

ARTIKEL PENELITIAN

Peer Group Support Terhadap Self-Efficacy Pasien DM Tipe II
Peer Group Support for Self-Efficacy of Type II Diabetes Mellitus Patients
Dirgantari Pademme^{1*}, Triani Banna²

Program Studi Ilmu Keperawatan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Papua Sorong

Abstract

Diabetes Mellitus (DM) can cause serious damage to the heart, blood vessels, eyes, kidneys, nerves and even death. The prevalence of DM continues to increase. The risk of complications in DM patients can be reduced through good self-management, this is influenced by self-efficacy (SE). SE is the patient's belief in his ability to perform self-management behavior. The results showed that SE in DM patients was still lacking. The role of nurses is important in increasing SE in DM patients. The strategy that can be used is health education through a support group approach. The purpose of this study was to determine the effect of peer group support on the self-efficacy of Type II DM patients. This research is a quasi-experimental research with one group pre-test and post-test design. The population that meets the inclusion and exclusion criteria will be used as a sample for this study. Sampling in this study using purposive sampling technique. The data that has been collected will be processed and analyzed using the t-test if it is normally distributed, whereas if the data is not normally distributed, the test used is the Wilcoxon sign-rank test. The results of the Wilcoxon signed ranks test obtained a p-value of 0.000 ($\alpha = 0.05$), so it can be concluded that peer group support has an effect on SE in DM patients.

Keywords: *diabetes mellitus, peer group support, self efficacy*

Abstrak

Diabetes Mellitus (DM) dapat menyebabkan kerusakan serius pada jantung, pembuluh darah, mata, ginjal, saraf bahkan kematian. Prevalensi DM terus meningkat. Risiko komplikasi pada penderita DM dapat dikurangi melalui manajemen diri yang baik, ini dipengaruhi oleh *self-efficacy (SE)*. SE merupakan keyakinan pasien terhadap kemampuannya melakukan perilaku manajemen diri. Hasil penelitian menunjukkan bahwa SE pada penderita DM masih kurang. Peran perawat penting dalam meningkatkan SE pada pasien DM. Strategi yang bisa digunakan adalah dengan pendidikan kesehatan melalui pendekatan *support group*. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh *peer group support* terhadap *self-efficacy* pasien DM Tipe II. Penelitian ini adalah penelitian *quasy* eksperimen dengan rancangan *one grup pre-test and post- test design*. Populasi yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi akan dijadikan sampel penelitian ini. Pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan teknik *purposive sampling*. Data yang telah dikumpulkan akan diolah dan dianalisis menggunakan uji *t-test* jika terdistribusi normal, sedangkan jika data tidak terdistribusi normal maka uji yang digunakan adalah *Wilcoxon sign-rank test*. Hasil uji Wilcoxon signed ranks didapatkan p-value sebesar 0.000 ($\alpha=0,05$) maka dapat disimpulkan bahwa *peer group*

support berpengaruh terhadap *SE* pasien DM.

Kata Kunci : diabetes mellitus, peer group support, self efficacy

Penulis Koresponden:

Dirgantari Pademme, email: dirgantaristikespapua@gmail.com



This is an open access article under the **CC-BY** license

PENDAHULUAN

Diabetes Mellitus (DM) adalah penyakit metabolik kronis yang ditandai dengan peningkatan kadar glukosa darah (gula darah), dan dapat menyebabkan kerusakan serius pada jantung, pembuluh darah, mata, ginjal, saraf bahkan kematian. Diabetes menyebabkan 1,5 juta kematian pada tahun 2012. Empat puluh tiga persen (43%) dari 3,7 juta kematian ini terjadi sebelum usia 70 tahun (WHO, 2016).

Berdasarkan data *World Health Organization* (WHO) tahun 2016 Indonesia menempati urutan ke empat dengan estimasi jumlah penderita DM di sepuluh besar negara dengan penderita DM terbanyak tahun 2000 dan 2030. Pada tahun 2015, 415 juta orang dewasa dengan DM mengalami kenaikan 4 kali lipat dari 108 juta di 1980an, dan diperkirakan akan mengalami peningkatan pada tahun 2040 dengan jumlah 642 juta. Berdasarkan Risesdas tahun 2018 prevalensi DM menurut konsensus Perkeni tahun 2015 pada penduduk umur ≥ 15 tahun yaitu 10,9%. Data DM Provinsi Papua Barat, menunjukkan prevalensi DM untuk Kota Sorong berjumlah 2%, lebih tinggi dibandingkan kabupaten/kota lainnya yang ada di Provinsi Papua Barat (Risesdas, 2018).

