

LAPORAN
PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT
PENERAPAN KIAT BERSAHABAT DENGAN DIABETES MELITUS



PENGUSUL

Ketua: Ns. Arif Hidayatullah, S. Kep., M. Kep., Sp. Kep. MB
NIDN: 0321128009
Anggota: Yulia Khoerunnisa, S.Sos.,MM
NIDN: 0320079601

Dibiayai oleh: UIMA

FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN
UNIVERSITAS INDONESIA MAJU
TAHUN 2023

**HALAMAN PENGESAHAN LAPORAN AKHIR
PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT**

1. Pengabdian Kepada Masyarakat
 - a. Judul PKM : Penerapan Kiat Bersahabat Dengan Diabetes Melitus
 - b. Bidang Ilmu Terkait : Keperawatan Medikal Bedah
 - c. Target Pengabdian : Publikasi Jurnal Nasional Terakreditasi
2. Tim Pengusul
 - Ketua
 - a. Nama : Ns. Arif Hidayatullah, S. Kep., M. Kep., Sp. Kep. MB
 - b. Jenis Kelamin : Laki-Laki
 - c. NIDN : 0321128009
 - Anggota
 - a. Nama : Yulia Khoerunnisa, S.Sos.,M.M
 - b. Jenis Kelamin : Perempuan
 - c. NIDN : 0320079601
3. Lokasi Kegiatan : RW 02 Abadijaya Sukmajaya Depok Jawa Barat
4. Tanggal Kegiatan : Tanggal 15 Agustus 2023
5. Waktu Kegiatan : 08.00 WIB s/d 16.30
6. Biaya Pengabdian : Rp. 1.500.000,-

Mengetahui
Universitas Indonesia Maju
Pjs.Rektor,

Pengabdi,



Dr. Astrid Novita, SKM., MKM



Ns. Arif Hidayatullah, S. Kep., M. Kep., Sp. Kep. MB

Menyetujui

Kepala Lembaga Penelitian dan Pengabdian
kepada Masyarakat (LPPM)



(Irma Jayatmi, S.ST., M.Kes)

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur saya haturkan kepada Tuhan yang Maha Esa yang telah melimpahkan rahmat dan kasih karunianya, sehingga saya dapat menyelesaikan proposal Pengabdian Kepada Masyarakat ini yang berjudul “Penerapan Kiat Bersahabat Dengan Diabetes Melitus”, sebagai bagian tugas dari dosen untuk meneliti yang merupakan bagian dari Tri Darma Perguruan Tinggi.

Terima kasih kepada semua pihak yang memberi dukungan moril maupun materil secara tulus dan ikhlas terutama kepada:

1. Prof. Dr. Dr. dr. M. Hafizurrachman, SH., MPH selaku Pembina Yayasan
2. Drs. A Jacub Chatib selaku Ketua Yayasan Indonesia Maju
3. Dr. Astrid Novita, SKM., MKM selaku Pjs. Rektor Universitas Indonesia Maju.
4. Ns. Bambang Suryadi, S. Kep., M. Kes Kepala Departemen Keperawatan Universitas Indonesia Maju.
5. Ns. Yeni Koto, S. Kep., M. Kes, Koordinator Program Studi Keperawatan Universitas Indonesia Maju.
6. Irma Jayatmi, S. ST., M.Kes, Ketua Pusat Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat Universitas Indonesia Maju.
7. Serta pihak-pihak yang telah memberikan dukungan sehingga terselesainya Pengabdian Kepada Masyarakat ini.

Saya menyadari sepenuhnya bahwa usulan Pengabdian Kepada Masyarakat ini masih jauh dari kesempurnaan, untuk itu diharapkan kritik dan saran yang sifatnya membangun, semoga Pengabdian Kepada Masyarakat ini dapat berguna dan bermanfaat untuk masa yang akan datang.

Penulis



Arif Hidayatullah

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN PENGESAHAN	ii
KATA PENGANTAR.....	iii
DAFTAR ISI	iv
DAFTAR TABEL	i
DAFTAR SKEMA	ii
DAFTAR LAMPIRAN	iii
RINGKASAN.....	iv
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Tujuan Pengabdian Kepada Masyarakat.....	2
1.2.1 Tujuan Umum.....	2
1.2.2 Tujuan Khusus.....	2
1.3 Urgensi Pengabdian Kepada Masyarakat	2
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	3
2.1 Tinjauan Teori.....	3
2.1.1 Diabetes Melitus.....	3
2.1.2 Manajemen Edukasi Diabetes Melitus	3
2.2 State of The Art.....	4
BAB III METODOLOGI PELAKSANAAN.....	6
3.1 Rencana Kegiatan	6
3.2 Anggota Tim	6
3.3 Seleksi Peserta	7
3.4 Alur Kegiatan.....	7
BAB IV BIAYA DAN JADWAL PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT	9
4.1 Rencana Anggaran Biaya PKM.....	9
4.2 Jadwal Pelaksanaan.....	9
4.3 Susunan Kegiatan	9
BAB V HASIL YANG DICAPAI DAN BERKELANJUTAN.....	9
5.1 Hasil yang dicapai.....	9

5.2 Berkelanjutan	9
BAB VI KESIMPULAN DAN SARAN.....	9
6.1 Kesimpulan	9
6.2 Saran	9
DAFTAR PUSTAKA.....	1
LAMPIRAN	2

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Penelitian Terkait	4
Tabel 2. Daftar Anggota Tim	6
Tabel 3. Anggaran Biaya.....	9
Tabel 4. Jadwal Kegiatan	9
Tabel 5. Susunan Organisasi Tim PKM.....	12

DAFTAR SKEMA

Skema 3. Alur Penelitian.....	8
-------------------------------	---

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Susunan Organisasi Tim PKM dan Pembagian Tugas	12
Lampiran 2. Biodata Ketua PKM.....	13
Lampiran 3. Biodata Anggota PKM	15
Lampiran 4. Surat Pernyataan Ketua PKM.....	17

RINGKASAN

Gaya hidup yang tidak tepat, faktor psikologis yang ada serta keterbatasan pengetahuan mengenai penyakit DM menjadi penghalang pasien untuk bersahabat dengan Diabetes melitus. Tujuan kegiatan ini adalah terlaksananya edukasi kepada masyarakat tentang bersahabat dengan Diabetes melitus dan mengajarkan senam kaki diabetes.

