

INTERVENSI EDUKASI DENGAN MEDIA LEAFLET (*SELF- CARE*) PADA PASIEN DIABETES MELITUS TIPE II DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS PAMPANG

Salmawati Labelo, Akbar Asfar, Andi Mappanganro, Brajakson Siokal
Profesi Ners, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Muslim Indonesia
Correspondensi author email: manyaaa029@gmail.com

Abstract

Type II Diabetes Mellitus is a chronic disease that remains a major global and national health issue due to its potential to cause serious complications such as heart disease, kidney failure, and neuropathy. The increasing number of cases, including in the working area of Pampang Health Center, highlights the importance of nursing interventions focused on self care. Self-care is an essential strategy to control blood glucose levels through proper diet, physical activity, medication adherence, and regular monitoring. One of the effective educational methods applied is leaflet media, as it is simple, easy to understand, and can be read repeatedly. This study aimed to determine the effectiveness of educational interventions using leaflet media on self-care ability in patients with type II diabetes mellitus. The results showed a decrease in blood glucose levels from 236 mg/dL on the first day to 222 mg/dL on the third day after the education was provided. Furthermore, patient compliance improved in terms of maintaining a healthy diet, engaging in physical activity, and taking prescribed medications. These findings indicate that self-care education using leaflet media positively contributes to enhancing patients' knowledge, attitudes, and practices in managing diabetes. In conclusion, educational interventions using leaflets are effective in improving self-care and reducing blood glucose levels among type II diabetes mellitus patients, making it a valuable nursing strategy in community health effort for diabetes management.

Keywords : Type II Diabetes Melitus, Self-Care, Education, Leaflet, Blood, Glucose

Abstrak

Diabetes Melitus tipe II merupakan salah satu penyakit kronis yang masih menjadi masalah kesehatan utama di dunia maupun di Indonesia karena berpotensi menimbulkan komplikasi serius seperti penyakit jantung, gagal ginjal, dan gangguan saraf. Peningkatan kasus yang signifikan, termasuk di wilayah kerja Puskesmas Pampang Kota Makassar, menunjukkan pentingnya intervensi keperawatan yang fokus pada self-care. Self-care atau perawatan diri merupakan strategi penting untuk mengendalikan kadar glukosa darah melalui diet, olahraga, kepatuhan obat, dan pemeriksaan rutin. Salah satu metode edukasi yang digunakan adalah media leaflet, yang dinilai efektif karena sederhana, mudah dipahami, serta dapat dibaca berulang kali. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas intervensi edukasi dengan media leaflet terhadap kemampuan self-care pasien diabetes melitus tipe II. Hasil intervensi menunjukkan adanya penurunan kadar glukosa darah dari 236 mg/dL pada hari pertama menjadi 222 mg/dL pada hari ketiga setelah diberikan edukasi. Selain itu, terjadi peningkatan kepatuhan pasien dalam menjaga pola makan, melakukan aktivitas

fisik, dan mengonsumsi obat sesuai anjuran. Temuan ini menunjukkan bahwa edukasi self-care dengan media leaflet berkontribusi positif dalam meningkatkan pengetahuan, sikap, dan praktik pasien terhadap pengelolaan diabetes. Kesimpulan dari penelitian ini adalah intervensi edukasi menggunakan media leaflet efektif dalam meningkatkan kemampuan self-care dan membantu menurunkan kadar glukosa darah pada pasien diabetes melitus tipe II, sehingga dapat dijadikan salah satu strategi keperawatan komunitas dalam upaya pengendalian diabetes.

Kata Kunci : Diabetes Melitus Tipe II, Self-Care, Edukasi, Leaflet, Glukosa Darah

PENDAHULUAN

Penyakit Diabetes Melitus (DM) merupakan masalah kesehatan masyarakat yang serius yang dihadapi di dunia. Diabetes mellitus (DM) tidak hanya menyebabkan kematian prematur di seluruh dunia. Penyakit diabetes, penyakit jantung, dan gagal ginjal. Organisasi *Internasional Diabetes Federation (IDF)* memperkirakan setidaknya terdapat 463 jiwa juta orang pada usia 20-79 tahun di dunia menderita diabetes pada tahun 2019 atau setara dengan angka prevalensi sebesar 3,9% dari total penduduk pada usia yang sama. Berdasarkan jenis kelamin, IDF memperkirakan prevalensi diabetes di tahun 2019 yaitu 9% pada perempuan dan 9,65% pada laki-laki. Prevalensi diabetes diperkirakan meningkat seiring penambahan umur penduduk menjadi 19,9% atau 111,2 juta orang pada umur 65-79 tahun. Angka diprediksi terus meningkat mencapai 578 juta di tahun 2030 dan 700 juta di tahun 2045 (*International Diabetes Federation (IDF)*, 2019). IDF juga telah mengidentifikasi 10 negara dengan jumlah penderita diabetes tertinggi dan Indonesia berada di peringkat ke-7 dengan jumlah penderita diabetes mencapai 10,7 juta. Indonesia menjadi satu-satunya negara di Asia Tenggara pada daftar tersebut. Sehingga dapat diperkirakan besarnya kontribusi Indonesia terhadap prevalensi kasus Diabetes di Asia Tenggara (Puspasari et al., 2023)

Menurut World Health Organization (WHO) 2021 sekitar 422 juta orang di seluruh dunia menderita diabetes, dan 1,5 juta kematian secara langsung dikaitkan dengan diabetes setiap tahun (Safutri et al., 2023) Di Indonesia, diperkirakan sekitar 19,5 juta orang menderita diabetes melitus pada tahun 2021, menjadikan negara ini sebagai negara dengan jumlah penderita diabetes terbanyak kelima di dunia, setelah Tiongkok, India, Pakistan, dan Amerika Serikat. Laporan Risesdas Jawa Barat 2019 mencatat prevalensi diabetes di Jawa Barat mencapai 1,74%, yang setara dengan sekitar 570. 611 penderita. Pada tahun 2021, Dinas Kesehatan Jawa Barat melaporkan terdapat 46. 837 penderita diabetes. Sementara itu, di Kota Sukabumi, pada tahun 2021, tercatat sebanyak 3. 714 kasus diabetes melitus.(Pamungkas et al., 2025)

