

PENGARUH KONSELING TERHADAP *SELF CARE* PADA PENDERITA DIABETES MELITUS TIPE 2

Nyi Endah Puspitasari Pitaloka.DG¹ Hariyono²Ucik Indrawati³

¹²³STIKES Insan Cendekia Medika Jombang

¹email : puspitasari0603@gmail.com ²email : Hari_monie@yahoo.com ³email :
uchiehaura@gmail.com

ABSTRAK

Pendahuluan: *Self care* pada penderita Diabetes Melitus masih sangat kurang penerapannya pada kehidupan sehari-hari yang berdampak pada terjadinya komplikasi kesehatan, pada penerapannya di kehidupan sehari-hari masih sangat minim pengetahuan mengenai pentingnya menjaga kesehatan bahkan dalam perawatan diri. **Tujuan:** Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh konseling terhadap *self care* pada penderita Diabetes Melitus tipe 2. **Metode:** Literatur Review ini menggunakan pencarian dari scopus, sciencedirect, google scholar N= 633, Seleksi jurnal 5 tahun terakhir N= 423, seleksi judul dan duplikat N=65, *exclude* (n=172) problem/populasi tidak sesuai dengan topik (n=137), *intervention* faktor penyebab (n=8), *outcome* tidak ada hubungan konseling *self care* diabetes (n=5), *study design sytematic* review (n=12), literatur rivew (n=10), identifikasi abstrak N=63, *excluded* (n=53), konseling dilakukan pada penderita diabetes melitus (n=22), *self care* (n=31), dengan jurnal yang dapat dianalisa N=10. **Kesimpulan:** Hasil dari penelitian menggunakan Literatur Review ini berupa tindakan konseling yang dilakukan seorang konselor atau petugas yang ahli dibidangnya akan memberikan dampak serta progres yang baik untuk keberlangsungan kesehatan yang diandang oleh penderita Diabetes Melitus, dari penelitian ini adalah terdapat pengaruh konseling terhadap *self care* pada penderita Diabetes Melitus tipe 2. **Saran:** Diharapkam pada penelitian selanjutnya dapat mengembangkan tema seputar Diabetes Melitus yang berkaitan dengan *self care*.

Kata kunci : Konseling *Self care*, Diabetes Melitus

EFFECT OF COUNSELING ON *SELF CARE* ON DIABETES MELITUS TYPE 2 PATIENTS

ABSTRACT

Introduction: *Self care in diabetes mellitus pais vients are still very lacking on the daily life that affects the occurrence of health complications, in its application in every day life is still very minimal knowledge of the importance of maintaining health even in self care.* **Purpose:** *The purpose of this study was to determine the effect of counseling on self care in patients with type 2 Diabetes Mellitus.* **Methods:** *liratuue rivew uses scopus search,, sciencedirect, google scholar N=633, journal selection 5 yeaaars last N=423, title selction and duplicate N=235, excluded (n=172), probelm/population not in accordance with topic (n=137), intervention factor causing (n=8), outcome no concealing connection self care diabetes (n=5), study design sytematic rivew (n=12), literatur rivew (n=10), abstract identification N=63, excluded (n=53), counseling is done on diabetes melitus (n=22), self care (n=31), with journal can be analyzed N=10 .* **Results:** *The results of the study using this Literature Review show that counseling actions taken by a counselor or officers who are experts in their fields will have an impact as well as good progress for the continuity of health endured by people with Diabetes Mellitus, this study is that there is an influence of self-care counseling in patients with type 2 diabetes mellitus.* **Suggestion:** *It is hoped that in future studies it can develop themes around Diabetes Mellitus related to self care.*

Keywords: Counseling Self care, Diabetes Mellitus

PENDAHULUAN

Penyakit Diabetes Melitus diartikan sebagai pembunuh dan tanpa disadari oleh penderitanya. Klien dengan menyandang Diabetes Melitus kurang tahu jika mempunyai penyakit sakit Diabetes Melitus. Diabetes Melitus mencatatkan sebagai peringkat penyumbang kematian ke-4 dinegara kawasan asia tenggara. Tercatat sebanyak tujuh lima persen dari penyumbang Diabetes Melitus memiliki resiko meninggal terganggunya vaskuler. Adanya gangguan lainnya yang dapat mempengaruhi Diabetes Melitus adalah sakit kardiovaskular, gagal ginjal kronik, pemotongan salah satu anggota badan karena luka Diabetes Melitus (Irma et al., 2019).

