

PENGARUH PEER TEACHING GROUP TERHADAP PENINGKATAN SELF EFFICACY PADA PASIEN DIABETES MELITUS DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS DLINGO BANTUL YOGYAKARTA

The effect of peer teaching group on increasing self efficacy in diabetes melitus patients in the dlingo bantul yogyakarta puskesmas area

Vita Purnamasari^{1*}

¹Dosen Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas ‘Aisyiyah Yogyakarta

*E-mail: vita.purnamasari@unisayogya.ac.id

Abstrak

Latar Belakang: Diabetes Melitus merupakan salah satu penyakit yang banyak menimbulkan komplikasi bagi para penderitanya apabila tidak mengikuti pengelolaan penyakit yang benar. **Tujuan:** Untuk pengelolaan penyakit yang benar dibutuhkan self efficacy pasien. self efficacy pasien dapat ditingkatkan melalui beberapa kegiatan salah satunya adalah peer teaching group. **Metode:** Desain penelitian Quasy Eksperimen rancangan pretes posttest with control group design, subyek penelitian adalah penderita DM di wilayah kerja puskesmas Dlingo Bantul sebanyak 32 responden. **Hasil:** Analisa data menggunakan Wilcoxon Signed Rank Test dan Mann Whitney Test. Hasil Penelitian menunjukkan terdapat perbedaan yang signifikan antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol dengan $P = 0.013$. **Kesimpulan:** peer teaching group dapat meningkatkan self efficacy pada penderita DM .

Kata Kunci : peer teaching grup, self efficacy, diabetes mellitus.

Abstract

Background: Diabetes mellitus is a disease that has many complications for sufferers if they do not follow the proper management of the disease. **Objective:** For proper management of disease, patient self-efficacy is needed. Patient's self efficacy can be improved through several activities one of which is the peer teaching group. **Methods:** Quasy research design Experiment design posttest pretest with control group design, research subjects were DM sufferers in the working area of Dlingo Bantul health center as many as 32 respondents. **Results:** Analysis of data using the Wilcoxon Signed Rank Test and the Mann Whitney Test. The results showed that there were significant differences between the intervention group and the control group with $P = 0.013$. **Conclusion:** peer teaching groups can increase self efficacy in people with DM.

Keywords: peer teaching grup, self efficacy, diabetes mellitus.

PENDAHULUAN

Diabetes Mellitus (DM) merupakan salah satu penyakit metabolik yang ditandai dengan hiperglikemia yang terjadi karena kelainan sekresi insulin, kerja insulin atau keduanya. Pasien yang terdiagnosa DM harus mengelola gaya hidup yang meliputi pengaturan diet, aktifitas fisik dan pengelolaan stress. Penderita DM juga harus menjalani pengobatan secara teratur serta

memeriksa kadar gula darah secara teratur. Hal ini dimaksudkan untuk menghindari terjadinya

komplikasi. Pasien juga dituntut untuk menjalani aktifitas dan penatalaksanaan DM sehingga kadar gula darah dapat terkontrol. *Self efficacy* merupakan rasa kepercayaan seseorang bahwa dia dapat menunjukkan perilaku yang dituntut dalam situasi tertentu. *Self efficacy* dapat berupa perasaan seseorang, motivasi atau cara berfikir untuk

menghadapi suatu keadaan. Pada pasien DM diharapkan mempunyai *self efficacy* yang bagus sehingga dapat menjalani penatalaksanaan diet dan pengobatan untuk pasien DM. Menurut Gail (2010) *self efficacy* pada pasien DM masih sangat rendah, sehingga dibutuhkan intervensi untuk meningkatkan *self efficacy* pada penderita DM. Berhasilnya terapi DM tergantung pada kemampuan pasien dalam dalam perilaku pengelolaan diri secara efektif yang meliputi minum obat secara teratur, pengaturan diet, aktifitas fisik dan monitoring gula darah secara teratur, mekanisme koping yang positif serta *self efficacy* dalam pengelolaan penyakit DM (Chew, 2016).

