



# Perbandingan Diabetes Self Management Education Metode Ceramah Menggunakan Booklet dengan Metode Group Whatsapp terhadap Self Care Behavior Pasien Diabetes Mellitus

## The Comparison of the Comparison of Diabetes Self Management Education using Lecturing Method with Booklet and Whatsapp Group Method against Self Care Behavior of Diabetes Mellitus Patients

Dwi Elka Fitri<sup>1</sup>, Tri Krianto<sup>2</sup>, Siska Mayang Sari<sup>3</sup>

<sup>1</sup> Prodi Magister Ilmu Kesehatan Masyarakat STIKes Hangtuh Pekanbaru

<sup>2</sup> Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Indonesia

<sup>3</sup> Prodi Ilmu Keperawatan STIKes Hangtuh Pekanbaru

### ABSTRACT

*Diabetes mellitus (DM) is a chronic metabolic disease that requires self-management education to prevent acute complications and reduce the risk of long-term complications. DSME can be used as an effective method in improving self-care of patient with diabetes mellitus when discharged from the hospital. In the implementation of education in patients, many methods can be done. The lecturing method is one of the most commonly used methods in health education, one of them is to use a booklet. Another method that can be done is to use the whatsapp application group. The purpose of this study was to find out the differences between DSME method using booklet and social media method against care behavior of diabetes mellitus patients. Type of this study was quantitative using quasy-experiment approach with two groups pre test-post test. Samples in this research were diabetes patient in the outpatient room, the collecting sample was used consecutive sampling with 30 people divided into two groups. This research used the modification of summary self care diabetic activity questionnaire. The analysis used was univariate and bivariate analysis using paired sample t-test and independent sample t-test. The independent t-test result was obtained p value = 0.001 was smaller than alpha value ( $p < 0.05$ ) with different mean, namely -15,33. It can be concluded that diabetes self management education by using social media (whatsapp group) was more effective in improving self care behavior than diabetes self management education by using lecturing method with booklet. The results of this study, it is expected that hospitals can educate DM patients by following the DSME principle with WhatsApp group.*

**Keywords :** diabetes mellitus, DSME, lecturing, Self Care Behavior, social media (WhatsApp group)

### ABSTRAK

Diabetes Mellitus (DM) merupakan penyakit metabolik kronis yang membutuhkan pendidikan pengelolaan mandiri untuk mencegah komplikasi akut dan menurunkan resiko komplikasi jangka panjang. Diabetes Self Management Education (DSME) dapat digunakan sebagai metode yang efektif dalam meningkatkan perawatan mandiri pasien dengan Diabetes Mellitus saat keluar dari RS. Dalam pelaksanaan edukasi pada pasien banyak metode yang bisa dilakukan. Metode ceramah adalah metode yang paling sering digunakan, salah satunya adalah dengan menggunakan booklet. Metode lain yang dapat dilakukan adalah dengan menggunakan aplikasi group WhatsApp. Tujuan dari penelitian ini adalah mengetahui efektifitas DSME metode ceramah menggunakan booklet dengan metode group WhatsApp terhadap self care behavior pasien DM. Jenis penelitian ini adalah kuantitatif dengan pendekatan Quasy eksperimen dengan desain two group pretest-posttest. Sampel dalam penelitian ini adalah pasien DM yang dirawat jalan di RS PMC dengan jumlah 30 orang, menggunakan tehnik consecutive sampling yang dibagi 2 kelompok. Penelitian ini menggunakan questioner summary self care diabetic activity yang telah di modifikasi. Analisa yang digunakan adalah analisa univariat dan bivariat dengan menggunakan uji paired sample t-test dan independent sample t test. Hasil uji t independent didapatkan p value = 0.001 lebih kecil dari nilai alpha ( $p < 0.05$ ) dengan mean difference, yaitu -15,33. Dapat disimpulkan bahwa diabetes self management education dengan metode whatsapp group lebih efektif dalam meningkatkan self care behavior dibandingkan diabetes self management education dengan metode ceramah menggunakan booklet. Dari hasil penelitian ini diharapkan agar RS dapat melakukan edukasi pada pasien DM dengan mengikuti prinsip DSME dengan metode group WhatsApp.

**Kata Kunci :** Ceramah, Diabetes mellitus, DSME, Media sosial (grup WhatsApp), Self Care Behavior

**Correspondence :** Dwi Elka Fitri, Jl. Mutiara Blok P No. 8 Perumahan Sidomulyo Residence  
Email : nersiwiek@gmail.com, 0813 7174 9767

• Received 07 November 2018 • Accepted 14 Januari 2019 • p - ISSN : 2088-7612 • e - ISSN : 2548-8538 •

DOI: <https://doi.org/10.25311/keskom.Vol4.Iss3.294>

Copyright ©2017. This is an open-access article distributed under the terms of the Creative

Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 International License (<http://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/>)

which permits unrestricted non-commercial used, distribution and reproduction in any medium

