

## STANDAR OPERASIONAL PROSEDUR (SOP)

### *DIABETES SELF MANAGEMENT EDUCATION (DSME)*

#### **A. Pengertian DSME**

Suatu proses berkelanjutan yang dilakukan dalam bentuk pendidikan kesehatan mengenai pengelolaan DM secara mandiri untuk memfasilitasi pengetahuan, keterampilan dan kemampuan pasien DM dalam melakukan perawatan diri serta mempertahankan perilaku yang dibutuhkan untuk mengelola kondisi secara berkelanjutan.

#### **B. Tujuan**

Mendukung pengambilan keputusan, perawatan diri, pemecahan masalah dan kolaborasi aktif dengan tim kesehatan untuk meningkatkan hasil klinis, status kesehatan, kualitas hidup pasien DM.

#### **C. Indikasi**

Pasien Diabetes Mellitus (DM)

#### **D. Kontraindikasi**

1. Pasien yang mengalami penurunan kesadaran
2. Pasien yang mengalami ketidakstabilan emosi
3. Pasien dengan tanda-tanda vital yang tidak stabil

#### **E. Persiapan Pasien**

1. Berikan salam, perkenalkan diri dan identifikasi pasien dengan memeriksa identitas pasien
2. Jelaskan tentang prosedur pembelajaran yang akan dilakukan, berikan kesempatan pasien untuk bertanya dan jawab seluruh pertanyaan pasien
3. Beri tahu pasien saat pembelajaran akan dimulai

#### **F. Persiapan Perawat**

1. Lakukan pengkajian pada pasien, termasuk riwayat DM yang dialami pasien dan pengetahuan yang dimiliki pasien
2. Identifikasi masalah kesehatan pasien
3. Buat perencanaan tindakan
4. Kaji kebutuhan perawat, minta bantuan perawat lain jika perlu
5. Siapkan

#### **G. Persiapan Alat**

1. Leaflet
2. Catatan dan alat tulis

#### **H. Prosedur**

1. Beri salam terapeutik kepada pasien dan keluarga
2. Perkenalkan diri sebaik mungkin
3. Tanyakan kondisi dan perasaan pasien saat ini
4. Jelaskan tujuan, prosedur dan lamanya tindakan
5. Diskusikan mengenai waktu dan tempat pembelajaran
6. Berikan *Diabetes Self Management Education (DSME)* menurut materi tiap sesi:

- a) Sesi 1  
Pengetahuan dasar tentang diabetes, meliputi definisi, tanda dan gejala, patofisiologi dasar, alasan pengobatan, dan komplikasi DM. Monitoring kadar gula darah, meliputi pengertian, tujuan, dan hasil dari monitoring.
  - b) Sesi 2  
Olahraga dan aktivitas, meliputi manfaat dan waktu aktifitas fisik. Perawatan kaki, meliputi tujuan perawatan kaki, cara merawat kaki berkala.
  - c) Sesi 3  
Nutrisi, meliputi fungsi nutrisi bagi tubuh, kebutuhan kalori, jadwal makan, dan jenis makanan
  - d) Sesi 4  
Pengobatan meliputi definisi, cara penyuntikan, dosis, dan cara menyimpan. Penggunaan Obat Hipoglikemik Oral (OHO) meliputi dosis dan waktu minum
- 7. Evaluasi program DSME mulai dari sesi 1 hingga sesi 4.
  - 8. Berikan kesempatan kepada pasien dan keluarga untuk bertanya disetiap sesi.
  - 9. Menanyakan perasaan pasien setelah mengikuti *Diabetes Self Management Education* (DSME)
  - 10. Memberi pujian atau *reward*
  - 11. Anjurkan agar pasien dan keluarga senantiasa melakukan perawatan mandiri yang telah dipelajari bersama

#### **I. Evaluasi**

- 1. Evaluasi hasil yang dicapai
- 2. Beri *reinforcement* positif pada pasien
- 3. Mengakhiri pertemuan dengan baik