi pre-posttest design	62	Pada Pasien DM tipe 2 di wilayah Puskesmas Padangsari Banyumanik ,Semarang
6.	Ummu Habibah ,dkk	2019	Penelitian Kuantitatif Quasi Experiment	30	Pada Pasien DM di Rumah Sakit Pekanbaru Medical Center.
7.	Kumala sari ,dkk	2021	Analisis Deskriptif Intervensi Pretest-posttest study	25	Pada Pasien DM tipe 2 di Rumah Diabetes Ubaya.

No.	Jurnal	Tahun	Metode	Jumlah Sampel	Kriteria Sampel
8.	Netha Damayantie ,dkk	2021	Pengabdian Masyarakat	80	Pada Pasien Di Puskesmas Simpang Kawat.
9.	Siti Yuliatun	2020	Penelitian Kuantitatif experimental with one group Pretest-Postest design	29	Pada Pasien di Rumah Sakit Sultan Imanuddin Pangkalan Bun.
10.	Siti Aminah ,dkk	2022	Penelitian Kuantitatif Praexperimental with one group Pretest-Postest design	16	Pada Pasien DM tipe 2 di Puskesmas Cimahi Selatan.

Tabel 2. Pengaruh DSME pada Pengetahuin Pasien Diabetes Tipe 2

1.	Yuni C M ,dkk	2020	Penelitian Kuantitatif Pre-experimental with one group Pretest-Postest design	30	Pada Pasien DM tipe 2 di RSD idaman Kota Banjarbaru.
2.	Irfanita Nurhidayah ,dkk	2021	Purposive Sampling	66	Pada Warga Puskesmas Trienggadeng.

Pengetahuan

Pendidikan kesehatan tentang DM sangat penting diberikan untuk penderita dengan harapan dapat meningkatkan pengetahuan pola hidup sehat pada penderita DM tipe 2. (Thomas et al 2016) mengungkapkan bahwa salah satu tujuan dari edukasi meningkatkan pengetahuan yang dapat mengubah sikap dan gaya hidup sehingga meningkatkan kualitas hidup. Dalam Penelitian Irfanita Nurhidayah ,Tahun 2021. Mengenai DSME Terhadap Pengetahuan Pasien Penderita Diabetes Militus Tipe 2 yaitu menunjukkan bahwa nilai mean pretest pada kelompok intervensi (6.424) dan kelompok kontrol (6.151) secara statistik tidak ada perbedaan yang signifikan (p value 0,392). Sedangkan nilai mean posttest pada kelompok intervensi (8.212) dan pada kelompok kontrol (6.636) secara signifikan berbeda (p value 0.000). oleh karena itu dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh Diabetes Self Management Education terhadap pengetahuan pasien mengenai penyakit DM tipe 2.

Tabel 3. Pengaruh DSME pada Self Care Pasien Diabetes Tipe 2

1.	Novianti diani ,dkk	2019	Penelitian Kuantitatif Quasi pre-postest desaign	62	Pada Pasien DM tipe 2 di wilayah Puskesmas Padangsari Banyumanik ,Semarang
2.	Ummu Habibah ,dkk	2019	Penelitian Kuantitatif Quasi Experiment	30	Pada Pasien DM di Rumah Sakit Pekanbaru Medical Center.
3.	Kumala sari ,dkk	2021	Analisis Deskriptif Intervensi Pretest-postest study	25	Pada Pasien DM tipe 2 di Rumah Diabetes Ubaya.
5.	Netha Damayantie ,dkk	2021	Pengabdian Masyarakat	80	Pada Pasien Di Puskesmas Simpang Kawat.

Self Care

DSME (Diabetes Self Management Education) berpengaruh terhadap self care dan terdapat kenaikan skor sesudah dilakukan tindakan. DSME berperan penting untuk peningkatan pengetahuan, keterampilan dan kemampuan yang akan mengantarkan pada perilaku self care. Hasil uji t dependent didapatkan dimana p value = 0.000 lebih kecil daripada nilai alpha ($p < 0,05$). Hal ini berarti didapatkan adanya pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan nilai Self Care Behavior pada pasien Diabetes Mellitus dengan menggunakan media audiovisual sebelum dan setelah diberikan DSME. (Ummu habibah, 2019).

Tabel 4. Pengaruh DSME pada Kualitas Hidup Pasien Diabetes Tipe 2

1.	Lia reski Analia ,dkk	2020	Penelitian Kuantitatif Quasi Experiment dengan Non Equaivalent control group pre-postest desaign	23	Pada Pasien DM tipe 2 di Puskesmas Mangasa Kota Makassar.
2.	Fransiska funan ,dkk	2021	Penelitian Kuantitatif Quasi Experiment dengan Non Equaivalent control group pre-postest desaign	44	Pada Pasien DM tipe 2 di wilayah Puskesmas Waipare Kecamatan Kangae.

Kualitas Hidup

Pada kelompok intervensi kualitas hidup penderita DM tipe 2 mengalami peningkatan setelah diberikan intervensi DSME. hasil uji statistik pada kelompok intervensi menunjukkan bahwa Z hitung -3,987 dan p value 0,000 < 0,05, sehingga hipotesis H0 ditolak Ha diterima yakni terdapat pengaruh pendekatan model Diabetes Self Management Education terhadap kualitas hidup penderita DM Tipe 2. (Fransiska funan ,2021).

