

KELAS DIABETES BAGI JAMAAH CALON HAJI UNTUK MENINGKATKAN PENGETAHUAN DAN KETERAMPILAN PERAWATAN MANDIRI DIABETES SELAMA MENJALANKAN IBADAH HAJI

Sugiharto Sh^{1,*}, Wiwiek Natalya²

^{1,2}Universitas Muhammadiyah
Pekajangan Pekalongan, Indonesia

Article history

Received : 02/06/2024

Revised : 18/06/2024

Accepted : 24/07/2024

Published : 31/07/2024

*Corresponding email :
sugiharto@umpp.ac.id

ABSTRAK

Pendidikan kesehatan bagi jamaah calon haji penderita diabetes mellitus merupakan aspek penting dalam persiapan ibadah haji. Kejadian-kejadian yang tidak diharapkan seperti hipoglikemi, hiperglikemi, atau luka kaki akibat panas dapat muncul selama menjalankan ibadah haji. Pengabdian kepada masyarakat ini berbentuk kelas diabetes bagi calon haji penderita DM yang bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan manajemen diabetes pada calon jamaah haji. Peserta kelas diabetes ini ada 96 calon jamaah haji penderita diabetes mellitus. Intervensi berupa program pendidikan kesehatan selama 3 jam mencakup materi tentang pengelolaan diabetes, nutrisi, aktivitas fisik, dan pencegahan komplikasi selama ibadah haji. Hasil pengabdian kepada masyarakat menunjukkan peningkatan yang signifikan pada pengetahuan manajemen diabetes selama haji. Kesimpulannya, program pendidikan kesehatan efektif dalam meningkatkan kesiapan jamaah calon haji penderita diabetes mellitus dalam mengelola kondisi kesehatannya selama menunaikan ibadah haji.

Kata kunci: diabetes mellitus, ibadah haji, manajemen diabetes, pendidikan kesehatan

ABSTRACT

Health education for prospective pilgrims with diabetes mellitus is an important aspect of preparing for the Hajj pilgrimage. Unforeseen events such as hypoglycemia, hyperglycemia, or foot injuries due to heat can occur during the Hajj. This community service is performed through a diabetes class for prospective Hajj pilgrims with diabetes mellitus, aimed at improving their knowledge and skills in diabetes management. The diabetes class includes 96 prospective Hajj pilgrims with diabetes mellitus. The intervention consists of a 3-hour health education program covering topics on diabetes management, nutrition, physical activity, and prevention of complications during Hajj. This community service resulted in a significant increase in knowledge about diabetes management during the Hajj. In conclusion, the health education program is effective in enhancing the readiness of prospective Hajj pilgrims with diabetes mellitus to manage their health conditions during the Hajj pilgrimage.

Keywords: diabetes mellitus, diabetes self-management, hajj pilgrims, health education

PENDAHULUAN

Diabetes mellitus (DM) merupakan penyakit kronis yang kompleks yang membutuhkan perawatan lanjut (American Diabetes Association [ADA], 2022). Indonesia pada tahun 2021 masih pada posisi sepuluh besar Negara dengan populasi DM terbanyak di dunia dengan 19.5 juta jiwa (10.8%) terdiagnosa DM (International Diabetes Federation [IDF], 2023). Angka tersebut diproyeksikan akan meningkat menjadi 28,6

juta jiwa pada tahun 2045 (IDF, 2023). Hal tersebut menjadi ancaman, karena akan dapat meningkatkan beban ekonomi dan kesehatan bagi bangsa. Berdasarkan data tersebut, maka kiranya diperlukan tindakan preventif terhadap ancaman komplikasi dan kematian dini akibat DM.

Komplikasi atau kematian dini tersebut dapat dicegah dengan cara menjaga kadar gula darah pada kondisi normal melalui perawatan diabetes mandiri (Sugiharto,



<https://doi.org/10.33755/jas>

This is an open access article under the [CC BY-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/) license



