



PENINGKATAN KEMAMPUAN PENDERITA DIABETES MELITUS DALAM MENGENDALIKAN KADAR GLUKOSA DARAH MELALUI PELATIHAN TEKNIK AKUPRESURE

Evi Martalinda Harefa*, Cipta Citra Karyani Gulo

Program Studi DIII Keperawatan Gunungsitoli, Poltekkes Kemenkes Medan, Meteorologi No.26, Dusun 2, Onowaembo, Gunungsitoli, Gunungsitoli, Medan, Sumatera Utara 22811, Indonesia

*eviharefa19@gmail.com

ABSTRAK

Diabetes Melitus sering kali disebut sebagai pembunuh senyap, karena penderitanya sering kali tidak menyadari bahwa komplikasi seperti penyakit jantung, gagal ginjal kronis, kerusakan pada retina yang berpotensi menyebabkan kebutaan, serta kerusakan saraf yang dapat berujung pada impotensi dan gangren dengan kemungkinan amputasi sudah terjadi. Berbagai komplikasi yang terjadi ini mengakibatkan gangguan dalam melakukan aktifitas sehari-hari, menurunnya produktifitas sehingga berdampak negative pada kualitas hidup penderita diabetes melitus. Salah satu tindakan pengendalian penyakit ini adalah dengan teknik akupresure. Teknik akupresur adalah metode non-farmasi yang efektif menurunkan kadar gula darah penderita diabetes melitus sehingga memperlambat perkembangan penyakit dan meminimalkan komplikasi dan diharapkan meningkatkan kualitas hidup penderitanya. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan kemampuan pasien diabetes melitus dalam mengendalikan kadar glukosa darah melalui pelatihan teknik akupresur. Pelatihan dilakukan melalui penyampaian materi dengan metode ceramah dan demonstrasi teknik akupresur kepada 141 orang pasien diabetes melitus, serta melibatkan partisipasi aktif peserta dalam diskusi. Penilaian kemampuan teknik akupresure peserta dengan menggunakan lembar observasi pelaksanaan teknik akupresure dengan Standar Operasional Prosedur teknik akupresure sebagai acuannya. Hasil analisis yang dilakukan dengan Uji Wilcoxon menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan antara kemampuan dalam teknik akupresur sebelum dan setelah pelatihan dengan nilai signifikansi 0,001 ($p < 0.05$). Dengan demikian, dapat diambil kesimpulan bahwa setelah dilakukannya pelatihan tentang teknik akupresur, kemampuan pasien diabetes melitus dalam mengatur kadar gula darah mengalami peningkatan. Rekomendasi untuk pasien diabetes melitus adalah mempraktikkan teknik akupresure secara teratur dalam upaya mengontrol kadar glukosa darah mereka.

Kata kunci: kadar glukosa darah; kemampuan; pelatihan; penderita diabetes melitus; teknik akupresure

IMPROVING THE ABILITY OF DIABETES MELLITUS PATIENTS TO CONTROL BLOOD GLUCOSE LEVELS THROUGH ACUPRESSURE TECHNIQUE TRAINING

ABSTRACT

Diabetes Mellitus is often referred to as a silent killer, as sufferers are often unaware that complications such as heart disease, chronic kidney failure, retinal damage that can potentially lead to blindness, and nerve damage that can lead to impotence and gangrene with the possibility of amputation have already occurred. These various complications result in disruptions in carrying out daily activities, decreased productivity, and thus negatively impact the quality of life of diabetes mellitus sufferers. One measure to control this disease is with acupressure techniques. Acupressure techniques are non-pharmaceutical methods that are effective in lowering blood sugar levels in diabetes mellitus sufferers, thereby slowing the progression of the disease and minimizing complications and hopefully improving the quality of life of sufferers. This community service activity aims to improve the ability of diabetes mellitus patients to control blood glucose levels through acupressure technique training. The training was conducted through the delivery of material using lecture methods and demonstrations of acupressure techniques to 141

diabetes mellitus patients, and involved active participant participation in discussions. Assessment of participants' acupressure technique skills used an observation sheet for the implementation of acupressure techniques with the Standard Operating Procedure for acupressure techniques as a reference. The analysis using the Wilcoxon test showed a significant difference between acupressure technique skills before and after training, with a significance value of 0.001 ($p < 0.05$). Therefore, it can be concluded that after training in acupressure techniques, the ability of diabetes mellitus patients to regulate their blood sugar levels increased. It is recommended for diabetes mellitus patients to practice acupressure techniques regularly to control their blood glucose levels.

