

EDUKASI *ONLINE* KETERAMPILAN PERAWATAN MANDIRI PADA PASIEN *DIABETES MELLITUS* DI ERA *NEW NORMAL*

Fitria Saftarina¹, Hilda Fitri², Yulita Tricia³, Selly Stepriyani⁴, Dian Isti Anggraini⁵

^{1,5} Fakultas Kedokteran, Universitas Lampung, Jalan Prof. Soemantri brojonegoro
No.1 Bandar Lampung

Email: fitria.saftarina@fk.unila.ac.id

^{2,3} RSUD A. Dadi Tjokrodipo, Jalan Basuki Rahmat No.73, Bandar Lampung

Email: nemihunaira19@gmail.com

Email: yulitratricia@gmail.com

⁴ Puskesmas Kedaton, Jalan ZA Pagaralam, Bandar Lampung

Email: stepriyaniselly19@gmail.com

⁵ Email: riditie@gmail.com

Abstract

It is estimated that by 2045, the number of DM sufferers will reach 630 million of people. Indonesia, based on the 2018 Basic Health Survey, the prevalence of DM reached 10.9%. During the pandemic of Covid-19, people with pre-existing medical conditions such as Diabetes Mellitus (DM) were more susceptible to becoming seriously ill due to covid-19. Health services were also hampered during the pandemic of Covid-19. The purpose of this activity is to increase knowledge about DM, self-care skills in patients or care-givers. Health Education was carried out through Whatsapp Group online education in the form of providing material knowledge about DM disease, self-care skills for DM patients in the new normal era, and prevention of DM patients from Covid-19, educational videos, and flyers. This activity was attended by 168 participants. The results of the activity show that online education can increase knowledge about self-care skills in DM patients and care-givers. The continuation of this activity was followed up through providing information on WhatsApp Group and online consultation (telemedicine)

Keyword : *Education Online, Diabetes Mellitus, New Normal, Self Care*

Abstrak

Diperkirakan pada tahun 2045, jumlah penderita DM mencapai 630 juta orang. Sementara Indonesia, berdasarkan Riset Kesehatan Dasar tahun 2018, prevalensi DM mencapai 10,9%. Pada masa pandemic covid-19, orang dengan kondisi medis yang sudah ada sebelumnya seperti Diabetes Mellitus (DM) lebih rentan untuk menjadi sakit parah akibat virus-19. Pelayanan kesehatan juga menjadi terhambat pada masa pandemic covid-19. Tujuan kegiatan ini adalah meningkatkan pengetahuan tentang keterampilan perawatan mandiri penyakit DM pada pasien atau pelaku rawat. Pengabdian dilaksanakan melalui edukasi online Whatsapp Group berupa pemberian materi pengetahuan tentang penyakit DM, keterampilan perawatan mandiri pada pasien DM di era new normal, dan pencegahan pasien DM dari covid-19, video edukasi, serta flyer edukasi. Kegiatan ini diikuti oleh 168 peserta. Hasil kegiatan menunjukkan bahwa edukasi online dapat meningkatkan pengetahuan tentang keterampilan perawatan mandiri pada pasien DM dan pelaku rawat. Keberlanjutan kegiatan ini, ditindaklanjuti melalui pemberian informasi melalui WAG dan konsultasi melalui online (telemedicine).

Keyword : *Edukasi Online, Diabetes Mellitus, New Normal, Perawatan Mandiri*

PENDAHULUAN

Berdasarkan data International Diabetes Federation (IDF, 2020), prevalensi Diabetes Mellitus (DM) di dunia diperkirakan sekitar 463 juta orang pada usia 20-79 tahun pada tahun 2019, hal ini setara dengan prevalensi 9,3% dari total penduduk dunia pada usia yang sama. Adanya pandemi Covid-19, diperkirakan angka DM akan mencapai 578 juta di tahun 2030 dan 700 juta di tahun 2045. Indonesia sendiri menempati urutan ke-7, negara dengan jumlah penderita DM tertinggi di dunia pada tahun 2019. Berdasarkan hasil Riset kesehatan Dasar (2018), prevalensi DM sebesar 8,5% meningkat dari hasil Riskesdas tahun 2013 sebesar 6,9%. Di Provinsi Lampung sendiri, prevalensi penderita DM sebanyak 1,4%, meningkat dua kali lipat dibandingkan hasil Riskesdas tahun 2013, sebesar 0,7%.

