

The Information Motivation Behavioral Skill Model: EDUACT (Pemberian Edukasi dan Peningkatan Aktivitas) sebagai Upaya Perbaikan Gaya Hidup Penderita Diabetes Mellitus di Wilayah Puskesmas Simomulyo Surabaya

Umdatus Soleha^{1*}, Umi Hanik², Siti Nurjanah³

Fakultas Keperawatan dan Kebidanan, Universitas Nahdlatul Ulama Surabaya, Indonesia^{1,2,3}

*Corresponding Author : umdatus@unusa.ac.id

ABSTRAK

Penderita diabetes mellitus (DM) berpotensi mengalami ketidakpatuhan dalam menjalani pengobatan, hal ini bisa diakibatkan kurangnya pengetahuan, ketidakpastian penyakit dan pengobatan jangka waktu lama. Tujuan kegiatan pengabdian masyarakat ini meningkatkan kemampuan kognitif dan psikomotorik pada masyarakat melalui edukasi dan peningkatan aktivitas fisik sebagai perbaikan gaya hidup penderita DM. Metode yang dilakukan dalam kegiatan ini terdiri dari 3 tahap yakni tahap pra kegiatan terdiri dari persiapan administrasi dan sarana prasarana, tahap kegiatan terdiri dari pelaksanaan *pre test* dan *post test*, pemberian edukasi, demonstrasi aktivitas fisik yang dapat dilakukan oleh penderita DM. Tahap pasca kegiatan meliputi evaluasi keberlanjutan program. Hasil analisis data *pre test* dan *post test* terdapat peningkatan skor rata-rata pengetahuan masyarakat, dari 74.5 meningkat menjadi 87.8. Terdapat peningkatan kemampuan kognitif berupa peningkatan pengetahuan penderita diabetes sebelum dan sesudah diberikan edukasi. Sebagai upaya memperbaiki gaya hidup penderita diabetes mellitus dibutuhkan pengetahuan dan kemampuan melakukan aktifitas psikomotorik yang membantu regulasi gula darah dengan baik. Oleh karena itu pemberian edukasi oleh tenaga kesehatan dan kemampuan melakukan aktifitas psikomotorik dapat dilakukan, secara continue untuk menekan komplikasi akibat DM.

Kata Kunci : Diabetes Mellitus; Edukasi; Aktivitas fisik

1. Pendahuluan

Penyakit Diabetes Mellitus (DM) termasuk salah satu *Non Communicable Disease* (NCD) atau yang disebut dengan Penyakit Tidak Menular (PTM). Penyakit DM merupakan penyakit kronis yang berpotensi penderita mengalami ketidakpatuhan atas terapi yang harus dijalani, stres karena ketidakpastian perjalanan penyakit, pengobatan dalam jangka waktu lama, serta potensi timbulnya komplikasi pada target organ. Kemampuan berespon positif terhadap stressor dan pengendalian gula darah sangat penting dalam perawatan penyakit.

Lama perawatan sepanjang hidup dapat menyebabkan penderita merasakan tidak mempunyai harapan, perasaan takut, cemas, depresi serta timbulnya komplikasi pada target

organ yang tidak dapat dihindari (Peyrot et al., 2019). Kemampuan mengelola emosional penderita diabetes mellitus sangat penting, karena lamanya perawatan penyakit diabetes mellitus dapat menjadikan penderita merasakan bosan menjalani pengobatan, tidak mempunyai harapan, perasaan takut, cemas, frustrasi, hingga keputusasaan dalam dirinya (Woon et al., 2020). Pengetahuan dan motivasi diri perlu terus dibangun dalam diri penderita untuk memiliki gaya hidup yang baik (Mahmoodi & Shamsi, 2015)