Penyakit DM dapat menimbulkan dampak salah satunya adalah meningkatnya risiko potensi komplikasi mikro vaskuler seperti retinopati diabetes dan makrovaskuler seperti serangan jantung dan stroke (WHO, 2016). Risiko komplikasi pada penderita DM dapat dikurangi dengan menjalankan manajemen diri yang baik. Manajemen diri penderita DM diantaranya pengaturan pola makan (diet), aktifitas fisik, manajemen pengobatan dan pemantauan gula darah (*American Diabetes Association*, 2014). Penatalaksanaan DM secara tepat dapat mencegah atau memperlambat munculnya komplikasi yaitu dengan menerapkan perilaku *self-management* dalam kehidupan sehari-hari meliputi diet sehat, aktivitas fisik, terapi obat pemantauan glukosa darah, dan mempertahankan perawatan kaki (Hunt *et al*, 2012). Pelaksanaan manajemen diri yang baik dipengaruhi oleh salah satu faktor yaitu *self-efficacy* (Wang dan Shiu, 2003).

Manajemen diri pada penderita DM mungkin sulit dilakukan dikarenakan melibatkan pengembangan keterampilan dalam melakukan dan mempertahankan perubahan gaya hidup. Oleh sebab itu dibutuhkan *support* salah satunya dari *peer group* (Rusniati, 2009). *Peer group support* merupakan dukungan yang diberikan oleh orang yang memiliki pengetahuan dan pengalaman dengan penyakit kronis (Patil *et al*, 2016). *Peer group support* merupakan intervensi yang efektif untuk membantu penderita DM dalam manajemen diri (Qi *et al*, 2015).

Berdasarkan data dari Puskesmas Sorong Kota pada bulan Januari-Juni 2020, jumlah penderita DM Tipe II pada usia 45-70 tahun berjumlah 40 orang dan menunjukkan efikasi diri kurang berjumlah 67,6% dan efikasi diri yang baik berjumlah 32,4%. Hal ini menunjukkan *self-efficacy* pada penderita DM masih banyak yang kurang, sehingga perlu ditingkatkan.

penderita DM Tipe II di Puskesmas Sorong Kota bulan Januari-Juni 2020 berjumlah 40 orang. Berdasarkan uraian di atas maka peneliti tertarik untuk mengetahui *self-efficacy* pasien DM sebelum dan sesudah dilakukan intervensi *peer group support*.

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian quasi eksperimen dengan one group pre-test design dan post-test design, yang mengukur efikasi diri pada pasien DM sebelum dan sesudah dilakukan intervensi *peer group support* di Puskesmas Kota Sorong. Lokasi penelitian dilakukan di Puskesmas Kota Sorong pada 18 November-18 Desember 2020. Populasi dalam penelitian ini adalah 40 pasien DM tipe II di Puskesmas Kota Sorong. Pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan total sampling, sehingga sampel Penelitian ini berjumlah 40 orang, yang dipilih memiliki alamat rumah yang berdekatan agar lebih maksimal jika dilakukan intervensi. Kriteria inklusi dalam penelitian ini adalah: Lama menderita DM 1 tahun, mampu berkomunikasi dengan baik. Sedangkan kriteria eksklusinya adalah: klien dengan komplikasi penyakit ginjal lainnya. Data yang telah dikumpulkan akan diolah dan dianalisis menggunakan uji *t-test* jika terdistribusi normal, sedangkan jika data tidak terdistribusi normal maka uji yang digunakan adalah *Wilcoxon sign-rank test*. Hasil uji Wilcoxon signed ranks didapatkan p-value sebesar 0.000 ($\alpha=0,05$) maka dapat disimpulkan bahwa *peer group support* berpengaruh terhadap *SE* pasien DM. Pengumpulan data dilakukan oleh anggota dan ketua peneliti. Penelitian ini telah mendapat persetujuan etik penelitian pada Komisi Etik Penelitian Universitas Aisyiyah Yogyakarta dengan nomor 1701/KEP-UNISA/IX/2020.