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilaksanakan pada 15 Agustus 2023. Koordinasi dilakukan mulai bulan Juni 2023 untuk mengetahui permasalahan kesehatan yang ada di Masyarakat.

Luaran yang akan dicapai adalah berupa manuskrip untuk dipublikasi pada jurnal nasional terakreditasi

Kata Kunci: Sahabat Diabetes, Diabetes Melitus, Pengetahuan, Senam Kaki

BAB I PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Diabetes melitus merupakan salah satu masalah kesehatan masyarakat yang serius dihadapi dunia. Diabetes melitus adalah suatu penyakit metabolik dengan karakteristik hiperglikemia yang terjadi karena kelainan sekresi insulin, kerja insulin atau kedua-duanya (*American Diabetes Association, 2023*). Penyakit diabetes melitus tidak dapat disembuhkan, namun dengan penatalaksanaan yang baik dapat mencegah terjadinya kerusakan dan kegagalan organ (*International Diabetes Federation, 2021*).

Berdasarkan data WHO bahwa sekitar 422 juta orang di seluruh dunia menderita diabetes melitus, mayoritas diantaranya tinggal di negara dengan penghasilan rendah dan menengah. Data ini menurut *International Diabetes Federation (2021)* diprediksi akan meningkat menjadi 643 juta pada tahun 2030 dan 784 juta pada tahun 2045. Angka kematian akibat penyakit diabetes berkisar 1,5 juta setiap tahunnya. Menurut *International Diabetes Federation (2021)* Indonesia saat ini menempati negara pada urutan kelima kasus diabetes tertinggi dunia dengan 19,5 juta kasus dan diprediksi akan meningkat menjadi 28,6 juta pada tahun 2045.

Peningkatan jumlah pasien Diabetes melitus yang terus menerus, menjadikan hal ini sebagai suatu masalah yang harus ditangani dengan serius. Penyakit Diabetes melitus tidak dapat disembuhkan, namun dengan pengendalian melalui pengelolaan Diabetes mellitus dapat mencegah terjadinya kerusakan dan kegagalan organ dan jaringan. Diabetes melitus merupakan penyakit yang berhubungan dengan gaya hidup, dimana pengelolaan diabetes melitus sangat tergantung dari pasien itu sendiri dalam mengendalikan kondisi penyakitnya dengan menjaga kadar glukosa darahnya tetap terkendali (Purwanti, L.E., & Nurhayati, 2017).

Gaya hidup modern saat ini tengah menggeser pola hidup masyarakat lokal dimana mengkonsumsi makanan dan minuman yang tidak seimbang (tinggi kalori, rendah serat, atau *fast food*), jarang berolahraga, kegemukan, stress, dan istirahat yang tidak teratur

merupakan contoh pola hidup dan pola makan yang dapat memicu terjadinya diabetes mellitus (DM) pada diri seseorang (Rasdianah *et al.*, 2016). Masalah lainnya adalah gaya hidup yang tidak tepat, meliputi konsumsi rokok, kegemukan (indeks massa tubuh >25 kg/m²), kurang olahraga, tidak rutin kunjungan ke dokter, keterbatasan pengetahuan mengenai penyakit serta tidak menyadari tipe DM yang dialami.

Berdasarkan latar belakang diatas penulis tertarik untuk melakukan Pengabdian Kepada Masyarakat dengan tema “Penerapan Kiat Bersahabat Dengan Diabetes Melitus di RT 007 RW 02 Kelurahan Abadijaya Kecamatan Sukmajaya Depok”.

1.2 Tujuan Pengabdian Kepada Masyarakat

1.2.1 Tujuan Umum

Terlaksananya kegiatan edukasi kepada masyarakat tentang penerapan kiat bersahabat dengan Diabetes melitus.

1.2.2 Tujuan Khusus

- a. Terlaksananya kegiatan pemeriksaan kadar gula darah pada masyarakat
- b. Teridentifikasinya masyarakat yang memiliki penyakit Diabetes
- c. Terlaksananya kegiatan senam kaki Diabetes
- d. Meningkatnya pengetahuan masyarakat tentang penatalaksanaan hidup sehat pada pasien Diabetes melitus.

1.3 Urgensi Pengabdian Kepada Masyarakat

Pengabdian masyarakat mengenai edukasi agar bersahabat dengan Diabetes melitus merupakan kegiatan yang harus dilakukan secara terus menerus sehingga masyarakat dapat melakukan aktivitas hariannya tanpa ada permasalahan yang berarti.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Tinjauan Teori

2.1.1 Diabetes Melitus

Diabetes melitus merupakan penyakit kronis yang menyebabkan morbiditas dan mortalitas yang cukup besar di seluruh dunia. Diabetes melitus memerlukan upaya kepatuhan terapeutik, termasuk diet dan modifikasi gaya hidup lainnya serta terapi insulin. Bersama dengan kontrol glikemik yang memadai dan pencegahan komplikasi kronis, mempertahankan tingkat kualitas hidup yang memadai merupakan salah satu hasil yang dilaporkan pasien yang paling relevan dalam pengobatan penderita diabetes (Rodríguez-Almagro *et al*, 2018). Pasien diabetes melitus dengan hiperglikemia yang tidak terkontrol menyebabkan beberapa komplikasi terutama vaskular seperti retinopati, nefropati, neuropati, penyakit arteri perifer, dan penyakit serebrovaskular. Pada pasien diabetes, kelebihan produksi produk akhir glikasi lanjut (AGEs), peningkatan stres oksidatif, peningkatan faktor inflamasi dan dislipidemia, dapat secara langsung atau tidak langsung memperburuk penyakit arteri perifer (Radhika J *et al*, 2020). Komplikasi mikrovaskular dan makrovaskular dari diabetes melitus merupakan penyebab sebagian besar morbiditas dan mortalitas yang terkait dengan penyakit ini. Sementara kontrol glikemik yang buruk dan durasi penyakit yang lama tampaknya menjadi faktor risiko paling penting untuk komplikasi ini, bukti menunjukkan bahwa variabilitas etnis dalam kerentanan terhadap komplikasi mungkin juga ada.