Peer teaching group merupakan salah satu intervensi yang dapat diterapkan kepada pasien DM untuk meningkatkan *self efficacy* pada pasien. *Peer teaching group* merupakan salah satu metode penyuluhan kesehatan yang dapat dilakukan dengan cara saling memberikan dukungan dan pengetahuan antar kelompok penderita DM. *Peer teaching group* dapat memberikan kontribusi terhadap penderita DM dalam meningkatkan diabetes *self menagemen* melalui peningkatan pengetahuan. Melalui *peer teaching group* pasien DM dapat berbagi pengetahuan serta pengalaman hidup sesama penderita DM, sehingga diharapkan adanya peningkatan pengetahuan yang selanjutnya akan mempengaruhi *self efficacy* pasien DM

Menurut data dari *World Health Organization (WHO)* di dunia terdapat 354 juta penderita DM yang diperkirakan akan naik dua kali lipat pada tahun 2035. Kenaikan ini disebabkan oleh penambahan umur, kelebihan berat badan (obesitas), dan gaya hidup. Populasi

penderita DM di Indonesia menurut *WHO* menempati urutan ke – 4 setelah China, India dan Amerika Serikat. Pada tahun 2015 penderita DM di Indonesia sekitar 8, 4 juta jiwa yang diperkirakan tahun 2030 menjadi sekitar 21,3 juta penderita DM, tetapi hanya sekitar 50% penderita DM yang peduli dengan penyakitnya dan kurang dari 30% melakukan *check up* atau kontrol rutin untuk memeriksakan kadar gula darah (Mawarda, 2017).

Puskesmas Dlingo merupakan salah satu Puskesmas yang berada di wilayah Daerah Istimewa Yogyakarta. Penderita DM di puskesmas Dlingo mencapai 68 orang. Puskesmas Dlingo memiliki program untuk penderita DM seperti pemeriksaan rutin, dan senam untuk pasien DM. Kegiatan lain belum rutin dilakukan seperti penyuluhan ataupun kegiatan lain seperti dukungan sesama penderita DM.

METODE PENELITIAN

Desain penelitian menggunakan *Quasy Eksperimen* rancangan *pretes posttest with control group design*. Penelitian dilakukan Januari - Maret 2019. Intervensi dilakukan sebanyak 2 kali pertemuan dengan menggunakan intervensi *peer teaching gruop*. Penelitian ini sudah lulus uji etik dari Komite Etik Universitas ‘Aisyiyah Yogyakarta dengan *ethical clearance* No. 484/KEP-UNISA/II/2019.

Populasi target dalam penelitian ini adalah semua penderita DM di puskesmas Dlingo Bantul sebanyak 68 orang. Besar sampel dalam penelitian ini adalah 32 orang sampel, yang terbagi menjadi 16 orang kelompok intervensi dan 16 orang di kelompok kontrol. Teknik pengambilan sampel dengan menggunakan *purposive sampling*.

Pengambilan sampel berdasarkan kriteria inklusi yaitu pasien DM tipe 1 dan 2 dan berusia kurang dari 70 tahun.

Instrument yang digunakan yaitu instrumen *self efficacy* untuk penderita diabetes mellitus yang sudah teruji validitas dan realibilitas. Instrumen *peer teaching group* berupa modul dan satuan acara kegiatan yang telah diuji dengan *content validity index*. Uji Normalitas yang digunakan adalah *Kolmogorov Smirnov*. Analisis data penelitian menggunakan *Wilcoxon Signed Rank Test* dan *Mann Whitney Test* karena data tidak berdistribusi normal.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil analisis karakteristik responden meliputi jenis kelamin, usia, pendidikan terakhir dan pekerjaan.

