

DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR	i
LEMBAR PENGESAHAN PEMBIMBING	iii
LEMBAR PENGESAHAN PENGUJI	iviii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR GAMBAR	ixi
DAFTAR LAMPIRAN	ix
DAFTAR SINGKATAN	xi
RINGKASAN.....	xii
ABSTRAK.....	xvii
BAB 1 PENDAHULUAN	1
1.1. Latar Belakang	1
1.2. Identifikasi Masalah	6
1.3. Tujuan Penelitian.....	6
1.3.1. Tujuan umum	6
1.3.2. Tujuan khusus.....	7
1.4. Manfaat Penelitian.....	7
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA.....	9
2.1. Diabetes Melitus.....	9
2.1.1 Definisi.....	9
2.1.2 Epidemiologi	10
2.1.3 Klasifikasi	11
2.1.4 Manifestasi Klinis.....	13
2.1.5 Patofisiologi	14
2.1.6 Diagnosis.....	18
2.1.8 Penatalaksanaan Non Farmakologis	22
2.2 <i>Healthy Lifestyle Program Through Health Provider And Peer Support (HELPRO-HP)</i>	36
2.2.1 Penerapan Gaya Hidup Sehat	36
2.2.2 <i>Health Provider Support</i>	44
2.2.3 <i>Peer Support</i>	45
2.3 Konsep Perilaku Perawatan diri	47

2.5 Konsep Teori Model Promosi Kesehatan	50
2.6 Keaslian Penelitian	52
BAB 3 KERANGKA KONSEP DAN HIPOTESIS	61
3.1 Kerangka Konsep	61
3.2 Hipotesis Penelitian	62
BAB 4 METODE PENELITIAN	63
4.2 Tahap Pelaksanaan Penelitian	64
4.2.1 Desain Penelitian	64
4.2.2 Populasi	65
4.2.3 Sampel	65
4.2.4 Teknik Sampling	66
4.2.5 Tempat Penelitian	67
4.2.6 Waktu Penelitian	67
4.2.7 Variabel Penelitian	67
4.2.8 Definisi Operasional	69
4.2.9 Alat Pengumpul Data	70
4.2.10 Prosedur Pengumpulan Data	72
4.2.11 Kerangka Operasional	76
4.2.12 Analisis Data	77
4.2.13 Etika Penelitian	77
BAB 5 HASIL DAN ANALISIS PENELITIAN	80
5.1 Gambaran Tempat Penelitian	80
5.2 Penyusunan Modul	80
5.2.1 Studi Literatur	81
5.2.2 Studi Kasus	81
5.2.3 <i>Focus Group Discussion</i> (FGD)	82
5.2.4 Konsultasi Pakar	82
5.3 Data Demografi Responden Penelitian	84
5.3.1 Usia Responden	84
5.3.2 Jenis Kelamin	85
5.3.3 Pendidikan	85
5.3.4 Pekerjaan	86
5.3.5 Riwayat Diabetes Melitus	86
5.4 Hasil Uji Normalitas <i>Kolmogorov Smirnov Test</i>	87
5.5 Analisis Perilaku Perawatan Diri dengan <i>Paired T Test</i>	87

5.5.1 Perilaku Perawatan Diri Kelompok Intervensi	88
5.5.2 Perilaku Perawatan Diri Kelompok Kontrol	88
5.6 Analisis Gula Darah Puasa dengan <i>Paired T Test</i>	88
5.6.1 Gula Darah Puasa Kelompok Intervensi	88
5.6.2 Gula Darah Puasa Kelompok Kontrol	89
BAB 6 PEMBAHASAN	90
6.1 Perilaku Perawatan Diri Responden Kelompok Intervensi	91
6.1.1 Perilaku Perawatan Diri Responden Kelompok Kontrol	95
6.2 Gula Darah Puasa Pada Responden Kelompok Intervensi	97
6.2.1 Gula Darah Puasa Pada Responden Kelompok Kontrol	99
BAB 7 KESIMPULAN DAN SARAN	102
7.1 Kesimpulan	102
7.2 Saran	103
7.2.1 Responden	103
7.2.2 Instusi Tempat Penelitian	103
7.2.3 Penelitian Selanjutnya	103
DAFTAR PUSTAKA	104

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Kriteria Diagnostik Diabetes	19
Tabel 2.2 Kadar glukosa darah sewaktu dan puasa	20
Tabel 2.3 Profil obat antihiperglikemi oral yang tersedia di Indonesia	28
Tabel 2.4 Keaslian Penelitian	52
Tabel 4.1 Desain penelitian pengaruh intervensi (HELPRO-HP)	65
Tabel 4.2 Jadwal penelitian pengaruh intervensi (HELPRO-HP)	67
Tabel 4.3 Definisi Operasional pengaruh intervensi (HELPRO-HP)	69
Tabel 4.4 Blueprint kuesioner	70
Tabel 5.1 Hasil diskusi pakar	84
Tabel 5.2 Karakteristik usia responden	85
Tabel 5.3 Karakteristik jenis kelamin responden	86
Tabel 5.4 Karakteristik pendidikan responden	86
Tabel 5.5 Karakteristik pekerjaan responden	87
Tabel 5.6 Karakteristik riwayat diabetes melitus	87
Tabel 5.7 Hasil uji normalitas	88
Tabel 5.8 Hasil analisis uji T berpasangan pengaruh HELPRO terhadap perilaku perawatan diri	88
Tabel 5.9 Hasil analisis uji T berpasangan pengaruh HELPRO terhadap gula darah puasa	89
Tabel 5.10 Hasil uji homogenitas	90

