



PENINGKATAN *SELF EFFICACY* PENDERITA DIABETES MELLITUS MELALUI *SUPPORTIVE GROUP THERAPY*

Dirhan¹, Deoni Vioneery^{2*}, Noor Fitriyani², Mutiara Dewi Listiyanawati²

¹Program Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat, STIKES Tri Mandiri Sakti Bengkulu, Jl. Raya Hibrida No. 3, Sido Mulyo, Gading Cempaka, Bengkulu 38229, Indonesia

²Prodi Keperawatan Program Diploma Tiga, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Kusuma Husada Surakarta, Jl. Jaya Wijaya No. 11, Kadipiro, Banjarsari, Surakarta, 57136, Indonesia

*deoni@ukh.ac.id

ABSTRAK

Self efficacy yang optimal adalah faktor kunci dalam keberhasilan manajemen diri pada penderita DM. Tingkat *self efficacy* yang rendah dapat mempengaruhi berbagai hal seperti motivasi dan kepatuhan sehingga manajemen diri penderita DM dapat berjalan dengan baik. Melalui metode *supportive group therapy* untuk peningkatan *self efficacy* penderita diabetes mellitus di Desa Sanggrahan Kel. Jatikuwung. Tujuan pengabdian kepada masyarakat ini untuk mengetahui dan memahami tentang peningkatan *self efficacy* penderita diabetes mellitus melalui *supportive group therapy*. Sampel dalam pengabdian kepada masyarakat ini berjumlah 40 lansia yaitu lansia yang menderita hipertensi di Desa Sanggrahan Kel. Jatikuwung Kab. Karanganyar. Metode yang dilakukan adalah ceramah, demonstrasi, diskusi/tanya jawab. Media yang digunakan adalah *flipchart* dan *leaflet*. Luaran kegiatan adalah mampu meningkatkan pengetahuan lansia tentang pentingnya menjaga kesehatan tentang diabetes mellitus, dengan *self efficacy* serta *supportive group therapy*.

Kata kunci: diabetes mellitus; *self efficacy*; *supportive group therapy*

IMPROVING THE *SELF-EFFICACY* OF DIABETES MELLITUS PATIENTS THROUGH *SUPPORTIVE GROUP THERAPY*

ABSTRACT

Optimal self-efficacy is a key factor in the success of self-management in people with diabetes mellitus. Low levels of self-efficacy can affect various aspects such as motivation and compliance, thereby hindering effective self-management in people with diabetes mellitus. Through the supportive group therapy method to improve self-efficacy in people with diabetes mellitus in Sanggrahan Village, Jatikuwung Subdistrict. The sample in this community service program consisted of 40 elderly individuals with hypertension in Sanggrahan Village, Jatikuwung Subdistrict, Karanganyar District. The methods used were lectures, demonstrations, and discussions/question-and-answer sessions. The media used were flipcharts and leaflets. The outcomes of the activity were to enhance the elderly individuals' knowledge about the importance of maintaining health regarding diabetes mellitus, along with self-efficacy and supportive group therapy.

Keywords: diabetes mellitus, self-efficacy, supportive group therapy

PENDAHULUAN

Diabetes Mellitus (DM) saat ini masih menjadi issue kesehatan penyakit tidak menular yang mematikan dengan kasus di Indonesia telah memasuki peringkat ke 5 dunia sebanyak 19,47 juta penderita dengan rasio jumlah penduduk 179,72 juta prevalensi Diabetes mellitus sebesar 10,6 % (IDF, 2021). Penelitian di Skotlandia melaporkan dari 5.463.300 populasi sebanyak 319.349

(5,8%) menderita diabetes (McGurnaghan, *et,al*, 2021). Hal ini merupakan tantangan bagi perawat dalam penatalaksanaan komplikasi pada pasien Diabetes Mellitus yang bertujuan untuk mengurangi tingkat mortalitas dan meningkatkan usia harapan hidup.

