



PEMBENTUKAN DM CARE CLASS BOOTS SEBAGAI UPAYA PENINGKATAN SELF-CARE KNOWLEDGE DAN BEHAVIOR PRIMA

Ratna Yunita Sari*, Umdatus Soleha, Riska Rohmawati, Imamatul Faizah, Siti Nur Hasina

Fakultas Keperawatan dan Kebidanan, Universitas Nahdlatul Ulama Surabaya, Jl. Smea No.57, Wonokromo, Surabaya, Jawa Timur 60243, Indonesia

*ratna@unusa.ac.id

ABSTRAK

Diabetes Mellitus (DM) merupakan penyakit kronis dengan prevalensi yang terus meningkat dan menjadi penyebab utama berbagai komplikasi apabila pengelolaannya tidak dilakukan secara optimal. Rendahnya self-care knowledge dan perilaku self-care, serta belum optimalnya peran kader kesehatan dalam pemberdayaan masyarakat, menjadi tantangan dalam pengendalian DM di tingkat komunitas. Sebagai upaya mengatasi permasalahan tersebut, dikembangkan program DM Care Class Boots berbasis Interactive Diabetes Self-Management Education and Support (DSMES) dengan pendekatan Community-Based Participatory Approach. Tujuan: Menganalisis efektivitas program DM Care Class Boots dalam meningkatkan self-care knowledge penyandang Diabetes Mellitus dan kader kesehatan melalui pemberdayaan masyarakat berbasis komunitas. Pengabdian kepada masyarakat dilaksanakan di Kelurahan Wonokromo, Kota Surabaya dengan melibatkan 83 peserta yang terdiri atas 68 penyandang Diabetes Mellitus dan 15 kader kesehatan. Program meliputi pembentukan DM Care Class Boots, edukasi interaktif berbasis DSMES, pelatihan diet diabetes, aktivitas fisik, perawatan kaki diabetik, pelatihan kader sebagai DM Community Agent, pendampingan, serta monitoring dan evaluasi menggunakan desain one-group pretest-posttest. Sebelum intervensi, sebanyak 60 penyandang DM (88%) memiliki tingkat pengetahuan dalam kategori kurang. Setelah mengikuti program, jumlah peserta dengan tingkat pengetahuan baik meningkat menjadi 63 orang (92%). Pada kelompok kader kesehatan, setelah pelatihan sebanyak 14 kader (93%) memiliki tingkat pengetahuan baik mengenai pengelolaan DM dan perannya sebagai DM Community Agent. Peserta memberikan respons positif terhadap metode pembelajaran interaktif karena lebih mudah dipahami dan dapat diaplikasikan dalam kehidupan sehari-hari. Selain meningkatkan pengetahuan, program berhasil memperkuat kapasitas kader, membangun peer support, serta membentuk sistem dukungan berbasis komunitas yang mendukung keberlanjutan penerapan perilaku self-care. Program DM Care Class Boots efektif meningkatkan self-care knowledge penyandang Diabetes Mellitus dan kader kesehatan melalui integrasi edukasi interaktif, pelatihan keterampilan, pendampingan, dan pemberdayaan masyarakat. Model ini berpotensi direplikasi sebagai inovasi pengendalian Diabetes Mellitus berbasis komunitas pada pelayanan kesehatan primer.

Kata kunci: diabetes mellitus; diabetes self-management education and support; kader kesehatan; pemberdayaan masyarakat; self-care knowledge

ESTABLISHMENT OF DM CARE CLASS BOOTS AS AN EFFORT TO IMPROVE SELF-CARE KNOWLEDGE AND EXCELLENT BEHAVIOUR

ABSTRACT

Diabetes Mellitus (DM) is a chronic disease with increasing prevalence and a leading cause of various complications if not managed optimally. Low self-care knowledge and behaviour, along with the suboptimal role of health workers in community empowerment, pose challenges to controlling DM at the community level. To address these challenges, the DM Care Class Boots program, based on Interactive Diabetes Self-Management Education and Support (DSMES), was developed using a Community-Based Participatory Approach. Objective: To analyse the effectiveness of the DM Care Class Boots program in improving the self-care knowledge of people with Diabetes Mellitus and health workers through community-based empowerment. Community service was conducted in Wonokromo Village, Surabaya City, involving 83 participants: 68 people with Diabetes Mellitus and

15 health workers. The program included the establishment of DM Care Class Boots, interactive DSMES-based education, training on diabetes diet, physical activity, and diabetic foot care, training of cadres as DM Community Agents, mentoring, and monitoring and evaluation using a one-group pretest-posttest design. Before the intervention, 60 people with diabetes (88%) had poor knowledge. After participating in the program, the number of participants with good knowledge increased to 63 (92%). In the health cadre group, after training, 14 cadres (93%) had good knowledge regarding diabetes management and their role as DM Community Agents. Participants responded positively to the interactive learning method, as it was easier to understand and applicable to their daily lives. In addition to improving knowledge, the program successfully strengthened the capacity of cadres, built peer support, and established a community-based support system that supports the continued implementation of self-care behaviours. The Boots DM Care Class program effectively improved the self-care knowledge of people with diabetes mellitus and health cadres through the integration of interactive education, skills training, mentoring, and community empowerment. This model has the potential to be replicated as an innovative community-based diabetes mellitus control strategy in primary healthcare.