Pada tahun 2021, International Diabetes Federation (IDF) mencatat 537 juta orang hidup dengan diabetes (International Diabetes Federation, 2021). Indonesia berada pada posisi ketujuh dengan jumlah pengidap DM tertinggi di dunia, sebanyak 19,47 juta jiwa, hal ini berarti prevalensi DM di Indonesia sebesar 10,6%. Hasil Riskesdas 2018 menunjukkan bahwa prevalensi DM dengan diagnosis dokter terjadi peningkatan menjadi 2% dari data pada tahun sebesar 1,5% (Kemenkes RI, 2018). Propinsi Jawa Timur menduduki peringkat ke 5 dari 33 provinsi dengan prevalensi penderita DM sebanyak 2,4% (Kemenkes RI, 2018), sedangkan di Kota Surabaya jumlah penderita diabetes mellitus mencapai 94.624 penderita (Kemenkes RI, 2018). Secara global, DM menyebabkan 6,7 juta kematian, WHO memperkirakan bahwa 4,4% penderita pada populasi global mengalami gangguan depresi akibat pengobatan dan 3,6% diantaranya mengalami gangguan kecemasan terhadap perjalanan penyakitnya (Azmiardi et al., 2021). Hasil penelitian (Ridwan et al., 2018) penderita DM memiliki risiko 2-3 kali lipat terjadi depresi, merujuk pada survey kesehatan jiwa (Soelistijo, 2019) satu dari sepuluh orang Indonesia yang berusia 15 tahun ke atas menderita gangguan mental.

Merujuk pada konsep "*The information motivation barrier mode*", faktor yang mempengaruhi perilaku gaya hidup pada penderita DM terdiri, information barrier, personal motivation barrier dan social motivation barrier (Nelson et al., 2018). Menjalani terapi dan perawatan yang lama cenderung menimbulkan kebosanan, dan hal ini memicu penderita untuk mengabaikan terapi. Motivasi diri, dukungan sosial diperlukan sebagai modal dasar menjalani terapi dengan patuh. Personal motivation dan social motivation menjadi faktor penting didalam membentuk perilaku kepatuhan (Fisher, 2003). Maka dari itu, penguatan faktor tersebut perlu diberikan untuk membantu kepatuhan menjalani semua terapi yang

harus dilakukan penderita DM, melalui peningkatan kemampuan kognitif dan dukungan sekitar dalam menjalani aktifitas yang mampu membantu regulasi gula darah.

Berdasarkan hasil wawancara dengan mitra, tenaga kesehatan dan warga, mengungkapkan bahwa di Wilayah Puskesmas Simomulyo Surabaya tercatat sebagian besar warga yang menderita Diabetes Mellitus belum memiliki perilaku atau gaya hidup yang baik dalam menjalani perawatan penyakitnya. Hal ini ditunjukkan dengan perilaku berupa pola makan, pola aktifitas yang tidak baik. Masih minimnya pengetahuan dan pola aktifitas yang merupakan komponen gaya hidup penderita DM, sangat penting terus adanya upaya peningkatan pengetahuan dan dukungan untuk peningkatan kualitas pola aktifitas penderita Diabetes Mellitus dalam membantu pengendalian gula darah.

2. METODE

Pelaksanaan implementasi kegiatan "The Information Motivation Behavioral Skill Model: EDUACT (Pemberian edukasi dan peningkatan aktifitas) sebagai upaya perbaikan gaya hidup penderita Diabetes Mellitus.dengan tiga tahap yaitu:

1) Pra Kegiatan

Kegiatan diawali dengan aktifitas berupa rapat koordinasi mengenai strategi pelaksanaan, dilakukan dengan melibatkan petugas kesehatan di puskesmas Simomulyo Surabaya beserta penderita DM. `Survei lokasi dilakukan satu hari sebelum pelaksanaan kegiatan untuk mengatur lay out atau tata letak perlengkapan dan perencanaan metode kegiatan yang akan digunakan. persiapan sarana dan prasarana, meliputi : persiapan tempat pelaksanaan kegiatan, persiapan media edukasi, persiapan kegiatan aktifitas berupa senam DM, serta aktifitas yang boleh dilakukan.

2) Pelaksanaan Kegiatan

Tahap pelaksanaan kegiatan adalah tahap utama dari program pengabdian pada masyarakat. Sasaran kegiatan pada tahap pelaksanaan adalah penderita diabetes mellitus di wilayah puskesmas Simomulyo sebagai berikut:

a) Pemberian edukasi

Kegiatan inti dari pengabdian masyarakat ini adalah pemberian edukasi untuk membangun kemampuan kognitif yang baik serta demonstrasi aktifitas pada

penderita DM. Kegiatan diawali melalui pre tes, edukasi dan diakhiri dengan post tes. Edukasi dilakukan dengan penyuluhan, pemaparan materi tentang DM, gejala hipoglikemia dan penanganannya. Melalui edukasi tersebut diharapkan kadar gula darah penderita DM dapat terkontrol sehingga tidak menyebabkan komplikasi seperti retinopati, sindrom coroner dan stroke. Penyuluhan atau pemaparan materi disampaikan oleh pemateri pelaksana kegiatan pengabdian masyarakat dengan menggunakan metode ceramah, tanya jawab dan demonstrasi (praktik langsung), ditunjang dengan media berupa video, ppt.

