



PENGUATAN SPIRITUAL GROUP THERAPY (SGT) SEBAGAI STRATEGI PENINGKATAN KEMANDIRIAN, KESEHATAN PSIKOLOGIS DAN KESEJAHTERAAN SPIRITUAL LANSIA PENDERITA DIABETES MELLITUS (DM) TIPE 2

Siti Nur Hasina*, M. Shodiq, Umdatul Soleha

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

*sitinurhasina@unusa.ac.id

ABSTRAK

Diabetes Mellitus Tipe 2 tidak hanya berdampak pada kesehatan fisik, tetapi juga memberikan tekanan psikologis dan spiritual yang signifikan. Tujuan pengabdian masyarakat ini meningkatkan kemandirian lansia dalam mengelola penyakit mereka sekaligus memperkuat kemandirian dan kesehatan psikologis serta kesejahteraan spiritual mereka melalui pendekatan partisipatif berbasis komunitas. Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan di Posyandu Lansia Mahatma RW.03 Manukan Kulon Surabaya. Peserta dalam Pengabdian ini yaitu kader dan seluruh penderita Diabetes Mellitus Tipe 2 dengan jumlah 78 peserta. Kegiatan ini dilakukan dalam bentuk edukasi berupa sosialisasi dan penyuluhan, demonstrasi dan pelatihan terkait Kegiatan Spiritual Group Therapy (SGT) yang dilaksanakan selama 3 bulan di Posyandu Lansia Mahatma berhasil meningkatkan kemandirian, kesehatan psikologis, dan kesejahteraan spiritual lansia penderita DM tipe 2. Program ini memberikan edukasi terpadu mengenai manajemen penyakit diabetes, pelatihan penggunaan alat pengukuran kesehatan, serta pendampingan spiritual yang terstruktur. Hasil pengukuran menunjukkan peningkatan yang signifikan pada tingkat pengetahuan lansia dan kader kesehatan, tingkat kemandirian lansia dalam mengelola penyakitnya, serta kondisi kesehatan psikologis dan kesejahteraan spiritual peserta. Selain itu, diterapkan pula inovasi berupa aplikasi digital "SGT DM Corner" yang memfasilitasi edukasi dan monitoring mandiri, yang meningkatkan literasi digital serta partisipasi kader dan lansia. Kunjungan ke Posyandu juga meningkat signifikan, menunjukkan antusiasme dan keaktifan peserta dalam mengikuti program. Luaran yang dicapai meliputi publikasi artikel ilmiah, berita media massa, produk audio visual, poster, dan peningkatan keterampilan manajemen mitra program. Perlu peningkatan skill dan kemampuan kader posyandu khususnya dalam hal kesehatan. Sehingga menjadi rujukan dasar dalam palitif care di Posyandu Lansia. Posyandu lansia terstruktur baik akan berdampak pada kesehatan lansia khususnya dalam hal Kemandirian, Kesehatan Psikologis dan Kesejahteraan Spiritual Lansia.

Kata kunci: diabetes militus; kemandirian; kesejahteraan spiritual; psikologis; spiritual group therapy

STRENGTHENING SPIRITUAL GROUP THERAPY (SGT) AS A STRATEGY TO INCREASE INDEPENDENCE, PSYCHOLOGICAL HEALTH AND SPIRITUAL WELL-BEING OF ELDERLY PEOPLE WITH TYPE 2 DIABETES MELLITUS (DM)

ABSTRACT

Type 2 Diabetes Mellitus not only impacts physical health, but also causes significant psychological and spiritual stress. The purpose of this community service is to increase the independence of the elderly in managing their disease while strengthening their independence and psychological health and spiritual well-being through a community-based participatory approach. This community service activity was carried out at the Mahatma Elderly Health Post (Posyandu Lansia Mahatma RW.03 Manukan Kulon Surabaya. Participants in this service were cadres and all Type 2 Diabetes Mellitus sufferers with a total of 78 participants. This activity was carried out in the form of education in the form of socialization and counseling, demonstrations and training related to Spiritual Group Therapy (SGT) Activities carried out for 3 months at the Mahatma Elderly

Health Post successfully increased the independence, psychological health, and spiritual well-being of elderly people with type 2 DM. This program provided integrated education on diabetes management, training in the use of health measurement tools, and structured spiritual support. The measurement results showed a significant increase in the level of knowledge of the elderly and health cadres, the level of independence of the elderly in managing their disease, as well as the psychological health and spiritual well-being of participants. In addition, an innovation was implemented in the form of the digital application "SGT DM Corner," which facilitates education and self-monitoring, increasing digital literacy and the participation of cadres and the elderly. Visits to the Integrated Health Post (Posyandu) also increased significantly, demonstrating the enthusiasm and active participation of participants in the program. Outputs include the publication of scientific articles, mass media news, audiovisual products, posters, and improved management skills of program partners. There is a need to improve the skills and abilities of Posyandu cadres, particularly in health matters. This will serve as a basic reference for palliative care at the Elderly Posyandu. A well-structured Posyandu for the elderly will impact the health of the elderly, particularly in terms of independence, psychological health, and spiritual well-being.