Peer group support adalah intervensi yang dilakukan kepada pasien DM Tipe II dengan memberikan informasi dan dukungan dari kelompok sebaya sesama pasien DM dilakukan pertemuan dan dalam durasi waktu pertemuan ± 60 menit. Sedangkan *self-efficacy* adalah keyakinan yang ada dalam diri pasien DM Tipe II terhadap kemampuannya melakukan *self-management* (manajemen diri) pada pemantauan gula darah, pengobatan, diet, dan aktivitas fisik.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1 menunjukkan karakteristik subjek, demografi berdasarkan usia menunjukkan bahwa lebih dari 95% pasien berusia > 45 tahun. Sebagian besar pasien adalah wanita (72,5%). Sebagian besar pasien telah lulus dari sekolah menengah atas (50%). Begitu juga pasien yang tidak bekerja lebih banyak sebesar 60%. Penderita DM menunjukkan diagnosis DM terbanyak 5 tahun (70%), tabel ini juga menunjukkan bahwa sebagian besar pasien adalah perempuan. Hal ini mendukung penelitian yang dilakukan bahwa 60% penderita DM adalah wanita karena wanita lebih banyak mengonsumsi snack seperti coklat, gula dan fast food dibandingkan dengan pria. Tabel 1 menunjukkan bahwa setelah dilakukan *peer group support*, efikasi diri pasien DM berubah menjadi 100% baik.

Tabel 1 menunjukkan bahwa sebagian besar pasien berpendidikan SMA sebesar 50%. Pasien yang berpendidikan tinggi dapat dengan mudah mendapatkan informasi dan memengaruhi aspek kognitif, afektif dan psikomotorik pasien sehingga dapat mempengaruhi efikasi diri pasien.

Tabel 1. Karakteristik subjek

Umur	Frekuensi (F)	Persentase (%)
≤ 45 tahun	2	5
> 45 tahun	38	95
Total	40	100
Jenis Kelamin		
Laki – Laki	11	27,5
Perempuan	29	72,5
Total	40	100
Tingkat Pendidikan		
Tidak sekolah	2	5
SD	7	17,5
SMP	7	17,5
SMA	20	50
Perguruan Tinggi	4	10
Total	40	100
Pekerjaan		
Tidak bekerja	24	60
PNS	5	12,5
Wiraswasta	6	15
Pensiunan	5	12,5
Total	40	100
Lama Mengalami DM		
≤ 5 tahun	30	75
> 5 tahun	10	25
Total	40	100

Sumber: Data sekunder, 2020

Tabel 2 Berdasarkan hasil uji *Wilcoxon Signed Ranks Test* didapatkan p-value 0,000 ($\alpha = 0,05$) maka dapat disimpulkan bahwa dukungan *peer group* berpengaruh terhadap efikasi diri pasien DM di Puskesmas Kota Sorong. Menurut Bandura (1994) proses psikologis dalam *self-efficacy* yang berperan dalam diri manusia adalah proses kognitif dimana dalam proses ini individu akan mengalami proses berpikir untuk membayangkan keberhasilan dari apa yang dilakukannya. Jika individu cenderung memikirkan kegagalan yang telah terjadi, sulit untuk berkomitmen untuk mencapai tujuan; Proses motivasi, yaitu dengan motivasi yang tinggi, seseorang akan terdorong untuk berpikiran positif sehingga dapat menentukan upaya menghadapi kesulitan jika dialami. Seseorang yang memiliki motivasi akan menentukan tujuan yang harus dicapai; Proses afektif dimana individu akan mengatur keadaan emosinya dan reaksi emosionalnya terhadap situasi yang dihadapi. Kemampuan mengendalikan emosi akan meningkatkan rasa percaya diri seseorang dalam menghadapi situasi sulit; dan proses seleksinya adalah individu mampu menghadapi situasi sulit, jika individu merasa percaya diri maka individu tidak akan menghindarinya sehingga dapat meningkatkan kepercayaan diri dan kemampuan serta hubungan sosial.

Tabel 2. Uji Wilcoxon Signed Rank Test

		<i>n</i>	<i>Mean Rank</i>	<i>Sum of Ranks</i>
<i>Post test</i>	<i>Negative Ranks</i>	0 ^a	.00	.00
<i>Pre test</i>	<i>Positif Ranks</i>	33 ^b	17.00	561.00
		7 ^c		
		40		

