

P-ISSN 2614-3593

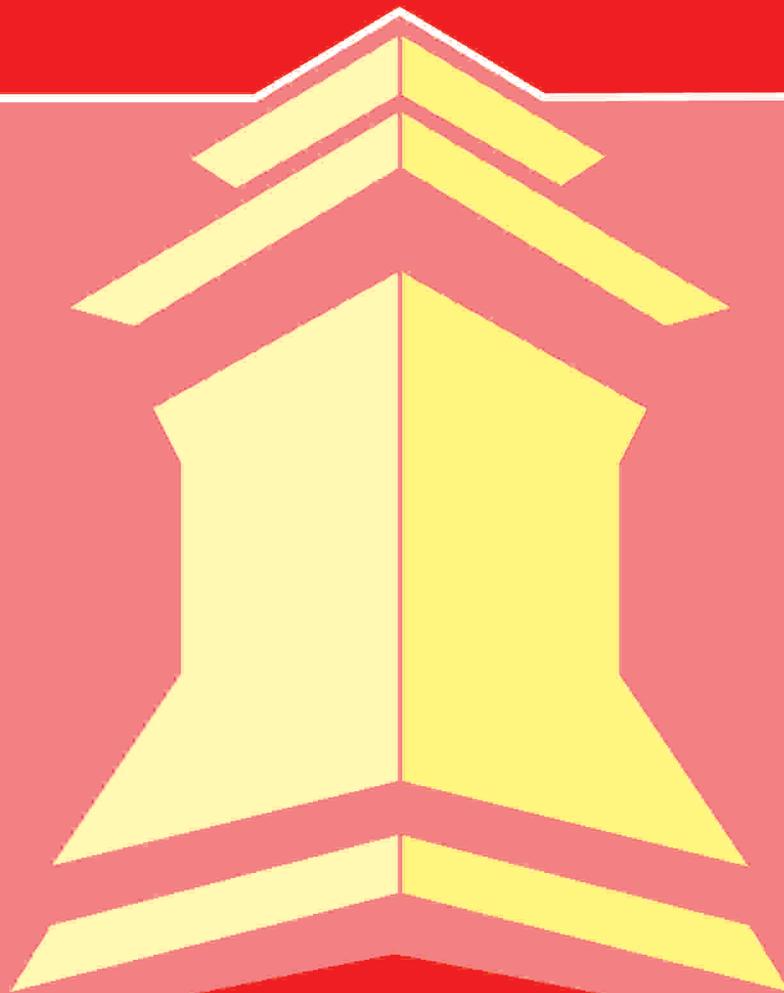
E-ISSN 2614-3607

**j** *urnal*  

---

**Pengabdian**  
**Kesehatan**

---



---

Vol. 2 | No. 1 | Januari 2019

---

## **JURNAL PENGABDIAN KESEHATAN**

### ***Editor In Chief***

Eko Prasetyo, SKM, M.Kes., STIKES Cendekia Utama Kudus, Indonesia

### ***Editorial Board***

David Laksamana Caesar, SKM, M.Kes, STIKES Cendekia Utama Kudus, Indonesia

Sri Hartini, S.Kep, Ns, M.Kes, STIKES Cendekia Utama Kudus, Indonesia

Solikhul Huda, S.Kep, Ns, M.N.S, STIKES Cendekia Utama Kudus, Indonesia

Annik Megawati, M.Sc, Apt, STIKES Cendekia Utama Kudus, Indonesia

### ***Reviewer***

Dr. dr.Mahalul Azam, M.Kes, Universitas Negeri Semarang, Indonesia

Wahyu Hidayati, Ns, M.Kep, Sp.K.M.B, Universitas Diponegoro Semarang, Indonesia

Didik Sumanto, SKM, M.Kes(Epid), Universitas Muhammadiyah Semarang, Indonesia

### ***English Language Editor***

Arina Hafadhotul Husna, S.Pd, M.Pd., STIKES Cendekia Utama Kudus, Indonesia

### ***IT Support***

Susilo Restu Wahyuno, S.Kom., STIKES Cendekia Utama Kudus, Indonesia

### ***Penerbit***

Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat (LPPM)  
STIKES Cendekia Utama Kudus