Keywords: ability; acupressure technique; blood glucose level; diabetes mellitus sufferers; training

PENDAHULUAN

Menurut American Diabetes Association (2010), diabetes melitus adalah sekumpulan penyakit metabolik yang ditandai oleh hiperglikemia akibat gangguan dalam sekresi insulin, fungsi insulin, atau keduanya (Gayatri, 2019). Diabetes Melitus (DM) adalah masalah metabolisme jangka panjang yang terjadi karena hormon insulin dalam tubuh tidak dapat berfungsi dengan baik untuk mengendalikan kadar gula darah, sehingga menyebabkan tingginya kadar gula dalam darah (hiperglikemia) (Febrinasari, 2020). Secara umum, terdapat dua kategori Diabetes Melitus, yaitu Diabetes Melitus Tipe 1, yang dikenal juga sebagai Insulin Dependent Diabetes Melitus (IDDM) disebabkan oleh kurangnya sekresi insulin, dan Diabetes Melitus Tipe 2, yang disebut Non Insulin Dependent Diabetes Melitus (NIDDM), akibat berkurangnya sensitivitas jaringan target terhadap efek metabolik insulin (Susanto, 2013).

Sembilan puluh persen dari keseluruhan kasus diabetes termasuk dalam kategori Diabetes Melitus Tipe 2, yang ditandai dengan masalah dalam sensitivitas insulin dan/atau sekresi insulin. Secara klinis, Diabetes Melitus (DM) Tipe 2 terjadi ketika tubuh tidak dapat lagi menghasilkan cukup insulin untuk mengimbangi peningkatan resistensi insulin. Penyakit ini umumnya menyerang individu yang menjalani gaya hidup kurang sehat, seperti mengonsumsi banyak makanan berlemak dan kolesterol tinggi namun rendah serat serta vitamin. Kondisi ini dapat memicu obesitas, yang merupakan salah satu faktor penyebab Diabetes Melitus Tipe 2. Diabetes Melitus (DM) Tipe 2 menjadi tantangan kesehatan global karena angka prevalensi dan insidennya terus meningkat, baik di negara maju maupun negara berkembang, termasuk Indonesia (Decroli, 2019).

Data yang diperoleh dari Federasi Internasional Diabetes (IDF) mengindikasikan bahwa pada tahun 2019, terdapat minimal 463 juta individu berusia 20 hingga 79 tahun di seluruh dunia yang menderita Diabetes Melitus. Mengacu pada jenis kelamin, IDF memperkirakan bahwa prevalensi Diabetes Melitus pada tahun 2019 adalah 9% untuk perempuan dan 9,65% untuk laki-laki. Diperkirakan bahwa prevalensi Diabetes Melitus akan bertambah seiring bertambahnya usia penduduk, mencapai 19,9% atau 111,2 juta orang yang berusia 65 hingga 79 tahun. Angka ini diperkirakan akan terus meningkat, mencapai 578 juta pada tahun 2030 dan 700 juta pada tahun 2045. Negara-negara di kawasan Arab-Afrika Utara dan Pasifik Barat berada di posisi teratas dengan prevalensi Diabetes Melitus untuk kelompok umur 20 hingga 79 tahun, yaitu 12,2% dan 11,4%. Sementara itu, Indonesia yang berada di wilayah Asia Tenggara, menempati posisi ketiga dengan prevalensi sebesar 11,3%. IDF juga memproyeksikan jumlah individu yang menderita Diabetes Melitus di kelompok usia 20 hingga 79 tahun di beberapa negara di dunia dan telah mengidentifikasi sepuluh negara dengan jumlah penderita tertinggi, di mana Indonesia menempati posisi ketujuh dengan jumlah penderita mencapai 10,7 juta. Indonesia merupakan satu-satunya negara di Asia Tenggara yang tercantum dalam daftar ini, sehingga dapat diasumsikan bahwa kontribusinya terhadap prevalensi kasus Diabetes Melitus di Asia Tenggara cukup signifikan (Kemenkes RI, 2020).

