

PENGARUH PEMBERIAN EDUKASI TENTANG MANAJEMEN DIABETES TERHADAP TINGKAT PENGETAHUAN DAN SIKAP PASIEN DIABETES MELITUS TIPE 2

The Effect of Education on Diabetes Management on Knowledge and Attitudes of Type 2 Diabetes Mellitus Patients

Sukma Saini¹⁾, Yulianto M²⁾, Mutmainnah Hasrat³⁾, Nurwahidah⁴⁾

¹⁾²⁾³⁾Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Makassar

⁴⁾RSI Faisal Makassar

*) sukmasaini@poltekkes-mks.ac.id

ABSTRACT

Diabetes is a chronic disease with a high morbidity rate today. Half of the DM not diagnosed because diabetes generally does not have symptoms until complications occur. The incidence of diabetes increases with the portion of calories consumed, lack of physical activity, and the increasing number of older adults. The purpose of this study was to identify the effect of education on diabetes mellitus management on the level of knowledge and attitudes and physical activity of type 2 diabetes mellitus patients. This type of research is quantitative, a pre-experimental design with a pre-post test one group design. This research aims to determine the effectiveness of health education on knowledge and attitudes about diabetes management. The results of the research obtained from 55 respondents showed an increase in the knowledge of respondents from previously only 54 respondents (98.2%) to 55 respondents (100%) who had good knowledge after receiving education about DM management. In the attitude variable, the results obtained were that before being given health education there were 40 respondents (71.4%) had attitudes in the excellent category, and increased to 55 respondents (100%) after being given health education about DM management. At the same time, the physical activity variable shows that before being given health education there are 51 respondents (92.7%) who carry out physical activity, while after giving the intervention in the form of education, overall, 55 respondents (100%) show an increase in the frequency of physical activity according to DM management guidelines. Based on the research results with a total sample of 55 respondents, it is concluded that there is an effect of education on diabetes mellitus management on the level of knowledge and attitudes and physical activity of type 2 diabetes mellitus patients.

Keywords: DM, education, management, level of knowledge

ABSTRAK

Diabetes merupakan salah satu penyakit kronik dengan angka kesakitan yang masih tinggi saat ini. Setengah dari jumlah DM tidak terdiagnosa karena pada umumnya diabetes tidak disertai gejala sampai terjadinya komplikasi. Kejadian penyakit diabetes meningkat seiring porsi kalori yang dikonsumsi, minimnya kegiatan fisik, dan meningkatnya jumlah lanjut usia. Tujuan penelitian ini untuk mengidentifikasi pengaruh edukasi tentang manajemen diabetes mellitus terhadap tingkat pengetahuan dan sikap dan aktifitas fisik pasien diabetes mellitus tipe 2. Jenis penelitian ini yaitu *kuantitatif* yang merupakan penelitian pre-experimental design dengan rancangan pre-post test one *group design*. Untuk mengetahui efektifitas pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan dan sikap tentang manajemen diabetes. Hasil penelitian yang diperoleh dari 55 responden menunjukkan peningkatan pengetahuan responden dari sebelumnya hanya 54 responden (98,2%) menjadi 55 reponden (100%) yang memiliki pengetahuan baik setelah mendapatkan edukasi tentang manajemen DM. Pada variabel sikap didapatkan hasil yaitu sebelum diberikan pendidikan kesehatan terdapat 40 responden (71,4%) yang memiliki sikap pada kategori baik, dan meningkat menjadi 55 responden (100%) setelah diberikan pendidikan kesehatan tentang manajemen DM. sedangkan variabel aktivitas fisik menunjukkan bahwa sebelum diberikan pendidikan kesehatan terdapat 51 responden (92,7%) yang melakukan aktifitas fisik sedangkan setelah pemberian intervensi berupa edukasi maka secara keseluruhan yaitu 55 responden (100%) menunjukkan peningkatan frekuensi aktifitas fisik sesuai pedoman manajemen DM. Berdasarkan hasil penelitian yang dengan jumlah sampel sebanyak 55 responden, maka disimpulkan bahwa ada pengaruh edukasi tentang manajemen diabetes mellitus terhadap tingkat pengetahuan dan sikap dan aktifitas fisik pasien diabetes mellitus tipe 2.