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Delapan organ yang berperan dalam keadaan hiperglikemia pada DM	15
Gambar 2.2 <i>Theory Health Promotion Model</i> Nola. J Pender	51
Gambar 3.1 Kerangka Konseptual pengaruh intervensi (HELPRO-HP).....	61
Gambar 4.1 Kerangka operasional pengaruh intervensit (HELPRO-HP)	76

DAFTAR LAMPIRAN

LAMPIRAN 1 Lembar <i>Informed Consent</i>	110
LAMPIRAN 2 SOP Pengukuran Gula Darah Puasa	111
LAMPIRAN 3 Kuesioner	114
LAMPIRAN 4 Hasil uji statistik	117
LAMPIRAN 5 Surat Kelayakan Etik	128
LAMPIRAN 6 Surat Ijin Penelitian	129
LAMPIRAN 7 Dokumentasi	130

DAFTAR SINGKATAN

HELPRO-HP	: <i>Healthy Lifestyle Program Through Health provider and Peer Support</i>
IDF	: <i>International Diabetes Federation</i>
ADA	: <i>American Diabetes Association</i>
WHO	: <i>World Health Organization</i>
DSME	: <i>Diabetes Self Management Education</i>
DSMS	: <i>Diabetes Self Management Support</i>
DSMQ	: <i>Diabetes Self Management Questionnaire</i>
DM	: <i>Diabetes Melitus</i>
FFA	: <i>Free Fatty Acid</i>
GLP-1	: <i>Glucagon-like Polypeptide-1</i>
GIP	: <i>Gastric Inhibitory Polypeptide</i>
IMT	: <i>Indeks Massa Tubuh</i>
HGP	: <i>Hepatic Glucose Production</i>
DPP	: <i>Dipeptidyl Peptidase IV</i>
SGLT-2	: <i>Sodium Glucose coTransporter 2</i>
GFR	: <i>Glomerular Filtration Rate</i>
PPAR	: <i>Peroxisome Proliferator Activated Receptor</i>

RINGKASAN

PENGARUH *HEALTHY LIFESTYLE PROGRAM THROUGH HEALTH PROVIDER AND PEER SUPPORT (HELPRO-HP)* TERHADAP PERILAKU PERAWATAN DIRI DAN GULA DARAH PUASA PADA KLIEN DENGAN DIABETES MELITUS

Oleh : Wahyu Sukma Samudera

Diabetes Melitus tipe 2 merupakan salah satu penyakit kronis yang ditandai dengan peningkatan kadar glukosa darah melebihi nilai normal. Penanganan Diabetes Melitus diperlukan untuk mencapai kontrol glikemik yang optimal dan mencegah terjadinya komplikasi. Penanganan Diabetes Melitus dilakukan melalui terapi farmakologi dan non farmakologi. Terapi farmakologi pada Diabetes Melitus berupa pengobatan antihiperglikemik melalui oral dan injeksi (insulin). Terapi non farmakologi yang direkomendasikan meliputi: program latihan fisik, dan diet Diabetes Melitus. Selain itu, pemeriksaan gula darah serta kontrol pelayanan kesehatan perlu dilakukan secara rutin untuk menunjang keberhasilan dari terapi farmakologi dan non farmakologi.

Program penanganan diabetes dapat menggunakan beberapa pendekatan, yaitu: melalui dukungan sebaya atau *peer support* dan dukungan tenaga kesehatan perawat atau *health provider*. Gabungan kedua pendekatan tersebut digunakan untuk meningkatkan keterampilan klien dalam melakukan perawatan diabetes. HELPRO-HP merupakan program penerapan gaya hidup sehat melalui dukungan

tenaga kesehatan perawat dan dukungan sebaya. HELPRO-HP terdiri dari beberapa komponen yaitu: 1) gambaran mengenai penyakit Diabetes Melitus, 2) panduan diet, 3) panduan olah raga atau latihan fisik, 4) praktik olah raga Diabetes Melitus, 5) Pemeriksaan gula darah, 6) pengobatan Diabetes Melitus, 7) Kontrol rutin pelayanan kesehatan, 8) sharing pengalaman dan hambatan dalam penerapan gaya hidup sehat.