2.1.2 Manajemen Edukasi Diabetes Melitus

Diabetes tidak dapat disembuhkan tetapi menunjukkan prognosis yang baik dengan manajemen diri yang meliputi perubahan gaya hidup seperti aktivitas fisik secara teratur, mengembangkan kebiasaan makan yang sehat, menjaga berat badan normal, kepatuhan terhadap pengobatan, berhenti merokok, dan moderasi dalam konsumsi alkohol. Ada banyak cara untuk mengelola neuropati diabetik termasuk obat-obatan (dalam bentuk tablet atau injeksi insulin), modifikasi pola makan, jalan kaki, olahraga, senam kaki

diabetes dan mengikuti terapi komplementer, dan alternatif. Di antaranya melakukan olahraga merupakan salah satu cara pengobatan yang paling mudah dan hemat biaya yang memberikan lebih banyak keuntungan bagi pasien sekaligus memberikan manajemen untuk pasien diabetes. Terutama ketika pasien menderita neuropati diabetik dan ulkus kaki melakukan latihan akan membantu pasien untuk meningkatkan vaskularisasi (Unnikrishnan R *et al*, 2016). Terapi DM tipe 2 saat ini hanya mencegah progresifitas DM tipe 2 dan mencegah komplikasi yang lebih parah. Salah satu inti tatalaksana DM tipe adalah edukasi ke penderita DM tipe 2 untuk menjaga kadar gula darah, bagaimana diet yang baik, dan agar rutin selalu minum obat DM. Permasalahan yang dihadapi masyarakat adalah timbulnya komplikasi pada pasien DM tipe 2, kurangnya pengetahuan penderita DM tipe 2 terhadap penyakit DM tipe 2, obat-obatan, dan hal yang memperberat dan mengurangi penyakit, komplikasi penyakit, belum adanya buku bacaan yang secara awam bisa menjelaskan cara menggunakan obat, kurangnya jarum suntik yang didapatkan pada pasien DM tipe 2 dengan asuransi JKN, dan karena sakit yang dialami maka cenderung DM tipe 2 tidak bisa produktif dalam menjalani kehidupan sehari-hari.

2.2 State of The Art

Tabel 1. Penelitian Terkait

Judul Penelitian/PKM	Peneliti dan Tahun	Metode	Hasil
Peningkatan Pengetahuan dan Kualitas Hidup Pasien Diabetes Mellitus di Rumah Sakit UNS	Nurhasan Agung Prabowo <i>et al</i> (2022).	Pengabdian kepada masyarakat	Adanya peningkatan rerata tingkat pengetahuan pasien sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan
Analisis faktor yang berhubungan dengan kadar gula darah penderita diabetes mellitus tipe 2	Anik Inayati <i>et al</i> (2022).	Penelitian kuantitatif	Variabel yang terbukti berhubungan dengan kadar gula darah penderita DM meliputi tekanan darah, diit rendah

			gula, senam DM (p-value, dan umur. sedangkan yang tidak memiliki hubungan signifikan adalah jenis kelamin.
Pencegahan Ulkus Diabetik Dengan Pengendalian Kadar Glukosa Darah.	Tarihoran et al, (2019)	Pengabdian Kepada Masyarakat	Terjadi peningkatan pengetahuan peserta tentang manajemen pengendalian kadar glukosa darah serta terlaksananya pencegahan ulkus diabetik melalui pemeriksaan kadar glukosa darah.
Kelola Diabetes Mellitus Usia Produktif Dengan Prowidme (Productive with Diabetes Mellitus) di Wilayah Depok Tahun 2021	Jenal Abidin et al (2021)	Pengabdian Kepada Masyarakat	Terjadi peningkatan pengetahuan peserta <i>pre</i> dan <i>post</i> tentang manajemen pengendalian kadar glukosa darah

Perbedaan pengabdian masyarakat yang akan dilakukan dengan artikel-artikel tersebut diatas yaitu pengabdian masyarakat yang dilakukan ini lebih fokus secara langsung melalui program penerapan kiat bersahabat dengan diabetes melitus.

BAB III METODOLOGI PELAKSANAAN

3.1 Rencana Kegiatan

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat akan dilaksanakan pada 15 Agustus 2023. Koordinasi dilakukan mulai bulan Juni 2023 untuk mengetahui permasalahan kesehatan yang ada di Masyarakat. Kegiatan yang akan dilaksanakan dalam pengabdian kepada masyarakat antara lain :

1. Penyuluhan kesehatan penerapan kiat bersahabat dengan diabetes melitus
2. Pemeriksaan kadar gula darah
3. Senam kaki diabetes

3.2 Anggota Tim

Tim pelaksana kegiatan pengabdian kepada masyarakat yaitu Dosen bersama masyarakat serta para kader Posyandu RW 02 Lingkungan Cipayung Abadijaya Sukmajaya Kota Depok. Ketua tim pelaksana merupakan Dosen Ilmu Keperawatan Universitas Indonesia Maju Jakarta, sedangkan anggota tim adalah Dosen Manajemen.