Berdasarkan peningkatan jumlah penyandang DM dan ancaman kematian akibat komplikasinya, maka peran perawat sebagai edukator dalam pencegahan komplikasi DM sangat dibutuhkan sehingga pasien DM mampu merawat dirinya sendiri (Indaryati & Pranata, 2019). Salah satunya adalah *self efficacy*. *Self efficacy* bersumber dari empat faktor, salah satunya yaitu pengalaman orang lain melalui observasi dan meniru perilaku kesehatan yang benar dapat meningkatkan *self efficacy*, keyakinan pada diri seseorang akan meningkat jika mendapatkan saran, bimbingan atau nasehat dari orang lain. Metode ini dilakukan dimana para penderita penyakit kronis DM dapat memperluas jaringan sosial, menerima informasi dengan bertukar pengalaman dan mendapat dukungan emosional dari teman sekelompok, (salah satunya dengan *supportive group therapy*) (Prakoso, 2016). *Supportive group therapy* adalah suatu dukungan sosial dalam penguatan *self efficacy* melalui *supportive group therapy* (Kusumawardani, 2020).

Berdasarkan studi pendahuluan pada April 2025, didapatkan data dari hasil interview singkat penulis dengan kader Posyandu dan bidan desa di Desa Sanggrahan Kel. Jatikuwung Kab. Karanganyar, bahwa ada 60 orang lansia yang aktif mengikuti kegiatan di posyandu lansia Rahayu. Berdasarkan uraian di atas, maka perlu dilakukan pemberian pendidikan kesehatan untuk meningkatkan *self efficacy* pada lansia penderita diabetes mellitus melalui *supportive group therapy*, supaya dapat meningkatkan derajat hidupnya.

METODE

Metode yang digunakan dalam menyelesaikan permasalahan mitra pengabdian kepada masyarakat ini sebagai berikut:

1. Koordinasi dengan pihak kelurahan Jatikuwung, kader posyandu lansia Rahayu, perangkat desa untuk menjelaskan maksud dan tujuan pengabdian kepada masyarakat (Gambar 1).
2. Melakukan wawancara awal untuk mengetahui data demografi dan pengetahuan lansia dengan diabetes mellitus mengenai *self efficacy* dan *supportive group therapy*, dengan menyebarkan kuesioner.
3. Melakukan penyuluhan kesehatan, serta diskusi dengan peserta terkait *self efficacy* dan *supportive group therapy*.
4. Melakukan wawancara kembali setelah pemberian penyuluhan kesehatan, dan diskusi untuk mengetahui perubahan pengetahuan lansia mengenai hipertensi dan hiperglikemia.



Gambar 1. Koordinasi Kegiatan PKM



Gambar 2. Kegiatan Penyuluhan



Gambar 3. Kegiatan Penyuluhan



Gambar 4. Kegiatan Penyuluhan

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan di Posyandu Lansia Rahayu Desa Sanggrahan, Kel. Jatikuwung, Kab. Karanganyar, wilayah kerja Kelurahan Jatikuwung. Program ini dilaksanakan di bulan Juli 2025, tepatnya tanggal 01 Juli 2025, dengan bekerjasama dengan pihak perangkat desa dan kader posyandu, sehingga mendapatkan hasil yang baik.

Tabel 1.

Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden (n = 60)

No	Karakteristik Responden	f	%
1.	Umur		
	60-65 Tahun	32	53.3
	66-75 Tahun	25	41.7
	76-80 Tahun	3	5
2.	Jenis Kelamin		
	Laki-laki	23	38.3
	Perempuan	37	61.7
3.	Pekerjaan		
	Tani	35	58.3
	Pensiunan	7	11.7
	IRT	18	30
4.	Pendidikan		
	Tidak Sekolah	39	65
	SD	8	13.3
	SMP	2	3.3
	SMA	3	5
	S1	8	13.3

Tabel 1 menunjukkan bahwa lansia di Posyandu Lansia Rahayu dibawah naungan wilayah kerja Kelurahan Jatikuwung Kabupaten Karanganyar dengan:

Kategori Umur

Berdasarkan tabel di atas didapatkan hasil bahwa lansia dengan rentang umur 60-65 tahun sebanyak 32 responden (53,3%), 66-75 tahun sebanyak 25 responden (41,7%), dan 76-80 tahun sebanyak 3 responden (5%).

Kategori Jenis Kelamin

Berdasarkan tabel di atas didapatkan hasil bahwa lansia berjenis kelamin perempuan 37 responden (61.7%), dan laki-laki sebanyak 23 responden (38,3%).

Kategori Pekerjaan

Berdasarkan tabel di atas didapatkan hasil bahwa lansia bekerja sebagai petani 35 responden (58.3%), pensiunan 7 responden (11.7%), dan IRT 18 responden (30%).

