

PEMBERDAYAAN KELUARGA SEBAGAI *CARE GIVERS* DALAM MENINGKATKAN KESEHATAN LANSIA DIABETES MELLITUS DI RUMAH DI DESA KEMBANGBILO KECAMATAN. TUBAN

EMPOWERING FAMILIES AS CARE GIVERS IN IMPROVING THE HEALTH OF ELDERLY WITH DIABETES MELLITUS AT HOME IN KEMBANGBILO VILLAGE, DISTRICT. TUBAN

Dyah Pitaloka ^{1)*}, Hyan Oktodia Basuki ²⁾, Fitri Firranda Nurmalisyah ³⁾.

^{1,2}Institut Ilmu Kesehatan Nahdlatul Ulama Tuban, ³STIKES PEMKAB JOMBANG

dyahpitaloka385@gmail.com

ABSTRAK

Seiring dengan bertambahnya usia, banyak didapatkan lansia yang mengalami masalah kesehatan, salah satunya adalah menderita penyakit Diabetes mellitus (DM). Lansia dengan diabetes mellitus memerlukan bantuan dalam penanganan masalah keihatannya terutama dari keluarga yang berperan sebagai caregiver bagi lansia. Tujuan Kegiatan pengabdian masyarakat diberikan terhadap keluarga sebagai care diharapkan mampu meningkatkan pengetahuan keluarga dalam merawat lansia dengan DM. Hasil penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa peran keluarga dalam memberikan dukungan bagi lansia sangat berpengaruh pada kondisi kesehatan lansia. Metode pengabdian dilakukan dengan memberikan materi dan pelatihan senam kaki melalui media promosi kesehatan kepada keluarga yang mearawat (*care giver*). Kegiatan ini di ikuti oleh 25 keluarga yang memiliki lansia dengan menderita penyakit DM. Hasil evaluasi menunjukkan peningkatan keluarga lansia dalam pengelolaan DM setelah diberikan pelatihan terintegrasi Kadar gula darah lebih dari normal 12% dan Normal 88%. Pengetahuan Merawat lansia (pemberian diet yang tepat) Kurang (0%) Cukup 8% Baik 92%. Sehingga memberikan dampak yang positif kepada *care giver* dalam merawat lansia tentang penyakit diabetes melitus, dan pencegahannya khususnya pada masyarakat di Desa Kembangbilo Kec. Tuban dengan yang memiliki lansia dengan diabetes mellitus.

Kata kunci: *care giver, lansia, diabetes mellitus.*

ABSTRACT

As people get older, many elderly people experience health problems, one of which is suffering from diabetes mellitus (DM). Elderly people with diabetes mellitus need help in managing their health problems, especially from families who act as caregivers for the elderly. The aim of community service activities given to families as care is expected to be able to increase family knowledge in caring for the elderly with DM. Previous research results show that the role of the family in providing support for the elderly greatly influences the health condition of the elderly. The service method is carried out by providing material and training on foot exercises through health promotion media to families who are caring for them (care givers). This activity was attended by 25 families who had elderly people suffering from DM. The evaluation results showed an increase in elderly families in managing DM after being given integrated training. Blood sugar levels are more than normal 12% and normal 88%. Knowledge of caring for the elderly (providing the right diet) Poor (0%) Fair 8% Good 92%. So that it has a positive impact on care givers in caring for the elderly regarding diabetes mellitus, and preventing it, especially in the community in Kembangbilo Village, Kec. Tuban with elderly people with diabetes mellitus.