Menurunnya performa hidup klien Diabetes Melitus sering dikaitkan dengan tidak sanggup untuk merawat diri. *Self care* dilakukan klien diabetes melitus lebih untuk pengontrolan gula darah serta mencegah meluasnya sakit yang lebih lanjut, bila *self care* akan meningkatkan taraf kehidupan klien Diabetes Melitus agar aktivitas sehari-hari dapat berjalan sesuai yang diharapkan (Chaidir et al., 2017). Tahun 2017 penderita Diabetes Melitus sebanyak 425 juta diberbagai negara. Jumlah terbesar orang dengan Diabetes Melitus yaitu berada diwilayah pasifik barat dengan jumlah 159 juta dan Asia Tenggara sebanyak 82 juta (Vidyanto & Adhar Arifudin, 2019).

Penderita Diabetes Melitus tipe 2 mempunyai masalah didalam pengelolaan perawatan diri, terganggunya dalam upaya diet serta makan, terganggunya aktivitas sehari-hari, mengkontrol glukosa dan obat-obatan. Minimnya yang dibutuhkan penderita Diabetes Melitus dilihat dari kemampuannya dalam kemandiriannya yang dapat dilakukan sehari-harinya.

Intervensi konseling begitu dibutuhkan untuk tidak terjadinya komplikasi dengan penyandang Diabetes Melitus, melonjaknya merawat diri bisa dengan melakukan dengan pendidikan penderita Diabetes Melitus tipe 2 (Chaidir et al., 2017).

Merawat tubuh dikatakan dengan tindakan seseorang dengan terencana untuk mengendalikan suatu sakit agar bisa meningkatkan kesejahteraan. Pada dasarnya setiap individu punya cara untuk bisa terus melakukan perawatan dalam melakukannya setiap orang mempunyai kesempatan untuk melakukannya dengan sendiri, terkecuali apabila seorang individu mengalami sakit (Syairi, 2013), Pengelolaan *self care* sangat dibutuhkan dalam penunjang kesehatan pada diri setiap individu, *self care* dengan pengelolaan yang baik akan menurunkan komplikasi, diantaranya ulkus diabetikum yang dapat ditekan jika penerapan *self care* sangat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari. Jika *self care* tidak dapat diterapkan maka berdampak pada sistem kerja tubuh yang semakin hari semakin rusak karena tidak adanya perawatan yang baik dari individu masing-masing.

Dalam penelitian ini peneliti ingin melihat melihat seberapa besar peran serta individu dalam menjalankan *self care* untuk penunjang kesehatan dan juga kehidupan sehari-harinya, apakah sudah diterapkan dengan benar karena banyaknya kasus dimasyarakat yang tidak tau sebuah pendidikan perawatan diri yang benar yang mengakibatkan dalam penerapan *self care* masih sangat minim yang berdampak pada komplikasi yang lebih banyak.

Dari latar belakang permasalahan tersebut, bisa ditarik masalah dengan: “Apakah ada pengaruh konseling terhadap *self care* pada penderita diabetes melitus tipe 2?” tujuan dari penelitian ini adalah Mengidentifikasi

self care penderita diabetes melitus tipe 2 sebelum dan sesudah diberikan konseling.

BAHAN DAN METODE PENELITIAN

Strategi dalam pencarian artikel ini menggunakan PICOS *framework*: *Population/problem*, populasi atau masalah yang dianalisis, *Intervention*, tindakan penatalaksanaan terhadap kasus pada perorangan atau masyarakat disertai pemaparan tentang penatalaksanaan, *Comparison*, penatalaksanaan yang bertujuan sebagai pembanding, *Outcome*, hasil yang diperoleh pada penelitian, *design*, desain penelitian yang diperoleh dari jurnal yang di review.

Dalam pencarian artikel atau jurnal peneliti menggunakan *keyword* (*AND, OR NOT, or AND NOT*) yang digunakan untuk pencarian dan memperluas pencarian, sehingga untuk mempermudah dalam penentuan artikel atau jurnal. Kata kunci dalam penelitian ini menggunakan “*counseling*” *AND* “*self care*” *AND* “*Diabetes Melitus*”.