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh *healthy lifestyle program through health provider and peer support* (HELPRO-HP) terhadap perilaku perawatan diri dan gula darah puasa pada klien dengan Diabetes Melitus di wilayah kerja Puskesmas Jetis. Penelitian ini dilakukan melalui 2 tahap yaitu: tahap penyusunan modul dan tahap pelaksanaan penelitian. Tahap pelaksanaan penelitian menggunakan rancangan penelitian *quasy experiment pre-post design*. Responden dalam penelitian ini berjumlah 178 yang dibagi menjadi 2 kelompok, yaitu: kelompok intervensi dan kontrol. Kelompok intervensi diberikan intervensi HELPRO-HP selama 8 minggu, sedangkan kelompok kontrol tidak diberikan intervensi HELPRO-HP dan hanya mendapatkan standar perawatan diabetes di Puskesmas Jetis. Data penelitian yang didapatkan kemudian dilakukan analisis data menggunakan uji statistik parametric menggunakan *Paired T Test*.

Hasil penelitian tahap pertama adalah modul *healthy lifestyle program through health provider and peer support* (HELPRO-HP) pada klien dengan Diabetes Melitus. Pada tahap pelaksanaan penelitian, total sebanyak 15 responden (6 kelompok intervensi dan 9 kelompok kontrol) dikeluarkan karena tidak

mengikuti pelaksanaan penelitian sampai tahap akhir. Hal tersebut disebabkan karena adanya keterbatasan waktu yang dimiliki oleh responden, sebagian besar mengatakan tidak dapat mengikuti penelitian sampai tahap akhir dikarenakan responden memiliki kesibukan bekerja. Sebanyak 163 responden (83 kelompok intervensi dan 80 kelompok kontrol) mengikuti *pre* dan *post test*. Berdasarkan hasil dari uji statistik *Paired T Test*, didapatkan peningkatan nilai *mean* perilaku perawatan diri pada kedua kelompok (Intervensi dan kontrol). Namun, peningkatan lebih besar pada kelompok intervensi ($p = 0.000$) jika dibandingkan dengan kelompok kontrol ($p = 0.249$). Sedangkan untuk perbaikan gula darah puasa hanya terjadi pada kelompok intervensi ($p = 0.020$). Berdasarkan hasil penjelasan diatas, menunjukkan bahwa intervensi *healthy lifestyle program through health provider and peer support* (HELPRO-HP) dapat digunakan untuk meningkatkan perilaku perawatan diri dan gula darah puasa pada klien dengan Diabetes Melitus.

SUMMARY

EFFECT OF HEALTHY LIFESTYLE PROGRAM THROUGH HEALTH PROVIDER AND PEER SUPPORT (HELPRO-HP) ON SELF CARE BEHAVIOR AND FASTING BLOOD GLUCOSE IN PEOPLE WITH TYPE 2 DIABETES MELLITUS

By: Wahyu Sukma Samudera

Type 2 Diabetes Mellitus (T2DM) was one of chronic disease which marked of higher blood glucose level than normal blood glucose level. Diabetes treatment is needed to achievement of optimum glycemic control and to prevent complication of diabetes. Diabetes treatment was divided into pharmacological treatment and non pharmacological treatment. Pharmacological treatment in the form oral and injection antihyperglycemic drugs (insulin). Furthermore, non pharmacological treatment was recommended such as: physical training program, and diet of diabetes. Moreover, blood glucose examination and control of health services are needed routinely to support of pharmacological and non pharmacological treatment.

Diabetes management program can use several approaches, such as: through peer support and health provider support especially nurses. Combination of health providers (nurses) and peer support are used to enhance skills in carrying out Diabetes care. HELPRO-HP is healthy lifestyle program through health provider and peer support. HELPRO-HP was divided into several components, such as: 1) description about Diabetes Mellitus disease, 2) Guideline of Diabetes diet. 3) Guide of physical training, 4) Practice of Diabetes physical training, 5) Blood glucose examination, 6) Diabetes treatment, 7) Control of health services routinely, 8) Sharing of experience and barriers of daily healthy lifestyle.

This researches to analyze of effect healthy lifestyle program through health provider and peer support (HELPRO-HP) on self care behavior and fasting blood glucose in people with type 2 Diabetes Mellitus in working area of Jetis primary health service. This researches was conducted through 2 step: 1) drafting of

HELPRO-HP module, 2) implementation of research. Step of research implementation was used quasy experiment pre – post test design. Participant in this study were 178 participants that divided into 2 group (intervention and control group). Group of intervention has given HELPRO-HP for 8 weeks, while control group has not given HELPRO-HP intervention and only get an standart treatment of Diabetes in Jetis primary health service. Research data obtained was then analyze used statistical parametric test with paired t test.

Results of first step research was module of healthy lifestyle program through health provider and peer support in people with type 2 Diabetes Mellitus. At step of research implementation, as much 15 participants (6 group of intervention and 9 group of control) were excluded cause not followed of research implementation until final step. It was due to the limited time the participants have, most of participant did not follow the research until final stage because they were busied working. 163 participants (83 participants in intervention group and 80 participants in control group) were followed pre and post test. Based on result of paired statistical test was obtained show an enhanced of mean value of sefl care behavior in both of group (intervention and control group). However, an enhanced higher in group of intervention ($p = 0.000$) than group of control ($p = 0.249$). While for improving of fasting blood glucose was only occurred in group of intervention ($p = 0.020$). Based on the explanation above was showed that healthy lifestyle program through health provider and peer support (HELPRO-HP) can be used for