Riset kesehatan dasar yang dilakukan pada tahun 2018 dengan mengumpulkan data penderita diabetes melitus (DM) di kalangan penduduk yang berusia di atas 15 tahun menunjukkan bahwa tingkat kejadian DM di Indonesia menurut diagnosis dokter pada kelompok usia tersebut adalah 2%. Angka ini menunjukkan adanya kenaikan dibandingkan dengan prevalensi diabetes melitus pada penduduk berusia di atas 15 tahun yang dilaporkan dalam Riskesdas 2013, yang sebesar 1,5%. Dari hasil penelitian, Sumatera Utara menduduki posisi ke-13 sebagai provinsi dengan jumlah penderita terbanyak dari 34 provinsi yang ada di Indonesia (Kementrian Kesehatan Republik Indonesia, 2018).

Menurut Riskesdas 2018, prevalensi diabetes melitus (DM) di Sumatera Utara berdasarkan penilaian dokter pada penduduk usia ≥ 15 tahun juga menunjukkan peningkatan, dari 1,8% di tahun 2013 menjadi 2,0% di tahun 2018. Hasil Riskesdas 2018 menunjukkan bahwa Kota Gunungsitoli adalah daerah dengan prevalensi DM tertinggi di Sumatera Utara, mencapai 2,86% (Riskesdas Provinsi Sumatera Utara, 2018). Diabetes Melitus (DM) sering kali disebut sebagai pembunuh senyap, karena penderitanya sering kali tidak menyadari bahwa komplikasi seperti penyakit jantung, gagal ginjal kronis, kerusakan pada retina yang berpotensi menyebabkan kebutaan, serta kerusakan saraf yang bisa berujung pada impotensi dan gangren dengan kemungkinan amputasi sudah terjadi (Supri, 2013). Dari hasil penelitian Rif'at (2023) diketahui bahwa umumnya penderita diabetes melitus mengalami komplikasi gangguan system kardiovaskuler (Rif'at, Hasneli N, & Indriati, 2023). Menurut penelitian Lumbantobing (2023) insidensi komplikasi kronis makrovaskular yaitu Penyakit Jantung Koroner (PJK) sebanyak 25 (53,2%) orang, Peripheral Artery Disease (PAD) sebanyak 15 (31,9%) orang dan stroke sebanyak 11 (23,4%) orang, pada mikrovaskular 64 (71,9%) orang, terdiri dari neuropati diabetik sebanyak 50 (78,1%) orang, nefropati diabetik sebanyak 14 (21,9%) orang dan retinopati diabetik 9 (14,1%) orang (Lumbantobing, 2023). Berbagai komplikasi yang bisa terjadi ini dapat mengakibatkan gangguan dalam melakukan aktifitas sehari-hari, menurunnya produktifitas sehingga berdampak negative pada kualitas hidup penderita diabetes melitus (Erniantin, 2018). Hal ini dibuktikan oleh hasil penelitian Umam (2020) yang membuktikan adanya penurunan kualitas hidup dimana yang seharusnya memiliki kualitas hidup yang baik setelah menderita diabetes melitus kualitas hidup pasien diabetes mellitus berada pada kategori sedang yaitu 63,7% (Umam, 2020).

Penanganan yang dapat dilakukan untuk mempertahankan keseimbangan kadar glukosa darah pasien melibatkan penerapan terapi komplementer. Terapi komplementer terdiri dari berbagai metode alami yang bertujuan untuk meningkatkan kesehatan, penyembuhan, dan kesejahteraan serta melengkapi pengobatan medis yang berfokus pada penyakit. Salah satu contohnya adalah terapi akupresur. Akupresur umum digunakan untuk memperbaiki kualitas tidur pasien, yang secara tidak langsung berhubungan dengan pengendalian kadar glukosa darah pada pasien diabetes melitus. Kualitas tidur yang buruk dan ketidakcukupan tidur dapat berkontribusi pada pengendalian yang tidak efektif terhadap kadar HbA1c pada diabetes tipe 2. Peningkatan kualitas tidur pada pasien diabetes melitus dapat menghasilkan pengendalian glikemik yang lebih baik dan peningkatan kualitas hidup mereka (Tsai, 2012).