Keywords: community empowerment; diabetes mellitus; diabetes self-management education and support; health cadres; self-care knowledge

PENDAHULUAN

Diabetes Melitus (DM) merupakan salah satu penyakit tidak menular (PTM) yang berkembang menjadi tantangan kesehatan masyarakat global dengan kecenderungan prevalensi yang terus meningkat dari tahun ke tahun. Meskipun berbagai program pengendalian Diabetes Melitus telah diimplementasikan melalui Posbindu Penyakit Tidak Menular (PTM), Program Pengelolaan Penyakit Kronis (Prolanis), maupun kegiatan penyuluhan kesehatan di tingkat puskesmas, efektivitas program tersebut dalam membentuk perubahan perilaku kesehatan masyarakat masih belum optimal. Kelurahan Wonokromo merupakan salah satu wilayah strategis di Surabaya yang memiliki kepadatan penduduk tinggi dengan karakteristik masyarakat urban heterogen. Perubahan pola hidup masyarakat perkotaan berdampak pada meningkatnya risiko penyakit tidak menular, khususnya Diabetes Mellitus (DM), hipertensi, obesitas, dan penyakit degeneratif lainnya. Berdasarkan data terkini NCD Risk Factor Collaboration (2022) menyatakan bahwa jumlah pasien sebesar 828 juta, 95% menderita diabetes tipe 2. (Borse et al., 2021; “Global, Regional, and National Burden of Diabetes from 1990 to 2021, with Projections of Prevalence to 2050: A Systematic Analysis for the Global Burden of Disease Study 2021.” 2023; “Worldwide Trends in Diabetes Prevalence and Treatment from 1990 to 2022: A Pooled Analysis of 1108 Population-Representative Studies with 141 Million Participants.” 2024).

Data profil kelurahan menunjukkan bahwa komposisi penduduk mencakup banyak kelompok usia produktif, tetapi proporsi lansia (≥ 60 tahun) terus meningkat, terutama di beberapa RW salah satunya RW 05, sehingga resiko penyakit degeneratif seperti diabetes mellitus (DM) menjadi perhatian serius di tingkat RW. Survei-survei di Surabaya menunjukkan bahwa DM merupakan salah satu penyakit dengan prevalensi tertinggi di kalangan penduduk dewasa dan lansia, dan angka ini terus meningkat seiring usia. Pada tingkat provinsi, Jawa Timur termasuk dalam kelompok provinsi dengan prevalensi DM tinggi, dan di level kota Surabaya, DM didokumentasikan sebagai salah satu penyakit kronis dominan di fasilitas kesehatan. Data Riskesdas dan kajian nasional menunjukkan bahwa pada kelompok lansia ≥ 65 tahun, prevalensi DM mendekati 20%, artinya dalam setiap 5 orang lansia terdapat sekitar 1 orang yang menderita DM (Kesehatan & Surabaya, n.d.). Hasil observasi dan wawancara dengan kader Kesehatan di wilayah Wonokromo, penderita DM umumnya memiliki pengetahuan dan keterampilan self-care yang masih rendah, sehingga kontrol gula darah tidak optimal dan risiko komplikasi kronik (nefropati, retinopati, neuropati, dan ulkus diabetik) meningkat, menurunnya produktivitas masyarakat, meningkatnya beban ekonomi keluarga, serta bertambahnya

beban fasilitas kesehatan primer (Ferreira et al., 2024; Sari et al., 2023; Sari, Septianingrum, Faizah, Rohmawati, & Muhith, 2024).