### ***Alamat***

Jalan Lingkar Raya Kudus - Pati KM.5 Jepang Mejobo Kudus 59381

Telp. (0291) 4248655, 4248656 Fax. (0291) 4248651

Website :<http://jpk.jurnal.stikescendekiautamakudus.ac.id/>

Email :[jurnal@stikescendekiautamakudus.ac.id](mailto:jurnal@stikescendekiautamakudus.ac.id)

Jurnal Pengabdian Kesehatan merupakan jurnal ilmiah hasil-hasil pengabdian masyarakat didalam pemberdayaan di bidang Kesehatan yang diterbitkan oleh Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat (LPPM) STIKES Cendekia Utama Kudus secara berkala 2 (dua) kali dalam satu tahun.

## DAFTAR ISI

Halaman Judul.....	i
Susunan Dewan Redaksi.....	ii
Kata Pengantar.....	iii
Daftar Isi .....	iv
<b>Penyuluhan Kesehatan dan Praktik Pembuatan Makanan Pendamping Asi (Mp-Asi) Di Posyandu Karangmalang Kecamatan Gebog Kabupaten Kudus Sri Wahyuningsih.....</b>	<b>1</b>
<b>Peningkatan Kemandirian Masyarakat Melalui Pemberian Pendidikan Kesehatan Tentang Diet Hipertensi</b> Renny Wulan Apriliyasari, Emma Setiyo Wulan.....	<b>8</b>
<b>Pemberdayaan Caregiver dalam Meningkatkan Kesehatan Lansia Diabetes Mellitus</b> Agnes Dewi Astuti.....	<b>14</b>
<b>Pemeriksaan Kehamilan pada Ibu Hamil Di Politeknik Banjarnegara</b> Lia Aria Ratmawati, Catur Riwayat, Diah Utaringsih.....	<b>21</b>
<b>Edukasi Resiko Penyalahgunaan Obat pada Remaja Usia Produktif di Kudus</b> Ema Dwi Hastuti, Annik megawati .....	<b>31</b>
<b>Pelatihan Kader Tentang <i>Self-Monitoring Of Blood Glucose</i> (SMBG) Untuk Pengendalian Gula Darah Pasien Diabetes Millitus</b> Adi Sucipto, SitiFadlilah .....	<b>38</b>
<b>Pelatihan Jiwa Kewirausahaan Dan Komunikasi Bisnis dalam Bidang Kesehatan</b> Eni Hidayati, Heriyanto Adi Nugroho, Nuke Devi Indrawati .....	<b>48</b>
<b>Peningkatan Pengetahuan Ibu Post Partum Tentang Asi Eksklusif di Ruang Melati RSUD Sunan Kalijaga Demak</b> Yayuk Fatmawati, Heriyanti Widyaningsih .....	<b>57</b>
<b>Edukasi Penyakit Diare dan Pembuatan Teh Daun Jambu Biji Di Desa Jepang Kudus</b> Lilis Sugiarti, Dwi Susiloningrum, Sofiyatul Nurul Janah.....	<b>63</b>

<b>Pembinaan Kesehatan Lansia Melalui Peran Kader Lansia di Posyandu Wredo Utomo Nogosari II Wukirsari Imogiri Bantul</b>	
Eni Purwaningsih, Heru Ginanjar Triyono .....	68
<b>Lampiran</b>	
Pedoman Penulisan Naskah JPK .....	74
Ucapan Terima Kasih dan Penghargaan .....	78

## PEMBERDAYAAN CAREGIVER DALAM MENINGKATKAN KESEHATAN LANSIA DIABETES MELLITUS

Agnes Dewi Astuti  
Politeknik Kesehatan Kemenkes Palangka Raya  
Email: [agnes\\_senada@yahoo.com](mailto:agnes_senada@yahoo.com)

### ABSTRAK

Lansia dengan diabetes mellitus memerlukan bantuan dalam penanganan masalah keehatannya terutama dari keluarga yang berperan sebagai *caregiver* bagi lansia. Hasil penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa peran keluarga dalam memberikan dukungan bagi lansia sangat berpengaruh pada kondisi kesehatan lansia. Media promosi kesehatan bagi keluarga sebagai *care giver* belum tersedia, sehingga pelaksanaan pengabdian masyarakat ini memberikan dampak yang positif dalam meningkatkan kesehatan lansia dengan diabetes mellitus yaitu dengan adanya peningkatan pengetahuan tentang penyakit diabetes melitus, perawatan dan pencegahannya terutama untuk latihan senam kaki bagi lansia diabetes melitus sebanyak 6 orang.