b) Demonstrasi Aktifitas Fisik

Setelah pemberian penyuluhan selesai kegiatan dilanjutkan dengan melihat, mengamati dan mempraktekkan gerakan aktifitas fisik yang dilakukan secara langsung oleh warga dengan pendampingan tim pengabdian masyarakat.

c) Pre-Test dan Post Test

Pre-test adalah kegiatan evaluasi tingkat pengetahuan sasaran setelah diberikan materi, untuk mengetahui sejauh mana pengetahuan penderita tentang perawatan DM. Uji pengetahuan menggunakan instrumen berupa kuesioner yang berisi pertanyaan terkait materi yang diberikan.

3) Pasca Kegiatan

Setelah pelaksanaan pengabdian sosialisasi selesai, maka langkah akhir kegiatan dari program pengabdian pada masyarakat, dilakukan evaluasi dan penyusunan laporan kegiatan. Evaluasi dirancang dengan membandingkan kondisi pengetahuan sebelum dan setelah diberikan intervensi. Pengukuran pengetahuan sebelum penyuluhan bertujuan untuk mengetahui pengetahuan awal tentang (Pemberian edukasi dan peningkatan aktifitas) sebagai upaya perbaikan gaya hidup penderita Diabetes Mellitus.

3. Hasil Dan Pembahasan

Hasil pre tes dan post tes edukasi pada penderita DM melalui kegiatan pengabdian kepada masyarakat dengan tema "The Information Motivation Behavioral Skill Model: EDUACT (Pemberian edukasi dan peningkatan aktifitas) didapatkan hasil sebagai berikut

Tabel 1 Rata-rata pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan intervensi.

Pre test	Post test
74.5	87.8

Sumber: Data Primer, 2023

Hasil pre test dan post test terdapat peningkatan pengetahuan setelah pemberian edukasi baik mengenai pemahaman tentang penyakit DM, maupun aktifitas yang boleh dilakukan. Terdapat peningkatan skor rata-rata, sebelum diberikan intervensi 74,5, setelah diberikan intervensi meningkat menjadi 87,8.

Pemberian edukasi memberikan pengaruh secara bermakna terhadap tingkat pengetahuan dan dengan pengetahuan yang dimiliki dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari termasuk penerapan dalam mencapai derajat kesehatan yang baik (Pudiyanti & Afriani, 2020) Menurut hasil penelitian (Anggraeni et al., 2020) komunikasi kesehatan dapat dilakukan dalam berbagai bentuk melalui media advokasi, media massa, media entertainment dan internet mampu membentuk sikap dan mengubah perilaku individu serta menambah pengetahuan dengan cara meningkatkan kesadaran dan menambah pengetahuan tentang isu-isu kesehatan, masalah kesehatan dan solusi Kesehatan yang dibutuhkan.

Edukasi yang tepat kepada pasien DM merupakan pilar pengelolaan pasien DM, sebagai bagian dari peningkatan kualitas hidup pasien. Edukasi dilakukan melalui komunikasi antara edukator dengan pasien. Hubungan saling membutuhkan antar tenaga Kesehatan dan pasien sangatlah dibutuhkan, edukasi dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat. Menurut (Chawla et al., 2019) edukasi yang dilakukan secara langsung memiliki beberapa tujuan spesifik diantaranya adalah mempelajari atau melarang sesuatu, mempengaruhi perilaku seseorang, mengungkapkan perasaan dan hubungan rasa saling percaya mudah terbangun. Edukasi yang dilakukan secara terpadu ini dapat dilakukan sebagai upaya pencegahan primer, sekunder dan tersier, sehingga kualitas hidup diabetesi dapat dioptimalkan dan pada akhirnya dapat menekan angka kejadian DM.

4. Kesimpulan

Terdapat peningkatan pengetahuan penderita diabetes sebelum dan sesudah diberikan edukasi, sehingga kegiatan EDUACT (Pemberian edukasi dan peningkatan aktifitas) dapat membantu penderita DM dalam mengelola penyakitnya. Terima kasih kepada UNUSA (LPPM) yang telah mendukung pendanaan dalam pelaksanaan kegiatan ini. Terima kasih kepada Dinas Kesehatan Kota Surabaya dan Puskesmas Simomulyo Surabaya atas bantuan yang telah diberikan berupa ijin dan fasilitas kegiatan. Terima kasih kepada Kader, Masyarakat di Simomulyo yang aktif mengikuti kegiatan pengabdian masyarakat serta peran serta mahasiswa sebagai pendukung baik secara administratif maupun substantif..