Kata kunci :DM,Edukasi,Manajemen,Tingkat pengetahuan

PENDAHULUAN

Diabetes merupakan salah satu penyakit kronik dengan angka kesakitan yang masih tinggi saat ini.

Setengah dari jumlah DM tidak terdiagnosa karena pada umumnya diabetes tidak disertai gejala sampai

terjadinya komplikasi. Kejadian penyakit diabetes meningkat seiring porsi kalori yang dikonsumsi, minimnya kegiatan fisik, dan meningkatnya jumlah lanjut usia (Bahri Saiful dan Hiswan, 2013).

Diabetes mellitus merupakan penyakit kronis dengan metabolisme yang tidak teratur. Proses metabolisme dimulai saat mengkonsumsi karbohidrat seperti gula dan patiserta bahan sejenis, yang selanjutnya dipecah menjadi glukosa pada saat diserap oleh usus kecil ke dalam system peredaran darah. Insulin yang diproduksi oleh pancreas akan membantu glukosa masuk ke dalam sel sehingga dapat digunakan oleh tubuh. Sekresi insulin tidak cukup atau tubuh tidak dapat menggunakan insulin yang dihasilkan berakibat terjadinya peningkatan kadar glukosa dalam darah.

Obesitas merupakan faktor risiko utama diabetes mellitus. Dengan demikian, kita bisa menurunkan risiko diabetes mellitus dengan mencegah obesitas. Beberapa metode pencegahan yang disarankan seperti menjaga berat badan ideal. Pola makan yang seimbang dan tetap aktif berolahraga secara teratur dengan intensitas sedang (dianjurkan untuk berolahraga setiap hari selama 30 menit atau lebih setidaknya 5 hari seminggu).

Dengan makin majunya keadaan sosio-ekonomi masyarakat Indonesia serta pelayanan kesehatan yang makin baik dan merata, diperkirakan tingkat kejadian penyakit DM akan makin meningkat. Penyakit ini dapat menyerang segala lapisan umur dan sosio-ekonomi. Melihat pola pertumbuhan penduduk saat ini diperkirakan pada tahun 2020 nanti akan ada sejumlah 178 juta penduduk berusia di atas 20 tahun dan dengan asumsi prevalensi DM sebesar 2% akan didapatkan 3,56 juta pasien Diabetes Mellitus, suatu jumlah yang besar untuk dapat ditangani sendiri oleh para ahli DM oleh karena itu antisipasi untuk mencegah dan menanggulangi timbulnya ledakan pasien DM ini harus sudah dari sekarang.

Dalam hal antisipasi untuk pencegahan DM ini yang sangat perlu diperhatikan adalah dengan memberikan penyuluhan kesehatan pada penderita Diabetes Mellitus. Penyuluhan kesehatan pada penderita DM merupakan suatu hal yang amat penting dalam regulasi gula darah penderita DM dan mencegah atau setidaknya menghambat munculnya penyakit kronik maupun penyakit akut yang ditakuti oleh penderita.

Penyuluhan diperlukan karena penyakit diabetes adalah penyakit yang berhubungan dengan gaya hidup. Pengobatan diabetes memerlukan keseimbangan antara beberapa kegiatan yang merupakan bagian integral dari kegiatan rutin sehari-hari seperti makan, tidur, bekerja, dan lain-lain. Pengaturan jumlah serta jenis makan serta olahraga oleh pasien serta keluarganya. Penyuluhan Diabetes Mellitus dapat dilakukan untuk pencegahan primer,

sekunder, dan tersier. Adapun pada penyuluhan pencegahan primer, dilakukan terhadap orang yang belum menderita DM tetapi potensial untuk menderita. Untuk pencegahan primer ini tentu saja kita harus mengenal faktor-faktor yang berpengaruh pada timbulnya DM dan berusaha mengeliminasi faktor tersebut.

Sebelum mengetahui tentang metode penyuluhan kesehatan, hendaknya diketahui terlebih dahulu tentang tujuan yang akan dicapai, apakah akan merubah periakal (*knowledge*), perirasa (*attitude*) ataukah perilaku (*behavior*). Dengan mengetahui sasarannya maka dapat dipilih kira-kira metode yang mana paling cocok.