Kategori Pendidikan

Berdasarkan tabel di atas didapatkan hasil bahwa pendidikan lansia dengan tidak sekolah 39 responden (65%), SD 8 responden (13.3%), SMP 2 responden (3.3%), SMA 3 responden (5%), dan S1 8 responden (13.3%).

Tabel 2.

Distribusi Frekuensi Sebelum Dan Setelah Pemberian Penyuluhan Kesehatan *Self Efficacy* Melalui *Supportive Group Therapy* (n = 60)

Perlakuan	Tingkat Pengetahuan		
	Baik (%)	Cukup (%)	Kurang (%)
Sebelum	20 (33.3)	22 (36.7)	18 (30)
Setelah	57 (95%)	2 (3.3)	1 (1.7)

Tabel 2 menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan sebelum dan setelah pemberian penyuluhan kesehatan *self efficacy* melalui *supportive group therapy* di Desa Sanggrahan Kel. Jatikuwung. Pengetahuan lansia terhadap *self efficacy* melalui *supportive group therapy* sebagian besar kurang 18 (30%) dari 60 responden, setelah diberikan penyuluhan kesehatan sebagian besar masuk ke dalam kategori baik 57 (95%) dari 60 responden. Hasil pelaksanaan pembinaan dan penyuluhan di bulan Juli 2025 yang diikuti oleh 60 orang lansia mendapatkan respon yang baik oleh warga. Warga menjadi lebih mengetahui tentang upaya peningkatan kesehatan lansia melalui penyuluhan diabetes mellitus untuk peningkatan *self efficacy* melalui *supportive group therapy*. Peningkatan pengetahuan melalui hasil evaluasi dan monitoring pada tanggal 01 Juli 2025 dengan melakukan *posttest*. *Pretest* dan *posttest* dilakukan dengan cara menjelaskan isi *instrument* dengan menggunakan bahasa yang dipahami oleh lansia. Maka hasilnya sebagian besar pengetahuan baik setelah dilakukan penyuluhan kesehatan *self efficacy* melalui *supportive group therapy* pada lansia di Desa Sanggrahan Kel. Jatikuwung.

SIMPULAN

Pemberian penyuluhan kesehatan, merupakan salah satu metode efektif untuk meningkatkan pengetahuan lansia tentang pentingnya peningkatan kesehatan lansia melalui penyuluhan diabetes mellitus mengenai *self efficacy* melalui *supportive group therapy*.

DAFTAR PUSTAKA

- Adriani, RB., Mardiyah, S., Wicaksono, D., Vioneery, Deoni. (2022). Pengantar Keperawatan Gerontik. Sukoharjo: Pradina Pustaka.
- Arifin B., Perwitasari DA, Thobari JA, Cao Q, Krabbe PFM, Postma MJ. (2017) *Translation, revision, and validation of the diabetes distress scale for indonesian type 2 diabetic outpatients with various types of complications*. Value In Health Regional. 2017;12:63-73. doi:10.1016/j.vhri.2017. 03.010.
- Baek RN, Tanenbaum ML, Gonzalez JS, 2(014) *Diabetes burden and diabetes distress: the buffering effect of social support*. Ann Behav Med. 2014;48(2):145-55. doi:10.1007/s12160- 013-9585-4.
- Devi, Mila Sari Lestia (2020). Hubungan Persepsi Penyakit Dengan Efikasi Diri Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 Di Poli Penyakit Dalam Rumah Sakit Tingkat III Baladhika Husada Jember. Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Keperawatan, Universitas Jember.

