

PENGARUH PROMOSI KESEHATAN TENTANG DIABETES MELITUS TERHADAP PENGETAHUAN ANGGOTA KLUB SENAM DI RS TUGU IBU

Yuri Nurdiantami¹, Nur Aniza Amallia¹, Angsoka Rahingrat¹, Syasa Rahma Fadila¹
Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta
Program Studi Kesehatan Masyarakat Fakultas Ilmu Kesehatan
nurdiantamiyuri@upnvj.ac.id

Abstract

Non-communicable disease such as diabetes mellitus is a growing problem in the world. This disease is a lifestyle related disease and affecting population especially the elderly. This article aims to determine the effect of health promotion about diabetes mellitus on the knowledge of gym club members at Tugu Ibu Hospital. The author uses pre-test and post-test to find out the increase in knowledge before and after the intervention is given. The target of this intervention is members of the gym club at Tugu Ibu Hospital. The method used in health promotion at Tugu Ibu Hospital is to use a modified lecture method with a question and answer session. The results obtained indicate an increase in knowledge after health promotion to the target of 7.32%. Based on these results, the authors conclude that there is a significant influence on target knowledge after health promotion or counseling about diabetes mellitus.

Keywords: *Diabetes mellitus, knowledge, lecture.*

Abstrak

Penyakit tidak menular seperti diabetes mellitus merupakan penyakit yang menjadi masalah di dunia. Penyakit yang terkait erat dengan gaya hidup ini banyak menyerang kalangan lanjut usia. Artikel ilmiah ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh promosi kesehatan tentang diabetes melitus terhadap pengetahuan anggota klub senam di RS Tugu Ibu. Penulis menggunakan pre test dan post test untuk mengetahui peningkatan pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan intervensi. Sasaran dari intervensi ini adalah anggota klub senam di RS Tugu Ibu. Metode yang digunakan dalam promosi kesehatan di RS Tugu Ibu yaitu menggunakan metode ceramah yang dimodifikasi dengan sesi tanya jawab. Sesi tanya jawab diperlukan karena untuk mengetahui sampai dimana pengetahuan para audience yang mendengarkan dan para audience sering kali memberikan pengertian lain yang dimaksudkan pembicara. Adapun hasil yang didapat menunjukkan peningkatan pengetahuan setelah dilakukan promosi kesehatan kepada sasaran sebesar 7,32%. Berdasarkan hasil tersebut, penulis menyimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang cukup signifikan terhadap pengetahuan sasaran setelah dilakukan promosi kesehatan atau penyuluhan tentang penyakit diabetes melitus.

Kata kunci: *Diabetes melitus, pengetahuan, ceramah, promosi kesehatan.*

1. PENDAHULUAN (*Introduction*)

Penyakit tidak menular (PTM) telah menjadi masalah besar di masyarakat Indonesia. Penyakit tidak menular cenderung terus meningkat secara global dan nasional telah menduduki sepuluh besar penyakit penyebab kematian. Kasus terbanyak dari penyakit tidak menular tersebut salah satunya adalah diabetes melitus (DM) (Depkes RI, 2008). Diabetes melitus digambarkan sebagai penyakit yang gejalanya adalah sering kencing sehingga disebut pula dengan penyakit kencing manis. Pada pasien yang menderita penyakit diabetes melitus kadar gulanya menjadi meningkat. Pada saat itu tubuh tidak bisa menggunakan glukosa yang ada didalam darah untuk diubah menjadi energi karena penumpukan atau kelebihan glukosa dalam darah (Erik, 2005).

Diabetes melitus dapat menjadi serius dan menyebabkan kondisi kronik yang membahayakan apabila tidak diobati. Pada tahun 2011, penderita diabetes berisiko mengalami kerusakan mikrovaskuler seperti retinopati, nefropati, dan neuropati. Hal tersebut memberikan efek terhadap kualitas hidup penderita DM.