Penggunaan data pada literatur rivew ini menggunakan data yang diperoleh dengan cara tidak melakukan pengamatan terjun di lapangan, hanya diperoleh dari hasil penelitian yang sudah dilakukan oleh penelitian-penelitian yang sudah ada. Perolehan data didapatkan dengan sebuah jurnal yang diperoleh dari Scopus, Sciencedirect, Google scholar, peneliti menemukan 633 jurnal yang sesuai dengan kata kunci, jurnal penelitian tersebut kemudian di kelompokkan berdasarkan tahun terbitan tahun 2015 sampai 2020 dan didapatkan 423 jurnal dengan menggunakan bahasa inggris dan bahasa indonesia. Jurnal dipilah kembali sehingga didapatkan 10 jurnal yang dilakukan Review.

Tabel 3.1 Kriteria inklusi dan eksklusi dengan format PICO

| Kriteria | Inklusi | Eksklusi |
|---------------------------|--|--|
| <i>Population/problem</i> | Jurnal nasional dan internasional dengan hubungan topik penelitian yakni pengaruh konseling terhadap <i>self care</i> pada penderita Diabetes Melitus tipe 2 | Jurnal nasional dan internasional yang tidak ada hubungan dengan permasalahan dan yang mengeluarkan subjek yang berhubungan kriteria inklusi |
| <i>Intervention</i> | Memberikan konseling mengenai <i>self care</i> pada penderita Diabetes Melitus | Faktor yang tidak ada hubungan atau diluar faktor usia, faktor tindakan keperawatan, faktor psikologis |
| <i>Comparison</i> | Terdapat kelompok kontrol | |
| <i>Outcome</i> | Adanya hubungan pengaruh pemberian konseling meningkatkan <i>self care</i> pada penderita Diabetes Melitus | Tidak ada hubungan pengaruh pemberian konseling meningkatkan <i>self care</i> pada penderita Diabetes Melitus |
| <i>Studi design</i> | <i>Quasi eksperimental</i> , | <i>Non eksperimental</i> |

| | | |
|--------------|---------------------------------------|---|
| | <i>eksperimental</i> | |
| Tahun keluar | Artikel jurnal keluar pada tahun 2010 | Artikel jurnal keluar sebelum 2010 |
| Bahasa | Bahasa indonesia dan bahasa inggris | Menggunakan bahasa selain indonesia dan inggris |

Tabel 4.5 Mengemukakan isi konseling terhadap *self care*

| Pencarian | Konseling <i>self care</i> Diabetes Melitus |
|----------------------|--|
| (Parsa et al., 2017) | Keberhasilan pengobatan diabetes tergantung pada kemampuan penderita diabetes untuk secara efektif memiliki perilaku <i>Self care</i> seperti memiliki resep obat, mengikuti diet dan latihan, swa-monitor gula darah puasa (FBS) dan penyesuaian psikologis untuk kehidupan diabetes |
| (Lakhani, 2019) | Konseling <i>self care</i> sangat berpengaruh pada pengetahuan perawatan yang harus dilakukan sesuai dengan penyakit yang diderita, pesan positif dan motivasi yang berfokus pada peran pasien diabetes dalam perawatan diri sehari-hari, pemantauan diri terhadap glukosa, berat badan dan gejala, dan pendekatan untuk memperbaiki gejala. |
| (Kim & Lee, 2019) | Konseling <i>self care</i> dapat dikatakan berhasil jika faktor-faktor yang mempengaruhi perawatan diri di antara pasien diabetes lansia dalam bentuk usia, kemandirian, |

| | |
|-----------------------|---|
| | status kesehatan yang dirasakan, dan tekanan diabetes, dapat diterima dan dapat diubah untuk mencapai kesejahteraan dalam kesehatan. |
| (Dedefo et al., 2019) | Konseling <i>self care</i> membuat pasien lebih memahami pentingnya kesehatan dan dalam kontrol glikemik pemantauan diri perawatan diabetes yang dapat memastikan partisipasi pasien dalam mencapai dan mempertahankan target glikemik tertentu. Monitor diri menyediakan informasi tentang aliran status glikemik, memungkinkan untuk penilaian terapeutik dan memandu penyesuaian dalam diet, olahraga, dan penyakit dalam untuk mencapai kontrol glikemik yang optimal |
| (Cortez et al., 2017) | Program konseling <i>self care</i> didasarkan pada penggunaan proses pemberdayaan dan partisipatif yang memungkinkan penderita diabetes bertanggung jawab atas kondisinya, berkonsultasi dengan petugas kesehatan, dan memiliki tindakan mereka dalam manajemen perawatan diri |
| (Teka & Baye, 2018) | Konseling diabetes melitus pasien pada saat pengeluaran obat resep dan non-resep, ketentuan informasi obat kepada para profesional kesehatan, pasien dan publik sangat perlu dikarenakan maraknya obat yang beredar dan dapat dibeli tanpa resep dokter mengakibatkan pasien |