- Erika G. (2016) *Diabetes distress*. *Am Diabetes Assoc*. 2016;7(9):1-4. doi:10.1007/s11892-015-0660).
- Fadhila, R., Abdurrah, T. A.-J. K., & 2020, U. (2020). *Penerapan Telenursing Dalam Pelayanan Kesehatan: Literature Review*. *Jurnal.Univrab.Ac.Id*, 3(2), 77–84.
- Goyal, S., Morita, P., Lewis, G. F., Yu, C., Seto, E., & Cafazzo, J. A. (2016). *The Systematic Design of a Behavioural Mobile Health Application for the Self-Management of Type 2 Diabetes*. *Canadian Journal of Diabetes*, 40(1), 95–104.
- Himmatul Khaira Debbie Dahlia Sri Yona (2016). *Literature Review: Faktor-Faktor Internal dan Eksternal yang Mempengaruhi Manajemen Diri pada Pasien Diabetes Melitus*
- Indaryati S, Pranata. L. (2019). *Peran Edukator Perawat Dalam Pencegahan Komplikasi Diabetes Melitus (DM) di Puskesmas Kota Palembang Tahun 2019*. Prosiding Seminar Nasional & Diseminasi Hasil Penelitian Update Evidence-Based Practice in Cardiovascular Nursing, 14–28.
- International Diabetes Federation (2021). *International Diabetic Federation Diabetic Atlas 10th edition*. IDF
- Kamran. (2020). *Tele Education in Diabetic Patients during Coronavirus Outbreak* 610 <https://www.id-press.eu/mjms/indexScientific> Foundation SPIROSKI, Skopje, Republic of Macedonia Open Access Macedonian Journal of Medical Sciences. 2020 Dec 25; 8(T1):610-612. <https://doi.org/10.3889/oamjms.2020.5587> eISSN: 1857-9655
- Karlsen B, Bru E.(2014) *The relationship between diabetes-related distress and clinical variables and perceived support among adults with type 2 diabetes: a prospective study*. *Int J Nurs Stud*. 2014;51(3):438-47
- Kemenkes RI. (2021). Covid-19. *Media Informasi Terkini Penyakit Infeksi Emerging*. <https://infeksiemerging.kemkes.go.id/dashboard/covid-19>
- Kusumawardani, W., Nursalam, N., & Nihayati, H. E. (2020). *The effect of a combination of group therapy and supportive group therapy on the self-efficacy and deviant behavior of adolescents*. *Jurnal Ners*, 15 (1 Special Issue), 548–552. <https://doi.org/10.20473/JN.V15I1SP.20531>
- Lee, R. G., Chen, K. C., Hsiao, C. C., & Tseng, C. L. (2007). *A mobile care system with alert mechanism*. *IEEE Transactions on Information Technology in Biomedicine*, 11(5), 507.
- McGurnaghan, S. J., Weir, A., Bishop, J., Kennedy, S., Blackburn, L. A. K., McAllister, D. A., Colhoun, H. M. (2021). *Risks of and Risk Factors for Covid-19 Disease in People With Diabetes: A Cohort Study of the Total Population of Scotland*. *Lancet Diabetes Endocrinol*, 9(2), 82–93. [https://doi.org/10.1016/S2213-8587\(20\)30405-8](https://doi.org/10.1016/S2213-8587(20)30405-8).
- Perkeni (2021). *Pedoman-Pengelolaan-dan-Pencegahan* <https://pbperkeni.or.id/wp-content/uploads/2021/11/22-10-21-PB-PERKENI-Jakarta>.

- Putri, Cindy Rahayu. (2020). Pengaruh *Self Help Group* Terhadap *Self Efficacy* Penderita Diabetes Mellitus Tipe 2. Program Studi S1 Ilmu Keperawatan, STIKES Insan Cendekia Medika Jombang.
- Soelistijo S, Novida H, Rudijanto A, Soewondo P, Suastika K, Manaf A, et al. (2015) *Konsesus Pengelolaan dan Pencegahan Diabetes Melitus Tipe 2 di Indonesia 2015* [Internet]: PERKENI . Jakarta
- Vioneery, Deoni., Fitriyani, N., Azali, LMP., Putri, DSR. (2023). Keperawatan Dewasa. Sukoharjo: Pradina Pustaka.
- Wahidin, M., Achadi, A., Besral., Kosen, S., Nadjib, M., Nurwahyuni, A., Ronoatmodjo, S., Rahajeng, E., Pane, M., Kusuma, D. (2024). *Projection On Diabetes Morbidity And Mortality Till 2045 Ini Indonesia Based On Risk Factors And NCD Prevention And Control Programs. PubMed Advances User Guide*. DOI: [10.1038/s41598-024-54563-2](https://doi.org/10.1038/s41598-024-54563-2)
- Yip MP, Mackenzie A, Chan J. J Telemed Telecare. (2002);8(1):48-51. *Patient satisfaction with telediabetes education in Hong Kong*_doi: 10.1258/1357633021937460. PMID: 11809085