Keywords: diabetes mellitus; independence; psychological; spiritual well-being; spiritual group therapy

PENDAHULUAN

Diabetes Mellitus (DM) Tipe 2 merupakan salah satu tantangan kesehatan global yang terus berkembang, memberikan tekanan besar pada sistem kesehatan dan menurunkan kualitas hidup individu yang mengalaminya. Berdasarkan laporan International Diabetes Federation (IDF), pada tahun 2021 lebih dari setengah miliar orang di seluruh dunia menderita diabetes, dengan proyeksi jumlah ini akan terus meningkat secara signifikan di tahun-tahun mendatang (Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, 2019). Di Indonesia, tren serupa juga terlihat. Survei nasional Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018 mencatat bahwa prevalensi diabetes pada penduduk berusia 15 tahun ke atas mencapai 8,5%, menunjukkan peningkatan dibandingkan angka tahun 2013 (Hasina, S. N., et al., 2021). DM Tipe 2 tidak hanya berdampak pada kesehatan fisik, tetapi juga memberikan tekanan psikologis dan spiritual yang signifikan. Lansia dengan DM sering kali menghadapi stres, depresi, dan kecemasan akibat pengelolaan penyakit yang kompleks dan berkelanjutan. Penelitian menunjukkan bahwa kondisi psikospiritual yang terganggu dapat memperburuk pengendalian kadar gula darah, meningkatkan risiko komplikasi seperti penyakit jantung, gagal ginjal, dan neuropati, serta menurunkan kualitas hidup secara keseluruhan (Hasina, S.N., et al., 2024). Selain itu, kehilangan makna hidup (meaning of life) dan kesejahteraan spiritual menjadi tantangan besar bagi lansia penderita DM (Sujana R.C., Wahyuningsih H., Uyun Q., 2015; Ratnawati, D., Siregar, T., & Wahyudi, C. T., 2018).

Posyandu Lansia Mahatma terletak di RW 03, Kelurahan Manukan Kulon, Surabaya, dengan jumlah lansia aktif mencapai 152 orang. Dari jumlah tersebut, sebanyak 63 orang merupakan lansia penderita Diabetes Mellitus (DM) tipe 2 yang rutin berkunjung dan mengikuti program di Posyandu. Mitra sasaran ini merupakan kelompok rentan yang menghadapi berbagai tantangan dalam pengelolaan kesehatan fisik, psikologis, dan spiritual khususnya pasien diabetes mellitus. Lansia dengan DM tipe 2 di Posyandu menghadapi kendala sakit kronis yang berdampak pada mobilitas dan keseharian mereka. Data awal menunjukkan banyak lansia yang belum mampu melakukan pengelolaan mandiri terhadap penyakitnya, baik dari aspek pengaturan diet, aktivitas fisik, maupun kontrol glukosa darah. Potensi komplikasi seperti neuropati, hipertensi, dan gangguan kardiovaskular juga ditemukan secara signifikan, mengancam kesehatan jangka Panjang. Analisis wawancara dan observasi mengungkapkan bahwa lansia penderita DM mengalami risiko tinggi terhadap gangguan psikologis berupa stres, kecemasan, dan depresi. Selain itu, terdapat kekosongan spiritual dan rasa keterasingan akibat minimnya dukungan komunitas yang terorganisir. Ketiadaan kelompok pendampingan spiritual dan sosial memperparah kondisi ini. Kader kesehatan dan tokoh masyarakat pun mengakui kurangnya

pendekatan yang menyentuh aspek spiritual sebagai bagian dari pengelolaan penyakit kronis pada lansia. Posyandu Lansia Mahatma memiliki potensi kader aktif yang selama ini melakukan pendataan dan layanan kesehatan dasar. Namun, aktivitas kader masih terbatas pada pemeriksaan fisik tanpa melibatkan aspek psikososial dan spiritual. Pelayanan rutin yang tidak konsisten menyebabkan penurunan motivasi peserta, apalagi tanpa dukungan kelompok sebaya yang dapat saling menguatkan. Aksesibilitas layanan juga masih menjadi kendala bagi beberapa lansia dengan keterbatasan mobilitas dan transportasi

