

PENGARUH PENGGUNAAN MODEL TRANSTEORITIKAL TERHADAP KEPATUHAN MENJALANKAN DIIT PADA PENDERITA DIABETES MELLITUS

EFFECT OF THE USE OF MODEL TRANSTEORITIKAL RUNNING ON COMPLIANCE IN PATIENTS DIET DIABETES MELLITUS

Yusnita*)

*) Prodi DIII Keperawatan STIKes Muhammadiyah Pringsewu.

ABSTRAK

Data dari Perkumpulan Endokrin Indonesia tahun 2015 menunjukkan diabetes mellitus di Indonesia mencapai 9,1 juta orang. Penderita mengandalkan obat-obatan untuk pengendalian makanan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh penggunaan model transteoritik terhadap kepatuhan menjalankan diit pada penderita diabetes mellitus di wilayah kerja puskesmas Pringsewu. Jenis penelitian kuantitatif, desain eksperimen semu (*quasy eksperimen*) dengan rancangan *pre test post test design*. Sampel berjumlah 60 orang.

Hasil uji T dependen menunjukkan nilai selisih rata-rata kepatuhan menjalankan diit pada pekerja formal adalah 7,200, sedangkan pada pekerja informal adalah 9,567. Jika dilihat dari peningkatan angka kepatuhan setelah diberikan pendidikan kesehatan nilai rata-rata pekerja formal (69,90) lebih tinggi dibandingkan nilai rata-rata pekerja informal (69,10). Disarankan kepada petugas promosi kesehatan agar menggunakan metode atau tahapan transteoritik dalam melakukan penyuluhan tentang diit pada penderita diabetes mellitus.

Kata Kunci: Model transteoritik, diit diabetes mellitus.

ABSTRACT

The data from Indonesia Endocrine Society in 2015 showed that in Indonesia has achieved 9,1 million people. Patients often only use medication to control the food. This result of this research this to determine the effect of health education using transteoritik models. Towards adherence to run diet for patients with diabetes mellitus in pringsewu lampung. This research used quantitative research, a quasi experimental design (quasi eksperimen) by design pre test post test design. The sample for this research is 60 people.

The result for the T test dependent in this research showed the average value of the difference in formal workers is 7,20 scores and the informal workers are 9,567 that there is any significant using transteoritik models towards adherence to run diet for informal working and formal working.

The resercher suggested to health promotion officer in order to use the methode or stages transteoritik in conducting counselling on dietary counselling, espeially in patien with diabetes mellitus.

Keyword: Transteoritik models, diet diabetes mellitus.

Korespondensi : Yusnita, Prodi DIII
Keperawatan STIKes Muhammadiyah
Pringsewu

PENDAHULUAN

Peningkatan kesejahteraan, perubahan pola hidup dan kemajuan teknologi memberikan dampak terhadap permasalahan kesehatan. Permasalahan kesehatan terutama masalah penyakit menjadi semakin kompleks dan luas. Masalah penyakit bisa berupa penyakit menulat dan penyakit tidak menular (PTM). PTM seperti penyakit jantung dan pembuluh darah, Diabetes Melitus (DM) dan kanker mengalami peningkatan. PTM saat ini merupakan masalah kesehatan masyarakat yang sangat serius, karena pola kejadiannya mengalami peningkatan dan menjadi penyebab kematian serta kecacatan (Surya.com, 2015).

WHO memperkirakan jumlah penderita DM di Indonesia akan terus melonjak dari semula 8,9 juta penderita ditahun 2000 menjadi sekitar 21,3 juta di tahun 2030. Pada tahun 2013 Indonesia tercatat sebagai negara penderita diabetes terbanyak ke-4 di Asia dan ke-7 di level dunia yang semula level ke-10 di tahun 2011. Data terbaru dari Perkumpulan Endokrin Indonesia (PERKENI) tahun 2015 menunjukkan bahwa jumlah penderita DM di Indonesia telah mencapai 9,1 juta orang, dan Indonesia yang semula peringkat ke-7 dunia kini menjadi peringkat ke-5 teratas diantara negara-negara dengan jumlah penderita DM terbanyak dunia (Surya.com, 2015).

bahwa penderita DM terbanyak jika dilihat dari status pekerjaan adalah penderita tidak bekerja dan wirasuwasta (masing-masing 2,4%). Jika di lihat dari tempat tinggal, penderita DM terbanyak tinggal diperkotaan (2,5%) dibandingkan penderita DM yang tinggal dipedesaan (1,7%). Penderita DM jumlahnya meningkat pada usia 45 tahun hingga 74 tahun dan menurun di usia 75 tahun keatas. Di lihat dari tingkat pendidikan, penderita DM tidak tamat Sekolah Dasar (SD), dan tamat Diploma 1 (D1), Perguruan Tinggi (PT), menduduki peringkat teratas (masing-masing 28%).

