



IMPLEMENTASI E- INFORMATION MOTIVATION BEHAVIOR SKILL (IMBS) SEBAGAI UPAYA PENINGKATAN SELF CARE PREDIABETES PADA KOMUNITAS JOGLO

Martini Listrikawati*, Ari Febu Nurlaily, Agik Priyo Nusantoro

Program Studi D3 Keperawatan, Universitas Kusuma Husada Surakarta, Jl. Jaya Wijaya No..11, Kadipiro, Banjarsari,
Kota Surakarta, Jawa Tengah 57136, Indonesia

*martinilistrik@gmail.com

ABSTRAK

Diabetes Mellitus saat ini masih menjadi issue kesehatan penyakit tidak menular yang mematikan. Kondisi awal seseorang sebelum mengalami diabetes mellitus disebut sebagai kondisi Prediabetes. Angka kejadian prediabetes mengalami peningkatan signifikan di seluruh dunia dan para ahli memprediksi bahwa lebih dari 470 juta orang akan mengalami prediabetes pada tahun 2030. Kondisi pesakitan ini akan berdampak pada gangguan baik fisik berupa peningkatan kadar gula darah maupun psikologis berupa kualitas hidup yang lebih rendah, kecemasan dan depresi. Intervensi yang mendukung strategi coping positif adalah langkah penting dalam membantu individu memiliki status fisik dan psikologis yang lebih baik. Salah satu intervensi yang diaplikasikan adalah model Information-Motivation-Behavioral Skills (IMBS) terhadap self care prediabetes. Tujuan pengabdian ini berupa pengaplikasian E-IMBS ini diharapkan dapat menjadi upaya promotif pada komunitas dengan resiko prediabetes. Metode pengabdian berupa Community Based Research dengan tehnik edukasi dan demonstrasi (IMBS) dan screening kadar gula darah mengenai prediabetes. Hasil dari pengabdian ini adalah komunitas joglo yang beresiko prediabetes menunjukkan peningkatan informasi, motivasi, sikap dan skill terhadap self care pencegahan diabetes mellitus.

Kata kunci: diabetes mellitus imbs; prediabet

IMPLEMENTATION E- INFORMATION MOTIVATION BEHAVIOR SKILL (IMBS) EFFORTS TO IMPROVE SELF CARE FOR PREDIABETES

ABSTRACT

Diabetes Mellitus is currently still a health issue, a deadly non-communicable disease. The initial condition of a person before experiencing diabetes mellitus is called prediabetes. The incidence of prediabetes has increased significantly throughout the world and experts predict that more than 470 million people will experience prediabetes by 2030. This condition will result in physical disorders in the form of increased blood sugar levels and psychological disorders in the form of a lower quality of life, anxiety and depression. Interventions that support positive coping strategies are an important step in helping individuals have a better physical and psychological status. One of the interventions applied is the Information-Motivation-Behavioral Skills (IMBS) model for self-care for prediabetes. The aim of this service in the form of the application of E-IMBS is expected to be a promotive effort in communities with a risk of prediabetes. The service method is Community Based Research with education and demonstration techniques IMBS screening blood sugar levels and education about prediabetes. The result of this service is that the joglo community at risk of prediabetes shows increased Information-Motivation-Behavioral Skills (IMBS) regarding self-care to prevent diabetes mellitus.

Keywords: diabetes mellitus; imbs; prediabetes

PENDAHULUAN

Krisis pandemi covid-19 yang terjadi selama 2 tahun terakhir ini menyebabkan penanganan pada kesehatan masyarakat berfokus pada upaya pengendalian penyakit menular covid -19 sedangkan penyakit tidak menular menjadi sedikit terabaikan. Pasien dengan Diabetes Mellitus (DM) menjadi faktor resiko independen prognosis kematian. Diabetes Mellitus saat ini masih menjadi issue kesehatan penyakit tidak menular yang mematikan dengan kasus Indonesia telah memasuki peringkat ke 5 di didunia sebanyak 19,47 juta penderita dengan rasio jumlah penduduk 179,72 juta pravelensi Diabetes mellitus sebesar 10,6 % (Webber, 2021). Kondisi awal seseorang sebelum mengalami diabetes mellitus disebut sebagai kondisi Prediabetes. Menurut (Care & Suppl, 2021) data Canters for Disease Control (2022) diperkirakan sebanyak 96 juta orang dewasa berusia 18 atau lebih memiliki prediabetes pada tahun 2019. Angka kejadian prediabetes mengalami peningkatan signifikan di seluruh dunia dan para ahli memprediksi bahwa lebih dari 470 juta orang akan mengalami prediabetes pada tahun 2030 (Ramadhani & Khotami, 2023). Prediabetes erat kaitannya dengan faktor genetik, obesitas, gaya hidup, penuaan dan stres juga perlu dipertimbangkan sebagai faktor risiko prediabetes (Decroli, 2016).