Diperkirakan jumlah penderita DM akan meningkat sebesar 45 persen pada tahun 2045 atau 629 juta penderita per tahun. Faktanya, pada tahun 2020, 75 persen pasien diabetes akan berusia antara 20 dan 46 tahun (*Internasional Diabetes Federation*, 2020). Laporan Riset Kesehatan Dasar (Risesdas, 2018), penderita Diabetes Melitus (DM) di Indonesia berkisar 1.017.290 jiwa atau berkisar 8,5 %

mengalami peningkatan dibandingkan pada tahun 2013 sebanyak 31 %. Di Jawa Tengah sendiri penderita DM berjumlah 132.565 jiwa atau berkisar 1,6 %. (Romdhoni et al., 2024)

Secara global, jumlah penderita diabetes terus meningkat setiap tahunnya. International Diabetes Federation (IDF) mencatat lebih dari 463 juta kasus pada tahun 2019, dengan prediksi mencapai 700 juta kasus pada tahun 2045. Indonesia sendiri menempati urutan kelima dengan jumlah penderita diabetes terbanyak di dunia, yaitu sekitar 19,5 juta jiwa pada tahun 2021 (Pamungkas et al., 2025). Prevalensi diabetes di Sulawesi Selatan tahun 2020 tercatat penderita Diabetes Melitus yang mendapatkan pelayanan kesehatan sesuai standar sebanyak 80.788 penderita, dengan kasus terbanyak di Kota Makassar 18.305 orang dan Kabupaten Bone sebanyak 7.455 orang. Sedangkan kasus terendah terdapat di Kabupaten Barru sebanyak 881 orang, dan Kabupaten Selayar 927 orang (Abrar, Kendek, 2022)

Kota Makassar, khususnya wilayah kerja Puskesmas Pampang, juga mengalami peningkatan kasus yang signifikan dari 806 kasus pada tahun 2022 menjadi 999 kasus pada 2023. Sebagai fasilitas kesehatan tingkat pertama, Puskesmas Pampang menghadapi banyak masalah dalam penanganan diabetes melitus, terutama kurangnya edukasi masyarakat tentang pola hidup sehat, seperti pola makan seimbang, aktivitas fisik, dan manajemen stres. Selain itu, banyak kasus DM baru ditemukan pada tahap lanjut karena kurangnya kesadaran masyarakat untuk melakukan pemeriksaan gula darah secara teratur. Ini membuat pengelolaan penyakit lebih sulit dan meningkatkan risiko komplikasi. (Syaipuddin et al., 2025)

Menurut ADA 2022, diabetes mellitus menjadi penyebab dari 65% kematian akibat penyakit jantung dan stroke. Selain itu, orang dewasa yang menderita diabetes mellitus berisiko dua sampai empat kali lebih besar terkena penyakit jantung daripada orang yang tidak menderita diabetes mellitus (Abdul Majid, 2024). Ancaman serius untuk kesehatan global dan menjadi salah satu dari sepuluh penyebab kematian yakni diabetes mellitus (DM). Penyakit ini mengakibatkan beragam keluhan dan menyerang beberapa organ tubuh sehingga dapat disebut sebagai silent killer. Seseorang dapat terdiagnosis DM jika hasil dari pemeriksaan kadar gula darah dua jam setelah makan $\geq 200\text{mg/dl}$, kadar gula darah antepreandial $\geq 126\text{mg/dl}$, dan kadar gula darah acak $\geq 200\text{mg/dl}$ (Daryani, 2023). DM tipe II bisa disebabkan oleh faktor genetik, obesitas, perubahan gaya hidup, pola makan yang salah, obat-obatan yang mempengaruhi kadar glukosa dalam darah, kurangnya aktivitas fisik, proses penuaan, kehamilan, merokok, dan stress (Zatihulwani et al., 2025)

Diabetes melitus (DM) merupakan penyakit kronis yang masih menjadi masalah kesehatan serius karena pengelolaan yang kurang optimal dapat menyebabkan komplikasi. Penderita yang tidak melakukan perawatan diri dengan baik cenderung mengalami penurunan kualitas hidup, bahkan berisiko lebih tinggi terhadap komplikasi dan kematian (Wilson Sihalo et al., 2024). Diabetes melitus secara

potensial menyebabkan sejumlah komplikasi yang dapat menyebabkan penurunan kualitas hidup dan kematian. Komplikasi akibat diabetes melitus adalah munculnya masalah pada pembuluh darah besar (makrovaskular) pada sirkulasi darah koroner hingga berdampak kepada sirkulasi darah di otak. Resiko komplikasi pada mikrovaskular juga dapat terjadi seperti nefropati dan retinopati akibat glukosa darah yang tidak terkontrol dan pengobatan yang kurang tepat. Penyakit neuropati mengakibatkan gangguan pada sistem persarafan pada sensor otonom maupun motorik mengakibatkan gangguan vaskularisasi pada ekstremitas sehingga terjadi ulkus pada kaki (Wilson Sihalohe et al., 2024)

Untuk menangani diabetes melitus, diperlukan upaya edukasi agar para penderita dapat melakukan perawatan diri secara mandiri. Ini termasuk pengaturan diet yang baik, seperti mengurangi konsumsi makanan manis, tinggi lemak, makanan gorengan, produk susu berlemak tinggi, serta olahan yang kaya garam, keju, mentega, atau saus. Selain itu, sangat dianjurkan bagi penderita untuk rutin berolahraga, memantau kadar gula darah dengan sering memeriksa glukosa di fasilitas kesehatan terdekat, serta menjaga kesehatan kaki secara teratur. Aktivitas perawatan diri merujuk pada kemampuan individu untuk merawat dirinya sendiri demi memperoleh kesehatan dan kesejahteraan yang optimal. Pengelolaan self care pada penderita diabetes bertujuan untuk menjaga aktivitas insulin dan kadar glukosa dalam batas normal serta mencegah komplikasi lebih lanjut (Pamungkas et al., 2025)