Tabel 1. Karakteristik Responden

Karakteristik Responden	Kelompok	
	Perlakuan	Kontrol
	n %	n %
Jenis Kelamin		
Laki-Laki	15.4	12.93
Perempuan	84.6	87.06
Usia		
<50 tahun	0	0
51 - 60 tahun	85.6	86.20
> 50 tahun	14.4	13.79
Pendidikan		
SD- SMP	83.80	95.68
SMA/SMK	16.20	4.32
Pekerjaan		
Petani	92.8	85.9
Wiraswasta	7.20	14.1
PNS/POLRI	0	0

Tabel 1 menunjukkan mayoritas responden kelompok kontrol dan kelompok perlakuan berjenis kelamin perempuan. Umur responden kedua kelompok paling banyak berumur 51 - 60 tahun.

Responden dalam penelitian ini mayoritas juga mempunyai latar belakang pendidikan SD dan SMP 83.80% pada kelompok intervensi dan 95.68% pada kelompok kontrol. Individu yang mempunyai pendidikan lebih tinggi akan mempunyai *self efficacy* yang tinggi pula, karena pada dasarnya mereka lebih banyak belajar dan menerima pendidikan ke jenjang yang tinggi sehingga mempunyai banyak kesempatan belajar dalam mengatasi permasalahan hidup. Selain itu faktor pernah atau tidaknya penderita mendapatkan penyuluhan tentang DM juga akan mempengaruhi *self efficacy* penderita DM.

Sebagian responden dalam penelitian ini mengatakan belum pernah mendapatkan penyuluhan kesehatan tentang DM sebelumnya, penyuluhan yang mereka dapatkan hanya saja ketika mereka mengontrolkan kadar gula dan hanya saat pasien menanyakan keluhan ke petugas kesehatan. Menurut Bandura (2010) bahwa semakin banyak pengetahuan maka akan semakin tinggi *self efficacy*. Sesuai dengan teori belajar bahwa proses kognitif dan belajar akan menjadi sentral untuk pengetahuan, motivasi serta emosi dan tindakan, sehingga ketika pengetahuan akan sesuatu meningkat, maka keyakinan dan kepercayaan diri serta motivasi untuk melakukan sesuatu hal juga akan meningkat seiring dengan proses belajar yang dilakukan. Perbedaan *self efficacy* sebelum dan sesudah dilakukan intervensi

pada kedua intervensi dapat dilihat pada tabel berikut.

Tabel 2. *self efficacy* sebelum dan sesudah dilakukan *Peer Teaching Group*.

Kelompok		Rendah (%)	Sedang (%)	Tinggi (%)	P
Intervensi	Pre test	62.5	31.20	6.21	0.01
	Pos test	12.5	50.0	37.5	
Kontrol	Pre test	75.00	12.5	12.5	0.06
	Pos test	62.5	18.75	18.75	

Tabel 2 menunjukkan bahwa *self efficacy* pasien DM pada kelompok intervensi mengalami peningkatan. Responden pada kelompok intervensi sebelum dilakukan intervensi mempunyai *self efficacy* yang mayoritas pada tingkat rendah yaitu (62.5%), hal ini sama dengan *self efficacy* pada kelompok kontrol yaitu mayoritas pada tingkat rendah (75%). Setelah mendapat intervensi *peer teaching group* pada kelompok intervensi *self efficacy* meningkat. Responden mayoritas mempunyai *self efficacy* yang sedang (50%) dan responden yang mempunyai *self efficacy* tinggi sebanyak 37.5%. Hasil uji statistik menunjukkan bahwa pada kelompok intervensi mempunyai peningkatan yang bermakna setelah dilakukan *peer teaching group*, sedangkan pada kelompok kontrol tidak mengalami kenaikan yang bermakna setelah mendapatkan intervensi berupa pemeriksaan rutin.