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

### ABSTRACT

*Elderly people with diabetes mellitus need help in handling health problems, especially from families who act as caregivers for the elderly. The results of previous studies indicate that the role of the family in providing support for the elderly is very influential on the health condition of the elderly. The media for health promotion for families as care giver is not yet available, so that the implementation of community service has a positive impact on improving the health of the elderly with diabetes mellitus, namely by increasing knowledge about diabetes mellitus, care and prevention, especially for leg exercises for the elderly diabetes mellitus as many as 6 people.*

**Keywords:** *care giver, elderly, diabetes mellitus.*

## PENDAHULUAN

Diabetes mellitus merupakan suatu kelompok penyakit metabolik dengan ciri khas hiperglikemia (peningkatan glukosa dalam darah) yang terjadi karena kelainan sekresi insulin, kerja insulin atau kedua-duanya [1] [2]. 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.

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. Faktor-faktor 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 [3]. Komplikasi yang dapat dialami penderita DM bervariasi diantaranya komplikasi akut maupun kronik. Adapun komplikasi akut diabetes mellitus yaitu hipoglikemi dan hiperglikemi merupakan keadaan gawat darurat yang dapat terjadi pada perjalanan penyakit diabetes mellitus serta dapat menimbulkan komplikasi akut berupa koma hipoglikemi dan hiperglikemi ketoasidosis ataupun nonketoasidosis. Komplikasi kronik diabetes mellitus yaitu dapat terjadi stroke, penyakit jantung coroner, penyakit gagal ginjal kronik, luka yang sukar sembuh, dan dapat terjadi kondisi kebutaan [2].

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.

Keluarga didefinisikan sebagai pemberi pelayanan perawatan langsung untuk lansia (*caregiver*) 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.

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. Dukungan keluarga dapat mempengaruhi kepuasan seseorang dalam menjalani kehidupan sehari – hari dimana peran keluarga sangat penting dalam setiap aspek perawatan kesehatan keluarga mulai dari strategi – strategi hingga fase rehabilitasi [4].

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 wilayah kerja Puskesmas Jekan Raya Kota Palangka Raya, dilakukan karena belum ada kegiatan yang fokus memberikan pelayanan kesehatan yang dapat

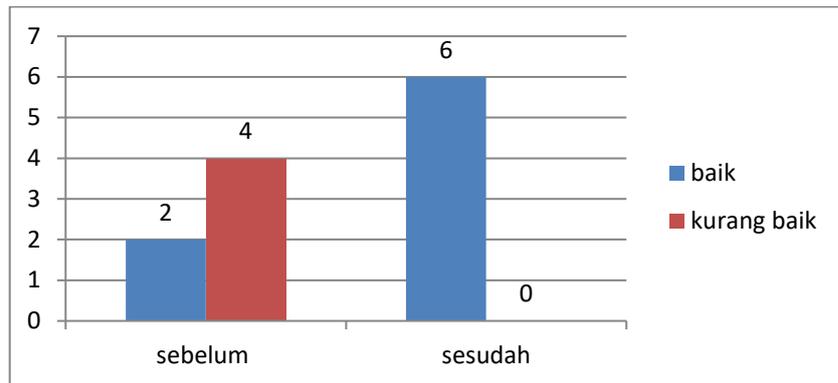
diajarkan kepada keluarga sebagai *caregiver* bagi lansia diabetes mellitus. Kegiatan pengabdian masyarakat dilatar belakangi dari hasil penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa dukungan keluarga sangat berpengaruh pada kemampuan pencapaian kondisi kesehatan lansia diabetes mellitus dalam bentuk pendidikan kesehatan dan senam kaki diabetes 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 melitus, perawatan dan pencegahannya terutama untuk latihan senam kaki dan penerapan diet bagi penderita diabetes melitus dengan mengajarkan kepada keluarga sebagai *caregiver* sebanyak 6 orang yang merawat langsung penderita diabetes melitus pada lansia.