Rendahnya tingkat *self-care knowledge* pada pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 (DMT2) memicu lingkaran setan yang berdampak signifikan pada *self-care behavior*. Kurang pemahaman mendasar mengenai pengelolaan penyakit, termasuk pentingnya diet seimbang, aktivitas fisik teratur, dan penggunaan obat yang tepat, secara langsung menghambat kemampuan pasien untuk melakukan tindakan perawatan diri yang efektif. Pasien cenderung kesulitan dalam mengontrol kadar glukosa darah, meningkatkan risiko komplikasi mikrovaskular dan makrovaskular sampai menurunkan kualitas hidup secara keseluruhan (Aloke et al., 2022; Alsaidan et al., 2023; Ferreira et al., 2024; Paudel et al., 2022). Permasalahan tersebut diperparah oleh belum tersedianya model edukasi yang bersifat komprehensif, partisipatif, dan berkesinambungan di tingkat komunitas. Kegiatan edukasi kesehatan umumnya masih dilaksanakan secara insidental dengan metode ceramah satu arah, berorientasi pada penyampaian informasi, serta belum dilengkapi dengan praktik langsung, pendampingan individual, penguatan motivasi, maupun evaluasi terhadap perubahan perilaku peserta. Di sisi lain, kader kesehatan sebagai ujung tombak pelayanan kesehatan masyarakat belum memiliki kapasitas maupun media edukasi yang terstruktur untuk melakukan pendampingan secara berkelanjutan. Akibatnya, masyarakat tidak memiliki wadah pembelajaran yang mampu memfasilitasi proses belajar bersama, saling berbagi pengalaman, memperkuat dukungan sosial (*peer support*), serta membangun kebiasaan *self-care* yang konsisten. Apabila kondisi ini tidak segera diintervensi, maka risiko terjadinya komplikasi Diabetes Mellitus, meningkatnya angka rawat inap, bertambahnya beban pembiayaan kesehatan, serta menurunnya kualitas hidup penyandang diabetes akan terus meningkat (Kartini et al., 2022; M Syikir et al., 2025; Samudera et al., 2021).

Konsep Diabetes Self-Management Education and Support (DSMES) saat ini menjadi pendekatan yang direkomendasikan dalam pengelolaan Diabetes Mellitus karena terbukti mampu meningkatkan kemampuan pasien dalam mengelola penyakitnya. Program DSMES yang dikombinasikan dengan dukungan dan pendampingan secara signifikan menurunkan kadar HbA1c, meningkatkan kepatuhan pengobatan, memperbaiki *self-efficacy*, serta meningkatkan kemampuan *self-management* dibandingkan pelayanan rutin. Efektivitas tersebut terjadi karena peserta memperoleh pengalaman belajar, motivasi, serta dukungan emosional dari individu yang memiliki pengalaman penyakit yang sama sehingga perubahan perilaku lebih mudah dipertahankan dalam jangka panjang. (Conn & Curtain, 2019; M Syikir et al., 2025; Pirbaglou et al., 2018; Sari, Septianingrum, Faizah, Rohmawati, Hasina, et al., 2024).

Masyarakat wilayah Wonokromo memiliki potensi besar untuk dilakukan pemberdayaan dengan tersediannya kader posyandu dan kader kesehatan aktif, dukungan aparaturnya, dan tokoh masyarakat, balai pertemuan yang dapat dimanfaatkan sebagai pusat edukasi. Namun potensi tersebut belum dimanfaatkan secara optimal sebagai strategi pemberdayaan untuk penderita DM. Berdasarkan kondisi tersebut, diperlukan inovasi program berbasis komunitas berupa Pembentukan DM Care Class Boots sebagai sarana edukasi, pelatihan, pendampingan, dan pembiasaan perilaku *self-care* diabetes secara berkelanjutan. Program pengabdian kepada masyarakat dengan judul “Pembentukan DM Care Class Boots Sebagai Upaya Peningkatan Self-Care Knowledge & Behavior Prima” dirancang sebagai upaya pemberdayaan masyarakat di wilayah Wonokromo melalui pendekatan *interactive community based participatory*. Program ini diharapkan mampu meningkatkan pemahaman penderita DM mengenai manajemen diabetes mellitus sekaligus memperkuat sumber daya psikologis yang dimiliki

sehingga mereka dapat mencapai kontrol glikemik yang optimal, mencegah komplikasi, dan meningkatkan kualitas hidup.

METODE

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini menggunakan pendekatan Community-Based Participatory Approach (CBPA) dengan melibatkan masyarakat secara aktif sejak tahap identifikasi masalah, perencanaan, pelaksanaan, hingga evaluasi program. Pendekatan ini dipadukan dengan model Interactive Nursing Diabetes Self-Management Education and Support (DSMES) sebagai strategi utama untuk meningkatkan *self-care knowledge* dan *self-care behavior* pada penderita Diabetes Mellitus (DM). Sasaran kegiatan adalah penderita DM, keluarga, kader kesehatan, serta perangkat Kelurahan Wonokromo, Kota Surabaya. Pelaksanaan kegiatan berlangsung selama tiga bulan dari bulan mei-juli 2026 yang terdiri atas lima tahapan, yaitu sosialisasi, pelatihan, penerapan teknologi, pendampingan dan evaluasi, serta keberlanjutan program. Kegiatan dilaksanakan di RT. 06 Wonokromo Kota Surabaya yang melibatkan 15 kader kesehatan aktif yang berperan sebagai fasilitator dan pendamping pelaksanaan program dan sasaran utamanya ialah 68 orang penderita DM tipe 2 yang mengalami tantangan dalam pengelolaan penyakitnya.