2021). Implementasi perawatan diabetes mandiri tersebut juga direkomendasikan oleh ADA (2022). Tujuh pilar perawatan diabetes mandiri yang dianjurkan antara lain pola makan sehat, aktivitas fisik, pemantauan kadar gula darah, minum obat antidiabetes, koping mekanisme yang sehat, penyelesaian masalah, dan perawatan kaki (Kolb, 2020); Sugiharto, 2021). Di Kabupaten Pekalongan, pelaksanaan perawatan diabetes mandiri tersebut masih sangat rendah (Sugiharto, Stephenson, Hsu, & Fajriyah, 2017). Untuk meningkatkan kepatuhan pelaksanaan perawatan diabetes mandiri maka berbagai strategi harus dilakukan. Strategi yang paling mendasar adalah tindakan yang dapat meningkatkan pengetahuan dan kesadaran diri akan pentingnya perawatan diabetes mandiri (Ibrahim et al., 2024). Program pendidikan kesehatan dan dukungan akan perawatan mandiri merupakan program wajib yang harus dijalankan oleh penyedia pelayanan kesehatan (ADA, 2022). Pendidikan kesehatan sudah diberikan di PROLANIS berupa pendidikan kesehatan diabetes mellitus secara umum. Sedangkan pendidikan kesehatan mengenai perawatan mandiri selama menjalankan ibadah haji belum dilaksanakan. Padahal banyak diantara jamaah calon haji yang menderita diabetes mellitus.

Ibadah haji merupakan jihad yang memerlukan kesiapan baik fisik maupun psikologis. Bagi jamaah calon haji, secara fisik harus kuat dan sehat sehingga dapat melaksanakan semua rangkaian ibadah haji.

Begitu juga bagi jamaah calon haji yang mengidap diabetes mellitus. Mereka harus dipersiapkan baik fisik maupun psikologisnya. Sehingga pengetahuan tentang perawatan mandiri diabetes selama menjalankan ibadah haji sangatlah penting. Sayangnya, jamaah calon haji yang menderita diabetes belum mendapatkan pendidikan khusus tentang perawatan mandiri diabetes selama menjalankan ibadah haji.

Tujuan umum dari pengabdian masyarakat ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan jamaah calon haji Kabupaten Pekalongan dalam perawatan mandiri diabetes selama menjalankan ibadah haji. Pelaksanaan pengabdian masyarakat ini menerapkan teori keperawatan dari Pander yaitu Health Promotion Model yang terbukti sangat aplikatif dan tepat sebagai dasar program peningkatan pengetahuan pasien. Rancangan penyelesaian dengan health promotion model meliputi tiga komponen yaitu 1) Karakteristik dan pengalaman individu; 2) Perilaku yang berhubungan dengan pengetahuan dan sikap; dan 3) Perilaku sebagai luaran. Pada pengabdian masyarakat berfokus pada peningkatan pengetahuan melalui pendidikan kesehatan. Dengan pengelolaan yang komprehensif melalui program “Kelas Diabetes Calon Haji” berbasis teknologi dapat menunjang terlaksananya ibadah haji yang aman dan nyaman bagi penderita diabetes mellitus.



METODE PELAKSANAAN

Program pengabdian kepada masyarakat ini menerapkan health promotion model dimana pengetahuan dan sikap individu merupakan inti dari sebuah permasalahan dan penyelesaiannya. Dengan demikian, pengabdian kepada masyarakat ini lebih berfokus pada penyelesaian masalah-masalah individu dan support sistem. Kelas diabetes bagi calon haji dilaksanakan satu kali pertemuan dengan metode cluster geografi wilayah kerja Puskesmas se-Kabupaten Pekalongan.

Tahap pertama adalah tahap persiapan. Pada tahap ini tim melakukan analisa situasi dan identifikasi masalah, mengurus perijinan, dan menyusun booklet panduan perawatan diabetes mandiri diabetes selama pelaksanaan ibadah haji. Materi booklet disusun berdasarkan panduan dari International Diabetes Federation (IDF) dan hasil-hasil penelitian terkait, serta disesuaikan dengan ajaran Islam. Booklet ini disusun oleh tim yang dikolaborasikan dengan ahli agama.

Tahap kedua adalah pelaksanaan, jamaah calon haji dikumpulkan dalam kelas diabetes berdasarkan cluster kelompok bimbingan haji. Untuk pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat ini tim bekerja sama dengan Dinas Kesehatan dan Kemeterian Agama Kabupaten Pekalongan. Dinas Kesehatan memberikan data calon haji yang terdiagnosa DM. Kementerian Agama memberikan data calon haji dan KBIHnya. Kelas diabetes calon

haji ini dilaksanakan selama 3 jam dengan metode ceramah dan tanya jawab.

Tahap ketiga adalah evaluasi. Keberhasilan pengabdian kepada masyarakat ini dievaluasi berupa keaktifan peserta kelas diabetes dalam melakukan tanya jawab dan diskusi selama proses pemberian materi. Selain itu juga dilakukan dengan menanyakan kembali materi-materi yang telah diberikan.