Self-care merupakan kemampuan melakukan perawatan diri secara mandiri oleh pasien untuk memenuhi kebutuhannya tanpa bergantung kepada lingkungan sekitarnya. Manajemen self care pada penderita Diabetes melitus termasuk mengikuti program diet, latihan fisik, pengendalian kadar glukosa darah, pengobatan dan perawatan kaki untuk mencegah komplikasi (Malini et al., 2022). Penderita Diabetes melitus yang mampu melakukan self-care secara mandiri berpengaruh secara positif terhadap peningkatan kualitas hidup secara bio, psiko, sosio dan spiritual (Zaura et al., 2021). Menurut Orem *Self-care* dapat meningkatkan fungsi – fungsi manusia dan perkembangannya dalam tatanan sosial sejalan dengan mengetahui potensi keterbatasannya keinginan untuk menjadi manusia, dan normal. penyimpangan pada self-care dapat terlihat ketika seseorang mengalami penyakit. Penyakit dapat mempengaruhi struktur tubuh, fisiologi tubuh, mekanisme psikologis bahkan fungsi tubuh secara keseluruhan (Wilson Sihalohe et al., 2024)

Perawatan diri (self-care) pada penderita diabetes melitus merupakan tindakan individu yang bertujuan untuk mengontrol kadar glukosa darah agar tetap dalam rentang normal. Perawatan diri yang efektif pada dasarnya dapat merubah cara seseorang dalam mengelola penyakitnya, oleh karena itu diyakini bahwa perilaku perawatan diri yang efektif akan dapat meningkatkan kesejahteraan (Perawatan et al., 2025). Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Hartono (2019), didapatkan bahwa rata rata pasien DM memiliki self-care yang baik sehingga sebagian pasiennya tidak

mengalami komplikasi. Komplikasi yang dialami oleh pasien DM akan berpengaruh terhadap kualitas hidup pasien DM itu sendiri. Hal ini didukung oleh penelitian yang dilakukan sebelumnya oleh Chaidir, dkk., (2017), yaitu tentang hubungan self-care dengan kualitas hidup penderita diabetes melitus memiliki nilai koefisien korelasi sebesar 0,432 dengan nilai positif, jadi semakin tinggi self-care seseorang maka semakin baik kualitas hidup penderita DM (Perawatan et al., 2025)

Salah satu strategi yang terbukti dapat meningkatkan kualitas hidup pasien DM adalah *self-care*, yaitu kemampuan individu dalam mengatur diet, melakukan aktivitas fisik, minum obat sesuai anjuran, memantau kadar gula darah, dan merawat kaki secara mandiri (Wilson Sihalo et al., 2024). Untuk mendukung keberhasilan *self-care*, edukasi kesehatan menjadi intervensi penting. Media leaflet dinilai efektif karena praktis, mudah dipahami, dan dapat dibaca berulang kali, sehingga membantu pasien meningkatkan pengetahuan, sikap, dan keterampilan dalam mengelola penyakitnya (Nurvita, 2023).

Upaya untuk mengelola diabetes melitus salah satunya adalah dengan pemberian edukasi. Edukasi adalah kegiatan penyampaian pesan kesehatan kepada kelompok atau individu dengan tujuan agar dapat memperoleh pengetahuan yang lebih baik. Pengetahuan penderita mengenai diabetes melitus merupakan sarana yang dapat membantu penderita menjalankan penanganan diabetes selama hidupnya. Untuk itu, semakin banyak penderita mengerti mengenai penyakitnya, maka semakin mengerti bagaimana penderita harus mengubah perilakunya. Media yang bisa dipakai untuk menyampaikan pesan kesehatan kepada masyarakat adalah media berupa Leaflet dan spanduk. Leaflet dan spanduk merupakan media atau sarana yang dapat digunakan dalam penyuluhan. Penyuluhan kesehatan dapat berupa promosi kesehatan yang fungsinya untuk mempermudah penerimaan pesan-pesan kesehatan bagi masyarakat. Media leaflet dan spanduk dapat berisikan kalimat singkat, padat dan mudah dimengerti, mudah dibawa, beserta memuat gambar-gambar yang dapat menarik minat untuk membacanya. Hasil penelitian Aritonang (2021) menunjukkan bahwa media leaflet menjadi media yang efektif dalam meningkatkan pengetahuan pasien diabetes mellitus. (Gizi & Pontianak, 2022)

Berdasarkan survey awal yang didapatkan dan wawancara langsung terhadap petugas puskesmas pampang kelurahan pampang kecamatan panakukang kota makassar pada tanggal 20 Agustus 2025 didapatkan keluarga Ny. B yang bertempat tinggal di lingkungan puskesmas pampang dengan istrinya yaitu Ny. B yang berusia 53 tahun menderita penyakit diabetes melitus. Setelah dilakukan wawancara pada Ny. B dapat disimpulkan bahwa Ny. B belum mengetahui bagaimana cara melakukan perawatan diri secara mandiri (*self-care*) dan optimal semenjak menyandang penyakit diabetes melitus. Berdasarkan literatur diatas maka penulis tertarik mengambil Karya Ilmiah Akhir Ners (KIAN) pada saat melakukan praktek keperawatan komunitas dan home care di kelurahan pampang, kecamatan pampang kota makassar pada tanggal 20

Agustus 2025 dengan judul “Intervensi Edukasi Dengan Media Leaflet (*Self-Care*) Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe II Di Wilayah Kerja Puskesmas Pampang”.