Menurut William dan Hopper (2015), akupresur dipercaya sebagai metode yang dapat membantu menstabilkan kadar glukosa darah dengan menurunkannya. Akupresur adalah suatu bentuk pengobatan yang digolongkan sebagai modalitas berbasis manipulasi dalam tubuh, yang berdasar pada teori Meridian dan prinsip Ying/Yang dalam filsafat timur (Afrianti, 2021). Cara kerja akupresur adalah dengan memberikan dampak pada hipotalamus, memicu salah satu enzim yang terlibat dalam metabolisme karbohidrat (glukosa 6 phosphate), meningkatkan sintesis insulin di pankreas, memperbaiki jumlah reseptor di sel target, serta mempercepat pemanfaatan glukosa

oleh sel, sehingga dapat menurunkan kadar gula darah. Titik-titik akupresur yang biasanya dipakai mencakup Pishu (BL 20), Feishu (BL 23), Shenshu (BL 23), Zusanli (ST 36), Sanyinjiao (SP 6), dan Hegu (LI 4) (Masithoh, 2016).

Terapi akupresur merupakan pendekatan non farmasi yang efektif dalam memperlambat perkembangan penyakit serta mencegah komplikasi yang berkaitan dengan diabetes melitus tipe 2 (Chen et al, 2009). Penelitian yang dilakukan oleh (Fitrullah, 2017) mendukung hal ini, hasil penelitian menunjukkan bahwa akupresur dapat menurunkan kadar glukosa darah dan sangat bermanfaat dalam mengurangi komplikasi akibat diabetes. Hasil studi (Jumari, 2019) yang berjudul Pengaruh Akupresur Terhadap Kadar Glukosa Darah Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 juga menunjukkan bahwa akupresur merupakan intervensi yang efektif dalam menurunkan kadar glukosa darah pada pasien dengan Diabetes Melitus Tipe 2.

Penelitian yang dilakukan oleh Jamaluddin pada tahun 2019 dengan judul "Analisis Terapi Akupresure Terhadap Keseimbangan Glukosa Darah Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Di Wilayah Kerja Puskesmas Jumpandang Baru Makasar" menunjukkan bahwa pemberian terapi akupresure memiliki dampak yang signifikan pada keseimbangan glukosa darah pasien diabetes tipe 2 (Jamaluddin, 2019). Hal ini ditunjukkan dengan nilai $p=0.005$ untuk kelompok yang menerima intervensi dan $p=0.977$ untuk kelompok yang tidak diberikan intervensi. Terapi akupresur terbukti efektif dalam menurunkan kadar glukosa darah dan sangat berguna untuk mengurangi risiko komplikasi akibat diabetes. Metode akupresur dianggap sebagai metode alternatif yang paling ampuh dalam mengelola diabetes, lebih unggul dibandingkan dengan metode lainnya. Penelitian lain oleh Afrianti pada tahun 2021, berjudul "Penerapan Terapi Akupresur Pada Pasien Diabetes Melitus," juga menemukan bahwa penggunaan akupresur dapat mengurangi rasa mual dan muntah pada pasien Diabetes Melitus (Afrianti, 2021).

Pelatihan adalah elemen dari pendidikan yang berfokus pada proses belajar untuk memperoleh dan meningkatkan keterampilan di luar sistem pendidikan formal dalam jangka waktu yang relatif singkat, dengan cara yang lebih menekankan praktik dibandingkan teori. Pelatihan diyakini dapat meningkatkan kemampuan atau keterampilan. Ini dibuktikan melalui penelitian Scheilla pada tahun 2018, yang menunjukkan adanya efek pelatihan terhadap kemampuan kerja relawan pajak (Scheilla, 2018). Temuan serupa juga terlihat dalam penelitian Miranda pada tahun 2018, yang menunjukkan pengaruh pelatihan terhadap kinerja pegawai (Miranda, 2018).