Tujuan penyuluhan diabetes mellitus pada dasarnya adalah supaya meningkatkan pengetahuan pasien terhadap penyakit yang dideritanya sehingga pasien dapat mengendalikan penyakitnya dan mengontrol gula darah dalam keadaan mendekati normal dan dapat mencegah komplikasi (Bahri, 2015).

Untuk meningkatkan pengetahuan pasien diabetes mellitus dapat dilakukan pemberian pendidikan kesehatan sehingga dapat meningkatkan pengetahuan pasien. Pengetahuan merupakan hasil dari tahu, dan ini terjadi setelah seseorang melakukan pengindraan terhadap suatu objek tertentu.

Metode Penelitian

Jenis penelitian ini yaitu *kuantitatif* yang merupakan penelitian *pre-experimental design* dengan rancangan *pre-post test one group design*. Untuk mengetahui efektifitas pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan dan sikap tentang manajemen diabetes.

Instrument penelitian adalah alat atau fasilitas yang digunakan oleh peneliti dalam mengumpulkan data agar pekerjaannya lebih mudah dan hasilnya lebih baik (cermat, lengkap dan sistematis) sehingga lebih mudah diolah (Saryono & Anggriani, 2011). Instrument penelitian yang digunakan adalah kuesioner yang berisi pertanyaan-pertanyaan untuk menilai sikap dan tingkat pengetahuan terhadap manajemen diabetes.

HASIL

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui pengaruh pemberian edukasi tentang manajemen diabetes terhadap pengetahuan dan sikap pasien diabetes mellitus tipe 2 menggunakan lembar kuesioner. Setelah dilakukan pengumpulan data, selanjutnya dilakukan pengelolaan data dengan cara editing, coding, dan tabulasi data, untuk memperoleh hasil penelitian ini data diolah menggunakan program komputer

Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh dari 55 responden, terdapat peningkatan pengetahuan responden dari sebelumnya hanya 54 responden (98,2%) menjadi 55 responden (100%) yang memiliki

pengetahuan baik setelah mendapatkan edukasi tentang manajemen DM

Pada variabel sikap didapatkan hasil yaitu sebelum diberikan pendidikan kesehatan terdapat 40 responden (71,4%) yang memiliki sikap pada kategori baik, dan meningkat menjadi 55 responden (100%) setelah diberikan pendidikan kesehatan tentang manajemen DM.

Dan hasil penelitian mengenai aktivitas fisik menunjukkan bahwa sebelum diberikan pendidikan kesehatan terdapat 51 responden (92,7%) yang melakukan aktifitas fisik sedangkan setelah pemberian intervensi berupa edukasi maka secara keseluruhan yaitu 55 responden (100%) menunjukkan peningkatan frekuensi aktifitas fisik sesuai pedoman manajemen DM.

PEMBAHASAN

Hal ini sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Eben, D., & Astrid, M. (2019) yang menyatakan bahwa terdapat perbedaan pengetahuan dan sikap tentang manajemen diabetes pada aktivitas fisik sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan. Terjadinya peningkatan tingkat pengetahuan dalam mengatur pola hidup dan pencegahan terjadinya komplikasi diabetes mellitus.

Penelitian lain yang terkait oleh Sri Ayu Pancawati, N., & Damayanti, S (2016), yang menyatakan bahwa pendidikan kesehatan merupakan hal terpenting untuk dapat menambah informasi seseorang untuk bertindak dan dapat meningkatkan pengetahuan seseorang yang bisa mengubah sikap ataupun hanya menambah wawasan serta salah satu kebutuhan dasar untuk mengembangkan diri. Pendidikan kesehatan memiliki andil yang kuat dalam peningkatan pengetahuan seseorang untuk melakukan sesuatu yang penting bagi kesehatannya. Dan petugas kesehatan diantaranya perawat diharapkan mampu berperan untuk memberikan pendidikan kesehatan guna memperkecil adanya komplikasi.

Menurut Nursalam (2012) mengatakan bahwa pendidikan kesehatan selama ini belum maksimal

sehingga perlu dukungan semua pihak dan advokasi, dengan pendidikan kesehatan pada penderita diharapkan lebih mengetahui tentang definisi, tanda dan gejala, serta pencegahan terjadinya DM dan komplikasi.