KAJIAN TEORI

Diabetes melitus (DM) adalah penyakit yang diakibatkan terganggunya proses metabolisme glukosa di dalam tubuh yang disertai berbagai kelainan metabolik akibat gangguan hormonal, yang menimbulkan berbagai komplikasi kronik pada mata, ginjal, dan pembuluh darah, disertai lesi pada membran basalis dengan karakteristik hiperglikemia (Heryadi, 2023)

Diabetes melitus adalah gangguan metabolik yang ditandai peningkatan kadar glukosa darah (Hiperglikemia) akibat kerusakan pada sekresi insulin dan kerja insulin, kadar glukosa darah setiap hari bervariasi, kadar gula darah akan meningkat setelah makan dan kembali normal dalam waktu 2 jam. Kepatuhan rata-rata pasien pada terapi jangka panjang terhadap penyakit kronis di negara maju hanya 50% sedangkan di Negara berkembang jumlah tersebut bahkan lebih rendah (Hendry et al., 2023). Kepatuhan pasien sangat diperlukan untuk mencapai keberhasilan terapi dalam penyakit diabetes melitus dan penyakit lainnya. Kepatuhan pasien pada terapi DM dapat memberikan efek negatif yang sangat besar karena presentase kasus penyakit tidak menular tersebut diseluruh dunia mencapai 54% dari seluruh penyakit pada tahun 2001. Angka ini bahkan meningkat menjadi lebih dari 65% pada tahun 2020. Prediksi sepuluh tahun yang lalu bahwa jumlah diabetes akan mencapai 350 juta pada tahun 2025 (Ricixa, 2023).

METODE

Metode yang digunakan dalam studi kasus ini adalah metode deskriptif dengan pendekatan proses keperawatan, yang meliputi pengkajian, penentuan diagnosa keperawatan, perencanaan intervensi, implementasi, dan evaluasi. Pengkajian dilakukan pada tanggal 18 Agustus 2025 pada klien Ny. B, perempuan berusia 53 tahun dengan riwayat diabetes melitus selama 10 tahun. Data dikumpulkan melalui wawancara, observasi, serta pemeriksaan fisik yang mencakup tanda vital, tingkat kesadaran, dan pemeriksaan head-to-toe. Pemeriksaan penunjang berupa Gula Darah Sewaktu (GDS) juga dilakukan dan menunjukkan hasil awal 241 mg/dL. Data subjektif dan objektif kemudian dianalisis untuk menetapkan diagnosa keperawatan, dan ditemukan masalah utama yaitu ketidakstabilan kadar glukosa darah berhubungan dengan resistensi insulin. Berdasarkan diagnosa tersebut disusun rencana intervensi yang mencakup tindakan observasi seperti identifikasi penyebab hiperglikemia dan monitoring kadar glukosa darah, tindakan terapeutik berupa pemberian asupan cairan oral, serta edukasi mengenai kepatuhan diet, olahraga, penggunaan obat, dan pengelolaan diabetes. Implementasi dilakukan selama tiga hari berturut-turut, mulai tanggal 18 hingga 20 Agustus 2025, dengan pelaksanaan

intervensi yang sama setiap hari. Perubahan kadar glukosa darah dicatat sebagai bentuk evaluasi terhadap efektivitas intervensi, yaitu 236 mg/dL pada hari pertama, 228 mg/dL pada hari kedua, dan 222 mg/dL pada hari ketiga. Evaluasi dilakukan menggunakan format SOAP dan menunjukkan bahwa meskipun terdapat penurunan kadar glukosa darah, masalah keperawatan belum teratasi sepenuhnya sehingga intervensi perlu dilanjutkan. Metode ini digunakan untuk menilai efektivitas intervensi keperawatan dalam membantu stabilisasi kadar glukosa darah pada pasien dengan diabetes melitus tipe 2.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Berikut ketikan ulang seluruh isi menjadi ****bentuk paragraf utuh tanpa poin****, siap untuk kamu copas:

Pada pengkajian keperawatan yang dilakukan pada hari Senin tanggal 18 Agustus 2025, seorang klien dengan inisial Ny. B, perempuan berusia 53 tahun yang lahir di Makassar pada tanggal 15 Agustus 1972, tinggal bersama keluarganya di Jl. Pampang II Makassar. Ny. B berstatus menikah, memeluk agama Islam, memiliki pendidikan terakhir sekolah dasar, dan bekerja sebagai ibu rumah tangga. Berdasarkan riwayat kesehatan, klien diketahui menderita diabetes melitus. Riwayat kesehatan saat ini menunjukkan bahwa Ny. B telah mengalami diabetes melitus sejak 10 tahun yang lalu. Ia sering merasa lelah, haus, serta sering buang air kecil pada malam hari, dan kadar glukosa darahnya belum terkontrol karena jarang minum obat. Untuk riwayat kesehatan masa lalu, klien mengatakan tidak memiliki penyakit lain, namun pernah menjalani operasi apendisitis dan operasi kuret.

Pada pemeriksaan fisik, keadaan umum klien menunjukkan penurunan berat badan sebanyak 24 kg. Tanda vital meliputi tekanan darah 126/87 mmHg, suhu tubuh 36,5°C, nadi 88 kali per menit, dan frekuensi napas 20 kali per menit, dengan tingkat kesadaran *compos mentis*. Pemeriksaan *head-to-toe* menunjukkan kulit berwarna coklat tanpa lesi dan tanpa edema, kepala simetris dengan rambut hitam, kuku bersih, mata simetris dengan sklera jernih dan konjungtiva tidak anemis, pupil bereaksi normal terhadap cahaya, dan penglihatan baik. Hidung tampak normal tanpa pernapasan cuping dan tanpa sekret, mulut tampak bersih dengan mukosa bibir lembab tanpa luka dan gigi tanpa karies. Pada ekstremitas bawah ditemukan adanya nyeri pada telapak kaki.

