

Penyuluhan Diabetes Mellitus dan Pelatihan Penggunaan Aplikasi Diabetes pada Ponsel Pintar

AA Ayu Asri Prima Dewi¹, Komang Trisna Sumadewi², Putu Diah Witari¹, Fransiscus Fiano Anthony Kerans¹, Dewa Ayu Agung Alit Suka Astini², Luh Gde Evayanti²

¹ Bagian Histologi Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Warmadewa

² Bagian Anatomi Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Warmadewa

*Email: dr.asripd@gmail.com

Abstrak

Diabetes mellitus merupakan salah satu penyakit kronis yang banyak diderita oleh masyarakat saat ini. Penderita diabetes memerlukan terapi medikamentosa dan non medikamentosa jangka panjang serta monitoring rutin. Penderita cenderung merasa bosan dengan lamanya terapi sehingga tidak sedikit yang tidak rutin meminum obat dan melakukan monitoring rutin. Seiring dengan perkembangan teknologi, banyak masyarakat kini menggunakan ponsel pintar yang dapat digunakan untuk mengunduh aplikasi pada ponsel tersebut. Saat ini sudah banyak aplikasi pada ponsel pintar untuk monitoring diabetes mellitus. Pengabdian kemitraan masyarakat kali ini akan bekerja sama dengan klinik yang memiliki klub program pengelolaan penyakit kronis (prolanis). Berdasarkan data dari klinik, penderita diabetes mellitus cenderung belum stabil karena pemantauan yang belum baik. Oleh karena itu, pengabdian kali ini memberikan penyuluhan mengenai diabetes, tatalaksana dan pentingnya monitoring penyakit tersebut dikombinasikan dengan pelatihan mengenai aplikasi diabetes pada ponsel pintar. Kegiatan ini diharapkan dapat membantu mengatasi kesulitan masyarakat dalam monitoring diabetes mellitus dan meningkatkan pengetahuan serta pemahaman masyarakat. Hasil dari penyuluhan dapat dilihat bahwa rerata pre-test adalah sebesar 56%, dilanjutkan dengan evaluasi post-test menunjukkan rerata 76% sehingga dapat terdapat peningkatan yang cukup signifikan terkait pengetahuan dan penggunaan aplikasi ponsel pintar tentang penyakit diabetes mellitus.

Kata kunci : diabetes, aplikasi diabetes, penyakit kronis

Abstract

[Diabetes Mellitus Counseling and Training on Using Diabetes Applications on Smartphones]

Diabetes mellitus is one of chronic diseases that many people suffer nowadays. Diabetes patient require long-term medical and non-medical therapy and regular monitoring. Patients tend to feel tired with the length of therapy, so many of them do not regularly take medication and carry out routine monitoring. Along with technological developments, many people now use smartphones which can be used to download applications on the cellphone. Currently, there are many applications on smartphones for monitoring diabetes mellitus. This community partnership service will collaborate with clinic that have chronic disease management program clubs (prolanis). According to the clinic data, diabetes mellitus patient tend not to monitored their condition well. Hence, it is hoped that education regarding diabetes, its management and the importance of monitoring the disease combined with training regarding diabetes applications on smartphones can help overcome the community's difficulties in monitoring diabetes mellitus and increase public knowledge and understanding. The results of the counseling can be seen that the pre-test average is 56%, followed by post-test evaluation showing an average of 76% so that there can be a significant increase regarding knowledge and use of smartphone applications regarding diabetes mellitus.