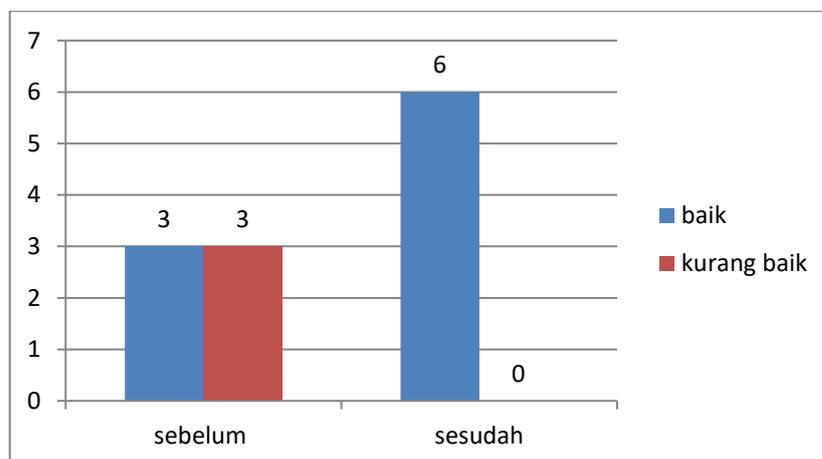
## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Setelah dilaksanakan kegiatan pengabdian masyarakat dan pembinaan bagi care giver lansia sebanyak 6 orang, didapatkan peningkatan pengetahuan tentang diabetes mellitus, peningkatan sikap yang baik serta keterampilan dalam senam kaki pada lansia dengan hasil sebagai berikut:



**Gambar 1**  
**Gambaran Pengetahuan keluarga (*caregiver*) tentang diabetes mellitus sebelum dan sesudah kegiatan pendidikan kesehatan di wilayah Kerja Puskesmas Jekan Raya Kota Palangka Raya (n=6)**

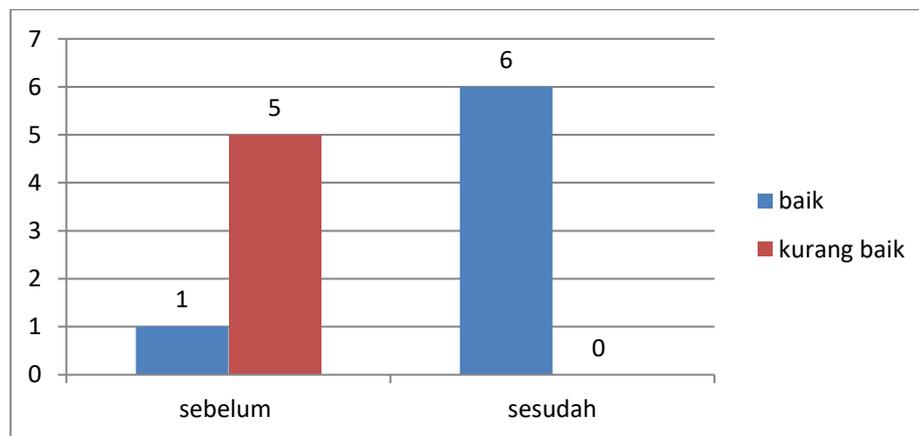
Gambar 1 menunjukkan peningkatan pengetahuan keluarga sesudah dilakukan pendidikan kesehatan. Hal ini sesuai dengan teori yang menyatakan bahwa dengan peningkatan informasi kesehatan, akan memberikan dampak pada peningkatan pengetahuan tentang kesehatan [5].



**Gambar 2**  
**Gambaran sikap berupa motivasi keluarga (*caregiver*) dalam penanganan kesehatan lansia sebelum dan sesudah kegiatan pendidikan kesehatan di wilayah Kerja Puskesmas Jekan Raya Kota Palangka Raya (n=6)**

Gambar 2 menunjukkan peningkatan sikap keluarga sesudah dilakukan pendidikan kesehatan yaitu berupa motivasi untuk melakukan kegiatan

yang berhubungan dengan kesehatan lansia diabetes mellitus. Hal ini sesuai dengan teori yang menyatakan bahwa motivasi adalah perubahan energi diri seseorang yang ditandai dengan munculnya “feeling” dan didahului dengan tanggapan terhadap adanya tujuan [6]. Salah satu pendukung motivasi care giver maupun lansia adalah dengan adanya keinginan untuk menjadikan lansia yang menderita diabetes mellitus memiliki kondisi lebih sehat di masa tuanya.