Hasil survey di UPTD Puskesmas Kecamatan Gunungsitoli diperoleh data penyakit Diabetes Melitus berada pada 10 penyakit terbanyak di tahun 2022 dengan jumlah penderita sebesar 828 orang. Kelurahan Ilir adalah wilayah kerja dari UPTD Puskesmas Kecamatan Gunungsitoli yang menyumbangkan penderita diabetes melitus terbesar yaitu sebanyak 141 orang. Hasil wawancara terhadap 5 orang penderita diabetes melitus diketahui bahwa 2 orang mengalami gangguan penglihatan, 1 orang mengalami ulkus diabetikum, 2 orang menderita hipertensi dan 1 orang mengalami stroke. Menurut mereka penyakit yang mereka alami mengakibatkan gangguan dalam melakukan aktivitas sehari – hari sehingga menurunkan produktivitas mereka. Dari hasil wawancara juga diketahui bahwa ke 5 penderita diabetes melitus belum pernah melakukan teknik akupresure dalam mengendalikan kadar glukosanya. Umumnya mereka menggunakan obat – obatan yang diberikan dari fasilitas pelayanan kesehatan. Hasil wawancara yang dilakukan kepada 4 orang tenaga kesehatan di UPTD Puskesmas Kecamatan Gunungsitoli diketahui bahwa umumnya penderita diabetes di wilayah kerjanya mengalami berbagai komplikasi oleh karena penyakitnya antara lain hipertensi, ulkus diabetikum, stroke. Hasil wawancara juga menunjukkan bahwa tenaga kesehatan belum pernah memperkenalkan terapi akupresur sebagai salah satu terapi non farmakologi untuk mengontrol kadar glukosa darah kepada penderita diabetes melitus.

Berdasarkan latarbelakang diatas pengabdian tertarik untuk melakukan pengabdian masyarakat yang berjudul “Peningkatan Kemampuan Penderita Diabetes Melitus Dalam Mengendalikan Kadar Glukosa Darah Melalui Pelatihan Teknik Akupresure Di Kelurahan Ilir Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Kecamatan Gunungsitoli tahun 2024”. Tujuan dari pengabdian masyarakat ini adalah untuk meningkatkan kemampuan penderita diabetes melitus dalam mengendalikan kadar glukosa darahnya melalui pelatihan teknik akupresure.

METODE

Kegiatan ini diawali dengan peninjauan lokasi kegiatan pengabdian masyarakat. Pada saat peninjauan lokasi, Dinas Kesehatan Kota Gunungsitoli, UPTD Puskesmas Kecamatan Gunungsitoli, dan Perangkat Kelurahan Ilir Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Kecamatan Gunungsitoli memberikan masukan mengenai waktu, tempat dan pelaksanaan kegiatan. Selanjutnya disepakati pelaksanaan kegiatan pengabdian pada masyarakat ini dilakukan pada tanggal 25 Juli 2024 di Pustu Kelurahan Ilir Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Gunungsitoli. Kegiatan pengabdian masyarakat yang dilakukan adalah peningkatan kemampuan penderita diabetes melitus dalam mengendalikan kadar glukosa darah melalui pelatihan teknik akupresure. Pelatihan dilakukan terhadap 141 penderita diabetes melitus dengan menggunakan metode on the job training yaitu dengan demonstrasi dan ceramah. Demonstrasi dilakukan dengan cara memperagakan dan mempertunjukkan pada peserta pelatihan tentang teknik akupresure (Scheilla, 2018). Ceramah dilakukan dengan teknik belajar perkuliahan, melalui penyampaian teknik akupresure secara lisan kepada peserta (Purwaningsih, 2023). Materi pelatihan teknik akupresure yang digunakan adalah Standar Operasional Prosedur Teknik Akupresur dari hasil penelitian Masithoh, 2016 (Masithoh, 2016). Kegiatan diawali dengan penilaian kemampuan penderita diabetes melitus dalam melaksanakan teknik akupresure sebagai data pre test, selanjutnya dilakukan pelatihan teknik akupresure, diakhiri dengan penilaian kembali pada kemampuan penderita diabetes melitus dalam melaksanakan teknik akupresure sebagai data post test. Penilaian kemampuan teknik akupresure peserta dengan menggunakan lembar observasi pelaksanaan terapi teknik akupresure dengan Standar Operasional teknik akupresure sebagai acuannya. Evaluasi dan monitoring dilakukan dengan membandingkan kemampuan peserta sebelum dan sesudah pelatihan. Setelah kegiatan pengabdian masyarakat selesai tim pengabdian melakukan analysis data selanjutnya membuat laporan hasil kegiatan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Karakteristik Penderita DM

