



HUBUNGAN PSIKOEDUKASI TENTANG EMPAT PILAR UNTUK MENINGKATKAN KEPATUHAN PASIEN DIABETES MELLITUS TIPE II

Ganik Sakitri*, Undari Nurkalis

¹Program Studi DIII Keperawatan, Politeknik Insan Husada Surakarta, Jl. Letjen Sutoyo Gg. Jodhipati No.10, Mojosongo, Kec. Jebres, Kota Surakarta, Jawa Tengah 57127, Indonesia

²Program Studi DIII Rekam Medis, Politeknik Insan Husada Surakarta, Jl. Letjen Sutoyo Gg. Jodhipati No.10, Mojosongo, Kec. Jebres, Kota Surakarta, Jawa Tengah 57127, Indonesia

*ganiksakitri2312@gmail.com

ABSTRAK

Diabetes militus merupakan salah satu penyakit tidak menular dengan sekumpulan gejala yang timbul pada individu sebagai akibat dari adanya kadar glukosa individu tersebut berada diatas normal. *Self-care* yang dapat dilakukan penderita diabetes mellitus meliputi empat pilar tatalaksana diabetes ditambah dengan perawatan kaki. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat kepatuhan pasien diabetes mellitus terhadap tatalaksana yang harus dilakukan pasien di rumah Rancangan penelitian ini menggunakan quasi eksperimental dengan one group pre post test design. Teknik Sampling akan menggunakan *purposive sampling*. Pendidikan Kesehatan dilakukan dengan metode psikoedukasi. Hasil uji bivariate menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara intervensi psikoedukasi dengan kepatuhan pasien diabetes mellitus dengan signifikansi $p < 0,05$. Kesimpulan penelitian adalah ada hubungan antara psikoedukasi dengan tingkat kepatuhan pasien diabetes mellitus.

Kata Kunci: diabetes mellitus tipe II; psikoedukasi; tingkat kepatuhan

PSYCOEDUCATION RELATIONSHIP ON THE FOUR PILLARS TO INCREASE COMPLIANCE WITH DIABETES MELLITUS TYPE II PATIENTS

ABSTRACT

Diabetes mellitus is a non-communicable disease with a set of symptoms that arise in individuals as a result of the individual's glucose levels being above normal. Self-care that can be done by people with diabetes mellitus includes the four pillars of diabetes management plus foot care. This study aims to determine the level of adherence of diabetes mellitus patients to the treatment that the patient must do at home. The design of this study used a quasi-experimental one group pre-post test design. Sampling technique will use purposive sampling. Health education is carried out using the psychoeducational method. The results of the bivariate test showed that there was a significant relationship between psychoeducational intervention and adherence to diabetes mellitus patients with a significance of $p < 0.05$. The conclusion of the study is that there is a relationship between psychoeducation and the level of compliance of patients with diabetes mellitus.

Keywords: level of adherence; psychoeducation; type II diabetes mellitus

PENDAHULUAN

Diabetes militus (DM) merupakan salah satu penyakit tidak menular dengan sekumpulan gejala yang timbul pada individu sebagai akibat dari adanya kadar glukosa individu tersebut berada diatas normal (RIKESDAS,2013). Hingga saat ini diabetes melitus belum dapat disembuhkan, memerlukan biaya perawatan yang tinggi bila sudah semakin parah, serta dapat menimbulkan berbagai bentuk komplikasi bahkan kematian (PERKENI,2015). Disebutkan dalam IDF Diabetes Atlas 9th Edition prevalensi global penyandang Diabetes (usia 20-79 tahun) di tahun 2019 yaitu sekitar 9,3% orang didunia atau sekitar 463 juta orang, 4,2 juta diantaranya meninggal karena diabetes. Asia Tenggara menduduki urutan ke 6 terbanyak dari

7 region yang dibuat oleh International Diabetes Federation (IDF), yaitu terdapat 13,6% atau sekitar 13,6 juta orang (IDF, 2019).