Diabetes melitus tipe II adalah gangguan metabolisme yang ditandai dengan peningkatan kadar glukosa darah akibat penurunan sekresi insulin secara progresif dimotivasi oleh resistensi insulin (WHO, 2016). Penatalaksanaan DM tipe II yang tepat dapat mencegah atau memperlambat munculnya komplikasi yaitu dengan menerapkan perilaku self management dalam kehidupan sehari-hari meliputi pola makan sehat, aktivitas fisik, terapi obat pemantauan glukosa darah, dan menjaga perawatan kaki (Risksdas, 2018). Pada DM, kemampuan pasien dalam melakukan manajemen diri dipengaruhi oleh faktor efikasi diri, dimana efikasi diri difokuskan pada keyakinan individu terhadap kemampuannya untuk memproses, merencanakan, memodifikasi perilaku sehingga mencapai kualitas hidup yang lebih baik. Dalam kasus diabetes self-management (DSM), self-efficacy adalah keyakinan pasien pada kemampuannya untuk melakukan berbagai perilaku manajemen diri (*American Diabetes Association, 2014*).

Self-efficacy didefinisikan sebagai penilaian individu terhadap dirinya sendiri berdasarkan kemampuan yang dimiliki individu dalam menjalani suatu program kesehatan (*American Diabetes Association, 2014*). Pada penelitian ini, kurangnya efikasi diri pada pasien DM, sebagian besar pasien merasa tidak mampu mengikuti pola makan yang sehat saat berada di luar rumah dan saat menghadiri pesta. Tabel 1 menunjukkan bahwa sebagian besar subjek berusia >45 tahun yaitu 95%. Semakin tinggi usia seseorang maka semakin tinggi pula kebutuhan asupan gizinya. Sedangkan penderita DM cenderung memiliki kadar gula yang tidak terkontrol jika mengonsumsi makanan yang mengandung karbohidrat atau gula yang tinggi. Hal ini menyebabkan pasien cenderung memiliki *self efficacy* yang kurang.

Self-efficacy adalah prediktor kuat dari perilaku manajemen diri diabetes, seseorang yang hidup dengan diabetes yang memiliki tingkat *self-efficacy* yang lebih tinggi akan berpartisipasi dalam perilaku manajemen diri diabetes yang lebih baik. Strategi untuk meningkatkan efikasi diri pada pasien DM adalah pendidikan kesehatan melalui pendekatan diabetes *self-management education* (DSME), pemberdayaan, dan wawancara motivasi, dan kelompok pendukung (Ariani, 2011). Efikasi diri pada pasien DM dalam pendekatan intervensi keperawatan difokuskan pada keyakinan individu akan kemampuannya untuk mengolah, merencanakan, memodifikasi perilaku sehingga mencapai kualitas hidup yang lebih baik. Dalam hal *diabetes self-management* (DSM), efikasi diri adalah keyakinan pasien terhadap kemampuannya untuk melakukan berbagai perilaku manajemen diri (Khawalde *et al*, 2012).

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa ada pengaruh *peer group support* terhadap efikasi diri pasien DM. Dukungan kelompok sebaya merupakan intervensi yang efektif untuk membantu penderita DM dalam manajemen diri (Qi *et al*, 2015). Dukungan kelompok sebaya berkaitan dengan dukungan praktis, sosial dan emosional dari sekelompok orang dengan kondisi penyakit yang sama, sehingga dapat meningkatkan motivasi pasien DM dalam mengelola penyakitnya. Dukungan *peer group* dilakukan dalam kelompok yang siap mendengarkan keluhan dan berbagai strategi dalam menghadapi masalah diet, membantu meningkatkan kepatuhan diet (Diantiningsih dan Bakar, 2012). Dalam kelompok, setiap anggota dapat saling berbagi dan mendengarkan pengalaman dan sugesti orang lain, sehingga menimbulkan berbagai macam sugesti dan

mempengaruhi pikiran masing-masing anggota sehingga saling memahami bahwa penderita tidak berjuang sendiri melainkan berjuang sendiri. ada orang lain yang juga bergumul dengan penyakit yang dideritanya (Lazuardi, 2016). Penelitian lain juga didapatkan bahwa *group support* dalam bentuk Diskusi refleksi kasus sangat membantu pengembangan diri seseorang (Amir *et al*, 2019, Amir *et al*, 2020).

Dukungan kelompok sebaya yang dilakukan pada pasien yang mengalami kondisi penyakit kronis yang sama merupakan intervensi yang sangat tepat sebagai bentuk dukungan sosial. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dukungan kelompok sebaya dapat meningkatkan efikasi diri dengan durasi intervensi 6 bulan (Kong *et al*, 2018). Melalui pengalaman orang lain dapat memberikan pengalaman untuk seseorang dapat belajar dan bisa meningkatkan keyakinan pada diri sendiri untuk merasa mampu melakukan hal yang dilakukan oleh orang tersebut (Lunenburg dan Fred, 2011).