Tabel 1.
Karakteristik penderita DM

Karakteristik	f	%
Jenis Kelamin		
Perempuan	94	66,7
Laki - Laki	47	33,3
Usia		
15 - 24	12	8,5
25 - 34	8	5,7
35 - 44	26	18,4
45 - 54	23	16,3
55 - 64	35	24,8
>65	37	26,3
Pendidikan		
Tidak Sekolah	15	10,6
Dasar	73	51,8
Menengah	35	24,8
Tinggi	18	12,8

Berdasarkan tabel diatas diketahui mayoritas jenis kelamin responden adalah perempuan yaitu 94 orang (66,7 %) dan minoritas adalah laki – laki yaitu 47 orang (33,3 %). Menurut Tandra (2013), perempuan memiliki peluang yang lebih besar mengalami diabetes melitus tipe 2 dibandingkan laki-laki. Hal ini dikarenakan indeks massa tubuh perempuan yang lebih besar, kehamilan, pascamenopause serta sindrom siklus bulanan (premenstrual syndrome) yang memudahkan penumpukan lemak tubuh perempuan (Komariah, 2020). Penelitian (Arania, 2021) membuktikan teori ini dimana hasil penelitiannya menunjukkan adanya hubungan positif antara jenis kelamin dengan kejadian diabetes melitus, dimana diperoleh nilai $p = 0,029$ yang menunjukkan bahwa jenis kelamin seseorang mempengaruhi kejadian diabetes melitus tipe 2.

Tabel 1 diatas juga menunjukkan mayoritas usia responden adalah > 65 tahun yaitu 37 orang (26,3 %) dan minoritas usia 25 – 34 tahun yaitu 8 orang (5,7%). Usia berkaitan dengan fisiologi tubuh yang menyatakan bahwa seiring bertambahnya usia, kemampuan tubuh untuk bekerja akan semakin menurun. Termasuk hormon insulin yang semakin berkurang efektivitasnya seiring bertambahnya usia sehingga dapat meningkatkan kadar gula darah. Menurut Sujaya, 2009 proses penuaan menyebabkan menurunnya kemampuan sel β pankreas dalam memproduksi insulin sehingga meningkatkan risiko diabetes seiring bertambahnya usia, terutama jika usia di atas 40 tahun. Selain itu, semakin bertambahnya usia terjadi penurunan aktivitas mitokondria pada sel otot sebesar 35%. Hal ini menyebabkan resistensi insulin dan dikaitkan dengan peningkatan lemak otot sebesar 30%. Hal ini dibuktikan hasil penelitian (Komariah, 2020) dimana menunjukkan adanya hubungan antara usia dengan kadar gula darah puasa pada pasien diabetes melitus tipe 2 dengan nilai p sebesar 0,004 di KPRJ Proklamasi, Depok, Jawa Barat (Komariah, 2020).

Tabel 1 juga menunjukkan mayoritas pendidikan responden adalah pendidikan dasar yaitu 73 orang (51,8%) dan minoritas adalah pendidikan tidak sekolah yaitu 15 orang (10,6%). Orang yang tingkat pendidikannya tinggi biasanya akan memiliki banyak pengetahuan tentang kesehatan. Penelitian (Arania, 2021) membuktikan bahwa ada korelasi yang signifikan antara tingkat pendidikan dengan kejadian diabetes melitus dengan nilai p -value = 0,000, dan nilai korelasi sebesar 0,340 yang menunjukkan korelasi antara tingkat pendidikan dengan kejadian diabetes melitus bernilai negative yang artinya semakin tinggi tingkat pendidikan seseorang dapat menekan kejadian diabetes melitus (Arania, 2021).

Kemampuan Teknik Akupresure Penderita Diabetes Melitus Sebelum Dan Sesudah Pelatihan Dan Hasil Uji Wilcoxon

Tabel 1.

Kemampuan teknik akupresure penderita diabetes melitus sebelum dan sesudah pelatihan				
Karakteristik Responden (kemampuan teknik akupresure)	Sebelum	%	Sesudah	%
Kurang	133	94,3	12	8,5
Cukup	8	5,7	34	24,1
Baik	0	0	95	67,4

Berdasarkan tabel 2 diketahui bahwa sebelum pelatihan teknik akupresure mayoritas kemampuan responden kurang yaitu sebesar 133 responden (94,3) dan minoritas kemampuan responden baik yaitu sebesar 0 responden (0 %). Setelah pelatihan teknik akupresure mayoritas kemampuan responden baik yaitu sebanyak 95 responden (67,4%) dan minoritas kemampuan responden kurang yaitu sebanyak 12 responden (8,5 %).