Berdasarkan hasil pengamatan yang penulis lakukan di Rumah Sakit Tugu Ibu, pengunjung yang datang ke RS sebagian besar didominasi oleh masyarakat berumur di atas 30 tahun. Data dari Profil Kesehatan Kota Depok 2017 menyatakan bahwa 22,37% pasien rawat jalan rumah sakit dari golongan umur 45-75 tahun menderita Diabetes Melitus, urutan pertama sebagai penyakit degeneratif yang paling banyak diderita. Sedangkan, untuk golongan semua umur, Diabetes Melitus menduduki posisi kedua penyakit terbanyak yang diderita pasien rawat jalan di Kota Depok. Hal inilah yang melatarbelakangi penulis untuk melakukan promosi kesehatan dengan mengangkat tema penyuluhan yang berkaitan dengan penyakit Diabetes Melitus dengan sasaran audiens, yaitu pengunjung RS atau Anggota Klub Senam Diabetes RS Tugu Ibu.

2. TINJAUAN LITERATUR (*Literature review*)

Menurut *American Diabetes Association* (ADA) tahun 2013, DM termasuk dalam kelompok penyakit metabolik dengan karakteristik hipoglikemia yang terjadi karena kelainan sekresi insulin dan kerja insulin. Prevalensi diabetes melitus semakin meningkat pada usia lanjut (Misnadiarly, 2006).

WHO (2000) menyatakan bahwa dari statistik kematian di dunia, diperkirakan bahwa sekitar 3,2 juta jiwa per tahun penduduk dunia meninggal akibat diabetes melitus. Kemudian, WHO (2003) memperkirakan 194 juta jiwa atau 5,1% dari 3,8 miliar penduduk dunia yang berusia 20-79 tahun menderita diabetes melitus dan pada 2025, WHO memperkirakan jumlah penderita DM akan meningkat menjadi 333 juta jiwa. WHO memprediksi di Indonesia akan meningkat dari 8,4 juta pada tahun 2000 akan meningkat menjadi sekitar 21,3 juta pada tahun 2030 (Depkes RI, 2008).

Diabetes melitus merupakan salah satu masalah kesehatan yang besar. Data survei global *International Diabetes Federation* (IDF) (2011), menunjukkan bahwa jumlah penderita DM pada tahun 2011 telah mencapai 366 juta orang. Jika tidak ada tindakan yang dilakukan, jumlah tersebut diperkirakan akan meningkat menjadi 552 juta pada tahun 2030. Diabetes melitus telah menjadi penyebab dari 4,6 juta kematian. IDF (2009), menyebutkan bahwa lebih dari 50 juta orang menderita DM di Asia Tenggara. Jumlah penderita DM terbesar berusia 40-59 tahun.

Hasil Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) menunjukkan bahwa prevalensi diabetes melitus berdasarkan tenaga kesehatan dan gejala mengalami peningkatan yaitu sebesar 1,1% pada tahun 2007 menjadi 2,4%.

Selama dua dekade terakhir ini, telah terjadi transisi epidemiologis yang signifikan, penyakit tidak menular telah menjadi beban utama, meskipun beban penyakit menular masih berat juga. Indonesia sedang mengalami *double burden* penyakit, yaitu penyakit tidak menular dan penyakit menular sekaligus. Penyakit tidak menular utama meliputi hipertensi, diabetes melitus, kanker dan Penyakit Paru Obstruktif Kronik (PPOK) (Kemenkes, 2015).

3. METODE PELAKSANAAN (*Materials and Method*)

Metode ceramah adalah cara menyampaikan sebuah materi pelajaran dengan cara penuturan lisan kepada khalayak ramai (Armai, 2002).

Alasan pemilihan metode ceramah yaitu karena *audience* promosi kesehatan tersebut berjumlah lebih dari lima belas orang atau merupakan kelompok besar (Notoatmodjo, 2007). Selain itu, metode ceramah dinilai lebih efektif dan efisien karena dapat membantu *audience* memperoleh informasi yang sulit diperoleh dengan cara-cara lain, dimana jika peserta tersebut mempelajari suatu materi akan memakan waktu hingga berjam-jam lamanya. Metode ceramah juga dapat menghemat waktu dan tenaga, mengingat waktu pelaksanaan promosi kesehatan yang terbatas dan panitia pelaksana juga terbatas jumlahnya. Ceramah juga dapat bersifat fleksibel dan hampir dapat dilakukan pada semua bidang, serta relatif sederhana dibandingkan dengan metode-metode lainnya (Cuban dalam Yamin, 2013).