Key words: *care giver, elderly, diabetes mellitus.*

Pendahuluan

Penyakit diabetes mellitus merupakan ancaman serius bagi pembangunan kesehatan, karena dapat menimbulkan kebutaan, gagal ginjal, kaki diabetes (ganggren) yang diamputasi, penyakit jantung dan stroke. Kondisi tersebut dapat menurunkan kualitas hidup kelompok

masyarakat rentan (vulnerable population) terutama bagi lansia yang menderita diabetes mellitus (Brunner & Suddarth 2013). Menurut Kementerian Kesehatan RI., (2020) penyebab kenaikan kadar gula darah tersebut menjadi landasan pengelompokkan 3 jenis DM yakni DM tipe 1, DM tipe 2, DM tipe 3. Pada DM tipe 1

yaitu DM disebabkan kenaikan kadar gula darah karena kerusakan sel beta pankreas sehingga produksi insulin tidak ada sama sekali. Pelayanan kesehatan yang baik tidak lepas dari dukungan caregiver yang baik. Banyak faktor yang dapat mempengaruhi kondisi kesehatan lansia diabetes mellitus misalnya jenis makanan yang mengandung gula tinggi akibat dikondisikannya keadaan lingkungan oleh keluarga dan masyarakat, faktor stres dari lingkungan, kebiasaan hidup yang kurang sehat, jarang berolah raga, kebiasaan merokok serta faktor keturunan dapat meningkatkan risiko terjadi peningkatan glukosa darah. Faktorfaktor tersebut mempengaruhi kesehatan terutama bagi lansia yang tersisih secara ekonomi dan dengan ketidakmampuan keterjangkauan pelayanan Kesehatan. Diabetes mellitus apabila tidak dikelola dengan baik akan mengakibatkan terjadinya berbagai penyakit menahun, seperti penyakit serebrovaskuler, penyakit jantung coroner, penyakit pembuluh darah tungkai, penyakit pada mata, ginjal maupun syaraf. (Priharianto, Anan. 2014.)

Penatalaksanaan diabetes mellitus tidak hanya membutuhkan perhatian dari sisi medis tetapi juga membutuhkan dukungan keluarga sehingga penatalaksanaan penyakit diabetes mellitus menjadi lebih efektif. Lansia membutuhkan dukungan sosial, dimana dukungan tersebut paling utama dapat diperoleh dari keluarga, dukungan keluarga tersebut sangat berperan penting dalam proses perawatan pasien selama di rumah. (Arita M., Wiwin P. 2011) Keluarga didefinisikan sebagai pemberi pelayanan perawatan langsung untuk lansia care giver menjadi faktor yang penting dalam kepatuhan manajemen penyakit kronik pada lansia. Dukungan keluarga merupakan indikator yang kuat yang dapat memberikan suatu dampak positif terhadap perawatan diri pasien diabetes. Care giver merupakan sumber pendukung utama bagi penderita penyakit kronik. (Maryam et al., 2012). Keluarga didefinisikan sebagai pemberi pelayanan perawatan langsung untuk lansia care giver menjadi faktor yang penting dalam kepatuhan manajemen penyakit kronik pada

lansia. Dukungan keluarga merupakan indikator yang kuat yang dapat memberikan suatu dampak positif terhadap perawatan diri pasien diabetes (Darmanita, 2023).

Dukungan keluarga adalah sikap, tindakan dan penerimaan keluarga terhadap penderita yang sakit. Dukungan bisa berasal dari orang lain (orang tua, anak, suami, istri atau saudara) yang dekat dengan subjek dimana bentuk dukungan berupa informasi, tingkah laku tertentu atau materi yang dapat menjadikan individu merasa disayangi, diperhatikan dan dicintai. Keluarga mempunyai peranan penting bagi kelangsungan hidup penderita diabetes mellitus, peran keluarga mempunyai hubungan yang kuat terhadap status kesehatan penderita diabetes mellitus, dimana dukungan keluarga akan mempengaruhi kontrol gula darah sehingga akan mempengaruhi kualitas hidup penderita. Melalui dukungan keluarga yang baik maka kualitas hidup pasien dapat ditingkatkan.