Komplikasi dapat terjadi pada Diabetes Mellitus berupa gangguan system saraf/neuropati, dan gangguan pada pembuluh darah (makrovaskuler dan mikrovaskular). Komplikasi makrovaskular pada umumnya dapat menyerang organ otak, jantung dan pembuluh darah, sedangkan mikrovaskular dapat terjadi pada organ mata dan ginjal (PERKENI, 2019). Berdasarkan penelitian Saputri (2020) di Rumah Sakit Pertamina Bintang Amin, Bandar Lampung dari 72 orang responden didapatkan sebanyak 43 pasien (59,7%) mengalami komplikasi diabetes dimana distribusi frekuensinya yaitu komplikasi akut ketoasidosis diabetes dimana distribusi frekuensinya yaitu komplikasi akut ketoasidosis diabetic 6 pasien (8,3%), hipoglikemia 8 pasien (11,1%). Komplikasi mikrovaskuler yaitu neuropati 5 pasien (6,9%), retinopati 8 pasien (11,1%) dan nefropati 11 pasien (15,3%). Penyebab kematian keempat di dunia adalah komplikasi yang disebabkan oleh Diabetes Mellitus (Perkumpulan Endokrinologi Indonesia, 2019).

Perilaku manajemen perawatan diri/ *self-care* merupakan upaya mempertahankan Kesehatan dengan melakukan perawatan diri baik secara fisik maupun psikologis (Hartono, 2019). *Self-care* yang dapat dilakukan penderita diabetes mellitus meliputi empat pilar tatalaksana diabetes ditambah dengan perawatan kaki (Endra et al., 2019). Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat kepatuhan pasien diabetes mellitus terhadap tatalaksana yang harus dilakukan pasien di rumah.

METODE

Rancangan penelitian ini menggunakan quasi eksperimental dengan one group pre post test design. Penelitian ini dilakukan Gambirejo. populasi penelitian ini adalah penderita diabetes mellitus yang tersebar di puskesmas gambirejo. Teknik Sampling akan menggunakan *purposive sampling*. Sampel yang dipilih berdasar kriteria inklusi dan eksklusi yang ditetapkan. Kriteria inklusi meliputi pasien telah menderita diabetes mellitus selama lebih dari 6 bulan, jenis diabetes mellitus tipe II, tidak mengalami komplikasi gagal ginjal, tinggal bersama keluarga dan bersedia menjadi responden. Kriteria eksklusi adalah pasien penderita DM dengan komplikasi, tidak bersedia menjadi responden. Sampel penelitian ini sebanyak 23 responden. Kegiatan penelitian diawali dengan pemberian lembar *informed consent* pasien. Setelah responden bersedia menjadi responden dilanjutkan sesi psikoedukasi dengan Modul patuh perawatan diabetes. Modul patuh perawatan diabetes mellitus mengadopsi dari penelitian Lestarina (2020).

Pendidikan Kesehatan dilakukan dengan metode psikoedukasi dengan membuka kelas diabetes selama 2 bulan. kegiatan kelas dilakukan setiap 2 minggu sekali. Pendidikan kesehatan dilakukan 4 kali selama 2 bulan. Pada saat kelas pasien akan dilakukan cek gula darah. Di awal pertemuan pasien diukur tingkat kepatuhan dengan menggunakan kuesioner *self care activites*. Setelah terlaksana kelas diabetes pasien diukur kembali tingkat kepatuhan. *Self care activites* yang diukur terkait pengaturan diet, aktifitas fisik, control gula darah, terapi atau pengobatan dan perawatan kaki. Hasil penelitian diolah dengan menggunakan analisis bivariat untuk mengetahui interaksi variabel dependen dan independent berupa korelatif (Sujarweni, 2015). Uji statistic korelasi yang akan digunakan berdasarkan uji normalitas dan Kolmogrov Sminorv yang menggunakan derajat kepercayaan 95%.

HASIL

Hasil penelitian tentang psikoedukasi tentang empat pilar terhadap tingkat kepatuhan pasien diabetes mellitus berdasar karakteristik responden:

Tabel 1.
Karakteristik Responden (n=23)

Karakteristik	f	%
Usia		
41- 50 tahun	0	0
51- 55 tahun	11	47,8
56- 60 tahun	7	30,4
>61 tahun	5	21,7
Jenis Kelamin		
Laki – laki	10	43,4
Perempuan	13	56,6
Pendidikan Terahir		
SD	2	8,6
SLTP	3	13,04
SLTA	3	13,04
PT	15	65,2
Pekerjaan		
Tidak bekerja	9	39,1
PNS/Pensiun	2	8,6
Non PNS	12	52,1
Lama Menderita		
< 2 Tahun		
>2 Tahun	10	43,4
	13	56,6

Hasil penelitian berdasarkan distribusi frekuensi responden terbanyak usia 51-55 tahun 47,8%, jenis kelamin terbanyak adalah perempuan 56,6%, Pendidikan responden terbanyak adalah SLTA sebanyak 65,2%, dengan pekerjaan non PNS sebanyak 52,1%. Responden terbanyak dengan lama menderita sakit > 2 tahun sebanyak 56,6%.