Penelitian menunjukkan bahwa spiritual group therapy (SGT) dapat membantu lansia menemukan makna hidup dan meningkatkan well-being spiritual mereka. SGT juga mampu menurunkan tingkat stres psikologis dan meningkatkan pola self-management yang diperlukan dalam penatalaksanaan DM tipe 2 (Hasina, R., et al., 2024). Intervensi secara kelompok, seperti SGT, memiliki keunggulan dalam meningkatkan perilaku mandiri melalui edukasi terpadu, diskusi peer-support, dan latihan spiritual terstruktur. Studi pada komunitas lansia menunjukkan bahwa intervensi kelompok selama 12–14 minggu mampu meningkatkan pengetahuan, sikap, keterampilan kemandirian, dan memperbaiki tekanan darah serta glukosa darah penderita DM tipe 2 secara signifikan. Penerapan SGT dalam Posyandu Lansia Mahatma Surabaya diharapkan mampu memperkuat peran komunitas dalam memfasilitasi lansia menuju kemandirian dan kesejahteraan spiritual, dengan dukungan kader serta tenaga Kesehatan. Program SGT yang menggabungkan pemeriksaan kesehatan, aktivitas fisik, dan terapi spiritual mampu memberikan ketenangan mental, motivasi untuk hidup sehat, serta mendorong lansia lebih mandiri dalam self-management diabetes, sehingga mendukung pencegahan komplikasi dan meningkatkan kualitas hidup mereka secara holistik. Adanya bukti kuat hubungan antara spiritualitas, penurunan depresi, dan peningkatan perilaku perawatan diri pada lansia DM tipe 2 menjadikan intervensi SGT pada Posyandu Lansia Mahatma Surabaya sangat relevan, urgen, dan berpotensi menjadi model pengabdian masyarakat yang inovatif dan berdampak luas bagi kesehatan komunitas lansia. Tujuan Program ini bertujuan untuk meningkatkan kemandirian lansia dalam mengelola penyakit mereka sekaligus memperkuat kemandirian dan kesehatan psikologis serta kesejahteraan spiritual mereka melalui pendekatan partisipatif berbasis komunitas.

METODE

Kegiatan ini dilaksanakan di Posyandu Lansia Mahatma RW. 03 Manukan Kulon Kota Surabaya selama 3 bulan. Program pengabdian dilakukan dengan pendekatan kolaboratif yang melibatkan tim pengabdian dan pihak mitra. Pendekatan tersebut dilakukan dengan metode edukasi, pelatihan dan pemberdayaan.

1. Sasaran Peserta

Sasaran peserta dalam program ini adalah lansia penderita Diabetes Mellitus (DM) tipe 2 yang aktif mengikuti kegiatan di Posyandu Lansia Mahatma, RW 03, Kelurahan Manukan Kulon, Surabaya. Total sasaran berjumlah 63 orang lansia penderita DM tipe 2 yang mengalami tantangan dalam pengelolaan penyakitnya. Selain itu, 15 kader kesehatan aktif di posyandu lansia juga menjadi sasaran utama, karena mereka berperan sebagai fasilitator dan pendamping pelaksanaan program.

2. Tahap pelaksanaan

Pelaksanaan pengabdian dibagi menjadi lima tahap utama yang sistematis dan terstruktur, yaitu:

a. Perencanaan

Pada tahap awal, tim pengusul melakukan koordinasi intensif dengan mitra Posyandu Lansia dan tokoh masyarakat untuk menyusun rencana kerja yang sesuai dengan kebutuhan dan kondisi eksisting peserta. Penentuan jadwal kegiatan, penyiapan materi edukasi, serta perancangan modul Spiritual Group Therapy (SGT) dan pelatihan kader dilakukan dalam fase ini.

b. Sosialisasi

Sosialisasi dilakukan dengan mengundang seluruh peserta sasaran, kader, dan pihak terkait melalui pertemuan tatap muka dan komunikasi daring untuk memperkenalkan tujuan, manfaat, dan mekanisme pelaksanaan program. Informasi juga disebarluaskan lewat grup WhatsApp komunitas lansia agar peserta termotivasi secara konsisten mengikuti kegiatan.

c. Edukasi dan Pelatihan

Tahap edukasi berupa pemberian materi tentang Diabetes Mellitus, manajemen diabetes dengan terapi nonfarmakologinya. Tahap pelatihan difokuskan pada peningkatan kapasitas kader dan peserta tentang manajemen DM, pelatihan pemeriksaan gula darah, pengukuran tekanan darah, dan pengukuran Masa lemak dalam tubuh dengan timbangan digital, dilakukan juga pelatihan teknik pengelolaan stres, spiritualitas, serta keterampilan memfasilitasi kelompok SGT. Pelatihan juga mencakup pengenalan penggunaan aplikasi digital “SGT DM Corner” sebagai sarana edukasi dan manajemen diabetes mellitus.

d. Penerapan Teknologi

Dalam tahap ini, teknologi informasi dimanfaatkan dengan mengoperasikan aplikasi “SGT DM Corner” yang memuat bahan edukasi, video instruksi, pencatatan aktivitas harian. Selain itu, pemantauan kesehatan dan pelaporan kegiatan dilakukan secara digital untuk efisiensi dan integrasi data.

e. Pendampingan dan evaluasi

Tim pengusul bersama kader melakukan pendampingan reguler pada kegiatan SGT dan pengukuran indikator kesehatan seperti kadar gula darah. Evaluasi dilakukan secara kuantitatif melalui pre-post test pengetahuan dan status kesehatan serta kualitatif via wawancara dan diskusi kelompok guna menilai efektivitas program dan melakukan perbaikan. Selain itu keaktifan peserta dalam kegiatan posyandu dilakukan secara observasi dengan bantuan kader dengan menekankan media komunikasi WhatsApp.

f. Keberlanjutan Program

Keberlanjutan dijamin dengan pelatihan kader secara berkelanjutan, pembentukan jejaring kemitraan, dan pencarian sumber pendanaan lanjutan. Program juga dirancang untuk dapat diintegrasikan ke dalam kegiatan rutin Posyandu dan dikelola oleh kader serta tokoh masyarakat setempat.