Adapun tahapan pelaksanaan kegiatan adalah sebagai berikut:

Tahap Sosialisasi

Tahap awal dilakukan melalui koordinasi dengan perangkat Kelurahan Wonokromo, Puskesmas, ketua RW dan RT, serta kader kesehatan untuk memperoleh dukungan pelaksanaan program sekaligus menyusun jadwal kegiatan. Selanjutnya dilakukan identifikasi peserta menggunakan teknik skrining berdasarkan riwayat Diabetes Mellitus, usia, serta faktor risiko penyakit tidak menular. Pada tahap ini peserta memperoleh penjelasan mengenai tujuan program, manfaat pembentukan DM Care Class Boots, mekanisme kegiatan, serta komitmen mengikuti seluruh rangkaian program. Sebelum intervensi diberikan, dilakukan pengukuran awal (*baseline assessment*) meliputi karakteristik peserta, tingkat *self-care knowledge*, *self-care behavior*, kadar glukosa darah sewaktu, tekanan darah, indeks massa tubuh, serta kebiasaan pengelolaan diabetes menggunakan kuesioner terstruktur.

Tahap Pelatihan

Tahap pelatihan dilaksanakan melalui metode Interactive Nursing Diabetes Self-Management Education and Support (DSMES) yang mengombinasikan edukasi interaktif, demonstrasi, praktik langsung, diskusi kelompok kecil, *peer learning*, dan refleksi pengalaman peserta. Materi pelatihan meliputi konsep dasar Diabetes Mellitus, pengaturan nutrisi, aktivitas fisik, kepatuhan pengobatan, pemantauan gula darah mandiri, perawatan kaki diabetik, pencegahan komplikasi, serta peningkatan motivasi melakukan *self-care*. Selain peserta DM, kader kesehatan memperoleh pelatihan Training of Trainers (ToT) agar mampu menjadi fasilitator komunitas dalam memberikan edukasi, melakukan pendampingan, serta memonitor perilaku perawatan diri masyarakat secara mandiri. Pelatihan dilaksanakan dalam empat sesi selama empat minggu dengan metode pembelajaran partisipatif sehingga peserta terlibat aktif dalam pemecahan masalah berdasarkan pengalaman sehari-hari.

Tahap Penerapan Teknologi

Inovasi yang diterapkan dalam kegiatan ini berupa Modul DM Care Class Boots, yaitu media edukasi berbasis bukti (*evidence-based educational module*) yang dikembangkan berdasarkan hasil penelitian tim pengabdian mengenai *Interactive Nursing Diabetes Self-Management Education*. Modul dilengkapi dengan leaflet edukasi, poster perilaku hidup sehat, buku kontrol mandiri (*self-monitoring booklet*), panduan senam diabetes, serta media audiovisual berbentuk video edukasi singkat yang dapat

digunakan secara berkelanjutan oleh kader kesehatan maupun peserta. Teknologi edukasi ini dirancang untuk mempermudah peserta memahami materi melalui bahasa sederhana, ilustrasi visual, dan panduan praktik sehari-hari sehingga mampu meningkatkan literasi kesehatan sekaligus memperkuat perubahan perilaku dalam pengelolaan Diabetes Mellitus.

Tahap Pendampingan dan Evaluasi

Pendampingan dilakukan selama tiga bulan melalui pertemuan rutin DM Care Class Boots yang difasilitasi oleh tim pengabdian bersama kader kesehatan. Setiap pertemuan mencakup kegiatan edukasi singkat (*refreshment education*), diskusi kelompok, praktik aktivitas fisik berupa senam diabetes, monitoring kepatuhan diet, kepatuhan konsumsi obat, pemeriksaan kesehatan sederhana, serta konsultasi individual mengenai hambatan penerapan *self-care*. Evaluasi program dilakukan menggunakan pendekatan pretest-posttest. Indikator yang dievaluasi meliputi peningkatan skor *self-care knowledge*, perubahan *self-care behavior*, tingkat kehadiran peserta, kepatuhan penggunaan buku kontrol mandiri, kepuasan peserta terhadap program, serta perubahan parameter kesehatan berupa kadar glukosa darah sewaktu, tekanan darah, dan indeks massa tubuh. Selain evaluasi kuantitatif, dilakukan pula evaluasi kualitatif melalui diskusi kelompok terarah (*Focus Group Discussion/FGD*) untuk menggali pengalaman peserta, kendala pelaksanaan program, serta rekomendasi pengembangan kegiatan.