Berdasarkan hasil penelitian Singh (2012) cit (Alexander Halim Santoso et al., 2023) apabila prediabetes ini tidak segera ditangani dalam jangka waktu 3-5 tahun, maka 25% prediabetes dapat berkembang menjadi Diabetes Melitus Tipe 2, 50% tetap dalam kondisi prediabetes dan 25% kembali pada kondisi glukosa darah normal. Dampak dari prediabetes adalah peningkatan gangguan penyakit kronis diabetes mellitus, kardiovaskuler dan serebrovaskular. Penyakit kronis mengganggu aktivitas hidup sehari-hari dan dapat berpengaruh pada kualitas hidup seseorang (Shofany, 2017). Peningkatan kualitas hidup pada pasien diabetes memerlukan ketrampilan self care untuk mengurangi komplikasi (Salam & Hamim, 2019). Pengelolaan self care pada penderita diabetes mellitus bertujuan untuk menjaga aktivitas insulin dan kadar gula plasma berada dalam kisaran normal, juga meminimalkan kemungkinan terjadinya komplikasi (Pertiwi & Rakhmat, 2021). Self care dapat digunakan sebagai teknik pemecahan masalah dalam kaitannya dengan kemampuan coping dan kondisi tertekan akibat penyakit kronis (Luther et al., 2022).

Pedoman pengendalian Diabetes Mellitus bahwa hal tersebut dapat dikendalikan dengan 5 pilar manajemen diabetes diantaranya suntikan insulin monitoring kadar gula darah, pemberian nutrisi, aktivitas fisik dan edukasi (Soelistijo, 2021). Strategi yang digunakan dalam rangka peningkatan dan perilaku adalah dengan pendekatan model Information Motivation Behavior Skill (IMBS) yang merupakan model pembelajaran dengan memberikan informasi motivasi sehingga dapat melakukan perubahan dalam perilaku atau sikap dan ketrampilan. Model ini sudah terbukti dalam meningkatkan informasi, motivasi dan skill pencegahan dalam perilaku berisiko terhadap penularan HIV AIDS di berbagai Negara (Ndebele et al., 2012). Fisher dan Fisher mendapatkan hasil rancangan perubahan perilaku tingkat individu intervensi menargetkan proses regulasi yang reflektif dengan pemberian Informasi Motivasi Perilaku dan keterampilan (IMBS), hal ini membuat individu mendapatkan informasi yang baik, motivasi tinggi, dan memiliki keterampilan yang diperlukan untuk itu melakukan perubahan perilaku yang diinginkan (Kurtanty et al., 2023). Penelitian (Listrikawati et al., 2024) E Information—Motivation—Behavioral Skills (IMBS) efektif sebagai edukasi pada remaja prediabetik. Model video edukasi dengan model IMBS ini dapat dipergunakan sebagai media pembelajaran mengenai promosi kesehatan pada remaja dengan prediabetes. Model edukasi berupa Information-motivation-behavioral skills (IMBS) merupakan intervensi khusus menggunakan strategi fokus pada informasi, motivasi,

perilaku dan ketrampilan efektif digunakan pada individu dengan penyakit kronis (Chang et al., 2014a). Tujuan pengabdian ini berupa pengaplikasian E-IMBS ini diharapkan dapat menjadi upaya promotif pada komunitas dengan resiko prediabetes

METODE

Metode dalam pengabdian masyarakat ini menggunakan model Comunity Based Research dengan tehnik edukasi dan demonstrasi (IMBS) dan screening kadar gula darah mengenai prediabetes. Jumlah responden yang mengikuti kegiatan ini sejumlah 57 di posyandu Asih 1 kelurahan Joglo. Kegiatan pengabdian ini diawali dengan screening kadar gula darah, pemberian pre-tes self care IMBs kuesioner, edukasi dan demonstrasi IMBS, tahap akhir adalah post-tes self care IMBs kuesioner.