Tabel 2. Daftar Anggota Tim

No.	Nama	Jabatan	Tugas
1.	Ns. Arif Hidayatullah, S. Kep., M. Kep., Sp. Kep. MB	Ketua	<ul style="list-style-type: none">• Menyusun konsep kegiatan mulai dari tema, perencanaan hingga evaluasi• Melakukan Koordinasi dengan RT, RW dan para kader• Memberikan penyuluhan kesehatan

			<p>penerapan kiat bersahabat dengan diabetes melitus</p> <ul style="list-style-type: none"> • Mengajarkan senam kaki diabetes
2.	Yulia Khoerunnisa, S.Sos.,M.M	Anggota	<ul style="list-style-type: none"> • Menyusun konsep kegiatan mulai dari tema, perencanaan hingga evaluasi • Melakukan Koordinasi dengan masyarakat

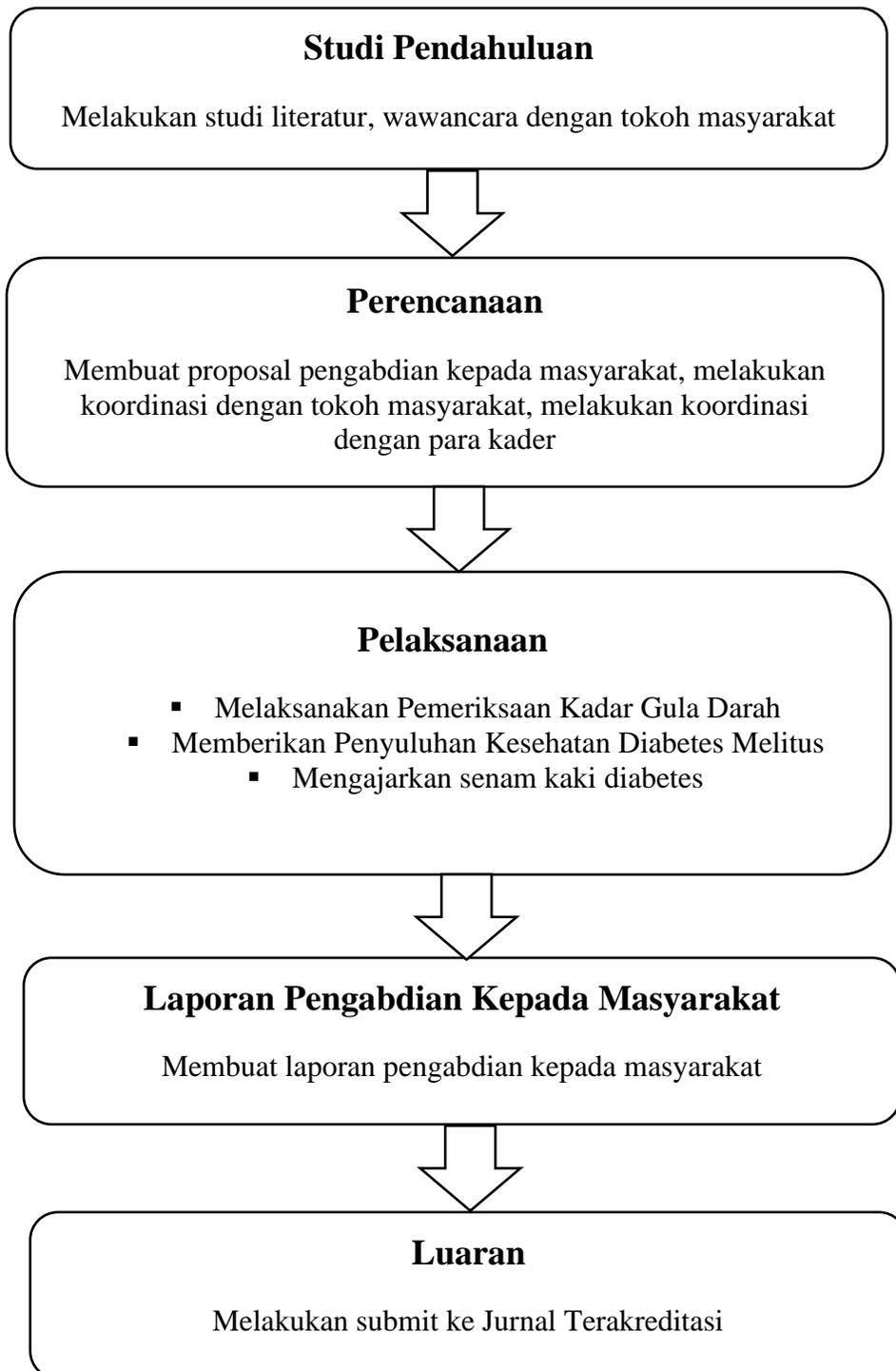
3.3 Seleksi Peserta

1. Melakukan identifikasi anggota masyarakat yang memiliki penyakit Diabetes melitus
2. Membuat group *WhatsApp* untuk mempermudah penyampaian informasi kepada masyarakat
3. Membuat daftar nama-nama peserta (masyarakat) yang sudah pasti akan mengikuti
4. Memberikan informasi-informasi awal tentang persiapan kegiatan edukasi.

3.4 Alur Kegiatan

1. Melakukan kajian literatur dan lapangan
2. Menyusun proposal Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)
3. Mengajukan proposal Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)
4. Menyampaikan surat izin Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM) kepada pimpinan masyarakat
5. Melakukan koordinasi dengan para kader
6. Memberikan angket pemahaman Diabetes melitus sebelum dan sesudah kegiatan edukasi
7. Memberikan edukasi manajemen Diabetes melitus
8. Mengajarkan senam kaki diabetes
9. Menyusun laporan PKM
10. Melakukan publikasi

Alur penelitian dapat digambarkan dalam skema dibawah ini:



Skema 1. Alur Kegiatan

BAB IV
BIAYA DAN JADWAL PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT

4.1 Rencana Anggaran Biaya PKM

Tabel 3. Anggaran Biaya

No	Jenis Pengeluaran	Biaya (Rp)
1	Honorarium (Maks. 20%)	Rp. 300.000
2	Bahan habis pakai & peralatan: paket cek GDS (40–60%)	Rp. 600.000
3	Perjalanan (maks. 15%)	Rp. 200.000
4	Lain-lain: publikasi (10-15%)	Rp. 400.000,-
Jumlah		Rp. 1.500.000,-

4.2 Jadwal Pelaksanaan

Tabel 4. Jadwal Kegiatan

No	Kegiatan	Bulan				
		Juni	Juli	Agus	Sept	Okt
1	Penyusunan Proposal PKM					
2	Pengajuan Proposal PKM					
3	Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)					
4	Pembuatan Laporan PKM					
5	Publikasi					