Tahap Keberlanjutan Program

Keberlanjutan program dilakukan melalui pembentukan organisasi DM Care Class Boots yang dikelola oleh kader kesehatan sebagai *community diabetes agent*. Tim pengabdian menyerahkan modul edukasi, media promosi kesehatan, buku monitoring, dan panduan pelaksanaan kegiatan kepada kader untuk digunakan pada kegiatan Posbindu PTM dan Posyandu Lansia. Selain itu dilakukan pembentukan kelompok dukungan sebaya (*peer support group*) sebagai sarana berbagi pengalaman dan saling memotivasi dalam menjalankan perilaku *self-care*. Kolaborasi dengan Puskesmas Wonokromo, perangkat kelurahan, dan perguruan tinggi diharapkan mampu mempertahankan keberlangsungan program melalui monitoring berkala dan pengembangan kegiatan edukasi secara mandiri oleh masyarakat.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pembentukan *DM Care Class Boots* merupakan bentuk intervensi berbasis pemberdayaan masyarakat (*community empowerment*) yang dirancang untuk meningkatkan kemampuan individu dan komunitas dalam mengelola Diabetes Mellitus (DM) secara mandiri. Program ini melibatkan 68 penyandang DM dan 15 kader kesehatan sebagai *DM Community Agent* melalui pendekatan *Community Based Participatory Approach* sehingga masyarakat tidak hanya menjadi penerima informasi, tetapi juga berperan aktif dalam seluruh proses perencanaan, pelaksanaan, hingga evaluasi kegiatan. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang telah dilaksanakan di RT. 06 Wonokromo Kota Surabaya selama 3 bulan didapatkan bahwa:

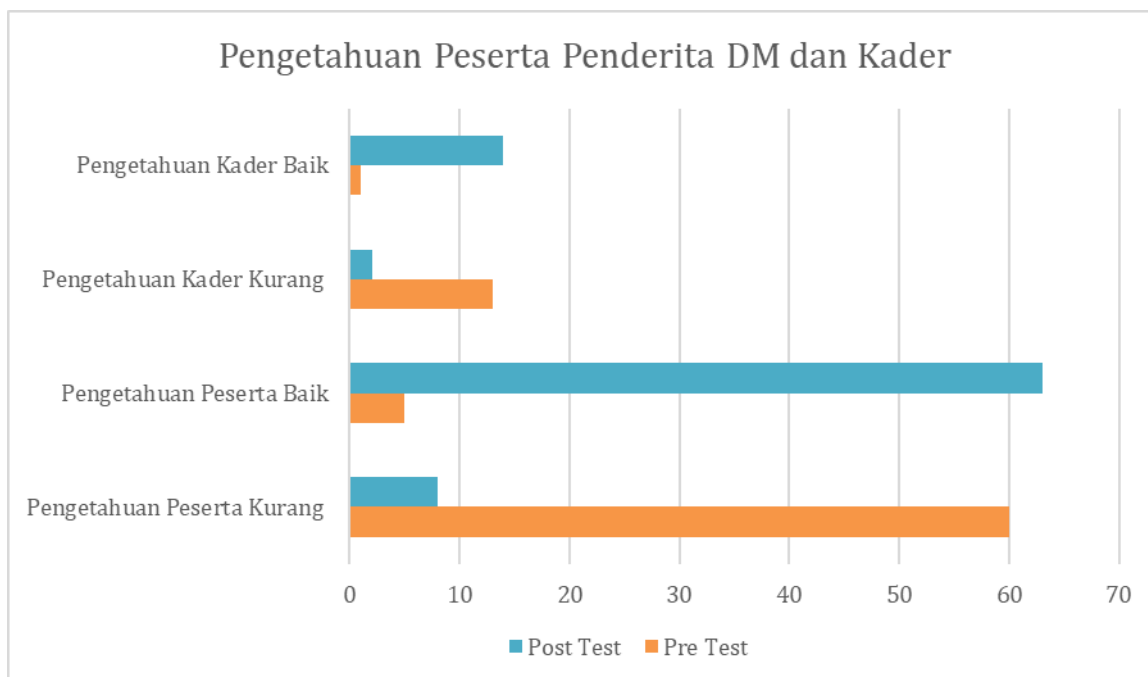


Gambar 1. Karakteristik Peserta Berdasarkan Jenis Kelamin

Berdasarkan Gambar 1, kegiatan pengabdian kepada masyarakat diikuti oleh 83 peserta yang terdiri atas 68 penyandang Diabetes Mellitus (DM) dan 15 kader kesehatan. Dari kelompok penyandang DM, sebanyak 24 peserta (35,3%) berjenis kelamin laki-laki dan 44 peserta (64,7%) berjenis kelamin perempuan. Sementara itu, pada kelompok kader kesehatan terdapat 3 kader laki-laki (20,0%) dan 12 kader perempuan (80,0%).