3. Partisipasi Mitra

Mitra utama, yaitu lansia penderita DM dan kader kesehatan, akan berperan aktif dalam seluruh tahapan program. Lansia dilibatkan dalam perencanaan, sebagai peserta pelatihan dan SGT, serta sebagai pengawas implementasi. Kader bertanggung jawab sebagai fasilitator, pengumpul data, dan pendamping lansia. Pihak Posyandu dan tokoh masyarakat (Ketua RW. 03 Manukan Kulon dan Ketua Posyandu Lansia Mahatma Surabaya) mendukung secara moral dan logistik.

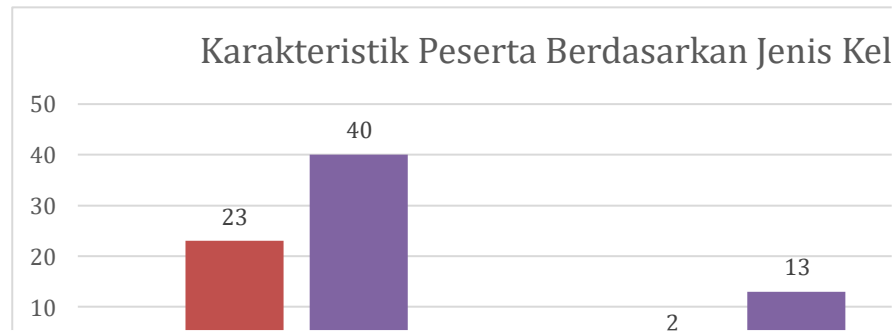
4. Evaluasi Pelaksanaan Program

- Evaluasi Proses: Monitoring kehadiran peserta, keterlibatan kader, dan kelancaran pelaksanaan setiap sesi SGT serta pelatihan melalui laporan harian dan observasi lapangan.
- Evaluasi Hasil: Pengukuran perubahan pengetahuan, kemampuan manajemen DM, status kesehatan (misal kadar gula darah), dan aspek psikologis-spiritual sebelum dan setelah intervensi menggunakan instrumen valid dan wawancara.
- Evaluasi Dampak: Penilaian keberlanjutan kegiatan, kepuasan peserta, serta kemampuan kader dan masyarakat untuk mengelola program secara mandiri setelah masa pengabdian

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan ini pengabdian kepada masyarakat yang dilaksanakan di Posyandu Lansia Mahatma RW. 03 Manukan Kulon Kota Surabaya selama 3 bulan didapatkan bahwa:

Karakteristik peserta berdasarkan jenis kelamin yaitu:



Gambar 1. Karakteristik Peserta Berdasarkan Jenis Kelamin

Berdasarkan gambar 1 didapatkan bahwa jumlah peserta lansia yang mengalami diabetes mellitus sebesar 63 dengan berjenis kelamin laki-laki 23 peserta dan 40 peserta perempuan. Kader yang mengikuti kegiatan ini sebanyak 15 kader dengan 2 kader laki-laki dan 13 kader perempuan.

Sosialisasi dan Persiapan

Pada tahap ini, tim pengusul melakukan sosialisasi program, kepada kader kesehatan, peserta yang mengalami diabetes mellitus, serta pihak-pihak terkait lainnya. Sosialisasi dilakukan melalui pertemuan tatap muka yang interaktif dan inklusif, dengan memberikan penjelasan mendalam mengenai tujuan program, manfaat yang diharapkan, serta peran dan tanggung jawab masing-masing pihak.

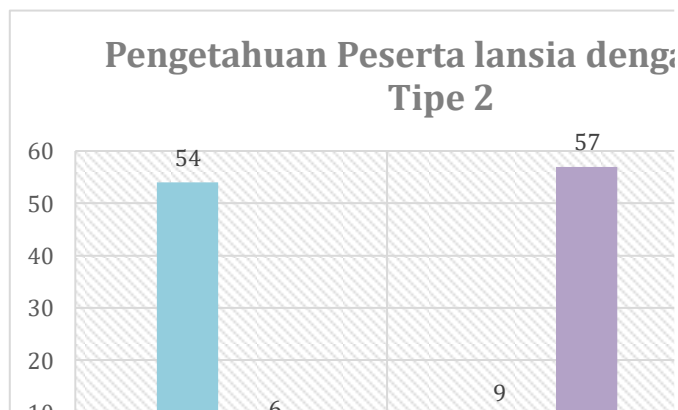


Gambar 2. Kegiatan Sosialisasi dan Persiapan

Pada Gambar 2 menunjukkan bahwa telah dilaksanakan kegiatan sosialisasi dan persiapan dengan dihadiri beberapa pihak yaitu perwakilan RW. 03 Manukan Kulon, Ketua Posyandu Lansia Mahatma, para kader dan lansia penderita diabetes mellitus.