Perbedaan *self efficacy* pada kedua kelompok yaitu kelompok intervensi dan kelompok kontrol dapat dilihat pada tabel berikut ini :

Tabel 3. Perbedaan *self efficacy* pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol Sebelum dan sesudah Intervensi

	Kelompok	P
Pretest self efficacy	Intervensi	0.56
	Kontrol	
Postes self efficacy	Intervensi	0.000
	Kontrol	

Tabel 3 menunjukkan bahwa *self efficacy* pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol pada saat sebelum di lakukan intervensi tidak mempunyai perbedaan yang bermakna yaitu pada tingkat rendah dengan nilai $P = 0.56 (>0.05)$, dan setelah dilakukan intervensi pada kelompok intervensi berupa *peer teaching group* dan kelompok kontrol berupa pemeriksaan rutin di dapatkan hasil terdapat perbedaan yang bermakna antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol dengan nilai signifikansi $P = 0,000 (P<0.05)$ sehingga dapat disimpulkan bahwa intervensi *peer teaching group* secara efektif dapat meningkatkan *self efficacy* dibandingkn hanya dengan melakukan pemeriksaan rutin saja.

Penderita DM mempunyai *self efficacy* yang rendah dikarenakan penatalaksanaan dan pengelolaan penyakit DM yang begitu kompleks, mulai dari pengaturan diet, minum obat setiap hari, mengelola stress dan aktivitas fisik. Hal tersebut yang dirasakan berat oleh penderita DM sehingga *self efficacy* penderita DM cenderung rendah.

Peer teaching group merupakan salah satu metode penyuluhan kesehatan yang melibatkan penderita DM di dalam satu kelompok untuk saling bertukar pengetahuan, pemahaman dan pengalaman hidupnya selama menderita DM. Di dalam *peer teaching group* terdapat fasilitator yang akan mengarahkan apabila ada pertanyaan

tentang hal yang belum diketahui oleh anggota kelompok. Melalui *peer teaching group* responden akan berbagi pengetahuan dan pengalamannya sehingga dapat menjadi model bagi teman yang lainnya, sehingga dapat menaikkan *self efficacy* teman yang lainnya, dan penderita akan merasa bahwa ternyata masih banyak penderita DM yang mempunyai kesamaan dengannya. Dengan kegiatan ini penderita DM akan saling memberikan penguatan, pemahaman bahwa secara bersama – sama agar peduli dan mampu untuk melaksanakan pengelolaan kesehatan untuk penderita DM.

Kegiatan *peer teaching* ini juga dapat berpengaruh terhadap keyakinan individu bahwa dia juga mampu untuk melakukan hal yang sama dengan yang dilakukan oleh responden lainnya ketika bertukar pengalaman hidup. Dengan *peer teaching* ini penderita DM akan mendapatkan dukungan yang besar dari sesama penderita. Selain itu, adanya berbagi pengalaman akan merubah sikap yang sebelumnya tidak baik menjadi baik.

self efficacy yang meningkat pada responden setelah dilakukan *peer teaching group* juga didukung oleh penyuluhan yang dilakukan oleh fasilitator di dalam kelompok tentang hal – hal yang belum diketahui oleh penderita tentang pengelolaan DM.

Peer teaching group dapat mengubah sikap yang negatif menjadi sikap yang positif, dengan adanya dukungan dari kelompok sebaya sehingga bisa mengubah perilaku kesehatan. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Kusnanto (2015) bahwa melalui *peer grup support*, *self efficacy* dan *self care activity* pada pasien meningkat. Penguatan yang dilakukan antar

kelompok teman sebaya beserta dukungan dan berbagi pengalaman antar penderita dapat menumbuhkan rasa kepercayaan bagi penderita bahwa pengelolaan penyakit DM dapat dilaksanakan dengan baik. Hal tersebut dapat meningkatkan *self efficacy* pada penderita DM.

Penelitian ini masih mempunyai keterbatasan antara lain yaitu responden yang terlibat dalam penelitian ini masih sedikit baik di kelompok intervensi maupun kelompok kontrol. Peneliti juga belum mengendalikan variabel pengganggu dalam penelitian ini seperti dukungan keluarga, pengetahuan tentang DM sebelumnya sehingga dapat mempengaruhi hasil penelitian.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan penelitian ini adalah *self efficacy* pada pasien DM di wilayah kerja Puskesmas Dlingo 1 mayoritas pada tingkat rendah serta terdapat peningkatan *self efficacy* melalui penerapan metode *peer teaching group*. Saran untuk penelitian selanjutnya adalah dapat meneliti tentang penerapan intervensi atau metode yang lain yang dapat meningkatkan *self efficacy* pada pasien DM, dan dapat meneliti dengan variabel dependen yang lainnya seperti perilaku *self care* pada penderita DM atau kadar glukosa darah pada penderita DM.