Gambar 1a. Pelaksanaan Kelas Diabetes



Gambar 1b. Pelaksanaan Kelas Diabetes



Gambar 1c. Pelaksanaan Kelas Diabetes



Gambar 2. Cover Buku Panduan Haji

HASIL DAN PEMBAHASAN

Secara keseluruhan, pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat berhasil dan sukses. Keberhasilan tersebut dapat dilihat pada beberapa indikator berikut ini:

Keberhasilan target jumlah peserta pengabdian kepada masyarakat Pada kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini sebanyak 96 dari 112 (86%) jamaah calon haji penderita DM berpartisipasi mengikuti kegiatan. Dengan jumlah keikutsertaan sebesar 86% dapat dikatakan kegiatan ini berhasil sesuai dengan target. Hal tersebut tidak lepas dari dukungan Dinas Kesehatan, Kementerian Agama Kabupaten Pekalongan, dan programer haji Puskesmas yang telah memberikan ijin dan fasilitas untuk mengikuti pelatihan.

Ketercapaian tujuan pengabdian kepada masyarakat

Tujuan kegiatan PKM secara umum telah tercapai, dimana terdapat peningkatan pengetahuan para peserta kelas diabetes dibuktikan dengan kemampuan menjawab pertanyaan yang diberikan dan mereka juga aktif bertanya terkait dengan kasus-kasus yang sering mereka alami.

Ketercapaian target materi yang telah direncanakan

Materi perawatan mandiri DM selama ibadah haji disampaikan menggunakan power point dan buku panduan. Semua materi disampaikan secara interaktif dengan melibatkan peserta dalam diskusi dan komprehensif selama 3 jam.

Kemampuan peserta dalam penguasaan materi

Peningkatan pengetahuan peserta tampak dari kemampuan peserta kelas diabetes dalam menjawab pertanyaan-pertanyaan yang diberikan oleh pemateri. Pemahaman peserta juga tampak dari proses tanya jawab yang interaktif selama kelas berlangsung.

Pengabdian kepada masyarakat ini sejalan dengan hasil penelitian Rustika et al. (2020) yang menyatakan bahwa kebanyakan jamaah calon haji yang menderita diabetes mellitus mempunyai pengetahuan yang kurang dalam perawatan mandiri diabetes selama pelaksanaan ibadah haji. Sehingga para jamaah calon haji tersebut harus diberikan edukasi khusus terkait kondisinya (Shaikh et al., 2020). Keberhasilan kelas diabetes bagi calon haji ini disesuaikan dengan kebutuhan perawatan mandiri selama haji. Sebagaimana diungkapkan oleh Alfelali et al. (2014), pendidikan kesehatan yang disesuaikan dengan kebutuhan dan budaya pasien akan lebih efektif dan tepat guna. Peningkatan pengetahuan mengenai perawatan mandiri diabetes selama haji sangat dibutuhkan oleh penderita diabetes mellitus (Hasan et al., 2016; Ibrahim et al., 2024). Dengan pemberian edukasi ini dapat meningkatkan kesadaran para diabetisi dalam merawat dirinya sendiri selama pelaksanaan ibadah haji (Othman et al., 2020) dan lebih terampil dalam pengelolaan insulin (Yezli et al., 2021). Sehingga mereka dapat mencegah terjadinya komplikasi-komplikasi yang dapat muncul (Ahmedani et al., 2024) dan kondisi emergensi yang dapat timbul (Alfadhly et al., 2022).



KESIMPULAN

Kegiatan kelas diabetes bagi jamaah calon haji terlaksana dengan sukses dan memuaskan. Para peserta antusias, berperan serta aktif selama kegiatan. Dari dinas kesehatan berharap kelas diabetes bagi jamaah calon haji dapat dilaksanakan untuk persiapan haji tahun 2025 sehingga pengetahuan dan keterampilan calon haji yang terdiagnosa diabetes mellitus dapat meningkat dan aman tanpa ada kejadian tidak diharapkan selama pelaksanaan haji.