Edukasi dan Pelatihan Kader Kesehatan dan Lansia Penderita DM

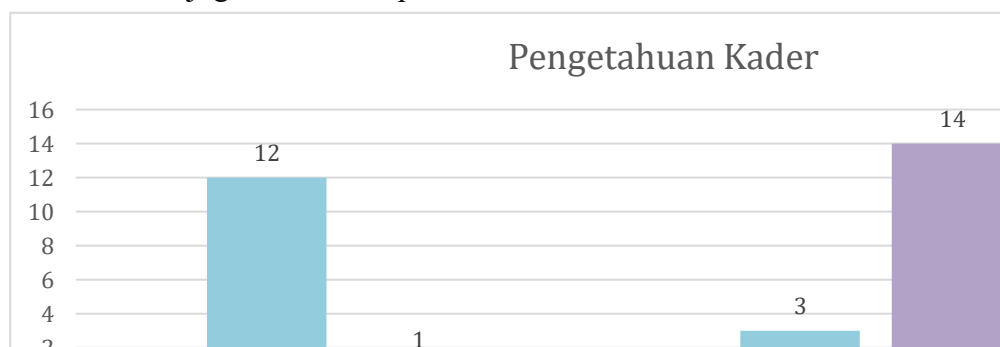
Pada kegiatan ini tim melakukan Pengukuran Tingkat Pengetahuan Lansia terkait manajemen Penyakit Diabetes Mellitus, pengukuran tingkat kemandirian, kesehatan psikologis dan kesejahteraan lansia. Pengukuran tingkat pengetahuan kader juga diukur terkait Diabetes mellitus dan manajemennya. kemudian dilanjutkan memberikan edukasi tentang Diabetes Mellitus Tipe 2 dan komplikasi yang mungkin terjadi., kemudian dilanjutkan memberikan demonstrasi dan pelatihan Teknik pengukuran kadar gula darah, tekanan darah yang benar serta menimbang dengan melihat kadar lemak tubuh, kemudian menunjukkan aktivitas fisik ringan yang aman dan efektif bagi lansia. Mensosialisasikan dan memebrikan Teknik fasilitasi kelompok Spiritual Group Therapy (SGT) yang efektif serta pelatihan Penggunaan aplikasi pendukung program (WhatsApp untuk koordinasi dan penyebaran informasi akan kegiatan posyandu lansia). Dari hasil tersebut didapatkan bahwa:



Gambar 3. Pengetahuan Lansia dengan Diabetes Mellitus Tipe 2

Pada gambar 3 menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan lansia sebelum diberikan edukasi dan pelatihan didapatkan bahwa 54 (86%) berpengatahuan kurang, sedangkan setelah kegiatan yang diukur pada saat evaluasi didapatkan bahwa tingkat pengetahuan meningkat dengan 57 (90%) yaitu memiliki pengetahuan baik.

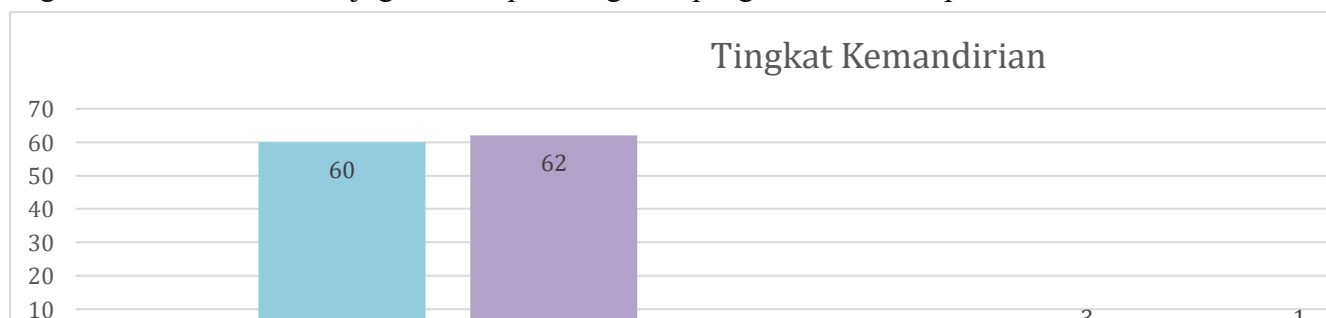
Tingkat pengetahuan kader juga diukur didapatkan bahwa:



Gambar 4. Pengetahuan Kader

Pada gambar 4 menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan kader terkait Diabetes Mellitus tipe 2 dan manajemennya didapatkan bahwa sebelum diberikan edukasi dan pelatihan didapatkan bahwa 12 (80%) berpengatahuan kurang, sedangkan setelah kegiatan yang diukur pada saat evaluasi didapatkan bahwa tingkat pengetahuan meningkat dengan 14 (93%) yaitu memiliki pengetahuan baik.