Tabel 3.
Hasil analisis efektifitas pelatihan terhadap kemampuan teknik akupresure penderita diabetes melitus

Kemampuan Teknik Akupresure	n	Mean	p
Kemampuan Sebelum	141	1,00 (1 – 3)	0,001
Kemampuan Setelah	141	2,54 (1 – 3)	

Berdasarkan tabel diatas diketahui nilai significancy 0,001 ($p < 0,05$), dengan demikian dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang bermakna antara kemampuan teknik akupresure sebelum dan sesudah pelatihan. Kemampuan merujuk pada potensi individu untuk menyelesaikan tugas atau pekerjaan. Kemampuan seseorang adalah representasi dari pengetahuan dan keterampilan yang dimiliki. Menurut Winardi (2004:201), kemampuan adalah karakteristik (yang melekat pada individu atau diperoleh melalui pembelajaran) yang memungkinkan seseorang untuk melakukan tindakan baik mental maupun fisik. Beberapa faktor memengaruhi kemampuan, seperti yang diungkapkan oleh Michael Zwell (2000) dalam Wibowo (2012), termasuk keterampilan, pengalaman, dan kemampuan berpikir. Peningkatan kemampuan terjadi pada individu dengan diabetes melitus karena adanya peningkatan intelektual yang diperoleh melalui pelatihan. Hal ini sejalan dengan penelitian (Yunindra & Kriswanto, 2024) yang menunjukkan bahwa pelatihan dengan demonstrasi dapat meningkatkan keterampilan menjahit, serta hasil penelitian (Yusuf, 2021) yang membuktikan bahwa pelatihan dengan metode demonstrasi dapat memperbaiki keterampilan psikomotorik siswa pada pelajaran.

SIMPULAN

Pasien diabetes melitus telah memperoleh manfaat dari kegiatan pengabdian masyarakat melalui pelatihan teknik akupresure. Setelah kegiatan pelatihan teknik akupresure oleh tim pengabdian, kemampuan pasien meningkat dalam mengendalikan kadar glukosa darahnya melalui teknik akupresure. Kegiatan pengabdian masyarakat ini dapat menunjukkan efektivitas pelatihan teknik akupresure dalam meningkatkan kemampuan penderita diabetes melitus dalam mengendalikan kadar glukosa darahnya melalui teknik akupresure.

DAFTAR PUSTAKA

- Afrianti. (2021). Penerapan Terapi Akupresur Pada Pasien Diabetes Mellitus. *Jurnal Ilmiah Permas: Jurnal Ilmiah STIKES Kendal*, 11(4), 579–586.
- Arania. (2021). Hubungan Antara Usia, Jenis Kelamin, dan Tingkat Pendidikan dengan Kejadian Diabetes Mellitus di Klinik Mardi Waluyo Lampung Tengah, 5(September), 146–153.
- Chen et al. (2009). Acupressure Therapy Inhibits the Development of Diabetic Complications in Chinese Patients with Type 2 Diabetes. *No Title*, 1027–1032.
- Decroli, E. (2019). *Diabetes Melitus Tipe 2*. (by A. Kam et al, Ed.). Padang: Pusat Penerbitan Bagian Ilmu Penyakit Dalam Fakultas Kedokteran Universitas Andalas.
- Erniantin. (2018). Gambaran Kualitas Hidup Penderita Diabetes Melitus pada Anggota Dan Non Anggota Komunitas Diabetes Di Puskesmas Ngrambe. *Jurnal Kesehatan Masyarakat (e-Journal)*, 6, 2356–3346. Retrieved from <http://ejournal3.undip.ac.id/index.php/jkm>
- Febrinasari. (2020). *Buku Saku Diabetes Melitus untuk Awam (Cetakan 1, Edisi 1)*. Surakarta: UNS Press.
- Fitrullah. (2017). Effectiveness of Acupressure at the Zusanli (ST-36) Acupoint as a Comfortable Treatment for Diabetes Mellitus: A Pilot Study in Indonesia. *JAMS Journal of Acupuncture and Meridian Studies*, 10(2), 96–103. <https://doi.org/10.1016/j.jams.2016.12.003>