4.3 Susunan Kegiatan

1. Pembukaan
 - a. Sambutan 1 : Ketua Pelaksana
 - b. Sambutan 2 : Ketua RW 02 Kel. Abadijaya Kec. Sukmajaya Depok
2. Pembacaan Do'a : Tokoh Masyarakat
3. Pemeriksaan tekanan darah dan kadar gula darah
: Ns. Arif Hidayatullah, S. Kep., M. Kep., Sp. Kep. MB

4. Penyuluhan Kesehatan
 - Materi 1 : Ns. Arif Hidayatullah, S. Kep., M. Kep., Sp. Kep. MB
 - Materi 2 : Yulia Khoerunnisa, S.Sos.,M.M
5. Latihan senam kaki diabetes : Ns. Arif Hidayatullah, S. Kep., M. Kep., Sp. Kep. MB
6. Latihan *Guide Imagery* : Yulia Khoerunnisa, S.Sos., M.M
7. Penutupan : Tokoh Masyarakat

BAB V

HASIL YANG DICAPAI DAN BERKELANJUTAN

4.1 Hasil yang dicapai

Pengabdian kepada masyarakat telah dilaksanakan pada hari Selasa, 15 Agustus 2023 pada Pukul 08.00 s/d 16.30 WIB. Kegiatan ini bertempat di Aula Majelis Ta'lim RW 02 Kel. Abadijaya Kec. Sukmajaya Depok. Peserta yang mengikuti kegiatan ini terdapat 23 peserta yang melakukan pendaftaran dan semua berprofesi sebagai Ibu Rumah Tangga.

Jumlah Peserta yang mendaftar sudah mencapai target peserta. Pelaksanaan pengabdian masyarakat berjalan dengan tertib, efektif dan mendapatkan respon baik dari peserta penderita diabetes dan para kader posyandu RW 02 Cipayung Abadijaya Sukmajaya Depok.

Kegiatan tersebut diawali dengan pembukaan dan sambutan dari ketua RW 02. Dilanjutkan dengan pemaparan materi “ Kiat Bersahabat dengan Diabetes” oleh Ns. Arif Hidayatullah, S. Kep., M. Kep., Sp. KMB selaku dosen Program Ilmu Keperawatan UIMA. Peserta sangat antusias dengan materi yang disampaikan karena materi juga diberikan melalui pemutaran video audio visual. Pemaparan materi yang kedua oleh Yulia Khoerunnisa, S.Sos.,M.M selaku dosen Program Ilmu Manajemen UIMA. Peserta dapat menyimak materi dengan baik. Sesi berikutnya dilanjutkan dengan workshop senam kaki diabetes dan *guide imagery*. Pada sesi diskusi didapatkan 6 pertanyaan untuk pemateri 1 dan 5 pertanyaan untuk pemateri 2.

Dari 23 peserta yang melakukan pendaftaran ada 20 peserta yang hadir dan 3 peserta yang berhalangan hadir karena ada keperluan mendadak. Jumlah peserta yang hadir sesuai target yang diharapkan sebanyak 20 orang. Berdasarkan analisa, jumlah peserta yang mengikuti kegiatan pengabdian masyarakat mengikuti kegiatan dengan antusias dari awal sampai dengan akhir. Evaluasi akhir dari respon peserta didapatkan hasil yang sangat memuaskan atas kegiatan yang dilakukan baik dari peserta maupun para kader Posyandu RW 02 Cipayung Abadijaya Sukmajaya Depok.

4.2 Keberlanjutan Program

Berdasarkan hasil Pengabdian Masyarakat “Bersahabat Dengan Diabetes”, yang telah

dilakukan dinilai efektif dalam penyampaian edukasi, sehingga dievaluasi perlu adanya penelitian lebih lanjut tentang “Pengaruh Edukasi Bersahabat Dengan Diabetes Melalui Media Audiovisual Terhadap Perubahan Kualitas Hidup Pasien Diabetes.

DAFTAR PUSTAKA

- Rodríguez-Almagro J, García-Manzanares Á, Lucendo AJ, Hernández-Martínez A (2018). Health-related quality of life in diabetes mellitus and its social, demographic and clinical determinants: A nationwide cross-sectional survey. *J Clin Nurs.* 2018 Nov;27(21–22):4212–23. 11.
- Radhika J, Poomalai G, Nalini S, Revathi R (2020). Effectiveness of buerger-allen exercise on lower extremity perfusion and peripheral neuropathy symptoms among patients with diabetes mellitus. *Iranian J Nursing Midwifery Res.* 2020;25(4):291. 12.
- Unnikrishnan R, Anjana RM, Mohan V (2016). Diabetes mellitus and its complications in India. *Nat Rev Endocrinol.* 2016 Jun;12(6):357–70. 13. Thakur A, Sharma R, Sharma SK, Thakur K, Jelly P. Effect of buerger allen exercise on foot perfusion among patient with diabetes mellitus: A systematic review & meta-analysis. *Diabetes & Metabolic Syndrome: Clinical Research & Reviews.* 2022 Feb;16(2):102393.
- Prabowo et. Al (2022). Peningkatan pengetahuan dan kualitas hidup pasien diabetes mellitus di rumah sakit uns. *SSEJ, 2022, Vol 2 (3) : 66 – 72.*
- Inayati a, hasanah u, sari s (2022). Analisis faktor yang berhubungan dengan kadar gula darah penderita diabetes mellitus tipe 2. *Jurnal keperawatan volume 14 no 3, hal 677 – 684.*

LAMPIRAN

Lampiran 1. Susunan Organisasi Tim PKM dan Pembagian Tugas

Tabel 5. Susunan Organisasi Tim PKM

No	Nama	NIDN	Prodi	Bidang Ilmu	Tugas
1	Ns. Arif Hidayatullah, S. Kep., M. Kep., Sp. Kep. MB	0321128009	Keperawatan	Keperawatan Medikal Bedah	<ul style="list-style-type: none">• Menyusun konsep kegiatan mulai dari tema, perencanaan hingga evaluasi• Melakukan koordinasi dengan tokoh masyarakat<ul style="list-style-type: none">▪ Melakukan pemeriksaan kadar gula darah▪ Memberikan Penyuluhan Kesehatan▪ Mengajarkan senam kaki diabetes
2	Yulia Khoerunnisa, S.Sos.,M.M	0320079601	Manajemen	Manajemen SDM	<ul style="list-style-type: none">• Menyusun konsep kegiatan mulai dari tema, perencanaan hingga evaluasi<ul style="list-style-type: none">▪ Melakukan Koordinasi dengan masyarakat▪ Mengajarkan <i>guide imagery</i>.