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh *peer group support* terhadap efikasi diri pasien DM, ini dilihat berdasarkan nilai p-value sebesar 0.000 ($\alpha=0,05$) maka *peer group support* berpengaruh terhadap *SE* pasien DM.

UCAPAN TERIMAKASIH

Terima kasih kepada Kementerian Riset dan Teknologi/Badan Riset dan Inovasi Nasional yang telah mensponsori penelitian ini

DAFTAR PUSTAKA

- Al-Khawaldeh OA, Al-Hassan ES, Froelicher. 2012. Self-efficacy, Self-management, and Glycemic Control in Adults With Type 2 Diabetes Mellitus. *Journal of Diabetes and Its Complications*. 26: 10-16.
- American Diabetes Association. 2014. Executive summary : Standars of medical care in diabetes.
- Amir H, Irwan AM, Saleh, A. 2019. Gambaran Pelaksanaan Diskusi Refleksi Kasus (DRK) dalam Mendukung Peningkatan Pengetahuan dan Profesionalitas Perawat. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*. 4(2).
- Amir, H. and Sudarman, S. (2020). Reflective Case Discussion (RCD) for Nurses : A Systematic Review. *STRADA Jurnal Ilmiah Kesehatan*. 9(2):332-337. doi: 10.30994/sjik.v9i2.306.
- Ariani, Y. 2011. Hubungan Antara Motivasi dengan Efikasi Diri Pasien DM Tipe 2 Dalam Konteks Asuhan Keperawatan Di RSUP. H. Adam Malik Medan. [Tesis]. Depok.: Fakultas Ilmu Keperawatan, Universitas Indonesia.
- Diantiningsih, Y, Bakar, A. 2012. *Peer Group Support Terhadap Perubahan Kepatuhan Pengelolaan Penyakit Diabetes Mellitus Tipe 2*. Surabaya: Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Airlangga. Skripsi.

- Hunt WC, Wilder B, Steele MM, Grant SJ, Pryor RE, Moneyham L. 2012. Relationships Among Self-efficacy, Social support, Social problem solving, and Self-management in a Rural Sample Living With Type 2 Diabetes Mellitus. *Research and Theory for Nursing Practice: an International Journal*. 26(2).
- Kong LN, Hu P, Yang L, Cui. 2018. The Effectiveness of Peer Support on Self-efficacy and Quality of Life in Adults With Type 2 Diabetes : A Systematic Review and Meta-analysis.
- Lazuardi N. 2016. Pengaruh Intervensi Support Group terhadap Kualitas Hidup Pasien Penyakit Ginjal Kronis yang Mengjalani Hemodialisa. [Tesis]. Semarang: Program Studi Magister Keperawatan Universitas Diponegoro.
- Lunenburg, C, Fred. 2011. Self-efficacy in the Workplace: Implications for Motivation and Performance. *International Journal of Management, Business, and Administration*. 14(1).
- Patil SJ, Ruppert T, Koopman RJ, Lindbloom EJ, Elliott SG, Mehr, Conn VS. 2016. Peer Support Interventions for Adults With Diabetes: A Meta-Analysis of Hemoglobin A1c Outcomes. *Ann Fam Med* 14 (6):540-551.
- Qi L, Liu Q, Qi X, Wu N, Tang W, Xiong H. 2015. Effectiveness of Peer Support for Improving Glycaemic Control in Patients With Type 2 Diabetes: A Meta-analysis of Randomized Controlled Trials. *BMC Public Health* 15(471).
- Riskesdas. 2018. Riset Kesehatan Dasar. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan RI.
- Riskesdas. 2018. Riset Kesehatan Dasar dalam Angka Papua Barat. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan RI.
- Rustiani, D. 2009. Hubungan Antara Dukungan Sosial dengan Derajat Depresi pada Penderita Diabetes Mellitus dengan Komplikasi. Skripsi. Surakarta. Fakultas Kedokteran Sebelas Maret.
- Wang J, Shiu AT. 2003. Diabetes Self-efficacy and Self-care Behaviour of Chinese Patients Living in Shanghai. *Journal of Clinical Nursing*. 13:771–773.
- WHO. 2016. Global report on diabetes. Geneva: WHO.