Kegiatan pengabdian masyarakat berupa pemberian pendidikan kesehatan bagi keluarga sebagai care giver lansia di Desa Kembangbilo Kec. Tuban dengan di ikuti 25 keluarga yang memiliki lansia dengan diabetes mellitus. Dilakukannya kegiatan ini karena belum ada kegiatan yang fokus memberikan pelayanan kesehatan yang dapat diajarkan kepada keluarga sebagai caregiver bagi lansia diabetes mellitus. Kegiatan pengabdian masyarakat dilatar belakangi dari hasil penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa dukungan keluarga sangat berpengaruh pada kemampuan pencapaian kondisi kesehatan lansia diabetes mellitus dalam bentuk pendidikan latihan senam kaki dan penerapan diet Kesehatan serta untuk meningkatkan perilaku dan status kesehatan lansia dengan diabetes mellitus serta membantu masyarakat terutama lansia dalam menerapkan gaya hidup yang lebih sehat dalam penanganan diabetes mellitus.

METODE

Pengabdian masyarakat dilakukan dengan memberikan pendidikan kesehatan tentang penyakit diabetes mellitus, perawatan dan

pencegahannya terutama untuk latihan senam kaki dan penerapan diet tepat lansia bagi penderita diabetes melitus dengan mengajarkan kepada keluarga sebagai caregiver sebanyak 25 keluarga yang merawat langsung penderita diabetes melitus pada lansia.

Kegiatan pengabdian masyarakat di laksanakan selama 7 hari yang dimulai pada tanggal 13 s.d 18 Mei 2024 dengan beberapa tahapan , yaitu:

1. Pada tgl 3 April 2024 dilakukan pengkajian data awal dalam posyandu lansia didapatkan 25 keluarga dengan lansia penderita diabetes militus.
2. Pada tanggal 13 s.d 15 Mei 2024 dilaksanakan Pengabdian masyarakat dengan metode memberikan pendidikan kesehatan tentang penyakit diabetes melitus melalui materi dan video tentang perawatan dan pencegahannya di rumah oleh keluarga sebagai caregiver serta mengajarkan latihan senam kaki terhadap lansia penderita diabetes melitus.
3. Pada tanggal 18 Mei 2024 dilaksanakan evaluasi kegiatan yang bertujuan untuk mengetahui apakah kegiatan pendidikan kesehatan dan latihan senam kaki bermanfaat untuk lansia dan keluarga.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil dari kegiatan yang dilaksanakan pada tanggal 13 s.d 18 Mei 2024 di Desa Kembangbilo di dapatkan hasil, Sebelum dilakukan pengabdian

No.	Kategori	Hasil
1	Pengetahuan Merawat lansia (pemberian diet yang tepat) a. Kurang: b. Cukup: c. Baik:	9 (36%) keluarga 9 (36%)keluarga 7 (28%)keluarga
2	Senam deabetikum a. Melakukan b. Tidak melakukan	5 (20%)lansia 20 (80%)lansia
3	Kadar gula darah Hiperglikemi Normal	15(60%) lansia 10 (40%) lansia

Sesudah di berikan

No.	Kategori	Hasil
1	Pengetahuan Merawat lansia (pemberian diet yang tepat) a. Kurang: b. Cukup: c. Baik:	0 (0%)keluarga 2 (8%)keluarga 23 (92%)keluarga
2	Senam diabetikum a. Melakukan b. Tidak melakukan	22 (88%)lansia 3(12%) lansia
3	Kadar gula darah Hiperglikemi Normal	3(12%) lansia 22 (88%) lansia

Dari hasil evaluasi menunjukkan peningkatan keluarga lansia dalam pengelolaan DM setelah diberikan pelatihan terintegrasi Kadar gula darah Hiperglikemi 12% dan Normal 88%. Pengetahuan Merawat lansia (pemberian diet yang tepat) Kurang (0%) Cukup 8% Baik 92%.

Berdasarkan hasil evaluasi setelah dilakukan kegiatan Keluarga lansia selanjutnya melakukan latihan langsung kepada lansia dengan cara mengajarkan lansia untuk dapat melakukan senam kaki setiap harinya. Hal ini sesuai dengan teori yang menyatakan bahwa dengan peningkatan Informasi Kesehatan yang didapatkan keluarga, akan memberikan dampak positif pada peningkatan pengetahuan tentang Kesehatan dan mempertahankan kondisi guladarah pada lansia dalam nilai normal.