Data subjektif menunjukkan bahwa pasien memiliki riwayat diabetes melitus selama 10 tahun, sering merasa lelah dan haus, serta sering buang air kecil terutama pada malam hari, dengan glukosa darah yang tidak terkontrol akibat kurang patuh minum obat. Data objektif menunjukkan pasien tampak lemas, Gula Darah Sewaktu (GDS) sebesar 241 mg/dL, dengan tanda vital dalam batas cukup baik. Berdasarkan analisis data, ditemukan masalah keperawatan yaitu ketidakstabilan kadar glukosa darah. Data subjektif dan objektif mendukung masalah ini, terutama keluhan sering buang air kecil, sering haus, kelelahan, serta hasil GDS yang tinggi.

Diagnosa keperawatan yang ditetapkan adalah ketidakstabilan kadar glukosa darah berhubungan dengan resistensi insulin (D.0027). Intervensi keperawatan difokuskan pada upaya menurunkan dan menstabilkan kadar glukosa darah dengan kriteria hasil berupa peningkatan kestabilan glukosa darah serta penurunan rasa lelah. Tindakan observasi meliputi identifikasi penyebab hiperglikemia dan monitoring kadar glukosa darah. Tindakan terapeutik berupa pemberian asupan cairan oral, sedangkan edukasi diberikan terkait kepatuhan diet, olahraga, serta pengelolaan diabetes termasuk penggunaan obat dan monitoring asupan cairan.

Implementasi hari pertama dilakukan pada Senin, 18 Agustus 2025, meliputi identifikasi penyebab hiperglikemia dimana pasien mengeluhkan sering lelah dan sering buang air kecil; monitoring GDS dengan hasil 236 mg/dL; pemberian cairan oral dimana pasien mengonsumsi sekitar 4 gelas air putih; anjuran menghindari olahraga saat glukosa darah di atas 250 mg/dL; anjuran kepatuhan diet dan olahraga, meskipun pasien baru patuh pada diet; serta edukasi mengenai pengelolaan diabetes, di mana pasien mulai rutin minum obat. Pada hari kedua, Selasa 19 Agustus 2025, implementasi yang sama dilakukan dengan hasil GDS 228 mg/dL, pasien tetap minum 4 gelas air putih, memahami anjuran olahraga, patuh pada diet dan mulai olahraga, serta rutin minum obat. Pada hari ketiga, Rabu 20 Agustus 2025, hasil monitoring GDS menunjukkan penurunan menjadi 222 mg/dL, dengan pola implementasi dan respons pasien yang tetap konsisten.

Evaluasi keperawatan dilakukan menggunakan format SOAP. Pada hari pertama, 19 Agustus 2025 pukul 11.00 WITA, pasien mengatakan mulai menjaga pola makan dan minum obat teratur tetapi belum berolahraga, GDS turun menjadi 236 mg/dL namun belum membaik, sehingga masalah belum teratasi dan intervensi dilanjutkan. Hari kedua pada 20 Agustus 2025 pukul 10.30 WITA, pasien mulai olahraga, GDS turun menjadi 228 mg/dL namun masih belum membaik, sehingga intervensi tetap dilanjutkan. Pada hari ketiga, 21 Agustus 2025 pukul 12.30 WITA, pasien mengatakan sudah menjaga pola makan, minum obat teratur, dan berolahraga, dengan GDS 222 mg/dL yang masih belum stabil sehingga intervensi perlu diteruskan.

Pembahasan

Pada pembahasan kasus ini peneliti akan membahas tentang adanya kesesuaian teori dan hasil intervensi yang dianalisis yaitu pemberian intervensi edukasi *self care* yang diberikan kepada pasien dengan diagnosa medis Diabetes Melitus, dimana intervensi tersebut diharapkan dapat mencegah peningkatan Ketidakstabilan Kadar Glukosa Darah pada penderita. Pada tahap penderita atau perencanaan, peneliti memberikan intervensi keperawatan pada klien dengan masalah keperawatan ketidakstabilan kadar glukosa darah yang merupakan diagnosa utama atau aktual yang terjadi pada pasien. Hasil pengkajian tanggal 18 Agustus 2025 pukul 09.30 WIIA ditemukan data: Ny. B (pasien) mengatakan glukosa darahnya sering tidak stabil, pasien memeriksa kadar glukosa darah ketika merasa tidak enak badan. Ny. B terdiagnosis Diabetes Melius sejak 10 tahun yang lalu, pasien mengatakan sering merasa haus, sering buang air kecil terutama pada malam hari, dan juga sering kelelahan, pasien tampak gelisah dan hasil pemeriksaan tanda-tanda vital didapatkan bahwa tekanan darah pasien 126/87 mmHg. Nadi 88 x/menit, suhu 36,5°C, pernafasan 20 x/menit, serta gula darah sewaktu (GDS) 241 mg/dl

Ketidakstabilan kadar gula darah adalah variasi kadar gula darah naik atau turun dari rentang normal (Tim Pokja SDKI DPP PPNI, 2017). Hasil pengkajian kasus kelolaan yang diteliti didapatkan persamaan data mayor dan minor yang sesuai dengan Standar Diagnosa Keperawatan Indonesia dalam masalah keperawatan ketidakstabilan glukosa darah. Data mayor dan minor yang dapat mendukung masalah keperawatan ketidakstabilan kadar glukosa darah adalah kadar glukosa dalam darah tinggi, pasien mengeluh haus, sering buang air kecil (BAK). Pada kasus kelolaan didapatkan bahwa keluhan pasien sesuai antara fakta dan teori yaitu adanya tanda dan gejala hiperglikemia yang dialami yaitu pasien sering merasa haus sesuai dengan teori polydipsia (rasa haus yang berlebih) yang disebabkan karena osmolalitas serum yang tinggi akibat kadar glukosa serum yang meningkat (Wulandari et al., 2021) dan pasien sering buang air kecil (poliuria) terutama pada malam hari disebabkan oleh hiperglikemia yang menyebabkan penurunan ambang filtrasi glukosa oleh ginjal (batas ambang 160-180 mg/100ml) mengakibatkan terjadinya diuresis osmotik (Cahyati, 2020).