Keywords: diabetes, diabetes application, chronic disease

PENDAHULUAN

Diabetes mellitus merupakan salah satu penyakit kronis masyarakat. Diabetes di Indonesia mencapai prevalensi 6,2% dan masuk dalam salah satu penyebab kematian terbesar.^(1,2) Prolanis merupakan suatu klub pengelolaan penyakit kronis yang biasanya dimiliki oleh fasilitas kesehatan tingkat satu. Salah satu penyakit yang dikelola adalah diabetes mellitus.^(3,4) Berdasarkan data, penderita diabetes mellitus yang periksa ke klinik BBMC kurang lebih 338 per tahun 2021. Lamanya terapi dan jenis penyakit yang kronis dapat menyebabkan monitoring tidak rutin sehingga dapat menyebabkan kadar gula darah pasien tidak terkontrol. Selain itu, adanya pandemi COVID-19 menyebabkan terbatasnya interaksi dengan petugas kesehatan. Saat ini terdapat aplikasi pada ponsel pintar yang dapat digunakan penderita diabetes untuk membantu mengontrol kondisinya, namun belum banyak yang mengetahui dan dapat mengaplikasikannya. Berdasarkan analisa tersebut, diperlukan adanya sosialisasi pentingnya memonitoring tatalaksana medikamentosa dan non medikamentosa pasien diabetes dan pengenalan serta pelatihan penggunaan aplikasi diabetes pada ponsel pintar.

Berdasarkan analisis, didapatkan adanya 2 aspek permasalahan, yaitu dari aspek kesehatan dan teknologi. Pada aspek kesehatan, didapatkan adanya kasus diabetes mellitus yang masih banyak dan pentingnya monitoring penderita agar gula darah dapat terkontrol. Sedangkan dilihat dari aspek teknologi, saat ini sudah banyak aplikasi pada ponsel pintar yang dapat membantu penderita diabetes dalam memonitoring kondisinya, namun masih belum banyak diketahui dan digunakan. Dilihat dari kedua aspek tersebut, perlu diadakan sosialisasi mengenai pentingnya monitoring rutin pada penderita diabetes mellitus dan pemanfaatan aplikasi pada ponsel pintar untuk monitoring diabetes mellitus.

METODE

Kerangka Kerja Pengabdian

Metode dilaksanakan adalah penyuluhan dan pelatihan. Secara umum kegiatan dibagi menjadi 2 tahapan, yaitu tahap persiapan dan tahap pelaksanaan. Pada tahap persiapan dilakukan pemilihan mitra, diskusi terkait masalah dan rencana solusi termasuk pembuatan proposal, draft kegiatan / acara, serta persiapan alat, bahan, sarana dan prasarana. Pada tahap pelaksanaan meliputi pre-test dan dialog interaktif mengenai diabetes mellitus yang dilanjutkan dengan penyuluhan tentang diabetes mellitus serta pentingnya monitoring rutin diabetes mellitus. Kegiatan kemudian dilanjutkan dengan pengenalan mengenai aplikasi diabetes pada ponsel pintar dan pelatihan penggunaan aplikasi tersebut oleh mitra.

Analisis Data

Dilakukan pengukuran keberhasilan kegiatan dan capaian melalui pre-test dan post-test. Analisa dilakukan dengan menggunakan program *microsoft excel*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan dihadiri tim PkM, perwakilan klinik dan mitra. Kegiatan diawali dengan pelaksanaan pre-test untuk mengetahui tingkat pengetahuan prolanis terhadap penyakit diabetes mellitus serta pentingnya monitoring rutin diabetes mellitus. Acara dilanjutkan dengan pemaparan materi mengenai penyakit diabetes dan cara monitoring diabetes mellitus, selanjutnya juga diperagakan gerakan senam untuk kegiatan sehari hari yang dapat memperingan keluhan kesemutan dan memperlancar peredaran darah.



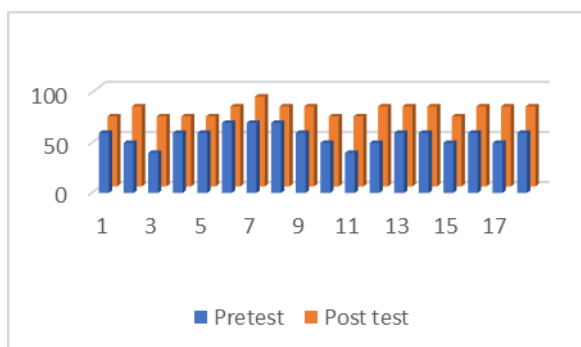
Gambar 1. Pemaparan materi penyuluhan diabetes mellitus dan aplikasi diabetes pada ponsel pintar

Tanya jawab dilaksanakan setelah kegiatan pemaparan materi dan peragaan, tanya jawab berlangsung aktif. Kegiatan kemudian dilanjutkan dengan pengenalan mengenai aplikasi diabetes pada ponsel pintar (seperti aplikasi teman diabetes, e-diary dm, dan klikdiabetes) dan pelatihan penggunaan aplikasi tersebut oleh mitra.