Daftar Pustaka

- Anggraeni, N. C., Widayati, N., & Sutawardana, J. H. (2020). Peran Perawat sebagai Edukator terhadap Persepsi Sakit pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 Kabupaten Jember. *jurnal pendidikan keperawatan indonesia*, 6(1). <https://doi.org/10.17509/jpki.v6i1.24364>
- Azmiardi, A., Murti, B., Febrinasari, R. P., & Tamtomo, D. G. (2021). The effect of peer support in diabetes self-management education on glycemic control in patients with type 2 diabetes: A systematic review and meta-Analysis. In *Epidemiology and Health* (Vol. 43). Korean Society of Epidemiology. <https://doi.org/10.4178/epih.e2021090>
- Chawla, S. S., Kaur, S., Bharti, A., Garg, R., Kaur, M., Soin, D., Ghosh, A., & Pal, R. (2019). Impact of health education on knowledge, attitude, practices and glycemic control in type 2 diabetes mellitus. *Journal of Family Medicine and Primary Care*, 8(1), 261. https://doi.org/10.4103/jfmpc.jfmpc_228_18
- Fisher, W. A. (2003). The Information–Motivation– Behavioral Skills Model: A General Social Psychological Approach to Understanding and Promoting Health Behavior. In *Social Psychological Foundations of Health and Illness* (pp. 82–106). Blackwell Publishing Ltd.
- International Diabetes Federation. (2021). *IDF Diabetes Atlas 10th edition*. www.diabetesatlas.org
- Kemkes RI. (2018). *laporan provinsi jawa timur riskesdas 2018*. Lembaga penerbit badan penelitian dan pengembangan kesehatan (LPB).
- Mahmoodi, S. A., & Shamsi, M. (2015). *Life-Style from the Perspective of Islam and Modern Medicine*. 12(4), 341–348. <https://doi.org/10.5829/idosi.wjms.2015.12.4.95156>

- Nelson, L. A., Wallston, K. A., Kripalani, S., Lestourgeon, L. M., Williamson, S. E., & Mayberry, L. S. (2018). Assessing barriers to diabetes medication adherence using the Information-Motivation- Behavioral skills model. *Diabetes Research and Clinical Practice*, 142, 374–384. <https://doi.org/10.1016/j.diabres.2018.05.046>
- Peyrot, M., Skovlund, S. E., Radzio, R., & Kokoszka, A. (2019). Psychological well-being and diabetes-related distress in states of type 2 diabetes in the first multi-national Diabetes Attitudes, Wishes and Needs (DAWN) Study. *Clinical Diabetology*, 8(3), 167–175. <https://doi.org/10.5603/DK.2019.0012>
- Pudiyanti, P., & Afriani, T. (2020). kajian literatur : peranan teknologi informasi kesehatan pada perawatan diabetes mellitus literature review: the role of health information technology in the care of diabetes mellitus. In *Nursing Current* (Vol. 8, Issue 1).
- Ridwan, A., Barri, P., & Nizami, N. H. (2018). efektivitas diabetes self management education melalui sms terhadap pengetahuan penderita diabetes mellitus: a pilot study Effect of Diabetes Self Management Education through SMS on Knowledge of Diabetic Patients: A Pilot Study. *Idea Nursing Journal*, IX(1).
- Soelistijo, soebagiyo adi. (2019). *pedoman pengelolaan dan pencegahan diabetes melitus tipe 2 di indonesia*. pb perkeni.
- Woon, L. S. C., Sidi, H. Bin, Ravindran, A., Gosse, P. J., Mainland, R. L., Kaunismaa, E. S., Hatta, N. H., Arnawati, P., Zulkifli, A. Y., Mustafa, N., & Leong Bin Abdullah, M. F. I. (2020). Depression, anxiety, and associated factors in patients with diabetes: Evidence from the anxiety, depression, and personality traits in diabetes mellitus (ADAPT-DM) study. *BMC Psychiatry*, 20(1). <https://doi.org/10.1186/s12888-020-02615-y>

SN-PKM

Seminar Nasional Pengabdian Kepada Masyarakat