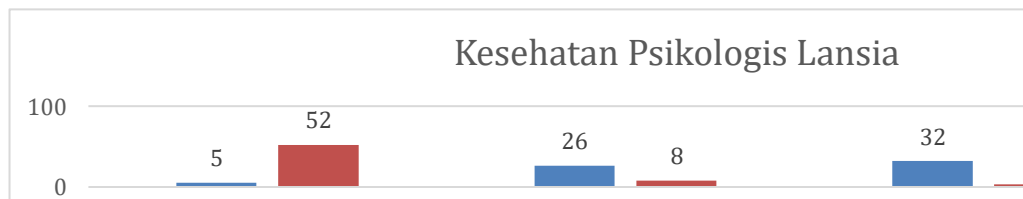
Tingkat kemandirian lansia juga diukur pada kegiatan pengabdian ini didapatkan bahwa:



Gambar 5. Tingkat Kemandirian Lansia dengan Diabetes Mellitus Tipe 2

Pada gambar 5 menunjukkan bahwa kemandirian lansia 60 (95%) pada tingkat mandiri. Setelah mengikuti edukasi dan pelatihan didapatkan bahwa tingkat kemandirian 62 (98%) pada tingkat mandiri.

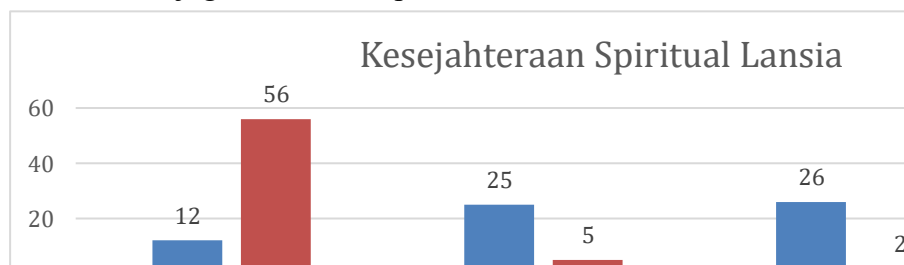
Kesehatan psikologis lansia juga diukur, didapatkan bahwa:



Gambar 6. Kesehatan Psikologis Lansia

Pada gambar 6 menunjukkan bahwa kesehatan psikologis lansia didapatkan bahwa sebelum dilakukan kegiatan pengabdian masyarakat ini didapatkan bahwa 32 (51%) memiliki kesehatan psikologis yang kurang, dan setelahnya didapatkan bahwa 52 (82,5%) memiliki psikologis kesehatan baik.

Kesejahteraan spiritual lansia juga diukur, didapatkan bahwa:



Gambar 7. Kesejahteraan Spiritual Lansia

Pada gambar 7 menunjukkan bahwa kesejahteraan spiritual lansia didapatkan bahwa sebelum dilakukan kegiatan pengabdian masyarakat ini didapatkan bahwa 26 (41,2%) memiliki kesejahteraan spiritual yang kurang, dan setelahnya didapatkan bahwa 56 (88,8%) memiliki kesejahteraan spiritual baik.



Gambar 8. Pelaksanaan Kegiatan Edukasi dan Pelatihan

Sosialisasi dan Pelatihan Penggunaan Aplikasi SGT DM Corner

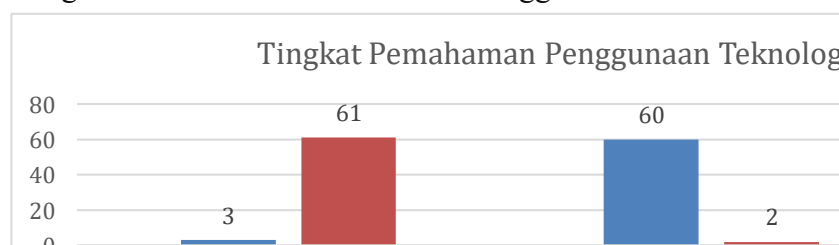
Pada gambar 9. Menunjukkan dokumentasi kegiatan sosialisasi dan pelatihan penggunaan teknologi berupa website SGT DM Corner yang dapat diakses pada link berikut: <https://www.sgtmcorner.com/> . kegiatan ini juga diukur tingkat pemahaman tentang penggunaan aplikasi website tersebut. Pemahaman tersebut tersaji pada tabel berikut:

Tabel 1.