Mengacu pada hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2013, di Indonesia, provinsi yang tertinggi penderita DM adalah Sulawesi Tengah (3,7%). Proporsi penderita DM di provinsi Lampung mencapai 0,8%. Penderita DM didapat hasil tertinggi di kota Metro (1,2%) dan terendah di Lampung Barat (0,4%). Salah satu kabupaten yang mengalami peningkatan jumlah penderita DM tipe dua, adalah Kabupaten Pringsewu. Kabupaten Pringsewu memiliki 11 Pusat Kesehatan Masyarakat (Puskesmas). Laporan bulanan (Januari s/d Maret 2015). Dinas Kesehatan Kabupaten Pringsewu menunjukkan jumlah penderita DM mengalami peningkatan, bulan Januari 2015 berjumlah 194 orang, bulan Februari 2015

Yusnita, Pengaruh Penggunaan Model Transteoritik Terhadap Kepatuhan Menjalankan Diit Pada Penderita Diabetes Mellitus

berjumlah 212 orang dan meningkatkan pada bulan Maret 2015 menjadi 213 orang. Penderita DM terbanyak sejak bulan Januari s/d Maret 2015 berada di wilayah kerja Puskesmas Ambarawa (139 orang), Pringsewu (124 orang) dan Gading Rejo (65 orang).

Hasil pra survei yang dilakukan oleh peneliti didapatkan bahwa penderita DM di wilayah kerja Puskesmas Kabupaten Pringsewu jika dilihat dari sisi pekerjaan, penderita DM beragam. Ada kelompok penderita DM pekerja formal 45% dan penderita DM pekerja informal sekitar 55%. Pola makan yang salah, kurang olah raga merupakan resiko terjadinya penyakit DM. Pekerja formal karyawan, pegawai dan wirausaha. Pekerja non formal seperti petani, ibu rumah tangga. Pekerja formal cenderung teratur dalam pola makan karena biasanya mereka ada waktu khusus untuk istirahat. Jika dilihat dari aktivitas olah raga, pekerja formal kurang memperhatikan karena kesibukannya. Sedangkan pekerja informal tidak memiliki waktu khusus untuk istirahat sehingga untuk pengaturan jadwal makan sering kurang diperhatikan. Hasil wawancara pra survei dengan 60 penderita DM di Puskesmas Ambarawa, Puskesmas Pringsewu dan Puskesmas Gading Rejo pada bulan November 2015, ada sekitar 60% belum pernah konsultasi tentang diit DM dengan

petugas kesehatan dan belum tertib dalam menjalankan diit DM. Hal ini menggambarkan bahwa penyakit DM adalah masalah yang serius dan berdampak terhadap produktifitas golongan usia subur produktif.

Pola makan yang baik menurut Yoga (2011) memberikan peluang keberhasilan empat kali dalam pengelolaan DM. Tujuan akhir dari proses pendidikan diit DM bagi kesehatan yaitu berupa perubahan perilaku sadar tentang diit DM dan kaidah-kaidah kesehatan yang baik dalam kehidupan sehari-hari. Pendidikan kesehatan, baik melalui proses pengalaman maupun melalui proses pendidikan nonformal, penekanannya adalah untuk merubah perilaku seseorang atau masyarakat kearah perubahan yang mendorong tercapainya kaidah-kaidah atau norma hidup sehat. Perubahan meliputi Pengetahuan, Sikap dan Keterampilan. Sehingga kaidah-kaidah atau norma kesehatan yang dianut dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari. Hasil penelitian Yurike (2009) membuktikan bahwa adanya peningkatan pengetahuan, sikap dan keterampilan terhadap pendidikan kesehatan mengenai pemantauan perkembangan balita di kelurahan Sukaramai kecamatan Baiturrahman Banda Aceh setelah diberikan pendidikan kesehatan.