Lampiran 2. Biodata Ketua PKM

A. Identitas Diri

1	Nama lengkap (disertai gelar)	Ns. Arif Hidayatullah, S.Kep., M. Kep., Sp. Kep. MB
2	Jenis kelamin	Laki-Laki
3	Jabatan fungsional	Tenaga Pengajar
4	NIDN/NUPN	0321128009
5	Tempat/tanggal lahir	Payaraman, 21 Desember 1980
6	Alamat rumah	Lingkungan Cipayung No. 77 Rt. 007 Rw. 002 Kel. Abadijaya Kec. Sukmajaya Depok Jawa Barat
7	No.Telp/Hp	081211126951
8	Alamat Email	hidayatullaharief82@gmail.com
9	Mata Kuliah yang Diampu	1. Keperawatan Medikal Bedah
		2. Keperawatan Kritis
		3. Ilmu Dasar Keperawatan
		4. Keperawatan Dewasa

B. Riwayat Pendidikan

	S-1	S-2	S-3
Nama Univ/PT	Universitas Indonesia	Universitas Indonesia	
Bidang ilmu	Keperawatan	<ul style="list-style-type: none"> Magister Keperawatan Keperawatan Medikal Bedah 	
Tahun masuk – lulus	2005 sd 2007	<ul style="list-style-type: none"> 2017 sd 2019 (M. Kep) 2019 sd 2020 (Sp. KMB) 	
Judul skripsi/tesis/ disertasi	Hubungan rotasi kerja terhadap peningkatan motivasi kerja	<ul style="list-style-type: none"> Pengaruh edukasi manajemen epilepsi terhadap perubahan kualitas hidup pasien epilepsy Analisis praktik residensi 	

		keperawatan medikal bedah pada pasien gangguan sistem neurologi dengan kasus utama status epileptikus menggunakan pendekatan model adaptasi roy di rsupn dr. Cipto mangunkusumo.	
Nama pembimbing/promotor	Dr. Amelia Kurniati, S. Kp., MN	<ul style="list-style-type: none"> • Dr. I Made Kariasa, S. Kep., M. Kep., MM., Sp. KMB • Dr. I Made Kariasa, S. Kep., M. Kep., MM., Sp. KMB 	

C. Penelitian Dalam 5 Tahun Terakhir

No	Tahun	Judul penelitian	Pendanaan	
			Sumber	Jumlah (Rp.)
1.	2019	Manajemen Bangkitan Epilepsi; Literature Review	Pribadi	-
2.	2019	<i>The Effectiveness of Ketogenic Diet in Treatment of Epilepsy Patient; A Literature Review</i>	Pribadi	-

D. Pengalaman Pengabdian Kepada Masyarakat Dalam 5 Tahun Terakhir

No	Tahun	Judul penelitian	Pendanaan	
			Sumber	Jumlah (Rp.)
1	2022	Kegawatdaruratan hipertensi pada lansia	Pribadi	

E. Penghargaan yang Diraih 10 tahun Terakhir

No	Jenis penghargaan	Institusi pemberi penghargaan	Tahun
1.	Penghargaan predikat Cum Laude Program Profesi Ners Universitas Muhammadiyah Jakarta.	Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Muhammadiyah Jakarta	2012
2.	Penghargaan predikat Cum Laude Spesialis KMB Universitas Indonesia, Depok.	Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Indonesia	2020

Lampiran 3. Biodata Anggota PKM**F. Identitas Diri**

1	Nama lengkap (disertai gelar)	Yulia Khoerunnisa, S.Sos.,M.M
2	Jenis kelamin	Perempuan
3	Jabatan fungsional	-
4	NIDN/NUPN	0320079601
5	Tempat/tanggal lahir	Ciamis, 20 Juli 1996
6	Alamat rumah	Dusun Bentar, RT 07 RW 02, Desa Bojong, Kecamatan Langkaplancar, Kabupaten Pangandaran, Jawa Barat
7	No.Telp/Hp	085862984355
8	Alamat Email	Yuliakhoerunnisa7@gmail.com
9	Mata Kuliah yang Diampu	1. MSDM
		2. Pengantar Manajemen
		3. <i>Health Entrepreneur and Innovation</i>
		4. Bisnis dan Ekonomi Digital

G. Riwayat Pendidikan

	S-1	S-2	S-3
Nama Univ/PT	UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta	Universitas Widyatama Bandung	
Bidang ilmu	Manajemen SDM	Manajemen SDM	
Tahun masuk – lulus	2014-2018	2018-2020	
Judul skripsi/tesis/disertasi	Peningkatan Spiritualitas Narapidana Perempuan Kelas II B Yogyakarta 2018	Kepemimpinan dan stres kerja terhadap kinerja dengan komitmen organisasi sebagai variabel	

		intervening Anggota KPU Kabupaten Pangandaran 2020	
Nama pembimbing/promotor	Drs. M. Rosyid Ridla, M.Si	DR. Suharno Pawirosumarto, M.M	

H. Penelitian Dalam 5 Tahun Terakhir

No	Tahun	Judul penelitian	Pendanaan	
			Sumber	Jumlah (Rp.)
1	2023	Pengembangan Bisnis Kesehatan Menggunakan Bisnis Model Canvas Kampung Madu	Hibah Internal UIMA	1.000.000

I. Pengalaman Pengabdian Kepada Masyarakat Dalam 5 Tahun Terakhir

No	Tahun	Judul PkM	Pendanaan	
-	-	-	-	-

J. Penghargaan yang Diraih 10 tahun Terakhir

No	Jenis penghargaan	Institusi pemberi penghargaan	tahun

Semua data yang saya isikan dan tercantum dalam biodata ini adalah benar dan dapat dipertanggungjawabkan secara hukum. Apabila dikemudian hari ternyata dijumpai ketidaksesuaian dengan kenyataan, saya sanggup menerima resiko.