Hasil Pre Test dan Post Tes Pemahaman tentang Penggunaan Website pada lansia							
Pre test				Post Tes			
Baik		Kurang		Baik		Kurang	
f	%	f	%	f	%	f	%
3	5	60	95	61	97	2	4



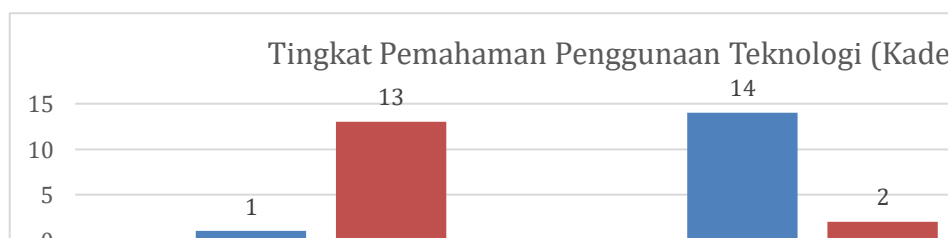
Gambar 9. Kegiatan Sosialisasi dan Pelatihan Penggunaan Website SGT DM Corner



Gambar 10. Tingkat Pemahaman Penggunaan Teknologi
Tabel 2.

Hasil Pre Test dan Post Test Pemahaman tentang Penggunaan Website pada kader

Pre test				Post Tes			
Baik		Kurang		Baik		Kurang	
f	%	f	%	f	%	f	%
1	6	14	94	13	87	2	13



Gambar 11. Tingkat Pemahaman Penggunaan Teknologi

Aksesibilitas Layanan Kesehatan

Berdasarkan pengambilan data diposyandu lansia mahatma dengan melihat keaktifan lansia mengikuti kegiatan posyandu lansia didapatkan hasil pada gambar 12. Dari gambar 12 menunjukkan bahwa terjadi peningkatan kunjungan dengan melihat keaktifan lansia mengikuti posyandu lansia mahatma pada acara POSGA yaitu dari 42 (66%) lansia aktif meningkat menjadi 61 (97%). Berdasarkan hasil kegiatan Spiritual Group Therapy (SGT) untuk lansia penderita Diabetes Mellitus tipe 2 di Posyandu Lansia Mahatma Surabaya, terjadi peningkatan signifikan pada level keberdayaan peserta dan kader

posyandu. Peningkatan ini terlihat dari indikator kunci seperti pengetahuan, kemandirian dalam pengelolaan penyakit, kesehatan psikologis, dan kesejahteraan spiritual.



Gambar 12. Keaktifan Kunjungan

Analisis Peningkatan Level Keberdayaan

1. Pengetahuan Kesehatan

Sebelum intervensi, mayoritas lansia memiliki pengetahuan kurang tentang manajemen diabetes. Setelah mengikuti edukasi dan pelatihan, proporsi lansia dengan pengetahuan baik meningkat jauh (dari 14% menjadi lebih dari 90%). Begitu juga pada kader, terjadi peningkatan pengetahuan baik dari 20% menjadi 93% setelah intervensi dan pelatihan

2. Kemandirian lansia

Awalnya 95% lansia tergolong mandiri, dan setelah intervensi, angka ini meningkat menjadi 98%. Lansia mampu melakukan pengelolaan mandiri penyakit seperti pemeriksaan gula darah, tekanan darah, serta pengaturan diet dan aktivitas fisik, didukung oleh pelatihan dan penggunaan teknologi

3. Literasi Digital dan Inovasi Teknologi

Penggunaan aplikasi SGT DM Corner meningkatkan pemahaman teknologi baik di lansia (dari 5% menjadi 95%) dan kader (dari 6% menjadi 94%), memperkuat keberdayaan digital dalam pemantauan kesehatan dan edukasi.

4. Partisipasi dan Dukungan

Keaktifan kunjungan lansia ke posyandu meningkat dari 66% menjadi 97%, menunjukkan peningkatan keberdayaan sosial, motivasi, dan engagement komunitas

Implikasi keberdayaan

Peningkatan level keberdayaan ditunjukkan dengan perubahan nyata pada kemampuan lansia dan kader dalam melakukan pengelolaan kesehatan secara mandiri, memahami risiko komplikasi diabetes, mempraktikkan aktivitas spiritual dan psikososial secara rutin, serta menggunakan teknologi kesehatan digital. Lansia dan kader kini lebih mampu mengambil keputusan, menjalankan manajemen diri, dan menjadi agen perubahan kesehatan di lingkungan komunitasnya. Peningkatan ini memperlihatkan transformasi dari ketergantungan terhadap layanan kesehatan menjadi komunitas yang berdaya, mandiri, dan mampu melakukan inovasi serta adaptasi dalam pengelolaan penyakit kronis, khususnya diabetes mellitus tipe 2.