| | |
|------------------------|---|
| | diabetes kebanyakan menyalahgunakan tidak sesuai dengan anjuran yang telah dituliskan |
| (Sharoni et al., 2018) | Konseling <i>self care</i> mendorong individu untuk meningkatkan kualitas kesehatan mereka, stabilitas komunikasi yang efisien untuk program pendidikan standar, kemampuan untuk beroperasi dengan cara yang dapat diandalkan (misalnya, mandi, makan, dll.), Dengan kemandirian dan kemauan. untuk berubah menjadi lebih baik maka konseling dapat dikatakan berhasil |
| (Qasim et al., 2019) | Pasien diabetes terbiasa menerima pendidikan terkait dengan proses penyakit mereka, metabolisme kontrol diabetes, olahraga, dan diet melalui ceramah didaktik, brosur, pamflet, dan konseling tatap muka |
| (Chaidir et al., 2017) | <i>Self care</i> yang dilakukan pada penderita diabetes melitus lebih dititik beratkan pada pencegahan komplikasi dan pengontrolan gula darah. Apabila <i>self care</i> dilakukan dengan baik maka secara tidak langsung dapat meningkatkan kualitas hidup pasien diabetes melitus sehingga dapat menjalankan aktifitas sehari-hari dengan normal. Maka konseling sangat diperlukan agar penderita mengetahui manfaat dari <i>self care</i> yang baik agar dapat menunjang kesehatan yang lebih berkualitas |

| | |
|-------------------|--|
| (Setiyawan, 2016) | Peningkatan aktifitas <i>self care</i> diabetes akan berdampak terhadap peningkatan status kesehatan, karena merupakan dasar untuk mengontrol diabetes dan mencegah komplikasi |
|-------------------|--|

HASIL PENELITIAN

Dalam sebuah konseling *self care* dapat ditarik beberapa faktor yang mempengaruhinya diantaranya, faktor yang mempengaruhi *self care*: Usia, lama menderita Diabetes Melitus, jenis kelamin (Lakhani, 2019), (Sharoni et al., 2018), (Qasim et al., 2019), (Teka & Baye, 2018), (Cortez et al., 2017), serta dalam sebuah keberhasilan konseling dapat dilihat dengan adanya sebuah Pengetahuan, perubahan sikap, persepsi sehat, manajemen stress (Parsa et al., 2017), (Kim & Lee, 2019), (Dedefo et al., 2019), (Setiyawan, 2016), (Chaidir et al., 2017). (Parsa et al., 2017) meneliti mengenai konseling pada wanita menopause dengan diabetes yang didapatkan hasil rata-rata pada perawatan diri terus mengalami perbaikan yang sangat signifikan untuk diit ($P=0.013$), olahraga ($P= 0.009$) dan perawatan kaki ($P< 0.001$).

(Lakhani, 2019) Meneliti tentang perubahan Emosional pada penderita Diabetes Melitus yang tidak adanya perubahan yang signifikan pada saat awal sampai akhir penelitian yang ditunjukkan dengan ($P=.01$).

(Kim & Lee, 2019) Meneliti mengenai perilaku perawatan diri pada hasil ini menunjukkan pentingnya adanya petugas kesehatan yang membantu menilai tingkat perawatan diri ketika merencanakan strategi intervensi yang tepat yang didapatkan tingkat pengetahuan Diabetes, persepsi sehat, diabetes distress, dukungan keluarga. (Sharoni et al., 2018) Ditemukan adanya peningkatan pengetahuan mengenai perawatan diri sendiri dibarengi

dengan diterimanya pendidikan kesehatan diabetes ($p < 0.05$) dan fungsi sosial ($p > 0.05$), (Chaidir et al., 2017) Hasil dari kesimpulan adanya hubungan yang meningkat dengan nilai 0,001 berbanding lurus dengan, sehingga petugas kesehatan harus memberikan informasi untuk meningkatkan *self care* agar didapatkan hasil yang lebih optimal.