Disisi lain, metode ceramah memiliki beberapa kelemahan, diantaranya adalah pembicara sukar mengetahui sampai dimana pengetahuan para *audience* yang mendengarkan dan para *audience* sering kali memberikan pengertian lain yang dimaksudkan pembicara (Suryosubroto, 2002). Untuk mengantisipasi hal tersebut menurut Notoatmodjo (1989) ceramah akan berhasil apabila teknik ceramah dimodifikasi dengan melakukan tanya-jawab sesudah penyampaian materi. Hal ini bertujuan agar peserta dapat bertanya tentang hal-hal yang belum dipahaminya tentang materi yang sudah diberikan penceramah. Selain itu, sesi tanya-jawab bertujuan agar komunikasi berjalan dua arah antara pembicara dengan *audience* agar tidak terjadi miskomunikasi, serta *audience* dapat lebih interaktif dengan pemateri.

Materi bahasan yang disampaikan pada saat promosi kesehatan di Rumah Sakit Tugu Ibu terkait tema “Diabetes Melitus” adalah pengertian diabetes melitus, jenis diabetes melitus, cara mengetahui diabetes melitus secara dini, apa yang harus dilakukan penyandang diabetes melitus, bahaya diabetes melitus yang tidak terkontrol, serta mitos dan fakta mengenai diabetes melitus.

4. HASIL DAN PEMBAHASAN (*Results and Discussion*)

Sebelum menyampaikan materi kepada peserta, terlebih dahulu setiap peserta diwajibkan untuk menjawab soal pada lembar *pre test*. Kemudian, setelah semua peserta mengisi *pre test*, dilakukan penyampaian materi dengan metode ceramah dan disajikan dalam bentuk *power point*. Selanjutnya, dibuka sesi tanya jawab agar para *audience* dapat bertanya kepada pemateri. Setelah sesi tanya jawab selesai, peserta diwajibkan untuk menjawab soal pada lembar *post test*.

Penggunaan *pre test* dan *post test* ini dimaksudkan untuk mengukur pengetahuan peserta sebelum dan sesudah diberikan intervensi berupa penyuluhan dengan materi tentang diabetes. Kedua tes ini tercantum soal yang sama, sehingga dapat dinilai peningkatan pengetahuan peserta. Di bawah ini adalah pertanyaan yang diajukan dalam *pre test* dan *post test*:

1. Gejala umum penyakit diabetes melitus adalah...

- a. sering haus
- b. sering lapar
- c. sering pipis
- d. semua benar

2. Faktor risiko penyakit diabetes melitus yang dapat dicegah adalah...
 - a. Umur
 - b. jenis kelamin
 - c. berat badan lebih
 - d. genetik

3. Makanan tinggi kandungan gula yang apabila dikonsumsi berlebihan dapat memicu diabetes.....
 - a. sayur bayam
 - b. kentang rebus
 - c. nasi putih
 - d. nasi merah

4. Upaya yang harus dilakukan untuk mencegah dan menanggulangi diabetes melitus adalah...
 - a. mengukur kadar gula darah secara rutin
 - b. mengonsumsi makanan rendah gula
 - c. rajin melakukan aktivitas fisik
 - d. semua benar

5. Berikut ini yang merupakan fakta mengenai penyakit diabetes melitus adalah...
 - a. diabetes tidak mengenal usia
 - b. diabetes diturunkan menyilang
 - c. diabetes lebih baik menggunakan obat tradisional dibandingkan obat dokter
 - d. penyandang diabetes tidak boleh makan nasi

a. Pre Test

Dari lembar *pre test* yang telah dijawab oleh *audience*, didapatkan hasil di Tabel 1. Berdasarkan hasil *pre test*, *audience* yang menjawab pertanyaan dengan benar sebanyak 85,36 % dan sebanyak 14,64 % menjawab salah. Hal ini menunjukkan bahwa *audience* sudah banyak yang paham mengenai diabetes melitus. Pertanyaan yang paling banyak sering dijawab salah adalah soal nomor 2”. Sedangkan soal yang paling banyak dijawab benar adalah soal nomor 3 dan 5. Hal ini mungkin dipengaruhi oleh rutinnnya *audience* untuk mengecek kadar gula darah ke fasilitas pelayanan kesehatan.