Seseorang dapat didiagnosis hiperglikemia jika kadar glukosa dalam darah pasien sebesar >126 mg/dL saat pemeriksaan, maka dapat dinyatakan pasien tersebut sedang mengalami hiperglikemia (PERKENI, 2021). Hal ini juga sesuai dengan penelitian yang dilakukan (Lorenza, 2021) dengan judul "Asuhan Keperawatan dengan Manajemen Hiperglikemia pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2" yang dilaksanakan di Rumah Sakit Harapan dan Doa Kota Bengkulu yang menyebutkan ketidakstabilan kadar glukosa darah sebagai diagnosa keperawatan yang muncul pada pasien Diabetes Mellitus.

Pada kasus kelolaan yang diteliti dapat disimpulkan bahwa diagnosa keperawatan yang diangkat dari kasus tersebut adalah ketidakstabilan kadar glukosa darah sesuai dengan data mayor dan data minor dari kasus yang diteliti, sehingga pada pasien dengan Diabetes Mellitus sebagian besar diagnosa keperawatan diambil untuk untuk dijadikan masalah prioritas adalah ketidakstabilan kadar glukosa darah. Berdasarkan pada diagnosis tersebut maka penulis mengangkat satu intervensi utama yaitu manajemen hiperglikemia (PPNI, 2018). Pasien diberikan intervensi keperawatan melalui edukasi dengan media leaflet dengan menerapkan intervensi utama manajemen hiperglikemi yang telah sesuai dengan teori SIKI (Standar Intervensi Keperawatan Indonesia). Menurut (Pokja et al., 2017b) intervensi utama manajemen hiperglikemia sebagai identifikasi yang memungkinkan dapat menyebabkan terjadinya hiperglikemia, memonitor kadar glukosa darah, menghindari olahraga saat kadar glukosa darah lebih 250 mg/dL, patuh akan pengaturan makan dan aktivitas fisik, pengelolaan diabetes (mis. penggunaan obat oral, monitor asupan cairan, dan penggantian karbohidrat) dan teknik non-farmakologis.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh (Ariqoh et al, 2022) intervensi yang dilakukan dengan masalah ketidakstabilan kadar gula darah pada Diabetes Mellitus tipe II adalah manajemen hiperglikemia dengan cara memantau kadar gula darah sesuai indikasi, pemantauan tanda hiperglikemia, polyuria, polydipsia, polifagia, kelemahan, kelesuan, malaise, penglihatan kabur atau sakit kepala. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Putri, 2022), didapatkan pada responden tersebut mengalami masalah keperawatan ketidakstabilan kadar glukosa darah dengan intervensi keperawatan manajemen hiperglikemia.

Implementasi keperawatan merupakan kelolaan dan suatu wujud dari rencana keperawatan yang sebelumnya telah ditetapkan. Pemberian implementasi pada pasien dilakukan selama 3 kali kunjungan dengan durasi 30 menit. Implementasi pada karya ilmiah ini sudah dilakukan sesuai dengan perencanaan yaitu manajemen hiperglikemia meliputi memonitor kadar glukosa darah, memberikan asupan cairan oral, menganjurkan menghindari olahraga saat kadar glukosa darah lebih dari 250 mg/dL, menganjurkan kepatuhan terhadap diet (pola makan sehat), olahraga (olahraga 30 menit/hari, 3-5 kali/minggu, mengajarkan pengelolaan diabetes (minum obat sesuai anjuran).

Pada implementasi hari pertama didapatkan pasien telah menerapkan pola makan sehat dengan makan teratur dan mengurangi makanan manis, berlemak dan gorengan, dan juga sudah mulai rutin minum obat tetapi pasien belum mulai berolahraga dengan hasil yang didapatkan ada penurunan kadar glukosa darah yaitu (236 mg/dL). Pada implementasi hari kedua didapatkan pasien telah menerapkan pola makan sehat dengan makan teratur dan mengurangi makanan manis, berlemak dan gorengan, dan pasien mulai berolahraga dan juga sudah mulai rutin minum obat

dengan hasil yang didapatkan ada penurunan kadar glukosa darah yaitu (228 mg/dL). Pada implementasi hari ketiga didapatkan pasien telah menerapkan pola makan sehat dengan makan teratur dan mengurangi makanan manis, berlemak dan gorengan, dan pasien mulai berolahraga dan juga sudah mulai rutin minum obat dengan hasil yang didapatkan ada penurunan kadar glukosa darah yaitu (222 mg/dL).

Berdasarkan hasil asuhan keperawatan ketidakstabilan kadar glukosa darah pada kasus kelolaan dapat disimpulkan bahwa dari hasil penelitian didapatkan data kadar glukosa darah sewaktu 241 mg/dL. dan setelah diberikan intervensi edukasi *self-care* selama 3 hari dilakukan memonitor kadar glukosa darah sehingga mampu menurunkan kadar glukosa darah pada pasien Ny. B dengan hasil 222 mg/dL. Dalam kasus kelolaan yang diteliti terbukti bahwa setelah dilakukan manajemen hiperglikemia dengan pemberian edukasi *self-care* mampu menurunkan kadar glukosa darah pada pasien Diabetes Mellitus. Penelitian lain oleh Zaura et al., (2021) menyatakan bahwa terdapat hubungan antara *self-care* dengan kualitas hidup pada pasien diabetes mellitus tipe II di Kabupaten Bireuen. Jika *self-care* dijalankan dengan baik, maka kualitas hidup pasien diabetes mellitus akan meningkat. Perilaku *self-care* yang meliputi pola makan sehat, aktivitas fisik yang cukup, pengendalian kadar gula darah, kepatuhan terhadap obat yang diresepkan, kemampuan pemecahan masalah yang baik, perilaku untuk mengurangi risiko, dan coping yang sehat, merupakan bagian penting dari manajemen diabetes.(Maulidina et al., 2025)

Penelitian yang dilakukan oleh (Syokumawena et al., 2025) dengan judul "Manajemen Hiperglikemia pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe II dengan Masalah Ketidakstabilan Kadar Glukosa Darah memperlihatkan ditemukan adanya penurunan kadar glukosa darah setelah pemberian manajemen hiperglikemia. Hal temuan ini disebabkan oleh pasien yang sudah diberikan asuhan keperawatan yang professional dan komprehensif dan juga di dukung oleh edukasi *self-care* sehingga kondisi pasien menunjukkan hasil yang positif.