(Teka & Baye, 2018) jumlah dari penelitian didapatkan bahwa 82% pasien dalam hambatan ini adalah kurang waktu dan 72% tidak tertarik dengan kegiatan pencegahan, hasil yang didapatkan petugas kesehatan menunjukkan tingkat keterlibatan yang lebih rendah dalam pelayanan konseling.

(Dedefo et al., 2019) Hasil dari penelitian didapatkan bahwa dalam praktik keperawatan khususnya dalam melakukan konseling *self care* sangat dibutuhkan, pengetahuan diabetes dan jenis Diabetes Melitus telah menunjukkan adanya hubungan secara statistik ($p < 0,05$) untuk praktik perawatan diri.

(Cortez et al., 2017) dari penelitian didapatkan bahwa persepsi bahwa perempuan lebih bisa merawat diri sendiri dibandingkan pria, dalam penelitian ini didapatkan peningkatan yang signifikan dalam perilaku kebiasaan makan dengan mengurangi karbohidrat, peningkatan serat dan aktifitas fisik setelah akhir penelitian ada penurunan TC, dan peningkatan HDL dan VLDL ($p < 0,05$), persentase yang lebih besar terjadi pada peningkatan skor untuk perawatan diri, pengetahuan dan sikap ($p < 0,05$).

(Qasim et al., 2019) Hasil dari penelitian didapatkan bahwa didapatkan 56,70% menilai bahwa bantuan konseling sangat efektif, mereka menemukan bantuan untuk pengendalian diabetes yang dialami, dengan adanya konseling untuk pengendalian suatu penyakit maka taraf dalam kesehatan akan meningkat dengan seiringnya waktu yang akan didapatkan masyarakat yang paham akan pendidikan

kesehatan untuk meningkatkan taraf hidup yang lebih baik.

(Setiyawan, 2016) *Self Care* dapat dicapai dengan maksimal jika dalam peran serta pengendalian penyakit dapat dipahami oleh individu dan dukungan petugas kesehatan dalam pelayanan konseling sangat dibutuhkan keterlibatan orang yang ahli dibidangnya untuk bisa memberikan keterlibatan suatu pendekatan pendidikan kesehatan untuk bisa memberikan peningkatan dalam merawat diri ($r:0,51$) serta uji statistik menunjukkan ($p:0,0001$).

Pada penelitian mengenai konseling *self care* yang telah dilakukan oleh (Parsa et al., 2017) mengemukakan bahwa Keberhasilan pengobatan diabetes tergantung pada kemampuan penderita diabetes untuk secara efektif memiliki perilaku *Self care* seperti memiliki resep obat, mengikuti diet dan latihan, swamonitor gula darah puasa (FBS) dan penyesuaian psikologis untuk kehidupan diabetes.

(Lakhani, 2019) Konseling *self care* sangat berpengaruh pada pengetahuan perawatan yang harus dilakukan sesuai dengan penyakit yang diderita, pesan positif dan motivasi yang berfokus pada peran pasien diabetes dalam perawatan diri sehari-hari, pemantauan diri terhadap glukosa, berat badan dan gejala, dan pendekatan untuk memperbaiki gejala.

(Kim & Lee, 2019) Konseling *self care* dapat dikatakan berhasil jika pencetus dalam merawat diri diantara pasien diabetes lansia dalam bentuk usia, kemandirian, status kesehatan yang dirasakan, dan tekanan diabetes, dapat diterima dan dapat diubah untuk mencapai kesejahteraan dalam kesehatan.

(Dedefo et al., 2019) Konseling *self care* membuat pasien lebih memahami pentingnya kesehatan dan dalam kontrol glikemik pemantauan diri perawatan diabetes yang dapat memastikan partisipasi pasien dalam mencapai dan mempertahankan target glikemik tertentu.

Monitor diri menyediakan informasi tentang aliran status glikemik, memungkinkan untuk penilaian terapeutik dan memandu penyesuaian dalam diet, olahraga, dan penyakit dalam untuk mencapai kontrol glikemik yang optimal.