Pandemi *covid-19* telah menginfeksi lebih dari 1 juta orang di seluruh dunia dan menyerang semua usia. Penyakit DM merupakan salah satu faktor risiko meningkatnya keparahan infeksi Covid-19 (Yang *et al.*, 2020). Angka kematian meningkat 3 kali lipat pada penderita DM dibandingkan penderita secara umum dan memiliki risiko tinggi terkena covid-19 setelah hipertensi (Wu and McGoogan, 2020; Yang *et al.*, 2020). Penderita DM dengan gula darah tidak terkontrol memiliki predisposisi untuk terjadinya komplikasi dan menurunnya kualitas hidup (Alisa *et al.*, 2020).

Untuk itu diperlukan, solusi untuk pengelolaan DM lebih lanjut dengan pendidikan kesehatan kepada pasien dan keluarga sebagai pelaku rawat. Hal ini dilakukan agar penderita diabetes dapat dikontrol gula darahnya, asupan makanannya, pengobatan dan latihan fisik dapat dilakukan secara aktif dan mandiri. Penggunaan teknologi sangat bermanfaat

di masa pandemi *covid-19*, hal ini bertujuan agar pasien DM yang berisiko tinggi terinfeksi diharapkan menghindari kontak langsung dari keramaian dan berdiam diri dirumah (Rahmini and Rahayuningtyas, 2020).

METODE PENELITIAN

Kegiatan pengabdian ini ditujukan bagi pasien dan pelaku rawat penyakit DM yang terdaftar di Puskesmas Kedaton dan Klinik Ummi Bandar Lampung sebanyak 168 orang. Pelaku rawat dilibatkan pada kegiatan ini karena dukungan anggota keluarga diperlukan untuk pengendalian komplikasi penyakit.

Kegiatan pengabdian dilaksanakan melalui media online *WhatsApp Group* (WAG). Hal ini dilaksanakan mengingat kondisi pandemi Covid-19 dan media yang paling banyak digunakan oleh pasien dan anggota keluarganya serta cukup ekonomis dari sisi kuota internet. Untuk penyebaran informasi dibuat *e-flyer* dan dilakukan pendaftaran melalui link bit.ly/Diskusi-DM yang langsung terhubung dengan WAG Diskusi Online PDKI Lampung.

Metode yang digunakan untuk kegiatan ini adalah sebagai berikut:

1. pengukuran pengetahuan tentang penyakit DM, manajemen perawatan mandiri penyakit DM dengan kuesioner
2. Edukasi berupa pemberian materi
3. penampilan *e-flyer* edukasi dan video edukasi
4. Pengukuran pengetahuan tentang penyakit DM, manajemen mandiri penyakit DM dilakukan sebelum dan sesudah kegiatan edukasi online.

Kegiatan ini dilakukan untuk mengetahui *prior knowledge* pasien dan pelaku rawat pasien DM tentang penyakit DM, pengobatan, pencegahan dan faktor

risiko DM, risiko pasien DM ditengah pandemi *covid-19*, dan perawatan mandiri pasien DM. Hasil pengukuran yang didapat digunakan sebagai bahan edukasi. Selanjutnya pengukuran setelah kegiatan edukasi dimaksudkan untuk menilai keberhasilan kegiatan edukasi dengan membandingkan hasil pengukuran sebelum dan sesudah dilakukan kegiatan edukasi. Pengukuran dilakukan dengan mengisi kuesioner melalui link *gform* ([bit.ly//SelfCare DM](https://bit.ly/SelfCareDM)).

Kegiatan edukasi melalui WAG ini diikuti oleh pasien dan pelaku rawat DM sebanyak 168 peserta. Edukasi dilaksanakan oleh dr. Selly Stepriani, MARS sebagai narasumber 1, narasumber 2, dr. Yulita Tricia, M.Kes menyampaikan tentang Pengobatan dan Pencegahan DM, narasumber 3, dr. Fitria Saftarina, M.Sc, narasumber 4, dr. Hilda Fitri dan narasumber 5. Dr. Dian Isti Anggraini, MPH. Edukasi disampaikan melalui *voice note*, penanyangan video *youtube*, slide presentasi dan teks. Hal ini dilakukan agar pasien dan pelaku rawat DM dapat mengingat terus informasi yang sudah didapatkan dan menyebarkan informasi ini kepada masyarakat lain dengan mudah melalui *platform* WAG, *facebook*, dan *Instagram*.