DAFTAR PUSTAKA

- American Diabetes Association. (2017). “Standards of Medical Care in Diabetes 2017”. Vol. 40. USA : ADA
- Arikunto, Suharsimi (2013). Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik. Jakarta : Rineka Cipta

- Bandura, A, (2010). Self Efficacy Mechanism in Psychological and Health Promoting Behavior, Prentice Hall, New Jersey.
- Black,J.M. &Hwaks,J.H. (2014). Keperawatan Medikal Bedah Menejemen Klinis untuk Hasil yang Diharapkan(8thed) (Joko Mulyanto,dkk, penerjemah). Jakarta : Salemba Emban Patria
- Chew,B.H. et.al (2016) “Diabetes-Related Distress, Depression and Distress-Depression among Adults with Type 2 Diabetes Mellitus in Malaysia”.PLOS ONE.11(3): 1-16
- Eom, Y.S.; SunP.H., (2011). Evaluation of Stress in Korean Patients with Diabetes Mellitus Using the Problem Areas in Diabetes-Korea Questionnaire. Diabetes &Metabolisme, Volume 35, pp. 182-187
- Gayatri (2011). Hubungan Antara Motivasi dan Self Efficacy pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe II di RSUP. H. Adam Malik Medan. Jakarta : Universitas Indonesia.
- Hawari, D. (2010). Psikologi Keperawatan. Jakarta : EGC.
- Kusnanto (2014). Pengaruh Peer Support Group Terhadap Self Efficacy dan Self Care Activity Pada Pasien Diabetes Mellitus. Jurnal Ners Universitas Airlangga. Volume 9. Oktober 2014.
- Lela,I. (2014). Hubungan Dukungan Keluarga dan Self Efficacy dengan Perawatan Diri Lansia Hipertensi. JurnalKesehatan. Bandung: Jurnal Ilmu Kesehatan Komunitas IndonesiaVol.10 No. 2 September 2014.
- Mawarda, Netty (2017). Hubungan Antara Self Efficacy dengan Quality of Life Penderita Diabetes Mellitus di Wilayah Kerja Puskesmas Kebonsari Surabaya. Jurnal Ilmiah Kesehatan Vol. 10, Hal 241 - 249.
- Nadyah, A., Langi, Y.A. &Karel, P., (2013). Gambaran Faktor Resiko Pasien Diabetes Mellitus Tipe II di Poliklinik Endokrin Bagian/SMF FK Unsrat RSU Prof. Dr. R.D Kandou Manado Periode Mei 2011 -Oktober2011.e-Biomedik (eBM),1(1), pp. 45-49.
- Perkumpulan Endrokinologi Indonesia. (2015). Konsensus: Pengelolaan dan Pencegahan Diabetes Mellitus Tipe 2 Di Indonesia 2015. PB PERKENI : PERKENI
- Riset Kesehatan Dasar (2013). Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, Departemen Kesehatan, Republik Indonesia.
- Rusanti,P., (2011). Hubungan antara Tingkat Pengetahuan dengan Manajemen Stres pada Penderita Diabetes Mellitus. Skripsi. Semarang:Universitas Muhammadiyah Semarang.
- Smeltzer,S.C. &Bare,B.G. (2013). Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah Brunner Suddarth (8thed) (H.Y Kuncara, dkk, penerjemah). Jakarta : EGC
- Sugiyono. (2015). Statistika Untuk Penelitian, Bandung : Alfabeta
- World Health Organization. (2016). World Health Statistics. Dunia : WHO.