(Cortez et al., 2017) Program konseling *self care* didasarkan pada penggunaan proses pemberdayaan dan partisipatif yang memungkinkan penderita diabetes bertanggung jawab atas kondisinya, berkonsultasi dengan petugas kesehatan, dan memiliki tindakan mereka dalam manajemen perawatan diri.

(Teka & Baye, 2018) Konseling diabetes melitus pasien pada saat pengeluaran obat resep dan non-resep, ketentuan informasi obat kepada para profesional kesehatan, pasien dan publik sangat perlu dikarenakan maraknya obat yang beredar dan dapat dibeli tanpa resep dokter mengakibatkan pasien diabetes kebanyakan menyalahgunakan tidak sesuai dengan anjuran yang telah dituliskan.

(Sharoni et al., 2018) Konseling *self care* mendorong individu untuk meningkatkan kualitas kesehatan mereka, stabilitas komunikasi yang efisien untuk program pendidikan standar, kemampuan untuk beroperasi dengan cara yang dapat diandalkan (misalnya, mandi, makan, dll.),

PEMBAHASAN

Tujuan keseluruhan dari konseling perawatan diri pada pasien ialah memberikan suatu apresiasi untuk mengambil suatu keputusan, melakukan *self care*, berkomunikasi aktif dengan petugas kesehatan, memecahkan suatu problem, dalam melakukan sebuah konseling haruslah memiliki pengetahuan yang luas mengenai masalah yang akan diselesaikan sebagai konselor (Funnell et al., 2010).

Menurut Orem perawatan diri memiliki peran yang sangat penting dalam menujang suatu perkembangan diantaranya

Dengan kemandirian dan kemauan untuk berubah menjadi lebih baik maka konseling dapat dikatakan berhasil.

(Qasim et al., 2019) Pasien diabetes terbiasa menerima pendidikan terkait dengan proses penyakit mereka, metabolisme kontrol diabetes, olahraga, dan diet melalui ceramah didaktik, brosur, pamflet, dan konseling tatap muka.

(Chaidir et al., 2017) perawatan diri bisa dilakukan oleh penyandang diabetic dengan melakukan adanya suatu tindakan pengontrolan glukosa serta pencetus komplikasi yang mungkin akan terjadi. Jika perawatan diri bisa dilakukan dengan maksimal maka akan menimbulkan dampak yang signifikan untuk kehidupan sang penderita. Apabila *self care* dilakukan dengan agar menjadi lebih baik. Maka konseling sangat diperlukan agar penderita mengetahui manfaat dari *self care* yang baik agar dapat menunjang kesehatan yang lebih berkualitas.

(Setiyawan, 2016) Peningkatan dalam melakukan perawatan diri secara tidak langsung mempunyai dampak yang besar untuk keberlanjutan hidup sang penderita dalam upaya meningkatkan pencegahan serta kontrol dalam pengendalian diabetic.

kelompok sosial yang harus sejalan dengan potensi seseorang serta kemauan agar bisa lebih baik. terganggunya individu dalam menjalankan perawatan diri biasanya dapat diamati bila seseorang tersebut mengalami sakit. Dengan adanya sakit yang sedang disandang maka bisa mengganggu organ tubuh bahkan anggota gerak tubuh yang tidak bisa berjalan dengan semestinya (Afelya, 2014), kemandirian kemampuan dalam membuat keputusan dan menjadikan dirinya tidak terlalu tergantung pada orang lain termasuk dalam tingkat keberhasilan *self care* (Nusantoro, 2016).

(Qasim et al., 2019) dalam penelitiannya didapatkan bahwasannya dengan menggunakan konseling seseorang bisa sangat memahami serta menilai bantuan

konseling sangat efektif mereka mempunyai bantuan untuk pengendalian diabetes yang dialami, salah satu faktor yang dominan mendorong agar konseling diterapkan sejalan dengan tingkat usia, berapa lama menderita Diabetes Melitus, serta jenis kelamin (Lakhani, 2019), (Sharoni et al., 2018), (Teka & Baye, 2018), (Cortez et al., 2017). Dalam penunjang keberhasilan *self care* dalam peningkatan pengetahuan, adanya perubahan sikap, memiliki minat atas kesehatan yang disandang, serta meminimalkan tingkat stress menjadi tolak ukur dimana seseorang sudah bisa menerapkan dalam peningkatan dalam merawat diri (Parsa et al., 2017), (Kim & Lee, 2019), (Dedefo et al., 2019), (Setiyawan, 2016).