Demikian biodata ini saya buat dengan sebenarnya untuk memenuhi salah satu persyaratan dalam pelaporan Pengabdian Kepada Masyarakat Dosen.

Jakarta, 27 Juni 2023

Pengabdian



Ns. Arif Hidayatullah, S. Kep., M. Kep., Sp. Kep. MB

SURAT PERNYATAAN KETUA PKM

SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Ns. Arif Hidayatullah, S. Kep., M. Kep., Sp. Kep. MB

NIDN : 0321128009

Pangkat/Golongan : Tenaga Pengajar

Jabatan Fungsional : -

Dengan ini menyatakan bahwa proposal PKM saya dengan judul:

BERSAHABAT DENGAN DIABETES MELITUS

yang diusulkan dengan skema **Pengabdian Kepada Masyarakat Dosen** untuk tahun anggaran 2023 bersifat **original dan belum pernah dibiayai oleh lembaga/sumber dana lain.**

Bila mana di kemudian hari ditemukan ketidaksesuaian dengan persyaratan ini, maka saya bersedia dituntut dan diproses sesuai dengan ketentuan yang berlaku dan mengembalikan seluruh biaya penelitian yang sudah saya terima ke UIMA.

Demikian pernyataan ini dibuat dengan sesungguhnya dan dengan sebenar-benarnya.

Jakarta, 27 Juni 2023

Yang menyatakan,



Ns. Arif Hidayatullah, S. Kep., M. Kep., Sp. Kep. MB

NIDN 0321128009



**PENGABDIAN MASYARAKAT
DOSEN UNIVERSITAS INDONESIA MAJU
DI RW 02 LINGKUNGAN CIPAYUNG
ABADIJAYA SUKMAJAYA DEPOK**

**2
0
2
3**



KIAT BERSAHABAT DENGAN DIABETES

Health Is The Highest Sustenance

15 AGUSTUS 2023

08:00 SD 16:00 WIB

TEMPAT

AULA MAJLIS TA'LIM RW 02



Ns. Arif Hidayatullah, S. Kep., M. Kep., Sp. KMB., FIHFAA
"Penerapan Kiat Bersahabat Dengan Diabetes"



Yulia Khoerunnisa, S.Sos., M.M
Upaya Manajemen Stres dalam Peningkatan Produktivitas dan Motivasi Kerja Pasien Diabetes Melitus"



RW 02 Lingkungan Cipayung
Kel. Abadijaya Kec. Sukmajaya Depok

DAFTAR GRATIS

Contak Person
Teh Anna Kader RW 02
 08996088272



**UNIVERSITAS
INDONESIA MAJU
(UIMA)**

Gedung Hz Kampus 1 UIMA
Jl. Harapan No.50 Lenteng Agung – Jakarta Selatan
DKI Jakarta 12610 Telp. (021) 78894043
Email: uima@uima.ac.id
www.uima.ac.id

Jakarta, 8 Agustus 2023

No : 5456/SPm/Ka/LPPM/UIMA/VIII/2023
Lampiran : 1 Berkas
Hal : Permohonan Izin Pengabdian kepada Masyarakat

Kepada Yth. **Ketua RW 02**
Kelurahan Abadijaya, Kecamatan Sukmajaya
Kota Depok
di tempat

Yang Bertanda-tangan dibawah ini :
Nama : Irma Jayatmi, S.ST.,M.Kes
Jabatan : Kepala LPPM UIMA

Dengan ini menerangkan bahwa nama yang tercantum dibawah ini:

NIDN	Nama Dosen/ Mahasiswa
0321128009	Ns. Arif Hidayatullah, S.Kep.,M.Kep., Sp. KMB
0320079601	Yulia Khoerunnisa, S.Sos.,M.M

Sehubungan dengan Tugas Dosen yang tercantum dalam Tri Dharma Perguruan Tinggi, bahwa Dosen dan Mahasiswa/i **Universitas Indonesia Maju (UIMA)** diwajibkan untuk melakukan pengabdian kepada masyarakat.

Dengan ini kami selaku Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat (LPPM) Universitas Indonesia Maju (UIMA), memohon izin untuk melakukan pengabdian yang berjudul **“Penerapan Kiat Bersahabat dengan Diabetes Melitus dan Upaya Manajemen Stres dalam Peningkatan Produktivitas dan Motivasi Kerja Pasien Diabetes Militus Tahun 2023”**. (Proposal terlampir).

Atas perhatian dan kerjasamanya kami ucapkan terima kasih.

Dekan Fakultas
Ilmu Kesehatan

(Nisa, S.K.M., M.Kes)

Kepala Lembaga Penelitian dan Pengabdian
kepada Masyarakat (LPPM)

(Irma Jayatmi, S.ST., M.Kes)



**UNIVERSITAS
INDONESIA MAJU
(UIMA)**

Gedung Hz Kampus 1 UIMA
Jl. Harapan No.50 Lenteng Agung – Jakarta Selatan
DKI Jakarta 12610 Telp. (021) 78894043
Email: uima@uima.ac.id
www.uima.ac.id

SURAT TUGAS PENGABDIAN MASYARAKAT

Nomor : 5457/ST/Ka/LPPM/UIMA/VIII/2023

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Irma Jayatmi, S.ST., Bdn., M.Kes
NIDN : 0314058801
Jabatan : Kepala LPPM
Unit Kerja : Universitas Indonesia Maju (UIMA)

Dengan Ini Menugaskan Kepada:

Nama : Ns. Arif Hidayatullah, S.Kep., M.Kep., Sp. KMB (**Ketua**)
NIDN : 0321128009
Jabatan : Dosen Universitas Indonesia Maju
Nama : Yulia Khoerunnisa, S.Sos.,MM (**Anggota**)
NIDN : 0320079601
Jabatan : Dosen Universitas Indonesia Maju

Untuk melaksanakan pengabdian masyarakat dengan judul sebagai berikut

Judul Pengabdian : Penerapan Kiat Bersahabat dengan Diabetes Melitus dan Upaya Manajemen Stres dalam Peningkatan Produktivitas dan Motivasi Kerja Pasien Diabetes Militus Tahun 2023

Tempat Pengabdian : RW 02 Kelurahan Abadijaya, Kecamatan Sukmajaya Kota Depok

Tahun Pengabdian : 2023

Setelah selesai kegiatan ini diharapkan menyerahkan laporan hasil pengabdian masyarakat sebanyak 2 (dua) eksemplar dan softcopy sebanyak 2 (dua) keeping CD ke Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat Universitas Indonesia Maju (LPPM UIMA).