Gambar 2. Screening kadar gula darah



Gambar 3. Kegiatan Pengabdian Masyarakat Edukasi dan demonstrasi Information-motivation-behavioral skills (IMBS)



Gambar 4. Post-tes kuesioner *self care IMBs*

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil pengabdian masyarakat pada komunitas Joglo Posyandu Asih 1 berdasarkan tabel 1. Karakteristik responden berdasarkan usia menunjukkan bahwa proporsi usia responden terbanyak adalah 45-54 th (39 %). Menurut WHO (2023) *cit* (Wulandari et al., 2023) usai 45-54 tahun masuk dalam kategori usia pertengahan merupakan salah satu faktor resiko terjadi penyakit diabetes mellitus. Prediabetes didefinisikan sebagai kondisi dimana kadar glukosa darah lebih tinggi dari kadar normal namun belum cukup untuk masuk dalam kategori diabetes (Utomo et al., 2016). Tanda dan gejala prediabetes dapat terjadi karena adapun faktor resiko prediabetes yaitu: obesitas, umur diatas 45 tahun, pola hidup yang tidak sehat, dan riwayat keluarga DM (Astuti, 2019) (Astuti, 2019). Faktor-faktor yang berhubungan dengan prediabetes diantaranya usia, jenis kelamin, keturunan, hipertensi, indeks massa tubuh dan aktivitas fisik (Purba et al., 2021) seiring bertambahnya umur, dapat menyebabkan gangguan metabolisme glukosa dalam darah sehingga memicu penurunan produksi dan sensitivitas insulin (Mujiono et al., 2023). Karakteristik jenis kelamin sebagian besar 63% responden berjenis kelamin perempuan, hal ini Probabilitas diabetes menurut jenis kelamin dan jenis kelamin muncul dari berbagai faktor biologis dan lingkungan. Secara anatomi, laki-laki dan perempuan memiliki distribusi lemak tubuh dan brown adipose tissue (BAT) yang berbeda (Mukti et al., 2023). Wanita memiliki risiko lebih tinggi mengalami

prediabetes dibanding pria. Wanita berisiko lebih tinggi mengalami prediabetes karena wanita lebih sensitif terhadap efek penekanan peningkatan berat badandibanding pria sehingga risiko overweight dan obesitas lebih tinggi dialami oleh wanita (Liberty, 2016). Berdasarkan keterpaparan informasi tentang diabetes mellitus sebagaian besar sebanyak 54% belum pernah terpapar informasi tentang diabetes mellitus hal ini terkait dengan responden dipengaruhi oleh salah satunya faktor pendidikan responden dimana seseorang dengan tingkat pendidikan yang tinggi memiliki *health literacy* yang baik dan tingkat pendidikan yang rendah memiliki *health literacy* yang kurang (Daud, 2023). Sabil et al. (2019) menyatakan bahwa *health literacy* merupakan salah satu pendorong dalam melakukan *self care* management dengan baik (Sabil et al., 2021)

Tabel 1.

Karakteristik responden berdasarkan usia, jenis kelamin dan keterpaparan informasi DM (n=57)

| Karakteristik | | f | % |
|---------------------------|-----------|----|----|
| Usia | 45-54 th | 22 | 39 |
| | 55-65 th | 20 | 35 |
| | 66-74 th | 15 | 26 |
| Jenis kelamin | Perempuan | 36 | 63 |
| | Laki-laki | 21 | 37 |
| Keterpaparan Informasi DM | Ya | 26 | 46 |
| | Tidak | 31 | 54 |

Tabel 2.

Hasil Distribusi skor *pre-test* dan *post-test self care* IMBS

| Kegiatan | Kategori | f | % |
|------------------------|----------|----|----|
| Pretes Self Care IMBs | Baik | 25 | 44 |
| | Kurang | 32 | 56 |
| Posttes Self Care IMBs | Baik | 37 | 35 |
| | Kurang | 20 | |

Skills based interventions merupakan intervensi yang bertujuan untuk meningkatkan kemampuan beradaptasi individu dan mencegah masalah perilaku dan kesehatan mental. Intervensi ini juga bertujuan meningkatkan kemampuan koping adaptif dan perilaku positif dalam menghadapi tantangan hidup secara efektif. *Skills based interventions* berfokus pada beberapa ketrampilan seperti komunikasi efektif, kesadaran diri, hubungan interpersonal, pengambilan keputusan, pemecahan masalah, berpikir kreatif, berpikir kritis, empati, koping dan mengatasi stres terkait pengalaman penyakit. Model IMB menjelaskan bagaimana membentuk perilaku sehat melalui informasi, motivasi dan perubahan perilaku pada pasien (Dima et al., 2013). Konstruksi dan hubungan model di antara mereka telah didukung dengan baik di seluruh populasi dan perilaku promosi kesehatan dengan mengevaluasi komponen informasi dan motivasi dari model IMB; Informasi (pengetahuan diabetes) dan motivasi (pribadi: sikap fatalistik; dan sosial: dukungan sosial) sehubungan dengan perilaku perawatan diri diabetes melalui serangkaian tes model persamaan struktural.