DAFTAR PUSTAKA

- Ahmedani, M. Y., Tayeb, K. A., & Yousuf, S. (2024). Diabetes and Hajj. In BIDE's Diabetes Desk Book (pp. 385-395). Elsevier.
- Alfadhly, A., Darraj, H., Alamlki, B., Alfaez, S., Alzahrani, M., Mubarak, A., Albogami, S., Almalki, D., Alshehri, K., Alqarni, A., Alzahrani, A., Khalid, H., Altwairiqi, R., Alselmi, A., Almajnouni, A., Kamal, T., Kamal, M., Almatrfi, F., Osman, M., & Alotaibi, A. (2022). Hyperglycaemic and hypoglycaemic emergencies among patients with diabetes mellitus who participated in pilgrims of the 2019/1440H Hajj season. *J Family Med Prim Care*, 11(1), 312-318. https://doi.org/10.4103/jfmpc.jfmpc_1096_21
- Alfelali, M., Barasheed, O., Alshehri, J., Bokhary, H., Alsaedi, S., Alhamzi, A., Aljohani, N., Driscoll, T., & Rashid, H. (2014). Foot Injuries Among Hajj Pilgrims with and Without Diabetes Mellitus: Implications for Infection Management. *Infect Disord Drug Targets*, 14(2), 140-147. <https://doi.org/10.2174/1871526514666140713160413>
- American Diabetes AssociationD. (2022). Standards of Medical Care in Diabetes - 2022 (Vol. 45). Am Diabetes Assoc.
- Hasan, G., Moabber, H., Alyamani, A., Sayeed, A., & Altatar, F. (2016). Study on risk factors (predisposing factors) for poor diabetes control during Hajj (1436/2015) in people with diabetes. *Pak J Med Sci*, 32(5), 1092-1096. <https://doi.org/10.12669/pjms.325.11217>
- Ibrahim, M., Ba-Essa, E., Alarouj, M., Annabi, F., Armstrong, D. G., Bennakhi, A., Ceriello, A., Elbarbary, N., Khochtali, I., Karadeniz, S., Naz Masood, S., Mimouni, S., Shaikh, S., Tuomilehto, J., & Umpierrez, G. E. (2024). Recommendations for management of diabetes and its complications during Hajj (Muslim Pilgrimage) - 2024 update. *Diabetes Res Clin Pract*, 111647. <https://doi.org/10.1016/j.diabres.2024.111647>
- Kolb, L. (2020). An Effective Model of Diabetes Care and Education: Revising the AADE7 Self-Care Behaviors®. *The Science of Diabetes Self-Management and Care*, 46(2), 139-160. <https://doi.org/10.1177/0145721719894903>
- Othman, K., Khan, A. A. L., Iqubal, S. M. S., Mohammed, T., Maqbul, M. S., Gamal, M., Al-Sanea, M. M., Elmowafy, M., Shalaby, K., Panda, D. S., & Alghamdi, S. (2020). Assessment of Knowledge of Diabetic Patients about Glycemic Abnormalities and Medicine Storage in



- Makkah during Hajj Pilgrimage. *Indian Journal of Pharmaceutical Education and Research*, 54, 5. <https://doi.org/10.5530/ijper.54.3s.172>
- Rustika, R., Oemiati, R., Asyary, A., & Rachmawati, T. (2020). An Evaluation of Health Policy Implementation for Hajj Pilgrims in Indonesia. *J Epidemiol Glob Health*, 10(4), 263-268. <https://doi.org/10.2991/jegh.k.200411.001>
- Shaikh, S., Ashraf, H., Shaikh, K., Iraqi, H., Ndour Mbaye, M., Kake, A., Mohamed, G. A., Selim, S., Wali Naseri, M., Syed, I., Said, J. A. K., Raza, S. A., Kassim, H., Aydin, H., Latheef, A., Beebeejaun, M., Uloko, A. E., Pastakia, S. D., & Kalra, S. (2020). Diabetes Care During Hajj. *Diabetes Ther*, 11(12), 2829-2844. <https://doi.org/10.1007/s13300-020-00944-5>
- Sugiharto, S., Stephenson, M., Hsu, Y. Y., & Fajriyah, N. N. (2017). Diabetes self-management education training for community health center nurses in Indonesia: a best practice implementation project. *JBI Database System Rev Implement Rep*, 15(9), 2390-2397. <https://doi.org/10.11124/jbisrir-2016-003329>
- Sugiharto. (2021). Editorial: Pilar Perawatan Mandiri Diabetes Mellitus: Editorial: Pillars of Diabetes Mellitus Self-Care. *Jurnal Ilmiah Keperawatan (Scientific Journal of Nursing)*, 7(2), 127-133. <https://doi.org/10.33023/jikep.v7i2.896>
- Yezli, S., Mushi, A., Almuzaini, Y., Balkhi, B., Yassin, Y., & Khan, A. (2021). Prevalence of Diabetes and Hypertension among Hajj Pilgrims: A Systematic Review. *Int J Environ Res Public Health*, 18(3). <https://doi.org/10.3390/ijerph18031155>.