Evaluasi kegiatan pengabdian ini mencakup: evaluasi awal, proses dan akhir. Evaluasi awal dilakukan dengan memberikan pretest kepada peserta di WAG, *pretest* berisi pertanyaan-pertanyaan terkait materi edukasi yang akan diberikan. Penilaian evaluasi berupa nilai skor tiap peserta di grup WAG, yang merupakan hasil pembagian dari jawaban benar dengan total jumlah pertanyaan dikalikan 100. Evaluasi proses dilakukan dengan melihat tanggapan peserta di grup WAG melalui pertanyaan-pertanyaan yang diajukan ataupun umpan balik yang diberikan dalam diskusi. Evaluasi akhir dilakukan dengan memberikan posttest kepada peserta di WAG, yang berisi

pertanyaan-pertanyaan yang sama yang telah diberikan pada *pretest*. Skor nilai *posttest* dibandingkan dengan skor nilai *pretest*. Apabila nilai *posttest* lebih tinggi dari nilai *pretest* maka kegiatan edukasi yang diberikan berhasil meningkatkan pengetahuan manajemen perawatan mandiri pasien DM. Evaluasi ini dilakukan pada saat dilakukannya edukasi. Untuk keberlanjutan edukasi ini, WAG ini tetap dilanjutkan dengan pemberian informasi edukasi tentang DM dan konsultasi *online* seputar DM.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian ini dilaksanakan pada tanggal 4 Juli 2020 pukul 09.00 – 11.30 WIB. Kegiatan ini diikuti sebanyak 168 peserta dari kelompok prolanis Puskesmas Kedaton dan Klinik Ummi. Kegiatan pengabdian ini mencakup: kegiatan pengukuran pengetahuan tentang DM, pencegahan, dan perawatan mandiri DM di masa pandemic *covid-19*, edukasi, penyampaian *e-flyer*, video dan *voice note*. Kegiatan diawali dengan *pretest* yang dibagikan ke peserta melalui link bit.ly/SelfCareDM setengah jam sebelum acara dimulai.

Kegiatan dilanjutkan dengan pembukaan, pengenalan para pemateri dengan peserta WAG oleh moderator, Adib Baginda, S.Ked melalui teks dan *voice note*. Selanjutnya penyampaian materi edukasi. Adapun materi edukasi yang disampaikan adalah sebagai berikut:

1. Definisi, gejala dan diagnosis DM oleh dr. Selly Stepriyani, MARS. Materi ini disampaikan dalam bentuk *voice note* disertai PPT yang disampaikan melalui WAG
2. Pengendalian penyakit DM pada masa pandemi *Covid-19* oleh dr. Fitria Saftarina, M.Sc.

3. Perawatan mandiri penyakit DM pada masa pandemi *covid-19* oleh Yulita Tricia, MKes.
4. Gizi pada pasien DM oleh dr. Hilda Fitri
5. Pencegahan *Covid-19* pada pasien DM oleh dr. Dian Isti Angraini, MPH

Materi-materi ini disampaikan dalam bentuk *voice note* disertai PPT yang disampaikan melalui WAG. Masing-masing pemateri diberikan waktu sebanyak 15 menit untuk menyampaikan materi edukasi. Hal ini dapat dilihat pada Gambar 1.



Gambar 1. Materi di WAG

Kegiatan ini dilanjutkan dengan diskusi yang terbagi dalam 2 sesi, masing-masing sesi selama 30 menit. Sesi I tercatat ada 3 pertanyaan dan pada sesi II tercatat 4 pertanyaan. Hal ini dapat dilihat pada Gambar 2



Gambar 2. Tangkapan Layar Pertanyaan dari Peserta

Peserta sangat antusias sehingga kegiatan dilanjutkan selama 30 menit. Untuk penyebarluasan informasi, dibagikan *e-flyer* edukasi selama kegiatan edukasi di WAG. Hal ini dapat dilihat pada Gambar 3.

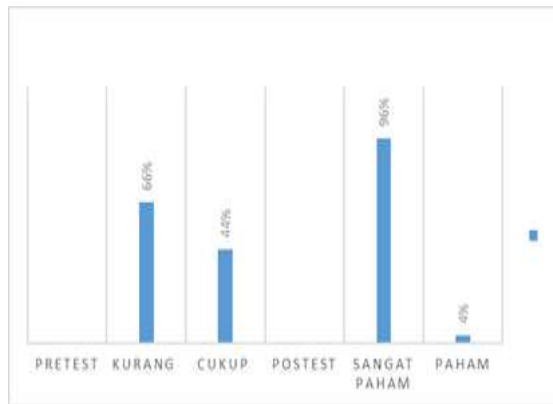


Gambar 3. Salah Satu Bentuk *Flyer* Edukasi

Selanjutnya kegiatan ditutup oleh moderator dan mengisi kuesioner *posttest* yang sama dengan *pretest*.