Gambar 2. Peragaan senam oleh peserta kegiatan

Pada akhir pemaparan materi penyuluhan diberikan evaluasi melalui post-test. Hasil pre-test diperoleh nilai rerata 56% dan terjadi kenaikan pada post-test dengan nilai rerata 76%. Peningkatan tersebut termasuk cukup signifikan. Peningkatan pengetahuan tersebut diharapkan dapat diterapkan sehingga meningkatkan kualitas hidup mitra sehari-hari serta dapat mengontrol kadar glukosa darah dengan bantuan aplikasi pada ponsel pintar.^(5,6)



Gambar 3. Grafik Evaluasi Pengetahuan

SIMPULAN

Kegiatan PKM Penyuluhan Diabetes Mellitus dan Pelatihan Penggunaan Aplikasi Diabetes pada Ponsel Pintar berjalan dengan baik. Kegiatan pengabdian mampu meningkatkan pengetahuan mitra. Hasil penilaian pre-test dan post-test menunjukkan bahwa telah terjadi peningkatan rerata pengetahuan mitra dari nilai pre-test adalah 56% menjadi nilai post-test adalah 76%. Saran Monitoring dan evaluasi dilakukan bersama keluarga mitra secara mandiri untuk pemanfaatan aplikasi ponsel pintar terkait dengan monitoring penyakit diabetes mellitus.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih disampaikan kepada Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Warmadewa yang telah memberikan ijin dan bantuan dana hibah dengan no 1330/Unwar/FKIK/PD-13/IX/2022 untuk melakukan pengabdian masyarakat ini. Ucapan Terima kasih kepada klinik BBMC yang sudah memberikan ijin dan kesempatan serta menjadi tempat pelaksanaan pengabdian masyarakat ini.

DAFTAR PUSTAKA

1. Nugroho PS, Tianingrum NA, Sunarti S, Rachman A, Saptono D, Amiruddin R. Predictor Risk of Diabetes Mellitus in Indonesia, based on National Health Survey. 2020;5.
2. Amarra MS, Chong MFF, Titapant V, Somprasit C, Rogacion J, Irwinda R, et al. ILSI Southeast Asia symposium: prevalence, risk factors, and actions to address gestational diabetes in selected Southeast Asian countries. Eur J Clin Nutr [Internet]. 2021 Sep [cited 2022 Mar 20];75(9):1303–8. Available from: <https://www.nature.com/articles/s41430-020-00838-6>
3. Meiriana A, Trisnantoro L, Padmawati RS. Implementasi program pengelolaan penyakit kronis (prolanis) pada penyakit hipertensi di puskesmas jetis kota yogyakarta. :8.

4. Pusdatin. Tetap Produktif, Cegah, dan Atasi Diabetes Mellitus.
5. Doyle-Delgado K, Chamberlain JJ. Use of Diabetes-Related Applications and Digital Health Tools by People With Diabetes and Their Health Care Providers. *Clin Diabetes* [Internet]. 2020 Dec 1 [cited 2024 Jan 19];38(5):449–61. Available from: <https://diabetesjournals.org/clinical/article/38/5/449/32295/Use-of-Diabetes-Related-Applications-and-Digital>
6. Izahar S, Lean QY, Hameed MA, Murugiah MK, Patel RP, Al-Worafi YM, et al. Content Analysis of Mobile Health Applications on Diabetes Mellitus. *Front Endocrinol* [Internet]. 2017 Nov 27 [cited 2024 Jan 19];8:318. Available from: <http://journal.frontiersin.org/article/10.3389/fendo.2017.00318/full>