**Gambar 3**

**Gambaran kemampuan keterampilan keluarga (*caregiver*) melakukan latihan senam kaki sebelum dan sesudah kegiatan pendidikan kesehatan di wilayah Kerja Puskesmas Jekan Raya Kota Palangka Raya (n=6)**

Gambar 3 menunjukkan peningkatan kemampuan keterampilan keluarga melakukan latihan senam kaki sesudah dilakukan pendidikan kesehatan. Keluarga lansia selanjutnya melakukan latihan langsung kepada lansia dengan cara mengajarkan lansia untuk dapat melakukan senam kaki setiap harinya.

## **SIMPULAN DAN SARAN**

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.

#### **DAFTAR PUSTAKA**

1. Boyko. (2012). A Prospective Study of Risk factor For Diabetic Footulcer. The Seattle Diabetic Foot Study, Departement of Medicine of Washington,Seattle, USA.
2. Brunner & Suddarth. (2013). Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah Edisi 8 volume 2. Jakarta: EGC
3. Priharianto, Anan. 2014. Hubungan antara dukungan keluarga dengan keteraturan kontrol kadar gula darah pada penderita diabetes melitus di wilayah puskesmas bendosari sukoharjo.
4. Arita M.,Wiwin P. (2011). GerontikKonsepDasar Dan AsuhanKeperawatan Home Care Dan Komunitas. Yogyakarta: Tramaya.
5. Notoatmodjo, S. (2007). Pendidikan dan Perilaku Kesehatan. Jakarta: Rieneka Cipta.
6. A.M. Sardiman. (2007). Interaksi dan Motivasi Belajar Mengajar. Bandung: Rajawali Pers.

## PEDOMAN PENULISAN NASKAH JPK

Jurnal Pengabdian Kesehatan (JPK) STIKES Cendekia Utama Kudus menerima naskah hasil-hasil pengabdian masyarakat di dalam pemberdayaan di bidang kesehatan.

Naskah adalah karya asli penulis, bukan plagiat, saduran atau terjemahan karya penulis lain.

Naskah khusus ditujukan kepada Jurnal Pengabdian Kesehatan (JPK) STIKES Cendekia UtamaKudus, belum pernah dipublikasikan di media lain. Naskah yang dikirim harus disertai surat persetujuan publikasi dan surat pengantar yang ditandatangani penulis.

### Komponen naskah:

- **Judul**, ditulis maksimal 150 karakter, huruf *BookAntiqua*, ukuran 13, spasi 1
- **Identitas penulis**, ditulis setelah judul.Terdiri atas nama (tanpagelar), alamat tempat kerja, nomor telepon/hp dan alamat email.
- **Abstrak** dalam bahasa Indonesia dan bahasa Inggris, maksimal 200 kata,disusun dalam satu alinea, berisi masalah, tujuan, metode pelaksanaan, hasil dan 3-5 kata kunci. Untuk naskah dalam bahasa Inggris, tidak perlu disertai abstrak dalam bahasa Indonesia.
- **Pendahuluan**, tanpa sub judul, berisi latar belakang, sedikit tinjauan pustaka dan tujuan program pengabdian.
- **Metode**, dijelaskan secara rinci variasi kegiatan melalui tahapan didalam pelaksanaan pengabdian masyarakat di bidang kesehatan
- **Hasil dan Pembahasan**, mengurai secara tepat dan argumentatif hasil program pengabdian, kaitan hasil dengan teori yang sesuai dan sistematis.
- **Tabel atau gambar**. Tabel, diberi nomor sesuai urutan penyebutan dalam teks, ditulis 1 (satu) spasi, ukuran 11. Judul singkat, padat dan jelas, terletak di atas tabel. Gambar, diberi nomor sesuai urutan penyebutan dalam teks. Judul singkat, padat dan jelas, terletak di bawahgambar.