Tabel 2.
Hubungan psikoedukasi dengan tingkat kepatuhan pasien diabetes mellitus

Variabel	R	R ²	P value
Psikoedukasi	0,51	0,27	0,03
Kepatuhan			

PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan kelompok usia 51-55 tahun memiliki presentase tertinggi (47,8%) dan kelompok usia 41-50 tahun memiliki presentase terendah (0%). Hal ini sesuai dengan Riskesdas (2018) yaitu kelompok usia 55 – 74 tahun memiliki prevalensi diabetes mellitus tertinggi (Kemenkes RI, 2018). Pada variabel jenis kelamin, perempuan dengan diabetes mellitus memiliki presentase lebih tinggi (56,6%) dibandingkan laki-laki dengan

diabetes mellitus (43,4%). Perempuan memiliki prevalensi diabetes mellitus lebih tinggi daripada laki-laki (Kemenkes RI, 2018)(Kemenkes RI, 2020). Perempuan memiliki faktor risiko lebih tinggi daripada laki-laki karena memiliki peluang peningkatan *Body Mass Index* (BMI) lebih besar sehingga dapat menurunkan respon sensitivitas insulin (Prabawati & Natalia, 2020).

Hasil uji bivariate menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara intervensi psikoedukasi dengan kepatuhan pasien diabetes mellitus, dengan signifikansi $p < 0,05$. Intervensi Modifikasi Psikoedukasi meningkatkan pemahaman dan *self-care management* penderita diabetes mellitus (Nailiy Huzaimah, 2018; Wijaya & Widiastuti, 2018). Pendidikan perilaku melalui pemberian informasi tentang masalah psikologis yang terkait dengan diabetes mellitus dapat meningkatkan *self-care management* penderita. Peningkatan literasi kesehatan mental terkait diabetes mellitus berbanding lurus dengan peningkatan kualitas hidup penderita diabetes mellitus type 2 (Vazifehkhori, Karimzadeh, Poursadeghiyan, & Rahmati-Najarkolaei, 2018).

Jenis kelamin berpengaruh terhadap perilaku *self-care management* penderita diabetes. Penelitian menyatakan praktik *self-care* perempuan dengan diabetes mellitus 2,4 kali lebih buruk daripada laki-laki. Perbedaan gender dalam struktur sosial membawa perbedaan dalam modifikasi gaya hidup seperti olahraga, kepatuhan minum obat, dan perilaku perawatan lainnya (Ishwari Adhikari & Santosh, 2021). Adopsi program *self-management* diabetes memberikan dampak yang signifikan terhadap kadar glukosa darah penderita. Program tersebut memberikan dampak yang kuat untuk meningkatkan perilaku makan sehat, melakukan perawatan kaki, dan aktivitas olahraga (Prabawati & Natalia, 2020). Kadar glukosa darah yang tidak terkontrol berdampak pada terjadinya komplikasi diabetes mellitus type 2 (Huzaimah, 2018). Salah satu komponen dalam keberhasilan penatalaksanaan diabetes berkaitan dengan penerapan diet. Namun hal ini sering menjadi kendala karena diperlukan kepatuhan dan motivasi dari diri pasien (Kusnanto, Sundari, Asmoro, & Arifin, 2019).

Diabetes mellitus adalah penyakit menahun yang akan diderita seumur hidup, sehingga peran pasien dan keluarga sangat penting dalam upaya penatalaksanaan DM (Setyawati et al, 2020). Penelitian Hisni (2019) menjelaskan hubungan dukungan keluarga merupakan faktor penting dalam kepatuhan pasien DM terhadap penanganan diabetes mellitus. Selain dukungan keluarga, untuk meningkatkan *self care activity* dengan terapi psikoedukasi. Kuasari et al. (2020) mengatakan bahwa penggunaan metode ini dapat menggali persepsi, pendapat, sikap, motivasi, pengetahuan, masalah dan harapan perubahan berkaitan dengan masalah tertentu.

Psikoedukasi merupakan suatu tindakan yang diberikan kepada individu untuk memperkuat strategi koping atau suatu cara khusus dalam mengatasi permasalahan psikologis yang dialami seseorang (Hadiansyah, 2018). Penyampaian informasi yang lengkap mengenai DM dengan cara yang menarik dan berbeda agar dapat mengurangi tingkat kecemasan responden. Penelitian Kamalah, et al., (2020) menyebutkan psikoedukasi efektif dalam menurunkan beban keluarga pasien ulkus diabetik. Peranan perawat yang strategis untuk memberikan pemahaman yang benar serta memberdayakan keluarga agar berpartisipasi dalam *self-care activity* sehingga komplikasi DM yang berpotensi muncul dapat dikendalikan.

SIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan ada hubungan antara psikoedukasi dengan tingkat kepatuhan pasien diabetes mellitus.

UCAPAN TERIMAKASIH

Ucapan terima kasih kepada semua responden yang bersedia dalam proses pengambilan data dan institusi Politeknik Insan Husada Surakarta sebagai sumber dana penelitian yang telah dilakukan.

DAFTAR PUSTAKA

- Albert, C., & Garcí'a-Serrano, C. (2010). Cleaning the slate? School choice and educational outcomes in Spain. *High Educ*, 559–582. <http://doi.org/10.1007/s10734-010-9315-9>
- Brown, S. D., & Lent, R. W. (2013). *Career Development and Counseling: Putting Theory and Research to Work*. (2, Ed.) John Wiley & Sons (2nd ed., Vol. 53). New Jersey: John Wiley & Sons. <http://doi.org/10.1017/CBO9781107415324.004>
- Heppner, P. P., Wampold, B. E., & Kivlighan, D. M. (2008). *Research Design in Counseling, Third Edition*. Belmont: Thomson Higher Education.
- Wampold, B. E., & Kivlighan, D. M. (2008). *Research Design in Counseling, Third Edition*. Belmont: Thomson Higher Education.
- Huzaimah, N. (2018). Penerapan Modifikasi Psikoedukasi Pada Penderita Diabetes Mellitus Tipe 2. *Care : Jurnal Ilmiah Ilmu Kesehatan*, 6(2), 147. <https://doi.org/10.33366/cr.v6i2.905>
- Ishwari Adhikari, B., & Santosh, B. (2021). Self-care Management among Patients with Type 2 Diabetes Mellitus in Tanahun, Nepal. *Archives of Community Medicine and Public Health*, 7(1), 037–042. <https://doi.org/10.17352/2455-5479.000131>
- Kamalah, A.D., Ahsan, A., & Kristianto, H. (2020). Efektivitas Psikoedukasi dalam menurunkan beban keluarga pada keluarga pasien ulkus diabetes mellitus. *Jurnal Ilmu Keperawatan Jiwa*.
- Kemenkes RI. (2018). Hasil Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018. In *Kementrian Kesehatan RI* (Vol. 53).
- Kemenkes RI. (2020). Tetap Produktif, Cegah dan Atasi Diabetes Mellitus. *Pusat Data Dan Informasi Kementrian Kesehatan RI*, pp. 1–6. Jakarta: Pusat Data dan Informasi Kementrian Kesehatan RI.
- Kusnanto, K., Sundari, P. M., Asmoro, C. P., & Arifin, H. (2019). Hubungan Tingkat Pengetahuan Dan Diabetes Self-Management Dengan Tingkat Stres Pasien Diabetes Melitus Yang Menjalani Diet. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 22(1), 31–42. <https://doi.org/10.7454/jki.v22i1.780>
- Nailiy Huzaimah. (2018). Model Psikoedukasi untuk Meningkatkan Pemahaman dan Efikasi Diri Penderita Diabetes Mellitus Tipe 2. *Wiraraja Medika: Jurnal Kesehatan*, 8(1), 19–26.
- Prabawati, D., & Natalia, L. (2020). The Effectiveness of Self-Care Model on Diabetes Self-Management Behaviour. *Indonesian Nursing Journal of Education and Clinic (Injec)*, 5(1), 1. <https://doi.org/10.24990/injec.v5i1.277>
- Vazifehkhori, A. K., Karimzadeh, M., Poursadeghiyan, M., & Rahmati-Najarkolaei, F.

(2018). Psychoeducation on improving mental health literacy and adjustment to illness in patients with type 2 diabetes: An experimental study. *Iranian Rehabilitation Journal*, 16(4), 395–404. <https://doi.org/10.32598/irj.16.4.395>

Wijaya, Y. D., & Widiastuti, M. (2018). Psikoedukasi Untuk Meningkatkan Manajemen Diri Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 Di Puskesmas Kebon Jeruk. *Jurnal Psikologi*, 16(2), 75–82. Retrieved from <https://ejurnal.esaunggul.ac.id/index.php/psiko/article/view/2667>.