Pada tahap implementasi program *Pembentukan DM Care Class Boots Sebagai Upaya Peningkatan Self-Care Knowledge & Behavior Prima*, tim pengabdian terlebih dahulu melakukan pengukuran awal (*pre-test*) untuk mengidentifikasi tingkat **self-care knowledge** peserta mengenai Diabetes Mellitus (DM), yang meliputi pemahaman tentang penyakit, pengaturan pola makan, aktivitas fisik, kepatuhan pengobatan, pemantauan kadar glukosa darah, serta perawatan kaki diabetik. Selain itu, dilakukan pula pengukuran tingkat pengetahuan kader kesehatan terkait pencegahan, pengelolaan, dan pendampingan penyandang DM sebagai dasar dalam pelaksanaan pelatihan kader sebagai *DM Community Agent*. Tahap asesmen ini bertujuan untuk memetakan kebutuhan pembelajaran peserta sekaligus menjadi dasar evaluasi efektivitas program melalui perbandingan hasil *pre-test* dan *post-test*. Selanjutnya, tim pengabdian memberikan edukasi interaktif mengenai Diabetes Mellitus Tipe 2 yang mencakup faktor risiko, tanda dan gejala, pencegahan komplikasi, serta prinsip *self-care management* berdasarkan lima pilar pengelolaan diabetes. Kegiatan dilanjutkan dengan demonstrasi dan pelatihan praktik mengenai teknik pemantauan kadar glukosa darah, pengukuran tekanan darah, pengukuran indeks massa tubuh (IMT), penerapan diet diabetes, aktivitas fisik atau senam diabetes yang aman, serta perawatan kaki diabetik sebagai upaya pencegahan ulkus dan komplikasi. Untuk memperkuat keberlanjutan program, peserta memperoleh modul *DM Care Class Boots*, leaflet edukasi, poster kesehatan, dan buku kontrol mandiri sebagai media pembelajaran sekaligus sarana monitoring perilaku *self-care*.

Sebagai bagian dari strategi pemberdayaan masyarakat, kader kesehatan juga mendapatkan pelatihan mengenai teknik komunikasi kesehatan, fasilitasi kelompok, pendampingan penyandang DM, serta pemanfaatan media komunikasi digital melalui grup WhatsApp sebagai sarana koordinasi, pemantauan, penyebaran informasi kesehatan, dan penguatan *peer support* antar anggota *DM Care Class Boots*. Pendekatan ini diharapkan mampu meningkatkan kapasitas kader dalam menjalankan fungsi edukator dan pendamping di tingkat komunitas sehingga keberlanjutan program tetap terjaga setelah kegiatan pengabdian selesai dilaksanakan. Hasil pelaksanaan kegiatan dapat dilihat dalam tabel berikut:



Gambar 2. Pengetahuan Penderita Diabetes Mellitus dan Kader Kesehatan

Berdasarkan Gambar 2, tingkat pengetahuan penyandang Diabetes Mellitus (DM) sebelum mengikuti program *DM Care Class Boots* menunjukkan bahwa sebagian besar peserta, yaitu 60 orang (88%), masih berada pada kategori pengetahuan kurang. Setelah memperoleh rangkaian edukasi, pelatihan, dan pendampingan, hasil evaluasi (*post-test*) menunjukkan peningkatan yang signifikan, di mana 63 peserta (92%) telah mencapai kategori pengetahuan baik. Temuan ini mengindikasikan bahwa pendekatan edukasi interaktif yang diterapkan dalam program mampu meningkatkan pemahaman peserta mengenai Diabetes Mellitus, meliputi konsep dasar penyakit, pengaturan pola makan, aktivitas fisik, kepatuhan pengobatan, pemantauan glukosa darah, serta perawatan kaki diabetik sebagai bagian dari *self-care management*. Peningkatan serupa juga terjadi pada kader kesehatan. Sebelum pelaksanaan pelatihan, sebanyak 13 kader (80%) memiliki tingkat pengetahuan yang masih berada pada kategori kurang terkait Diabetes Mellitus Tipe 2 dan manajemennya. Setelah mengikuti pelatihan kader sebagai *DM Community Agent*, hasil evaluasi menunjukkan bahwa 14 kader (93%) telah memiliki tingkat pengetahuan dalam kategori baik. Hasil tersebut menunjukkan bahwa pelatihan yang diberikan tidak hanya meningkatkan kapasitas kader dalam memahami konsep pengelolaan Diabetes Mellitus, tetapi juga memperkuat kompetensi mereka sebagai edukator dan pendamping masyarakat dalam mendukung keberlanjutan program *DM Care Class Boots* di tingkat komunitas. (Sari et al., 2023; Sari, Septianingrum, Faizah, Rohmawati, & Muhith, 2024).