- **Simpulan dan Saran.** Simpulan menjawab masalah program pengabdian dengan pernyataan tegas. Saran logis, tepat guna dan tidak mengada-ada, dan ada keterkaitan dengan keberlanjutan program pengabdian
- **Rujukan/ referensi** ditulis sesuai aturan **Vancouver**, urut sesuai dengan pemunculan dalam keseluruhan teks, maksimal 25 rujukan dan 75 persen merupakan publikasi dalam 10 tahun terakhir.

Naskah sebanyak 15-25 halaman kuarto, batas atas-bawah-tepi kiri-tepi kanan(cm): 4-3-4-3, spasi1,5, jenis huruf: arial, ukuran 12, format microsoft word, dalam bentuk soft file dan 3 (tiga) eksemplar dalam bentuk print out.

Naskah dikirim ke alamat : Redaksi Jurnal Pengabdian Kesehatan (JPK) STIKES Cendekia Utama Kudus, Jl. Lingkar Raya Km.05 Jepang Mejubo Kudus 59381.

**Kontak langsung dapat melalui:**

- Eko Prasetyo : 081575435102
- David Laksamana Caesar : 085727448958
- Sholihul Huda : 081326404743

Naskah juga dapat dikirim melalui email:

**[lppm.stikescendekiautama@yahoo.com](mailto:lppm.stikescendekiautama@yahoo.com)**

## **CONTOH PENULISAN DAFTAR PUSTAKA**

### **Artikel Jurnal Penulis Individu.**

Sloan NL, Winikoff B, Fikree FF. An ecologic analysis of maternal mortality ratios. *Stud Fam Plann* 2001;32:352-355.

### **Artikel Jurnal Penulis Organisasi**

Diabetes Prevention Program Research Group. Hypertension, insulin, and proinsulin in participants with impaired glucose tolerance. *Hypertension*.2002;40(5):679-86

### **Artikel Jurnal di Internet**

Goodyear-Smith F and Arroll B, Contraception before and after termination of pregnancy: can we do it better? *New Zealand Medical Journal*, 2003, Vol.116,No.1186,<<http://www.nzma.org.nz/journal/116-1186/683/content.pdf>>, accessed Aug. 7, 2007.

### **Buku Dengan Nama Editor sebagai penulisnya**

Lewis G, ed. *Why mothers die 2000–2002: the confidential enquiries into maternal deaths in the United Kingdom*. London: RCOG Press; 2004.

### **Buku yang Ditulis Individu**

Loudon I. *Death in childbirth. An international study of maternal care and maternal mortality 1800-1950*.London: Oxford University Press, 1992.

### **Buku yang Ditulis Organisasi**

Council of Europe, *Recent Demographi Developments in Europe 2004*, Strasbourg, France: Council of Europe Publishing,2005.

### **Artikel dari Buletin**

Ali MM, Cleland J and Shah IH, Condom use within marriage: a neglected HIVintervention,*BulletinoftheWorldHealthOrganization*,2004,82(3):180–186.

### **Paper yang Dipresentasikan dalam Pertemuan Ilmiah/Konferensi**

Kaufman J, Erli Z and Zhenming X, Quality of care in China: from pilotprojecttonationalprogram,paperpresentedattheIUSSPXXVInternational Population Conference, Tours, France, July 18–23,2005.

**Bab dalam Buku**

Singh S, Henshaw S, Kand Berentsen K, Abortion: a world wide overview, in: Basu AM, ed., The Socio cultural and Political Aspects of Abortion, Westport, CT, USA: Praeger Publishers, 2003, pp.15–47.

**Data dari Internet**

U.S. Bureau of the Census, International Data Base, Country summary: China, 2007, <<http://www.census.gov/ipc/www/idb/country/chportal.html>>, accessed Aug. 12, 2007.

**Disertasi**

Lamsudin R. Algoritma Stroke Gajah Mada (Disertasi). Yogyakarta: Universitas Gadjah Mada. 1997

**Makalah dalam Surat Kabar**

Banzai VK, Beto JA. Treatment of Lupus Nephritis. The Jakarta Post 1989; Dec 8; Sect A.5(col 3)

**Kamus**

Ectasia. Dorland's Illustrated Medical Dictionary. 27th ed. Philadelphia: Saunders, 1988; 527