Demikian surat tugas ini diberikan kepada yang bersangkutan untuk dapat dipergunakan seperlunya.

Dekan Fakultas
Ilmu Kesehatan

(Nina, S.K.M., M.Kes)

Jakarta, 08 Agustus 2023

Kepala Lembaga Penelitian dan Pengabdian
kepada Masyarakat (LPPM)

(Irma Jayatmi, S.ST., Bdn., M.Kes)



**RW 02 KELURAHAN ABADIJAYA KECAMATAN SUKMAJAYA
KOTA DEPOK JAWA BARAT**
Sekretariat : Lingkungan Cipayung RT 05 / RW 02 Kel. Abadijaya Kec. Sukmajaya Depok 16417

Depok, 15 Agustus 2023

No :
Lampiran : 1 Berkas
Hal : Surat Balasan Izin Pengabdian Masyarakat

Kepada Yth.
**Kepala Lembaga Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat
Universitas Indonesia Maju**
di tempat

Menanggapi surat permohonan izin Saudara No. 5456/SPm/Ka/LPPM/UIMA/VIII/2023 perihal permohonan izin pengabdian masyarakat yang mendelegasikan:

Nama : Ns. Arif Hidayatullah, S. Kep., M. Kep., Sp. KMB
NIDN : 0321128009

Dengan ini memberitahukan bahwa Benar yang bersangkutan telah melakukan pengabdian kepada masyarakat dengan judul "**Kiat Bersahabat Dengan Diabetes (*Friendly Tips With Diabetes*)**". Kami mengucapkan terima kasih atas kegiatan yang telah dilakukan kepada warga RW 02.

Demikian surat balasan ini agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Ketua RW 02



Sofyan. HU



2023

**PENGABDIAN MASYARAKAT
DOSEN UNIVERSITAS INDONESIA MAJU
DI RW 02 LINGKUNGAN CIPAYUNG
ABADIJAYA SUKMAJAYA DEPOK**

**KIAT BERSAHABAT
DENGAN DIABETES**

Health Is The Highest Sustenance

**15 AGUSTUS 2023
08:00 SD 16:00 WIB
TEMPAT
AULA MAJLIS TA'LIM RW 02**

Narasumber:
1. **Ns. Arif Hidayatullah, S.Kep.,M.Kep.,Sp.KMB,FIHFAA**
"Penerapan Kiat Bersahabat dengan Diabetes"
2. **Yulia Khoerunnisa, S.Sos.,MM**
"Manajemen Stres dalam Peningkatan Produktivitas dan Motivasi Kerja Pasien Diabetes"

Tulis: Khoerunnisa, S.Sos.,MM
Kerjasama: Yulia Khoerunnisa, S.Sos.,MM
Kerjasama: Yulia Khoerunnisa, S.Sos.,MM
Kerjasama: Yulia Khoerunnisa, S.Sos.,MM



⋮

PENGABDIAN MASYARAKAT

DOSEN UNIVERSITAS INDONESIA MAJU

KIAT BERSAHABAT DENGAN DIABETES

"Health is The Highest Sustenance"





1. Ns. Arif Hidayatullah, S.Kep.,M.Kep.,Sp.KMB,FIHFAA
"Penerapan Kiat Bersahabat dengan Diabetes"



2. Yulia Khoerunnisa, S.Sos.,MM
"Manajemen Stres dalam Peningkatan Produktivitas dan Motivasi Kerja Pasien Diabetes"



Depok, 15 Agustus 2023



RW 02 Lingkungan Cipayung, Kel. Abadijaya, Kec. Sukmajaya Depok

SERTIFIKAT

APRESIASI

Dengan hormat diberikan kepada :

Ns. Arif Hidayatullah, S.Kep., M.Kep., Sp. KMB

Sebagai Narasumber:

Pengabdian Masyarakat Dengan Tema

"Penerapan Kiat Bersahabat dengan Diabetes Militus"

RW 02 Kelurahan Abadijaya, Kecamatan Sukmajaya, Kota Depok

Depok, 15 Agustus 2023

Kepala Lembaga Penelitian dan Pengabdian
kepada Masyarakat (LPPM)



(Irma Jayatmi, S.ST., M.Kes)



Sofyan, HU

Ketua RW 02

**DAFTAR HADIR PESERTA KEGIATAN
PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT**

Nama Kegiatan : Pengabdian Kepada Masyarakat Penerapan Kiat Bersahabat dengan Diabetes Militus dan Upaya Manajemen Stres dalam Peningkatan Produktivitas dan Motivasi Kerja Pasien DM

Penyelenggara : 1. Ns. Arif Hidayatullah, S.Kep., M. Kep., Sp. KMB
2. Yulia Khoerunnisa, S.Sos., M.M

Lokasi Kegiatan : RW 02 Kelurahan Abadijaya, Kecamatan Sukmajaya, Kota Depok

Waktu Kegiatan : Selasa, 15 Agustus 2023

No	Nama	Alamat	Tanda Tangan
1	Sartini / Tini	Maliki I 09/02	
2	PAIRAH	Maliki II 08/02	
3	Rina. Suhastni	milan I / 10	
34	SARMIH	02/02	
5.	ANAH	R+DS/02	
6.	Nadia	RT 05 / 02	
7	Anna	RT 06 / 02	
8.	Wajiroh	RT 05 / 02	
9	Hot nita	RT 05 / 02	
10	Khairunnisa	RT 09 / 02	
11.	Eluca.	RT 09 / 02	
12	Vitri	RT. 07 / 02	
13	Rimani	Rp 08 / 02	
14.	Noni	RT 08 / 02	
15.	Nani	RT 08 / 02	