Selama pelaksanaan kegiatan, peserta memberikan respons yang sangat positif terhadap model pembelajaran yang diterapkan. Sebagian besar peserta menyampaikan bahwa materi yang diberikan lebih mudah dipahami karena disampaikan secara interaktif melalui diskusi, demonstrasi, praktik langsung, serta didukung dengan modul, leaflet, dan media visual yang sederhana. Peserta juga menyatakan bahwa kesempatan untuk berdiskusi mengenai permasalahan yang dihadapi dalam kehidupan sehari-hari, seperti pengaturan pola makan, kepatuhan minum obat, aktivitas fisik, dan perawatan kaki diabetik, meningkatkan rasa percaya diri mereka dalam melakukan perawatan diri secara mandiri. Sementara itu, kader kesehatan menilai bahwa pelatihan yang diberikan meningkatkan kemampuan mereka dalam memberikan edukasi kepada masyarakat serta memperkuat koordinasi

dengan puskesmas dan tim pengabdian melalui kelompok *DM Care Class Boots*.



Gambar 3. Kegiatan Pelatihan Kader Kesehatan



Gambar 4. Sosialisasi Kepada Warga

Selain meningkatkan kapasitas individu, program *DM Care Class Boots* juga memperkuat peran kader kesehatan sebagai *DM Community Agent* dalam mendukung keberlanjutan pengelolaan Diabetes Mellitus di masyarakat. Kader menyampaikan bahwa pelatihan yang diberikan meningkatkan pemahaman dan rasa percaya diri mereka untuk memberikan edukasi, melakukan pendampingan, serta memotivasi masyarakat dalam menjalankan perilaku *self-care*. Menurut penulis, keberhasilan program ini tidak hanya terletak pada peningkatan pengetahuan peserta, tetapi juga pada terbentuknya sistem dukungan berbasis komunitas melalui kolaborasi antara penyandang DM, kader kesehatan, keluarga, dan tenaga kesehatan. Pendekatan ini sejalan dengan konsep *community empowerment* dan *Chronic Care Model* yang menekankan pentingnya pemberdayaan masyarakat serta dukungan sosial dalam pengelolaan penyakit kronis. Dengan demikian, *DM Care Class Boots* tidak hanya menghasilkan perubahan pada tingkat individu, tetapi juga membangun kapasitas komunitas yang berpotensi menjaga keberlanjutan perubahan perilaku dan meningkatkan kualitas pengelolaan Diabetes Mellitus di tingkat pelayanan kesehatan primer (“5. Facilitating Positive Health Behaviors and Well-Being to Improve Health Outcomes: Standards of Care in Diabetes-2025,” 2025; Ferreira et al., 2024; Paudel et al., 2022)

SIMPULAN

Program pengabdian masyarakat "Pembentukan *DM Care Class Boots* Sebagai Upaya Peningkatan Self-Care Knowledge & Behavior Prima" berhasil meningkatkan pengetahuan penyandang Diabetes Mellitus dan kader kesehatan mengenai pengelolaan Diabetes Mellitus melalui pendekatan *Interactive Diabetes Self-Management Education and Support* (DSMES) berbasis komunitas. Integrasi edukasi interaktif, pelatihan keterampilan, pendampingan, serta penguatan peran kader sebagai *DM Community Agent* terbukti mendukung peningkatan kapasitas masyarakat dalam menerapkan perilaku *self-care*

secara mandiri dan berkelanjutan. Model *DM Care Class Boots* memiliki potensi untuk direplikasi sebagai strategi promotif dan preventif dalam pengendalian penyakit kronis di tingkat komunitas melalui kolaborasi antara masyarakat, kader kesehatan, puskesmas, dan perguruan tinggi.