KESIMPULAN

Setelah penulis melakukan pengamatan dan pelaksanaan asuhan keperawatan secara langsung pada pasien dengan kasus ketidakstabilan kadar glukosa darah (Diabetes Melitus tipe II) pada Ny. B di wilayah kerja Puskesmas Pampang maka penulis dapat menarik beberapa kesimpulan sekaligus saran yang dapat bermanfaat dalam meningkatkan mutu asuhan keperawatan pada pasien Diabetes Melitus dengan intervensi edukasi *self-care*. Pada saat pengkajian pada Ny. B di dapatkan glukosa darah pasien 241 mg/dL klien tampak lemah dan sering buang air kecil pada malam hari. Pada pasien Ny. B didapatkan diagnosa keperawatan yang muncul ketidakstabilan kadar glukosa darah berhubungan dengan retensi insulin, gangguan eliminasi urine berhubungan dengan nocturia. Pada akhir evaluasi, beberapa tujuan dapat dicapai

karna kerja sama antara keluarga dan juga tim Kesehatan lainnya. Hasil evaluasi pada pasien Ny. B sudah mengalami perbaikan kadar gula dalam darah terkontrol.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdul Majid. (2024). Edukasi Media Leaflet Secara Hybrid Dapat. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat: Kesehatan (JPKMK) EDUKASI, Volume 4 N.*
- Abrar, Kendek, H. (2022). Hubungan Self Care Dengan Quality of Life Penderita Diabetes Melitus Tipe Ii Di Wilayah Kerja Puskesmas Tamalanrea Jaya *JIMPK: Jurnal Ilmiah Mahasiswa & ...*, 18, 17–23.
<http://www.jurnal.stikesnh.ac.id/index.php/jimpk/article/view/946%0Ahttp://www.jurnal.stikesnh.ac.id/index.php/jimpk/article/download/946/723>
- Adriano. (2021). Diabetes bab 2. *Penyakit Diabetes Melitus*, 5–24.
<http://repository.unimus.ac.id/1779/>
- Andriany. (2023). Teori Self-Care Orem. *Accident Analysis and Prevention*, 183(2), 153–164.
- Collins, S. P., Storrow, A., Liu, D., Jenkins, C. A., Miller, K. F., Kampe, C., & Butler, J. (2021a). *No Title 済無No Title No Title No Title*. 167–186.
- Collins, S. P., Storrow, A., Liu, D., Jenkins, C. A., Miller, K. F., Kampe, C., & Butler, J. (2021b). *No Title 済無No Title No Title No Title. Dm*, 167–186.
- Dewi, S. C., & Kurniasari, R. (2022). *Pengaruh Edukasi Menggunakan Media Leaflet dan Website terhadap Pengetahuan Mahasiswa Mengenai Faktor Risiko Diabetes Mellitus*. 6(2).
- Firdaus, M. N. C. (2024). *Gambaran Tingkat Pengetahuan Perawatan Kaki Pada Klien Neuropati Diabetik*. 8–19. <https://eprints.umm.ac.id/id/eprint/15091>
- Gizi, J., & Pontianak, P. K. (2022). *EFEKTIFITAS PENGGUNAAN MEDIA EDUKASI BUKU SAKU DAN LEAFLET TERHADAP PENGETAHUAN DAN KEPATUHAN DIET PASIEN RA AT JALAN DIABETES MELITUS TIPE 2 DI PUSKESMAS*. 01(02).
- Halimatushadyah, E., Lukitasari, N., Yuliana, A., Widia, D., & Putri, A. (2025). *Edukasi Diabetes pada Remaja Pemeliharaan Kesehatan Remaja Sebagai Upaya*. 5(1), 47–54.
- Heryadi, E. (2023). Penerapan Senam Kaki Diabetik Terhadap Penurunan Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Mellitus Di Ruang Melati 2 Rsup Dr. Soeradji Tirtonegoro Klaten. *Jurnal Keperawatan*, July, 1–23.
- Hidup, S., Ambon, G. P. M., & Ely, Y. (2025). *Implementasi Edukasi Kesehatan Melalui Media Leaflet untuk Meningkatkan Kestabilan Kadar Glukosa Darah pada Pasien Diabetes Militus di Rumah Sakit Implementasi Edukasi Kesehatan Melalui Media Leaflet untuk Meningkatkan Kestabilan Kadar Glukosa Darah pada Pasien Diabetes Militus di Rumah Sakit Sumber Hidup GPM Ambon*. May.
<https://doi.org/10.59581/diagnosa-widyakarya.v2i2.3644>
- Maulidina, S. N., Sicilia, A. G., Wardhani, P. C., Wahyudi, H., Aini, U., Ilmu, F., Keperawatan, P., Asih, U. B., Ilmu, F., Kebidanan, P., Bhakti, U., & Tangerang, A. (2025). *Hubungan Self Care pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di Poliklinik Penyakit dalam RSU Bhakti Asih Kota Tangerang Tahun 2024 “ Hubungan Self Care Dengan Kualitas Hidup Pasien Diabetes Militus Tipe 2 Di RSUD Sinjai ” Self care merupakan keperawatan yang dikembangkan oleh Dorothea Orem (1971).*