- Gayatri. (2019). *Diabetes Mellitus Dalam Era 4 . 0. Wineka Media.*
- Jamaluddin, D. (2019). Terapi Akupresure Terhadap Keseimbangan Glukosa Darah Pada Pasien Dm Tipe 2 Di Wilayah Kerja Puskesmas Jumpang Baru Makassar. *Media Kesehatan Politeknik Kesehatan Makassar, 14(2)*, 181. <https://doi.org/10.32382/medkes.v14i2.1126>
- Jumari. (2019). Pengaruh Akupresur terhadap Kadar Glukosa Darah Pasien Diabetes Melitus Tipe 2. *PJournal of Telenursing (JOTING), 1(9)*, 38–50.
- Kemendes RI. (2020). Infodatin tetap produktif, cegah, dan atasi Diabetes Melitus 2020. *Pusat Data Dan Informasi Kementerian Kesehatan RI.*
- Kemendagri Kesehatan Republik Indonesia. (2018). Laporan_Nasional_RKD2018_FINAL.pdf. *Badan Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan.*
- Komariah. (2020). Dengan Kadar Gula Darah Puasa Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Di Klinik Pratama Rawat Jalan, (Dm), 41–50.
- Lumbantobing. (2023). Gambaran Komplikasi Kronis Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Tahun 2022 di RS Prof . Chairuddin P . Lubis Medan.
- Masithoh. (2016). Pengaruh Terapi Akupresur terhadap Kadar Gula darah Pada Pasien Diabetes Melitus tipe II. *Journal Of Holistic Nursing Science, 3(2)*, 26–37.
- Miranda. (2018). Pengaruh Pendidikan dan Pelatihan Terhadap Kinerja Karyawan Melalui Variabel Mediator Kemampuan Kerja Karyawan. *Jurnal Administrasi Bisnis, 58(1)*, 211–218.
- Purwaningsih. (2023). Pengaruh Metode Ceramah Plus Tanya Jawab Dan Tugas (Cptt) Terhadap Kemampuan Pemahaman Konsep Matematis Ditinjau Dari Self-Confidence. *Jurnal Edukasi Dan Sains Matematika (JES-MAT), 9(2)*, 149–160. <https://doi.org/10.25134/jes-mat.v9i2.8638>
- Rif'at, I. D., Hasneli N, Y., & Indriati, G. (2023). Gambaran Komplikasi Diabetes Melitus Pada Penderita Diabetes Melitus. *Jurnal Keperawatan Profesional, 11(1)*, 52–69. <https://doi.org/10.33650/jkp.v11i1.5540>
- Riskesdas Provinsi Sumatera Utara. (2018). *Laporan Provinsi Sumatera Utara Riskesdas 2018. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan.*
- Scheilla. (2018). Pengaruh Pelatihan Terhadap Kemampuan Kerja Relawan Pajak, 1–118.
- Supri. (2013). Pengaruh Prolanis Terhadap Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Melitus.
- Susanto. (2013). *Diabetes: Deteksi, Pencegahan, Pengobatan.* Yogyakarta: Buku Pintar.
- Tsai, dkk. (2012). Impact of subjective sleep quality on glycemic control in type 2 diabetes mellitus. *Family Practice, 29(1)*, 30–35. <https://doi.org/10.1093/fampra/cmr041>
- Umam. (2020). Gambaran Kualitas Hidup Pasien Dengan Diabetes Melitus Di Puskesmas Wanaraja. *Jurnal Kesehatan Kusuma Husada, (January)*, 70–80. <https://doi.org/10.34035/jk.v11i1.419>
- Yunindra, H. N., & Kriswanto, H. D. (2024). Pengaruh Metode Demonstrasi terhadap Penguasaan Keterampilan Menjahit pada Peserta Pelatihan Program Kecakapan Hidup di SKB Kabupaten Klaten. *Jurnal Pendidikan Non Formal, 1(4)*, 10. <https://doi.org/10.47134/jpn.v1i4.415>
- Yusuf. (2021). Pengaruh Penerapan Metode Demonstrasi Terhadap Kemampuan Psikomotorik Peserta Didik.