Fisher cit (Chang et al., 2014b) model IMBS dirancang dalam rangka melakukan perubahan perilaku tingkat individu, hal ini terlihat pada intervensi yang menargetkan proses regulasi reflektif. *Information-Motivation-Behavioral Skills* (IMBS), mengusulkan bahwa perubahan dalam pengoperasian sistem reflektif terjadi ketika seseorang memiliki informasi yang baik, bermotivasi tinggi, dan memiliki keterampilan yang diperlukan untuk melakukan perilaku yang

diinginkan. Tujuan pengabdian ini berupa pengaplikasian E-IMBS ini diharapkan dapat menjadi upaya promotif pada komunitas dengan resiko prediabetes.

SIMPULAN

Kegiatan pengabdian masyarakat di komunitas Joglo Posyandu Asih 1 diikuti sejumlah 57 responden dengan terbanyak usia di kategori usia pertengahan hasil dari skor self care IMBS menunjukkan terdapat peningkatan poin dari perawatan diri yang kurang menjadi kategori baik. Metode Information-motivation-behavioral skills (IMBS) dapat sebagai metode efektif dalam upaya peningkatan self care pada komunitas dengan resiko diabetes.

DAFTAR PUSTAKA

- Alexander Halim Santoso, Ernawati Ernawati, Sukmawati Tansil Tan, Yohanes Firmansyah, Dean Ascha Wijaya, & Fernando Nathaniel. (2023). Community Service Activities - Counseling And Random Blood Sugar Screening (Type 2 Diabetes Mellitus). *Cakrawala: Jurnal Pengabdian Masyarakat Global*, 2(2), 110—118. <https://doi.org/10.30640/cakrawala.v2i2.1011>
- Astuti, A. (2019). Usia, Obesitas dan Aktifitas Fisik Beresiko Terhadap Prediabetes. *Jurnal Endurance*, 4(2), 319. <https://doi.org/10.22216/jen.v4i2.3757>
- Care, D., & Suppl, S. S. (2021). 2. Classification and diagnosis of diabetes: Standards of medical care in diabetes-2021. *Diabetes Care*, 44(January), S15—S33. <https://doi.org/10.2337/dc21-S002>
- Chang, S. J., Choi, S., Kim, S. A., & Song, M. (2014a). Intervention strategies based on information-motivation-behavioral skills model for health behavior change: A systematic review. *Asian Nursing Research*, 8(3), 172—181. <https://doi.org/10.1016/j.anr.2014.08.002>
- Chang, S. J., Choi, S., Kim, S. A., & Song, M. (2014b). Intervention strategies based on information-motivation-behavioral skills model for health behavior change: A systematic review. *Asian Nursing Research*, 8(3), 172—181. <https://doi.org/10.1016/j.anr.2014.08.002>
- Daud, S. (2023). Hubungan Health Literacy Dengan Self Care Management Pada Pasien Diabetes Melitus Di Rumah Sakit Stella Maris Makassar. In Program Studi Sarjana Keperawatan Dan Ners Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Stella Maris Makassar. <http://repository.stikstellamarismks.ac.id/277/2/full.pdf>
- Decroli, E. (2016). PREDIABETES.
- Dima, A. L., Schweitzer, A. M., Amico, K. R., & Wanless, R. S. (2013). The Information-Motivation-Behavioral Skills Model of ART Adherence in Romanian Young Adults. *Journal of HIV/AIDS and Social Services*, 12(3—4), 274—293. <https://doi.org/10.1080/15381501.2012.749819>
- Kurtanty, D., Bachtiar, A., Candi, C., Pramesti, A., & Rahmasari, A. F. (2023). Information-Motivation-Behavioral Skill in Diabetes Self-management Using Structural Equation Modeling Analysis. *Kesmas*, 18(1), 16—23. <https://doi.org/10.21109/kesmas.v18i1.6255>