Evaluasi kegiatan pengabdian ini mencakup evaluasi edukasi dan keberlanjutan kegiatan. Untuk mengetahui tingkat keberhasilan edukasi online yang dilaksanakan, sebelum pelaksanaan edukasi diberikan *pre-test* terlebih dahulu dengan menggunakan kuesioner. Berdasarkan hasil perhitungan didapatkan sebanyak 66% peserta memiliki pemahaman yang kurang dan sebanyak 44 % memiliki pemahaman yang cukup tentang penyakit DM, pengendalian dan perawatan mandiri. Setelah edukasi *online* selesai dilaksanakan, diberikan *posttest* dengan menggunakan kuesioner yang sama. Didapatkan nilai hasil pengamatan

meningkat. Peserta WAG menjadi sangat paham tentang tentang penyakit DM, pengendalian dan perawatan mandiri sebanyak 96% dan 4% paham (Gambar 4). Hasil edukasi online tentang DM ini dapat meningkatkan pengetahuan pasien dan pelaku rawat DM. Hal ini sesuai dengan hasil *literature view* yang dilakukan oleh Rahmini dan Rahayuningtyas (2020), bahwa penggunaan teknologi memberikan manfaat untuk perawatan, modifikasi perilaku dan pendidikan pasien DM. Selain itu edukasi *online* menunjukkan terjadi peningkatan pengetahuan tentang pelaksanaan aktifitas fisik pada pasien DM di masa pandemic covid-19 (Alisa *et al.*, 2020).



Gambar 4. Hasil *Pre-Posttest*

Sebagai bentuk evaluasi proses maka diadakan diskusi tanya jawab. Kegiatan ini berlangsung selama 1,5 jam. Peserta sangat antusias. Beberapa pertanyaan dilanjutkan setelah acara karena keterbatasan waktu. Edukasi *online* melalui WAG tetap dilanjutkan sampai saat ini sebagai sarana *telemedicine*.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil kegiatan diatas, edukasi *online* tentang perawatan mandiri pada pasien DM di masa Pandemi Covid-19, meningkatkan pengetahuan pasien dan pelaku rawat pasien DM. Kegiatan penyebaran informasi berupa *flyer*, video,

gambar perlu diadakan secara berkelanjutan. Dengan meningkatnya pengetahuan tentang perawatan mandiri pada pasien DM diharapkan akan mengurangi komplikasi, risiko terkena covid-19 dan meningkatkan kualitas hidup pada pasien DM.

UCAPAN TERIMAKASIH

Ucapan terima kasih penulis sampaikan kepada :

1. Fakultas Kedokteran Universitas Lampung
2. Kelompok Prolanis Puskesmas Kedaton dan Klinik Ummi
3. Perhimpunan Dokter Keluarga Indonesia Cabang Lampung

DAFTAR PUSTAKA

Alisa, F. *et al.* (2020) 'Edukasi Online Pelaksanaan Aktifitas Fisik Pada Pasien Diabetes', *Ll-Dikti Ix*, 2, pp. 53–57.

International Diabetes Federation. 2020. *IDF. Diabetes Atlas*,. (9th ed). Brussels, Belgium: International Diabetes Federation.

Rahmini, J. A. and Rahayuningtyas, K. (2020) 'Inovasi Kesehatan Terkini Sebagai Strategi Efektif Pada Manajemen Diabetes Di Masa Pandemi: Sebuah Tinjauan Literature', *Jkep*, 5(2), pp. 196–211. doi: 10.32668/jkep.v5i2.453.

Riset Kesehatan Dasar. 2018. *Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.

Wu, Z. and McGoogan, J. M. (2020) 'Characteristics of and Important Lessons from the Coronavirus Disease 2019 (COVID-19) Outbreak in China: Summary of a Report of 72314 Cases from the Chinese Center for Disease Control and Prevention', *JAMA - Journal of the American Medical Association*,

323(13), pp. 1239–1242. doi: 10.1001/jama.2020.2648. infected with SARS-CoV-2',
International Journal of Infectious Diseases, 94(April), pp. 91–95.

Yang, J. *et al.* (2020) 'Prevalence of comorbidities and its effects in patients