Secara Umum Pendidikan diit DM adalah bagian dari pendidikan kesehatan. Salah satu

Yusnita, Pengaruh Penggunaan Model Transteoritik Terhadap Kepatuhan Menjalankan Diit Pada Penderita Diabetes Mellitus

strategi pendekatan yang biasa digunakan untuk mencapai tujuan pendidikan kesehatan tentang diit DM adalah strategi pendekatan model *transteoretikal*, merupakan model perubahan perilaku yang integratif melalui pengembangan intervensi yang efektif untuk mempromosikan perubahan perilaku sehat. Model ini terdiri atas lima konstruk atau lima tahap proses perubahan perilaku. Penelitian terhadap terapi farmakologis sudah banyak dilakukan, namun penelitian tentang pengaruh penggunaan model transteoritik terhadap kepatuhan menjalankan diit pada penderita diabetes mellitus belum banyak dilakukan.

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui apakah ada pengaruh penggunaan model transteoritik terhadap kepatuhan menjalankan diit di wilayah kerja puskesmas Pringsewu tahun 2016.

METODE

Penelitian ini merupakan jenis penelitian kuantitatif dan menggunakan desain *pre test post test*. Populasi penelitian adalah pasien yang menderita penyakit diabetes menurut diagnosa dokter di wilayah kerja di wilayah kerja puskesmas Pringsewu tahun 2015 berjumlah 124 orang. Teknik sampling yang digunakan menurut Roscoe (1982) dalam Sugiono (2010) dengan jumlah sampel berjumlah 60 orang, yang terbagi menjadi dua kelompok dengan jumlah sampel yang sama

yaitu 30 orang untuk masing-masing kelompok. Kelompok I yaitu penderita DM pekerja formal dan kelompok II yaitu penderita DM pekerja informal. Analisis yang digunakan adalah bivariat dengan uji T Dependen.

HASIL

Rata-rata kepatuhan pre test pekerja formal adalah 62,70 dengan standar deviasi kepatuhan 6,550. Nilai rata-rata kepatuhan post test pekerja formal 69,90 dengan standar deviasi kepatuhan 7,567. Terlihat selisih rata-rata kepatuhan pre test dan post test pada pekerja formal adalah 7,200 dan selisih standar deviasinya 6,667. Hasil uji statistik didapatkan nilai $p = 0,000$ maka dapat disimpulkan ada perbedaan yang signifikan rata-rata kepatuhan pre test dan post test pada pekerja formal (lihat tabel 2).

Dari hasil penelitian didapatkan bahwa rata-rata kepatuhan pre test pekerja informal adalah 59,53 dengan standar deviasi kepatuhan 6,191. Nilai rata-rata kepatuhan post test pekerja informal 69,10 dengan standar deviasi kepatuhan 7,019. Terlihat selisih rata-rata kepatuhan pre test dan post test pada pekerja informal adalah 9,567. Hasil uji statistik didapatkan nilai $p = 0,000$ maka dapat disimpulkan ada perbedaan yang signifikan rata-rata kepatuhan pre test dan post test pada pekerja informal (lihat tabel 3).

Tabel.1: Karakteristik Responden

Karakteristik	Penderita DM Pekerja Formal		Penderita DM Pekerja Informal	
	N	%	N	%
Umur:				
< 25 tahun	3	10,0	6	20
25-40 tahun	8	26,7	6	20
40-55 tahun	17	56,7	14	46,7
>55 tahun	2	6,6	4	13,3
Jumlah	30	100	30	100
Pendidikan:				
Tidak sekolah	2	6,6	3	10
SD	3	10	13	43,3
SLTP	5	16,7	6	20
SLTA	14	46,7	5	16,7
Perguruan Tinggi	6	20	3	10
Jumlah	30	100	30	100
Jenis Kelamin:				
Laki-laki	11	36,7	9	30
Perempuan	19	63,3	21	70
Jumlah	30	100	30	100

Tabel 2: Kepatuhan Sebelum dan Sesudah Intervensi Pada Pekerja Formal
di Wilayah Kerja Puskesmas Pringsewu Tahun 2016.

Variabel	Mean	SD	SE	P Value
Pre test pekerja formal	62,70	6,550	1,196	0,000
Post test pekerja formal	69,90	7,567	1,328	

Tabel 3: Kepatuhan Sebelum dan Sesudah Intervensi Pada Pekerja Informal
di Wilayah Kerja Puskesmas Pringsewu Tahun 2016

Variabel	Mean	SD	SE	P Value
Pre test pekerja informal	59,53	6,191	1,130	0,000
Post test pekerja informal	69,10	7,019	1,281	

PEMBAHASAN

Makna temuan pada penelitian ini adalah terdapat perbedaan yang signifikan kepatuhan pada pekerja formal maupun pekerja informal sebelum dan sesudah

dilakukan promosi kesehatan menggunakan model transteoritik (nilai $p < 0,000 < 0,05$), setelah dilakukan promosi kesehatan menggunakan model transteoritik pada pekerja formal maupun pekerja informal dan

dilakukan post test menggunakan instrumen yang sama maka kepatuhan menjalankan diit pada pekerja formal dan informal mengalami peningkatan yang nyata.