- Liberty, I. A. (2016). Hubungan Obesitas dengan Kejadian Prediabetes pada Wanita Usia Produktif belum memenuhi kriteria diabetes melitus (DM). Pada keadaan normal , kadar glukosa penelitian tentang hubungan obesitas dengan ditemukan . Jika kondisi prediabetes dengan dengan ra. *Jurnal Kedokteran Dan Kesehatan*, 3(2), 108—113. <https://ejournal.unsri.ac.id/index.php/jkk/article/download/5161/2787>
- Listrikawati, M., Vioneery, D., & Rusmawati, R. (2024). Efektivitas Information Motivation Behavioral Skills Model terhadap Self Care Remaja Beresiko Prediabetes. *PubHealth Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 2(3), 90—96. <https://doi.org/10.56211/pubhealth.v2i3.387>
- Luther, M., Haskas, Y., & Kadrianti, E. (2022). Hubungan Self Care Dengan Quality Of Life PenderitaDiabetes Melitus TIPE II. *Jl. P. Kemerdekaan VIII*, 2(3), 1—7.
- Mujiono, M., Udijono, A., & Kusuma, D. (2023). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Prediabetes. *Media Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 22(5), 314—318. <https://doi.org/10.14710/mkmi.22.5.314-318>
- Mukti, A. W., Sari, D. P., Hardani, P. T., Rahayu, A., Hidayatunnikmah, N., Sastyarina, Y., Handoyo, M. S., & Purbosari, I. (2023). Profil Prediabetes pada Usia Produktif. *Jambura Journal of Health Science and Research*, 5(1), 355—361. <https://ejournal.ung.ac.id/index.php/jjhsr/index>
- Ndebele, M., Kasese-Hara, M., & Greyling, M. (2012). Application of the information, motivation and behavioural skills model for targeting HIV risk behaviour amongst adolescent learners in South Africa. *Sahara J*, 9(SUPPL.1). <https://doi.org/10.1080/17290376.2012.744903>
- Pertiwi, N. A., & Rakhmat, A. (2021). *MAKASSAR*. 1, 13—18.
- Purba, L., Djabumona, M. A., Bangun, M., Sitorus, F., & Silalahi, E. (2021). Faktor Risiko Prediabetes Pada Mahasiswa Keperawatan Di Satu Universitas Swasta Indonesia Barat [Risk Factors of Prediabetes in Nursing Students At a Private University in West Indonesia]. *Nursing Current: Jurnal Keperawatan*, 9(1), 56. <https://doi.org/10.19166/nc.v9i1.3460>
- Ramadhani, & Khotami, R. (2023). Hubungan Tingkat Pendidikan , Pengetahuan , Usia dan Riwayat Keluarga DM dengan Perilaku Pencegahan Diabetes Mellitus Tipe 2 pada Usia Dewasa Muda. *SEHATMAS (Jurnal Ilmiah Kesehatan Masyarakat)*, 2(1), 137—147. <https://doi.org/10.55123/sehatmas.v2i1.1271>
- Sabil, F. A., Rezki Anisa, N., Studi, P. S., & STIKES Nani Hasanuddin Makasaar, K. (2021). Hubungan Health Literacy dengan Self Care Management Di Puskesmas Tamalanrea Kota Makassar. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Pencerah*, 10(2), 200—205.
- Salam, A. Y., & Hamim, N. (2019). Foot Self Efficacy dan Foot Self Care Behaviour pada Lansia dengan Diabetes Melitus. *JI-KES (Jurnal Ilmu Kesehatan)*, 3(1), 12—18. <https://doi.org/10.33006/ji-kes.v3i1.126>
- Shofany, C. (2017). Quality of Life among Chronic Disease Patients. *Nursing & Care Open Access Journal*, 4(2), 385—394. <https://doi.org/10.15406/ncoaj.2017.04.00103>

- Soelistijo, S. (2021). Pedoman Pengelolaan dan Pencegahan Diabetes Melitus Tipe 2 Dewasa di Indonesia 2021. Global Initiative for Asthma, 46. www.ginasthma.org.
- Utomo, D., Khasanah, D. U., & Himawan, F. (2016). Uji Sensitivitas dan Spesifitas Gula Darah Puasa Kapiler Sebagai Prediktor Prediabetes Capillary Fasting Blood Sugar Sensitivity and Specificity Test as A Predictor of Prediabetes. *5*(2), 275—279.
- Webber, S. (2021). International Diabetes Federation, 2021. In *Diabetes Research and Clinical Practice* (Vol. 102, Issue 2). <https://doi.org/10.1016/j.diabres.2013.10.013>
- Wulandari, S. R., Winarsih, W., & Istichomah, I. (2023). Peningkatan Derajat Kesehatan Lansia Melalui Penyuluhan Dan Pemeriksaan Kesehatan Lansia Di Dusun Mrisi Yogyakarta. *Pengabdian Masyarakat Cendekia (PMC)*, *2*(2), 58—61. <https://doi.org/10.55426/pmc.v2i2.258>