- terhadap perawatan diri sendiri . Perawatan diri sendiri (self care) dibutuhkan oleh setiap. 3, 170–179.
- Novitasari, D., Fitriana, A. S., Yantoro, A. T., Bias, A., & Enarga, P. (2022). *Self-Management dan Monitoring Kadar Glukosa Darah sebagai Penguatan Pilar Pengendalian Diabetes Melitus Tipe 2*. 02(05), 414–422. <https://doi.org/10.56359/kolaborasi>
- Nurvita, S. (2023). Diabetes Mellitus Di Indonesia. *PREPOTIF: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 7(1), 635–639.
- Octario, N., Negara, S., Wiji, D., Sari, P., & Abdurrouf, M. (2025). *Hubungan Self Care dengan Kadar Glukosa Darah pada Pasien Diabetes Mellitus di Puskesmas Kedungwuni 1 Universitas Islam Sultan Agung Semarang , Indonesia ini . Berlandaskan American Diabetes Association (ADA), diabetes termasuk kelompok global sekaligus nasional . Berdasarkan American Diabetes Association (ADA), diabetes*. 3(September).
- Pamungkas, B., Danismaya, I., Andriani, R., & Novryanthi, D. (2025). Implementasi Self Care Asctifity terhadap tingkat resiko pada remaja dalam upaya pencegahan Diabetes Melitus Tipe 2. *Journal of Health Research Science*, 5(1), 1–7. <https://doi.org/10.34305/jhrs.v5i1.1527>
- Perawatan, H., Self, D., Dengan, C., & Gula, K. (2025). *Hubungan perawatan diri (self care) dengan kadar gula darah pada penderita diabetes melitus di puskesmas guguk panjang*. 8(1).
- Pipit Muliya, Dyah Aminatun, Sukma Septian Nasution, Tommy Hastomo, Setiana Sri Wahyuni Sitepu, T. (2020). KAJIAN KARAKTERISTIK SIFAT FISIK-KIMIA DAN ORGANOLEPTIK TERHADAP COOKIES BERBASIS TEPUNG BERAS MERAH (*Oryza Nivara*) DAN TEPUNG SORGUM (*Sorghum Bicolor L.*). *Journal GEEJ*, 7(2).
- Pipit Muliya dkk. (2020). Konsep Penyakit Diabetes Mellitus. *Journal GEEJ*, 7(2), 6–23.
- Puspasari, S., Imam Hardiansyah, C., Nurdina, G., Herdiman, H., Permana, S., & Antika Rizki Kusuma Putri, T. (2023). Edukasi Berbasis Self Management Untuk Meningkatkan Self Care Pada Diabetes Mellitus Tipe 2. *Kolaborasi: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 3(2), 115–122. <https://doi.org/10.56359/kolaborasi.v3i2.240>
- Pustaka, T., & Albus, A. F. (2022). Fakultas Kesehatan Universitas Muhammadiyah Pringsewu. *Konsep Dasar Kesehatan Reproduksi Remaja, Dm*, 7–17.
- Rahman, Z., Atrie, U. Y., & Pujiati, W. (2025). *Edukasi Upaya Peningkatan Kualitas Hidup Pasien Diabetes Melitus Tipe 2*. 4(3), 313–318.
- Ricixa, A. E. (2023). Analysis of Debridement Wound Care Interventions on the Abscess of Ankle and Foot Bursa in Diabetes Mellitus Patients. *JurnalKarya Ilmiah Akhir Nurse*, 01, 1–23.
- Romdhoni, M. F., Yulistika, D., & Linggardini, K. (2024). *Self-Management Education pada Pasien Diabetes Melitus Self-Management Education Among Patients with Diabetes Mellitus*. 11(1), 45–50.
- Safutri, N. A., Naziyah, N., & Helen, M. (2023). Pengaruh Pendidikan Kesehatan melalui Media Leaflet tentang Senam Kaki Diabetik terhadap Pencegahan Kaki Ulkus Diabetikum pada Pasien Diabetes Mellitus di Wilayah Puskesmas Kecamatan

- Kebayoran Baru Kelurahan Cipete Utara. *Malahayati Nursing Journal*, 5(8), 2437–2450. <https://doi.org/10.33024/mnj.v5i8.9080>
- Syaipuddin, Suhartatik, Haskas, Y., & Nurbaya, S. (2025). Edukasi dan Pemeriksaan Dini : Upaya Pengendalian Diabetes Mellitus di Puskesmas Pampang Kota Makassar Education and Early Screening : Efforts to Control Diabetes Mellitus at Pampang Community Health Center , Makassar City. *International Journal of Public Devotion*, 8(1), 28–36.
- Widyani, D. A. P. (2024). Asuhan Keperawatan Perfusi Perifer Tidak Efektif Dengan Intervensi Buerger Allen Exercise Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Di RSUD Wangaya. *Poltekkes Kemenkes Denpasar*, 1–23.
- Wilson Sihalo, R., Grace Natalia Tarigan, F., Sirait, R., & Juliana Sihombing, R. (2024). Aplikasi Teori Self Care Orem Terhadap Kualitas Hidup Pasien Diabetes Melitus: Systematic Literature Review. *JONS: Journal Of Nursing*, 2(1), 11–20. www.journal.medicpondasi.com/index.php/nursing/index
- Zatihulwani, E. Z., Nanang Bagus Sasmito, Kusuma Wijaya Ridi Putra, & Prawito. (2025). Diabetes Self Manajemen Education Sebagai Upaya Peningkatan Kualitas Hidup Penderita Diabetes Mellitus Tipe Ii Di Desa Tugusumberjo Peterongan Jombang. *Jurnal Abdimas Pamenang*, 3(1), 40–47. <https://doi.org/10.53599/jap.v3i1.289>