Penelitian berbeda dilakukan oleh (Teka & Baye, 2018) yang menitik beratkan pada konseling oleh petugas farmasi dalam melakukan sebuah konseling pada penderita Diabetes Melitus hasil yang didapatkan bahwasannya pada petugas farmasi tingkat keterlibatannya dalam pelayanan konseling masih sangatlah rendah dalam kegiatan pencegahan hambatan yang paling sering dirasakan adalah kurangnya waktu ini bisa jadi karena beban pelanggan yang tinggi atau kekurangan tenaga farmasi, yang juga bisa menjadi suatu kendala yang sangat biasa terjadi di apotek masyarakat. Dibandingkan dengan hambatan lain, kurangnya pengetahuan minat mengembangkan pembaharuan mengenai kesehatan adalah faktor pendorong utama konseling kesehatan tidak dapat diterapkan secara maksimal. Dalam penelitiannya didapatkan bahwa peran konseling petugas farmasi mengenai pentingnya skrining berkelanjutan untuk masalah nefropati, retinopati, neuropati dan konseling teknik merawat diri masih sangat jarang dilakukan yang mengakibatkan seorang penderita tidak tertarik pada sebuah konseling mengenai pelayanan kesehatan. Berdasarkan dari penelitian diatas peningkatan pemahaman dan pengetahuan individu dapat dikatakan baik jika dalam hidupnya memahami suatu penyakit yang

diderita dan cara pengendaliannya, tidak adanya komunikasi yang baik mengenai sakit yang sedang disandang bisa mengakibatkan terjadinya kesenjangan dalam memahami dengan konsep sakit yang sedang diderita yang menjadikan antara petugas kesehatan serta kelompok akan gagal dalam peningkatan derajat kesehatan.

Peran konselor dalam memberikan pemahaman kepada individu dan masyarakat sangat dibutuhkan khususnya dalam bidang kesehatan dikarenakan masih minimnya pengetahuan dan kemauan untuk mencari tau mengenai suatu informasi masih sangatlah rendah, responden yang memiliki tingkat pengetahuan yang masih minim maka menjadikannya susah dalam menerima informasi yang mengakibatkan terjadinya komplikasi penyakit muncul, pada tingkat usia sangat berpengaruh dalam penerepan *self care* dikarenakan pada tingkat lanjut usia kualitas *self care* seseorang semakin menurun dan asal-asalan dalam membenahi perawatan diri dikarenakan faktor usia dan kesigapan dalam bertindak, *self care* juga berperan penting dalam menjalan kehidupan sehari hari dengan meningkatkan taraf *self care* dalam diri seseorang maka tingkat percaya diri akan kesehatan juga semakin meningkat dan tingkat stress karena suatu penyakit dapat ditekan.

KESIMPULAN DAN SARAN

Konseling *Self care* pada penderita Diabetes Melitus sebelum dilakukannya pemahaman melalui konseling menunjukkan bahwasannya tingkat pengetahuan sangat rendah bahkan tidak mengetahui bahwa pentingnya *self care* dalam menujung kesehatan pada pasien diabets melitus. Konseling *Self care* pada penderita Diabetes Melitus setelah diberikannya pemahaman melalui konseling memiliki tingkat yang lebih baik dalam memahami sebuah penyakit yang disandang dan cara pengelolaan diri agar menjadi lebih baik sehingga tidak

menimbulkan komplikasi yang lebih lanjut. Adanya pengaruh perubahan yang lebih baik jika konseling kesehatan dilakukan terutama mengenai *Self care* pada penderita Diabetes Melitus, terdapat perubahan sikap dalam memaknai sebuah penyakit yang diderita dan memahami apa saja yang seharusnya dilakukan agar taraf hidup dan kesehatan semakin meningkat.

Pemberian konseling *self care* sangat memberikan dampak yang baik untuk menunjang kesehatan yang lebih optimal, memberikan pemahaman yang baik akan pengeloaan diri akan menghindarkan dari komplikasi yang lebih lanjut lagi, peran konselor sangat dibutuhkan agar seseorang yang menyandang diabetes melitus mau dan dapat memahami sebuah penyakit yang diderita dan memahami apa saja yang seharusnya dilakukan agar taraf hidup dan kesehatan semakin meningkat.