Hasil penelitian ini sejalan dengan Conne & Norman (2003) yang menyatakan bahwa model transteoritik adalah suatu model yang integratif tentang perubahan perilaku. Model ini menguraikan bagaimana orang-orang memodifikasi suatu perilaku masalah untuk memperoleh suatu perilaku yang positif. Model transteoritik dalam prosesnya memiliki langkah-langkah perubahan perilaku. Tiga langkah pertama dalam metode ini adalah: pertama *precontemplasia*, pada tahap ini klien belum menyadari adanya permasalahan ataupun kebutuhan untuk memulai pekerjaan. Oleh karena itu memerlukan informasi dan umpan balik untuk menimbulkan kesadaran akan adanya masalah dan kemungkinan untuk berubah. Kedua *Kontemplasi* atau perenungan, saat ini seseorang sudah mulai timbul kesadaran akan adanya masalah. Namun masih dalam tahap keraguan. Konselor mendiskusikan keuntungan dan kerugian apabila menerapkan informasi yang diberikan. Ketiga, *preparasi* atau persiapan, individu dalam fase ini biasanya sudah mencoba melakukan perubahan perilaku tetapi masih sering gagal, individu sudah mulai

mempunyai tujuan untuk mencapai perubahan perilaku.

Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian Ginintasi (2013) yang berjudul efektifitas konseling kesehatan individu terhadap kesehatan petugas penegak hukum, menyatakan bahwa perlakuan dengan konseling kesehatan menggunakan model transteoritik ada dampak yang signifikan dalam meningkatkan kesehatan total antara pre test dan post test untuk kelompok intervensi, yang ditunjukkan dengan nilai $p = 0,001$ atau $p \text{ value} < 0,05$.

Analisa peneliti, selisih nilai rata-rata kepatuhan *pre test dan post test* pada pekerja formal maupun informal bisa terjadi karena penelitian ini menerapkan pendidikan kesehatan menggunakan langkah-langkah yang ada dalam *model transteoritik* sangat efektif sebab dalam prosesnya merubah perilaku seseorang dirancang sesuai dengan keputusan mereka sendiri.

KESIMPULAN

Ada pengaruh penggunaan model transteoritik dengan kepatuhan penderita diabetes mellitus pekerja formal maupun pekerja informal.

SARAN

Bagi tenaga kesehatan, untuk memberikan pendidikan kesehatan dapat menggunakan *model transteoritik* karena dapat

**Yusnita, Pengaruh Penggunaan Model Transteoritik Terhadap Kepatuhan
Menjalankan Diet Pada Penderita Diabetes Mellitus**

meningkatkan perubahan perilaku dan dirancang sesuai dengan keputusan audiens sendiri.

DAFTAR PUSTAKA

- Conner and Norman. (2003). *Predictiong health behaviour, research and practice with social cognition model*. Buckingham: Open Univeristy Press.
- Fristiawan. (2010). *Macam-macam model dalam mengajar*. Jakarta: Primakarya.
- Ginintasari. (2013). *Efektifitas konseling kesehatan individu terhadap kesehatan para petugas penegak hukum*. Tesis: UGM Yogyakarta.
- Hastono. (2010). *Analisa data kesehatan*. Jakarta: FKM UI.
- Instalasi Gizi Perjan RS Dr. Cipto Mangunkusumo & Asosiasi Dietisien Indonesia (2004). *Penuntun diet*. Jakarta: PT Gramedia Pusat Utama.
- Kemenkes RI. (2007). *Modul dasar penyuluhan kesehatan masyarakat indonesia*. Jakarta: PT Gramedia Pusat Utama.
- Sugiyono. (2010). *Statistik untuk penelitian*. Bandung: Alfabeta.
- Suara.com. (2015). Jumlah penderita diabetes mellitus Indonesia terbanyak ke-5 di dunia. Dikutip tanggal 15 Maret 2016. Dari <http://www.suara.com/health/2015/04/25/200000/jumlah-penderita-diabetes-indonesia-terbanyak-ke-5-di-dunia>
- Tarwoto,dkk. (2012). *Keperawatan medikal bedah gangguan sistem endokrin*. Jakarta: Trans Info Media.