Hal ini relevan dengan pendapat Notoatmodjo (2007) yang menyatakan pada dasarnya tujuan utama pendidikan kesehatan adalah untuk mencapai 3 hal, yaitu : (1) peningkatan pengetahuan dan sikap masyarakat; (2) peningkatan perilaku masyarakat; (3) peningkatan status kesehatan masyarakat.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dengan jumlah sampel sebanyak 55 responden, maka disimpulkan bahwa ada pengaruh edukasi tentang manajemen diabetes mellitus terhadap tingkat pengetahuan dan sikap dan aktifitas fisik pasien diabetes mellitus tipe 2.

SARAN

Berdasarkan kesimpulan diatas yang telah diuraikan, maka saran yang dapat diberikan sebagai berikut :

1. Bagi peneliti selanjutnya diharapkan untuk mengembangkan penelitian yang serupa dengan memperhatikan kembali aspek pengaruh lain yang dapat mempengaruhi pengetahuan, sikap, dan aktivitas fisik agar dapat mencegah terjadinya komplikasi.
2. Bagi penderita diabetes mellitus diharapkan agar selalu mengikuti kegiatan penyuluhan agar supaya pengetahuannya semakin bertambah.
3. Bagi petugas kesehatan terutama perawat diharapkan selalu memberikan informasi kepada penderita diabetes mellitus agar selalu mendapatkan informasi kesehatan khususnya penyakit diabetes mellitus sehingga penderita bisa melaksanakan pengelolaan diabetes mellitus seperti manajemen diabetes untuk mencegah komplikasi.

DAFTAR PUSTAKA

- Bahri Saiful dan Hiswan. 2013. Penyuluhan Kesehatan Pada Penderita Diabetes Mellitus. Universitas Sumatera Utara: Departemen Epidemiologi FKM, Departemen Farmasi FMIPA.
- Bilous, Rudy; Donnelly, Richard; Egi Komara Yudha; Barrarah Bariid..2014. Buku Pegangan Diabetes / Rudy Bilous, Richard Donnelly ; Penerjemah, Egi Komara Yudha ; Editor, Ns. Barrarah Bariid. Jakarta :: Bumi Medika.
- Eben, D., & Astrid, M. 2019. Perbedaan Tingkat Pengetahuan Dan Sikap Sebelum Dan Sesudah Pemberian Diabetes Self Management Education (DSME) Pada Pasien Diabetes Melitus Di Puskesmas Matraman Jakarta Timur. *Journal Health & Science : Gorontalo Journal Health and Science Community*, 1(1), 1-7. <https://doi.org/10.35971/gojhes.v1i1.2128>
- Hidayat, A. 2017. Metodologi Penelitian Dan Kesehatan. Jakarta: Salemba Medika.

Indonesian Hospital Authority. 2018. Kencing Manis, Diabetes Mellitus. <https://fdokumen.com/document/kencing-manis-diabetes-melitus-tipe-1-disebut-sebagai-diabetes-melitus.html> (diakses 7 Jun 2020)

Lestari, T. 2015. Kumpulan Teori Untuk Kajian Pustaka Penelitian Kesehatan. Yogyakarta: Nuha Medika.

Nuari, Nian Afrian. 2017. Strategi Manajemen Edukasi Pasien Diabetes Mellitus. Ed.1, Cet. 1. Yogyakarta: Deepublis

Putra, I. W. A., & Berawi, K..2015. Empat Pilar Penatalaksanaan Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2. *Jurnal Majority*, 4(9), 8-12.

Sri Ayu Pancawati, N., & Damayanti, S. 2016. Pengaruh Pendidikan Kesehatan terhadap Pengetahuan Deteksi Dini DM pada Masyarakat di Pedukuhan Ngemplakarang Jati Kelurahan Sinduadi Mlati Sleman Yogyakarta. *Jurnal Keperawatan Respati Yogyakarta*, 3(1). Doi:10.35842/jkry.v3i1.171

Sunaryo,S. 2014. Buku Psikologi Keperawatan. Jakarta: EGC

Suyono Slamet dkk. 2015. Penatalaksanaan Diabetes Melitus Terpadu. Jakarta: FKUI.