Dari data pada tabel 1, disusun tabel distribusi frekuensi dengan pengelompokkan berdasarkan jumlah jawaban benar sesuai pada tabel 2.

Tabel 1. Jawaban Benar dan Salah pada Pertanyaan *Pre Test*

No.	Pertanyaan	Jawaban Benar	Jawaban Salah
1	Gejala umum penyakit diabetes melitus adalah?	23	7
2	Faktor risiko penyakit diabetes melitus yang dapat dicegah adalah?	20	10
3	Makanan tinggi kandungan gula yang apabila	29	1

	dikonsumsi berlebihan dapat memicu diabetes?		
4	Upaya yang harus dilakukan untuk mencegah dan menanggulangi diabetes melitus adalah?	27	3
5	Berikut ini yang merupakan fakta mengenai penyakit diabetes melitus adalah?	29	1

Tabel 2. Distribusi Frekuensi *Audience* Berdasarkan Jumlah Jawaban Benar pada *Pre Test*

Perolehan Hasil	Frekuensi
Benar 5	12
Benar 4	13
Benar 3	3
Benar 2	2

b. Post Test

Setelah diberikan penyuluhan, *audience* kembali diberikan lembar soal dan didapatkan hasil sebagai berikut:

Tabel 3. Jawaban Benar dan Salah pada Pertanyaan *Post Test*

No.	Pertanyaan	Jawaban Benar	Jawaban Salah
1	Gejala umum penyakit diabetes melitus adalah?	29	7
2	Faktor risiko penyakit diabetes melitus yang dapat dicegah adalah?	22	10
3	Makanan tinggi kandungan gula yang apabila dikonsumsi berlebihan dapat memicu diabetes?	30	1
4	Upaya yang harus dilakukan untuk mencegah dan menanggulangi diabetes melitus adalah?	29	3
5	Berikut ini yang merupakan fakta mengenai penyakit diabetes melitus adalah?	29	1

Berdasarkan data tersebut diketahui bahwa *audience* sebanyak 92,68% menjawab benar dan sebanyak 7,32% menjawab salah. Dari hasil ini dapat disimpulkan bahwa terjadi peningkatan pengetahuan dari sebelum pemberian penyuluhan dan sesudah pemberian penyuluhan, kenaikan yang dialami sebanyak 7,32%.

Tabel 4. Distribusi Frekuensi *Audience* Berdasarkan Jumlah Jawaban Benar pada *Post Test*

Perolehan Hasil	Frekuensi
Benar 5	15
Benar 4	13
Benar 3	1
Benar 2	1

5. KESIMPULAN DAN SARAN (*Conclusions and Recommendations*)

Berdasarkan hasil kegiatan promosi kesehatan tentang diabetes melitus di RS Tugu Ibu tahun 2019, dapat disimpulkan bahwa terjadi peningkatan pengetahuan sebelum dan sesudah dilakukan penyuluhan. Dan metode ceramah yang dimodifikasi dengan sesi tanya jawab dinilai cukup efektif untuk membantu para *audience* memahami materi yang diberikan.

6. DAFTAR PUSTAKA

- American Diabetes Association (ADA). 2013. Standards of medical care in diabetes 2013. *Diabetes Care* (36): 13.
- Arief, Armai. 2002. Pengantar Ilmu dan Metodologi Pendidikan Islam. Jakarta: Ciputat Pers.
- Depkes Republik Indonesia. 2008. Profil Kesehatan Indonesia. Jakarta
- Erik, M. H. A. 2005. Penyakit Degeneratif. Jakarta: PT Alex Media Komputindo.
- Misnadiarly. 2006. Diabetes Melitus Gangren, Ulcer, Infeksi, Mengenali gejala, Menanggulangi, dan Mencegah komplikasi. Jakarta: Pustaka Obor Populer.
- Notoatmodjo, S. 1989. Pengantar Pendidikan dan Ilmu Perilaku Kesehatan. Jakarta: CV. Rajawali.
- Notoatmodjo, S. 2007. Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku. Jakarta: Rineka Cipta.
- Suryosubroto. 2002. Proses Belajar Mengajar di Sekolah. Jakarta: Rineka Cipta.
- Yamin, M. 2013. Strategi dan Metode dalam Model Pembelajaran. Jakarta: Referensi (GP Press Group).