SIMPULAN

Kegiatan Spiritual Group Therapy (SGT) yang dilaksanakan selama 3 bulan di Posyandu Lansia Mahatma berhasil meningkatkan kemandirian, kesehatan psikologis, dan kesejahteraan spiritual lansia penderita DM tipe 2. Program ini memberikan edukasi terpadu mengenai manajemen penyakit diabetes, pelatihan penggunaan alat pengukuran kesehatan, serta pendampingan spiritual yang terstruktur. Hasil pengukuran menunjukkan peningkatan yang signifikan pada tingkat pengetahuan lansia dan kader kesehatan, tingkat kemandirian lansia dalam mengelola penyakitnya, serta kondisi kesehatan psikologis dan kesejahteraan spiritual peserta. Selain itu, diterapkan pula inovasi berupa aplikasi digital "SGT DM

Corner" yang memfasilitasi edukasi dan monitoring mandiri, yang meningkatkan literasi digital serta partisipasi kader dan lansia. Kunjungan ke Posyandu juga meningkat signifikan, menunjukkan antusiasme dan keaktifan peserta dalam mengikuti program. Luaran yang dicapai meliputi publikasi artikel ilmiah, berita media massa, produk audio visual, poster, dan peningkatan keterampilan manajemen mitra program.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih atas terlaksananya kegiatan pengabdian ini disampaikan kepada: Direktorat Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat, Direktorat Jenderal Riset dan Pengembangan Kementerian Pendidikan Tinggi, Sains dan Teknologi Republik Indonesia yang telah memberikan bantuan dana hibah kegiatan pengabdian masyarakat dengan Kontrak DPPM DIKTI - LLDIKTI WILAYAH VII, Tanggal Kontrak : 28 Mei 2025, Nomor Kontrak : 124/C3/DT.05.00/PM/2025. Kontrak LLDIKTI WILAYAH VII – UNUSA Tanggal Kontrak : 28 Mei 2025 Nomor Kontrak : 052/LL7/DT.05.00/PM/2025. Dan Kontrak LPPM UNUSA – PENERIMA Tanggal Kontrak : 04 Juni 2025 1514/UNUSA-LPPM/Adm.I/VI/2025 Surat Kontrak Turunan LPPM - SITI NUR HASINA. Bapak dan Ibu pengelola LPPM UNUSA yang telah memberikan perijinan dan bantuan informasi terkait tahapan hibah kegiatan pengabdian masyarakat Ketua RW. 03 Manukan Kulon Surabaya, Ketua Posyandu Lansia Mahatma Surabaya, Kader Posyandu Lansia Mahatma Surabaya, dan seluruh lansia yang berkontribusi dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini. Tim pengabdian masyarakat UNUSA 2025 yang berkontribusi waktu, tenaga dan pikirannya. Dan sebagai pihak yang membantu terlaksananya kegiatan ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. (2019). Laporan Nasional Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. <https://repository.badankebijakan.kemkes.go.id/id/eprint/3514/>
- Hasina, R., et al. (2024). Spiritual well-being and its impact on diabetes management in older adults: A cross-sectional study in Indonesia. *International Journal of Medical Informatics*, 33(4), 123–130. Retrieved March 19, 2025, from <https://healthinformaticsjournal.com/>
- Hasina, S. N., Noventi, I., Livana, P. H., & Hartono, D. (2021). Mindfulness meditation based on spiritual care to reduce community anxiety due to the impact of pandemic coronavirus disease. *Open Access Macedonian Journal of Medical Sciences*, 9(G), 41-46.
- Hasina, S.N., Shodiq, M., Ikwan, M., Putri, R.A., Noventi, I., Setianto, B. (2023). The effect of ergonomic exercise based on spiritual care on distress levels in elderly with diabetes mellitus. *Bali Medical Journal*, 12(3), 2930-2935. <https://doi.org/10.15562/bmj.v12i3.4358>
- Hasina, S.N., Shodiq, M., Misutarno., Putri, R.A., Noventi, I. (2024). The Effect of Spiritual Group Therapy on Meaning of Life and Spiritual Well Being in Type 2 Diabetes Mellitus. *Frontiers in Health Informatics*. , 13(3), 7041-7053. <https://doi.org/10.52783/fhi.vi.646>
- Ratnawati, D., Siregar, T., & Wahyudi, C. T. (2018). Terapi Relaksasi Benson Termodifikasi Efektif Mengontrol Gula Darah pada Lansia dengan Diabetes Mellitus. *Jurnal Kedokteran dan Kesehatan*. 14(2), 83-93. <https://doi.org/10.24853/jkk.14.2.83-93>
- Sujana R.C., Wahyuningsih H., Uyun Q., (2015). Peningkatan Kesejahteraan Psikologis Pada Penderita Diabetes Mellitus Tipe 2 Dengan Menggunakan Group Positive Psychotherapy. *Jurnal Intervensi Psikologi*, Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya Universitas Islam Indonesia. <https://journal.uui.ac.id/intervensipsikologi/article/view/7775>.