

## Tim FKp UNAIR Tanamkan Kemandirian Penderita Diabetes Mellitus di Kabupaten Lamongan

Achmad Sarjono - [JATIM.PUBLIKINDONESIA.COM](http://JATIM.PUBLIKINDONESIA.COM)

Aug 23, 2022 - 00:27



*Sesi pengarahan kepada pasien DM*

LAMONGAN – Tim Pengabdian Masyarakat Fakultas Keperawatan UNAIR memberikan edukasi untuk membentuk self management penderita Diabetes Mellitus (DM) atau kencing manis di Desa Sukolilo, Kecamatan Deket, Kabupaten

Lamongan, pada 18 Agustus 2022. Pengabdian masyarakat itu dilakukan kepada keluarga penderita DM.

Keluarga merupakan salah satu support system yang harus dilibatkan dalam memberikan perawatan pada penderita DM. Keluarga dapat memberikan dukungan terhadap keberhasilan self management yang dilakukan penderita DM. Fenomena yang dilihat selama situasi pandemi menunjukkan bahwa self management penderita DM tidak dilakukan secara maksimal.

Arina Qona'ah S S Kep Ns M Kep selaku ketua pelaksana pengabdian menuturkan bahwa ia menerima informasi beberapa pasien DM yang tidak melakukan pengobatan selama pandemi. Kegiatan pronalis di puskesmas juga menurun kapasitasnya selama masa pandemi.

“Penderita DM ini harus dan wajib melakukan pengobatan rutin dan konsultasi agar tidak menjadi faktor risiko munculnya penyakit kronis yang lain sehingga perlu adanya gerakan untuk meningkatkan kembali kesadaran masyarakat tentang self management DM ini dan keluarga menjadi komponen penting untuk meningkatkan keberhasilan penderita DM dalam self management,” ujar Arina.

Dalam serangkaian kegiatan pengabdian tersebut, masyarakat (keluarga) mendapatkan edukasi dari Laily Nur Hidayati SKep Ns MKep tentang perjalanan penyakit DM, upaya pengendalian, terapi pengobatan, pemantauan glukosa darah mandiri dan penatalaksanaan DM yang lain.

“Pemantauan glukosa pasien DM itu harus tepat dan cepat karena sedikit saja melakukan kesalahan akan mengakibatkan kadar glukosa tinggi (hiperglikemia) atau kadar glukosa rendah (hipoglikemia)” tegas Laily.

#### Self Management Penderita DM

Peningkatan self management penderita DM dapat dilakukan melalui pengaturan pola makan dengan menekan asupan karbohidrat dan lemak untuk menjaga keseimbangan glukosa darah, aktivitas olahraga, perawatan diri khususnya perawatan kaki, dan monitoring glukosa darah.

“Yang paling penting dilakukan adalah monitoring glukosa darah, selain itu juga bisa mulai melakukan perawatan diri seperti perawatan kaki untuk mencegah adanya luka terbuka. Sederhana saja bisa gunakan alas kaki, rutin mencuci dan mengeringkan kaki, memotong kuku dan menggunakan pelembab kaki,” tambah Laily.

Ia juga menegaskan bahwa diet pasien DM menjadi kunci utama untuk menghindari komplikasi penyakit itu.



Tim Pengabdian Masyarakat Fakultas Keperawatan (Sumber: Ahmad Ubaidillah M)Pentingnya Family Support Penderita DM

Laily juga menuturkan bahwa keluarga merupakan komponen utama dalam mendukung keberhasilan self management pasien DM. Keterlibatan keluarga dalam manajemen diri pasien diabetes mellitus dapat dilakukan dengan cara mengukur jumlah kalori yang diasup, menyediakan makanan yang direkomendasikan untuk pasien, mendorong pasien untuk minum obat dengan teratur, control glukosa darah, dan latihan. Dukungan keluarga yang kurang akan menurunkan semangat pasien untuk meningkatkan sifat kemandirian dalam menstabilkan kadar gula darah

“Mau bagaimana pun keluarga akan terlibat langsung dalam perawatan pasien di rumah sehingga mereka harus mengerti dan paham betul tata-laksana perawatan DM mulai dari makanan, asupan insulin, bahkan perawatan luka pasien,” ujar Laily.

Penulis: Rosita

Editor: Feri Fenoria