DAFTAR PUSTAKA

- Facilitating Positive Health Behaviors and Well-being to Improve Health Outcomes: Standards of Care in Diabetes-2025. (2025). *Diabetes Care*, 48(1 Suppl 1), S86–S127. <https://doi.org/10.2337/dc25-S005>
- Aloke, C., Egwu, C. O., Aja, P. M., Obasi, N. A., Chukwu, J., Akumadu, B. O., Ogbu, P. N., & Achilonu, I. (2022). Current Advances in the Management of Diabetes Mellitus. *Biomedicines*, 10(10). <https://doi.org/10.3390/biomedicines10102436>
- Alsaidan, A. A., Thirunavukkarasu, A., Alhassan, H. H., Bin Ahmed, I. A., Alnasiri, A. S., Alhirsan, W. M., Alazmi, N. N. M., Alkhalf, A. K., Alderbas, J. M., & Alkhaldi, M. A. (2023). Evaluation of Self-Management Behaviors and Its Correlation with the Metabolic Syndrome among the Type 2 Diabetes Mellitus Patients of Northern Saudi Arabia. *Journal of Clinical Medicine*, 13(1). <https://doi.org/10.3390/jcm13010118>
- Borse, S. P., Chhipa, A. S., Sharma, V., Singh, D. P., & Nivsarkar, M. (2021). Management of Type 2 Diabetes: Current Strategies, Unfocussed Aspects, Challenges, and Alternatives. *Medical Principles and Practice : International Journal of the Kuwait University, Health Science Centre*, 30(2), 109–121. <https://doi.org/10.1159/000511002>
- Conn, S., & Curtain, S. (2019). Health coaching as a lifestyle medicine process in primary care. *Australian Journal of General Practice*, 48(10), 677–680. <https://doi.org/10.31128/AJGP-07-19-4984>
- Ferreira, P. L., Morais, C., Pimenta, R., Ribeiro, I., Amorim, I., Alves, S. M., & Santiago, L. (2024). Knowledge about type 2 diabetes: its impact for future management. *Frontiers in Public Health*, 12, 1328001. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2024.1328001>
- Global, regional, and national burden of diabetes from 1990 to 2021, with projections of prevalence to 2050: a systematic analysis for the Global Burden of Disease Study 2021. (2023). *Lancet* (London, England), 402(10397), 203–234. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(23\)01301-6](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(23)01301-6)
- Kartini, Y., Faizah, I., Nursalam, N., Ahsan, A., & Sari, R. Y. (2022). Carative Caring and Cognitive Behavior Therapy on Self Efficacy and Self Care of Covid-19 Patients. *Open Access Macedonian Journal of Medical Sciences*, 10(G), 86–91.
- Kesehatan, P., & Surabaya, K. (n.d.). No Title.
- M Syikir, Sjattar, E. L., Kadar, K. S., & Najamuddin, N. I. (2025). The Roles of Nurses in Health Coaching to Improve Self-Care Management among People with Type 2 Diabetes Mellitus: A Scoping Review. *Genius Journal*, 6(1 SE-Literature Review), 188–196. <https://doi.org/10.56359/gj.v6i1.643>
- Paudel, G., Vandelanotte, C., Dahal, P. K., Biswas, T., Yadav, U. N., Sugishita, T., & Rawal, L. (2022). Self-care behaviours among people with type 2 diabetes mellitus in South Asia: A systematic review and meta-analysis. *Journal of Global Health*, 12, 4056. <https://doi.org/10.7189/jogh.12.04056>
- Pirbaglou, M., Katz, J., Motamed, M., Pludwinski, S., Walker, K., & Ritvo, P. (2018). Personal Health Coaching as a Type 2 Diabetes Mellitus Self-Management Strategy: A Systematic Review and Meta-Analysis of Randomized Controlled Trials. *American Journal of Health Promotion : AJHP*, 32(7), 1613–1626. <https://doi.org/10.1177/0890117118758234>
- Samudera, W. S., Efendi, F., & Indarwati, R. (2021). Effect of community and peer support based healthy lifestyle program (CP-HELP) on self care behavior and fasting blood glucose in patient

- with type 2 Diabetes Mellitus. *Journal of Diabetes and Metabolic Disorders*, 20(1), 193–199. <https://doi.org/10.1007/s40200-021-00729-y>
- Sari, R. Y., Hatmanti, N. M., Faizah, I., Rohmawati, R., Muhith, A., & Afiyah, R. K. (2023). Spiritual diabetes self-management health coaching on self-efficacy, self-care, and blood glucose levels in type 2 diabetes mellitus patients. *Bali Medical Journal*, 12(3), 2768–2773.
- Sari, R. Y., Septianingrum, Y., Faizah, I., Rohmawati, R., Hasina, S. N., Rusdianingseh, R., & Irawan, D. (2024). Optimalisasi Self-Management Diabetes melalui Health Coaching bagi Kader Kesehatan Sebagai Upaya Pengontrolan Kadar Gula Darah Penderita DM. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)*, 7(9), 4020–4031.
- Sari, R. Y., Septianingrum, Y., Faizah, I., Rohmawati, R., & Muhith, A. (2024). Psychoeducation and Interactive Nursing Reminder Based on Health Belief Model Theory on Health Locus of Control and Blood Sugar Levels of Diabetes Mellitus Patients. *Frontiers in Health Informatics*, 13(3), 7032–7041. <https://doi.org/https://doi.org/10.52783/fhi.vi.629>
- Worldwide trends in diabetes prevalence and treatment from 1990 to 2022: a pooled analysis of 1108 population-representative studies with 141 million participants. (2024). *Lancet* (London, England), 404(10467), 2077–2093. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(24\)02317-1](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(24)02317-1)