Keluarga mempunyai peranan penting bagi kelangsungan hidup penderita diabetes mellitus, peran keluarga mempunyai hubungan yang kuat terhadap status kesehatan penderita diabetes mellitus, dimana dukungan keluarga akan mempengaruhi kontrol gula darah sehingga akan mempengaruhi kualitas hidup penderita.

Keluarga didefinisikan sebagai pemberi pelayanan perawatan langsung untuk lansia *care giver* menjadi faktor yang penting dalam kepatuhan manajemen penyakit kronik pada

lansia. Dukungan keluarga merupakan indikator yang kuat yang dapat memberikan suatu dampak positif terhadap perawatan diri pasien diabetes (Darmanita,2023).



Gambar 1 lansia dan care giver sedang mendapatkan penyuluhan



Gambar 2 pengisian kuisisioner hasil evaluasi kegiatan



Gambar 3 senam deabetikum



Gambar 4 evaluasi kegiatan

KESIMPULAN

Pengabdian kepada masyarakat melalui pendidikan kesehatan yang diberikan melalui keluarga sebagai *care giver* sebagai bentuk pemberdayaan masyarakat dapat meningkatkan pengetahuan, sikap berupa motivasi dan kemampuan keterampilan dalam melakukan senam kaki pada lansia yang mengalami diabetes mellitus Program pendidikan kesehatan yang dilakukan secara rutin dan konsisten dapat membantu lansia untuk dapat mencapai kondisi kesehatannya yang optimal di masa tuanya.

UCAPAN TERIMA KASIH

Kami ucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Dr. H. Miftahul Munir SKM.M.Kes DIE selaku Rektor IIKNU Tuban
2. M. ABDUL ROCHIM, S.H selaku Kepala Desa Kembangbilo Kec. Tuban Kab. Tuban
3. Yayuk Ernawati, A. Md. Kep. Selaku Perawat Desa Kembangbilo Kec. Tuban Kab. Tuban
4. Mahasiswa Keperawatan IIK NU Tuban.

REFERENCES

1. ADA. (2018). Updates to the Standards of Medical Care in Diabetes-2018. *Diabetes Care*, 41(9), 2045â€“2047. <https://doi.org/10.2337/dc18-su09>
2. Astuti, A. D. (2019). Pemberdayaan Caregiver dalam Meningkatkan

- Kesehatan Lansia Diabetes Mellitus. *Jurnal Pengabdian Kesehatan*, 2(1)14-20. <https://doi.org/10.31596/jpk.v2i1.21>
3. Brunner & Suddarth. 2013. Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah Edisi 8 volume 2. Jakarta: EGC
 4. Maryam et al., 2012. PENGALAMAN KELUARGA DALAM MERAWAT LANJUT USIA DENGAN DIABETES MELLITUS. Neliti. <https://media.neliti.com/media/publications/108101-ID-pengalaman-keluarga-dalam-merawat-lanjut.pdf>
 5. Ni Putu Nadia Darmanita. 2023_gambaran beban caregiver dalam merawat pasien diabetes melitus di wilayah kerja puskesmas ubud i. ITEKES Bali. <https://repository.itekes-bali.ac.id/journal/detail/1795/>
 6. Notoatmodjo, S. (2007). Pendidikan dan Perilaku Kesehatan. Jakarta: Rieneka Cipta
 7. Priharianto, Anan. 2014. Hubungan antara dukungan keluarga dengan keteraturan kontrol kadar gula darah pada penderita diabetes melitus di wilayah puskesmas bendosari sukoharjo.
 8. Stanley, M. & Beare, P.G. (2007). Buku Ajar Keperawatan Gerontik. (Juniarti & Kurnianingsih, alih bahasa). Philadelphia: F.A. Da