DAFTAR PUSTAKA

- Barus, R. H., Nababan, D., & Tarigan, F. L. (2020). Pengaruh Konseling Dengan Media Lembar Balik Dan Brosur Terhadap Pengetahuan Tentang Gaya Hidup Pada Pasien Dm Tipe 2 Di Poli Rawat Jalan Rsud Deli Serdang. *Jurnal Muara Sains, Teknologi, Kedokteran Dan Ilmu Kesehatan*, 3(2), 259. <https://doi.org/10.24912/jms tkik.v3i2.5425>
- Chaidir, R., Wahyuni, A. S., & Furkhani, D. W. (2017). Hubungan SelfCare Dengan Kualitas Hidup Pasien Diabetes Melitus. *Jurnal Endurance*, 2(2), 132. <https://doi.org/10.22216/v2i2.1357>
- Dedefo, M. G., Ejeta, B. M., Wakjira, G. B., Mekonen, G. F., & Labata, B. G. (2019). Self-care practices regarding diabetes among diabetic patients in West Ethiopia. *BMC Research Notes*, <https://doi.org/10.1186/s13104-019>.
- Ii, B. A. B., & Konseling, A. (2012). *yang berarti dengan atau bersama yang dirangkai dengan menerima atau memahami. Sementara dalam bahasa Anglo-Saxon, istilah konseling berasal dari.*
- Funnell, M. M., Brown, T. L., Childs, B. P., Haas, L. B., Hoseney, G. M., Jensen, B., Maryniuk, M., Peyrot, M., Piette, J. D., Reader, D., Siminerio, L. M., Weinger, K., & Weiss, M. A. (2010). National standards for diabetes self-management education. *Diabetes Care*, 33(SUPPL. 1). <https://doi.org/10.2337/dc10-S089>
- Irma, H., Pranata, A. D., & Rahmatullah, M. R. (2019). Hubungan Self Care Dengan Kualitas Hidup Pasien Diabetes Melitus Di Poli Penyakit Dalam Rsud Langsa. *Jp2K*, 2(2), 94–104.
- Kim, M. Y., & Lee, E. J. (2019). Factors affecting self-care behavior levels among elderly patients with type 2 diabetes: A quantile regression approach. *Medicina (Lithuania)*, 55(7). <https://doi.org/10.3390/medicina55070340>
- Manaf, A., & Efrida. (2015). Pola Komplikasi Kronis Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 Rawat Inap di Bagian Penyakit
- Nusantoro. (2016). Pengaruh Tai Chi for Diabetes (TCD) terhadap Perubahan Tingkat Depresi dan Kadar Glukosa Darah pada Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 di Wilayah Kelurahan Polehan Kota Malang. *Skripsi*, 1553.
- Parsa, P., Ahmadiania Tabesh, R., Soltani, F., Karami, M., & Khorami, N. (2017). Effects of Group Counseling on Self-care Behaviors in Menopausal Women with Diabetes. *Journal of Menopausal Medicine*, 23(2), 108. <https://doi.org/10.6118/jmm.2017.23.2.108>

- Setiyawan, S. (2016). Hubungan Komunikasi Petugas Kesehatan Dengan Self Care Diabetes Pada Klien Diabetes Melitus Tipe 2. *Profesi (Profesional Islam) : Media Publikasi Penelitian*, 14(1), 36. <https://doi.org/10.26576/profesi.134>
- Sharoni, S. K. A., Rahman, H. A., Minhat, H. S., Shariff-Ghazali, S., & Ong, M. H. A. (2018). The effects of self-efficacy enhancing program on foot self-care behaviour of older adults with diabetes: A randomised controlled trial in elderly care facility, Peninsular Malaysia. *PLoS ONE*, 13(3), 1–23. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0192417>
- Soelistijo, S. A., Novida, H., Rudijanto, A., Soewondo, P., Suastika, K., Manaf, 2015. Konsensus Pengendalian dan Pencegahan Diabetes Melitus tipe 2 di Indonesia 2015.
- Teka, N. T., & Baye, A. M. (2018). Counseling practice of community pharmacists for diabetes mellitus patients in Addis Ababa, Ethiopia 11 Medical and Health Sciences.