Tabel 5. Pengaruh DSME paa Kepatuhan Diet Diabetes Tipe 2

1.	Siti Yuliatun	2020	Penelitian Kuantitatif experimental with one group Pretest-Postest design	29	Pada Pasien di Rumah Sakit Sultan Imanuddin Pangkalan Bun.
2.	Siti Aminah ,dkk	2022	Penelitian Kuantitatif Praexperimental with one group Pretest-Postest design	16	Pada Pasien DM tipe 2 di Puskesmas Cimahi Selatan.

Kepatuhan Diet

Hasil data yang di dapatkan dengan menggunakan uji paired t test menunjukkan bahwa ada pengaruh antara perilaku kepatuhan diet DM sebelum perlakuan dengan perilaku kepatuhan diet DM sesudah pemberian edukasi DSME yang ditunjukkan dengan nilai p value $0.000 < 0.05$. Hasil ini menunjukkan bahwa ada pengaruh edukasi tentang prinsip diabetic self management education (DSME) terhadap perilaku kepatuhan diet pada pasien DM tipe 2. Pemberian DSME dapat merubah perilaku pasien melalui informasi yang diberikan kepada pasien. Informasi yang diberikan ke pasien merupakan stimulus yang dapat meningkatkan pengetahuan sehingga menimbulkan kesadaran untuk berperilaku sesuai yang diharapkan.

KESIMPULAN

Berdasarkan Hasil Penelitian Diatas ,terdapat kesimpulan bahwa Indonesia termasuk dalam 10 besar negara dengan penderita diabetes terbanyak. Prevalensi diabetes mellitus di Indonesia sekitar 10,7 juta pada tahun 2019. DSME merupakan suatu proses berkelanjutan yang dilakukan untuk memfasilitasi pengetahuan, keterampilan, dan kemampuan klien Diabetes Melitus untuk melakukan perawatan mandiri. Pendidikan kesehatan tentang DM sangat penting diberikan untuk penderita dengan harapan dapat meningkatkan pengetahuan pola hidup sehat pada penderita DM tipe 2. DSME (Diabetes Self Management Education) berpengaruh terhadap self care dan terdapat kenaikan skor sesudah dilakukan tindakan. DSME berperan penting untuk peningkatan pengetahuan, keterampilan dan kemampuan yang akan mengantarkan pada perilaku self care. Pendekatan model DSME berpengaruh terhadap kualitas hidup penderita DM tipe 2 di Puskesmas Waipare dengan nilai p value $0,000 < 0,05$. Pengaruh edukasi tentang prinsip diabetic self management education (DSME) terhadap perilaku kepatuhan diet pada pasien DM tipe 2.

DAFTAR PUSTAKA

- Diani Novianti, N. I. (2019). Efektivitas Diabetes Self Management Education & Community Based Interactive Approach Terhadap Self Care Penderita Diabetes Mellitus. *Jendela Nursing Journal*, 1-10.
- Fransiska Funan, F. A. (2021). Pengaruh Pendekatan Model Diabetes Self Management Education Terhadap Kualitas Hidup Penderita Dm Tipe 2 Di Era Pandemi Covid-19 Di Puskesmas Waipare Kecamatan Kangae. *Keperawatan dan Kesehatan Masyarakat*, 19-30.
- Kumala Sari PDW, S. L. (2021). Pengaruh Edukasi Terhadap Self Care Behaviours Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 Di Rumah Diabetes Ubaya. *Jurnal Wiyata*, 131-139.
- Lia Reski A, A. S. (2020). Pengaruh Program Diabetes Self Management Education Berbasis Keluarga Terhadap Kualitas Hidup Penderita Diabetes Melitus Tipe Ii Di Wilayah Kerja Puskesmas Mangasa Kota Makassar. *Media Keperawatan: Politeknik Kesehatan Makassar*, 82-89.
- Mei Yuni, C. D. (2020). Pengaruh Diabetes Self Management Education And Support (DSME/S) Terhadap Peningkatan Pengetahuan Manajemen Mandiri Pasien Dm Tipe 2. *Jurnal Keperawatan dan Kesehatan*, 17-25.
- Netha Damayantie, R. D. (2021). Diabetes Self Management Education Sebagai Upaya Meningkatkan Kualitas Hidup Penderita Diabetes Mellitus. *Jurnal Binakes*, 6-12.
- Nurhidayah Irfanita, R. J. (2021). Pengaruh Diabetes Self-Management Education Terhadap Pengetahuan Pada Penderita Diabetes Melitus Tipe 2. *Ilmu Keperawatan*, 101-110.
- Siti Aminah, K. R. (2022). Pengaruh Edukasi Self Management Diabetes (Dsme) Dengan Media Booklet Terhadap Kepatuhan Diet Pasien Dm Tipe 2 Di Puskesmas Cimahi Selatan. *Malahayati Nursing Journal*, 432-442.
- Siti Yuliatun, R. N. (2020). Pengaruh Edukasi Tentang Prinsip Diabetic Self Management Education (Dsme) Terhadap Perilaku Kepatuhan Diet Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Di Rsud Sultan Imanuddin Pangkalan Bun. *Stikes Pangkalan Bun*.
- Ummu Habibah, A. U. (2019). Pengaruh Diabetes Self Management Education (Dsme) Dengan Metode Audiovisual Terhadap Self Care Behavior Pasien Diabetes Melitus. *Jurnal Kesehatan*, 23-28.