

ABSTRAK

Manajemen diri yang buruk pada pasien diabetes melitus tipe II berkontribusi terhadap peningkatan komplikasi dan beban perawatan kesehatan. Penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi efektivitas intervensi edukasi melalui seminar dan leaflet terhadap peningkatan manajemen diri pasien diabetes melitus tipe II di Puskesmas Glugur Darat, Medan. Desain penelitian menggunakan kuasi eksperimen dengan kelompok kontrol non-ekivalen. Sampel berjumlah 90 responden yang dibagi menjadi kelompok eksperimen (n=45) yang mendapat seminar dan leaflet serta kelompok kontrol (n=45) yang tidak diberi perlakuan apapun. Pengukuran dilakukan melalui kuesioner pretest dan posttest yang mencakup lima domain manajemen diri: diet, aktivitas fisik, pemantauan gula darah, kepatuhan obat, dan perawatan kaki. Analisis data menggunakan uji Mann-Whitney U karena data tidak berdistribusi normal. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kelompok eksperimen mengalami peningkatan yang signifikan pada seluruh domain manajemen diri, terutama dalam pemahaman prinsip diet (dari 37,78% menjadi 91,11%), kesediaan berjalan kaki sebagai alternatif olahraga (dari 15,56% menjadi 64,44%), dan perilaku mengeringkan sela-sela jari kaki (dari 8,89% menjadi 60,00%). Sebaliknya, kelompok kontrol menunjukkan stagnasi bahkan penurunan pada beberapa indikator. Uji Mann-Whitney U menghasilkan nilai Mean Rank kelompok eksperimen (55,13) lebih tinggi dibandingkan kontrol (35,87) dengan $U=579,0$, $Z=-3,651$, dan $p\text{-value (1-tailed)} < 0,001$, yang menandakan perbedaan peningkatan yang bermakna secara statistik. Simpulan penelitian ini adalah intervensi seminar dan leaflet efektif meningkatkan manajemen diri pasien diabetes melitus tipe II. Disarankan agar metode ini diintegrasikan ke dalam program pelayanan kronis di fasilitas kesehatan primer.

Kata kunci: diabetes melitus tipe II, manajemen diri, seminar, leaflet, efektivitas intervensi

ABSTRACT

Poor self-management in patients with type 2 diabetes mellitus contributes to increased complications and healthcare burden. This study aimed to evaluate the effectiveness of educational intervention through seminars and leaflets on improving self-management among type 2 diabetes mellitus patients at Glugur Darat Primary Health Center, Medan. A quasi-experimental design with a non-equivalent control group was employed. The sample consisted of 90 respondents divided into an experimental group (n=45) receiving seminars and leaflets and a control group (n=45) received no treatment. Measurements were conducted using pretest and posttest questionnaires covering five self-management domains: diet, physical activity, blood glucose monitoring, medication adherence, and foot care. Data were analyzed using the Mann-Whitney U test due to non-normal distribution. The results showed that the experimental group experienced significant improvements across all self-management domains, particularly in understanding dietary principles (from 37.78% to 91.11%), willingness to walk as an exercise alternative (from 15.56% to 64.44%), and behavior of drying interdigital toe spaces (from 8.89% to 60.00%). Conversely, the control group showed stagnation or even decline in several indicators. The Mann-Whitney U test yielded a mean rank of 55.13 for the experimental group compared to 35.87 for the control group, with $U=579.0$, $Z=-3.651$, and a one-tailed p -value <0.001 , indicating a statistically significant difference in improvement. In conclusion, the seminar and leaflet intervention is effective in enhancing self-management among type 2 diabetes mellitus patients. It is recommended that this method be integrated into chronic care programs at primary healthcare facilities.

Keywords: type 2 diabetes mellitus, self-management, seminar, leaflet, intervention effectiveness