## PENDAHULUAN

Diabetes mellitus (DM) merupakan penyakit metabolik yang ditandai dengan tingginya kadar glukosa darah di atas normal (hiperglikemia). Penyebab diabetes adalah kerusakan pada sekresi insulin, fungsi insulin, atau keduanya. Kejadian hiperglikemia kronis pada penyakit DM erat kaitannya dengan kejadian komplikasi waktu lama, kerusakan, dan kegagalan beberapa organ penting seperti mata, ginjal, saraf, jantung, dan pembuluh darah (American Diabetes Association, 2013). Kejadian hiperglikemik pada penyakit DM bisa menyebabkan komplikasi dan gangguan fungsi jangka panjang dari beberapa organ tubuh, seperti terjadinya penyakit gagal ginjal kronik, penyakit jantung koroner, hipertensi, gangguan pada penglihatan, dan gangguan pada system syaraf (stroke). Berdasarkan hasil penelitian oleh Risnasari (2014) didapatkan bahwa 56,14% penderita DM tidak patuh terhadap diet dan 57,89% penderita DM mengalami komplikasi. Hal tersebut menunjukkan ada hubungan tingkat kepatuhan diet pasien diabetes melitus dengan munculnya komplikasi.

Komplikasi-komplikasi jangka panjang yang dapat ditimbulkan akibat DM memerlukan perilaku penanganan perawatan diri secara khusus salah satunya adalah self care behavior (Smeltzer, 2010 dalam (Khotimah, 2017). Self care behavior merupakan tingkah laku yang dipelajari untuk mempertahankan dan meningkatkan status kesehatan dan kesejahteraannya. Aktivitas perawatan diri (self care) pada klien DM mengacu pada komponen penatalaksanaan DM meliputi diet, latihan, medikasi, pemantauan glukosa darah mandiri, perawatan kaki dan perilaku merokok (Smeltzer, 2010 dalam Khotimah, 2017).

Diabetes Mellitus merupakan penyakit metabolik kronis yang membutuhkan perawatan medis, pendidikan pengelolaan mandiri untuk mencegah komplikasi akut dan menurunkan resiko komplikasi jangka panjang (ADA, 2010 dalam Rondhianto, 2012). Diabetes Self Management Education (DSME) dapat digunakan sebagai metode yang efektif dalam meningkatkan perawatan mandiri pasien dengan Diabetes Mellitus saat keluar dari rumah sakit (Sutandi, 2012). Diabetes Self Management Education (DSME) adalah proses yang terorganisir untuk memfasilitasi pengetahuan, keterampilan, dan kemampuan yang diperlukan untuk perawatan diri penderita diabetes melitus. DSME adalah elemen penting dari perawatan untuk semua orang dengan diabetes dan diperlukan untuk meningkatkan perawatan pasien (Funnell et al., 2012).

Dalam pelaksanaan edukasi pada pasien banyak metode yang bisa dilakukan. Metode ceramah merupakan salah satu metode yang paling sering digunakan dalam melakukan pendidikan kesehatan, salah satunya adalah dengan menggunakan booklet. Metode lain yang dapat dilakukan adalah dengan menggunakan

aplikasi group WhatsApp. WhatsApp adalah aplikasi populer dengan jumlah pengguna tertinggi di dunia. Promosi dan program pendidikan kesehatan melalui pengiriman pesan di WhatsApp secara efektif dapat meningkatkan pengetahuan dan kepuasan belajar tentang diabetes mellitus tipe 2 (Ekadinata & Widyandana, 2017). Tujuan dari penelitian ini adalah untuk membandingkan pengaruh DSME metode ceramah menggunakan booklet dengan metode media sosial (grup whatsapp) terhadap self care behavior pasien diabetes mellitus di RS PMC Pekanbaru.

## METODE

Penelitian dilakukan pada bulan Juli - Agustus 2018. Jenis penelitian ini adalah kuantitatif dengan menggunakan desain quasi eksperiment dengan pendekatan two group pre-post test design yaitu pengukuran dilakukan sebelum dan sesudah dengan 2 kelompok intervensi. Sampel dalam penelitian ini adalah pasien DM yang dirawat jalan di RS PMC dengan jumlah 30 orang, menggunakan teknik consecutive sampling yang dibagi 2 kelompok test yaitu kelompok 1 diberikan intervensi DSME dengan metode ceramah menggunakan booklet dan kelompok 2 diberikan intervensi DSME dengan metode media sosial (grup WhatsApp). Sebelum dilakukan penelitian, penelitian ini telah lulus uji etik dari komite etik STIKes Hangtuah dengan nomor SK 061/KEPK/STIKes-HTP/VIII/2018. Selanjutnya, pengumpulan data primer dilakukan dengan cara menggunakan kuesioner. Pengumpulan data sekunder dengan melihat data rekam medis pasien di RS PMC. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah modifikasi kuesioner Summarry Diabetes Self Care Activity (SDSCA) oleh Toobert (2000) dan Kusniawati (2011) yang akan mengukur tingkat self care pasien diabetes melitus.

Penelitian dilakukan dengan memberikan DSME selama 4 sesi, yaitu pada sesi 1 peneliti menjelaskan materi pengetahuan dasar tentang diabetes mellitus, sesi 2 peneliti menjelaskan tentang perawatan diabetes mellitus, sesi 3 peneliti menjelaskan tentang bagaimana pengobatan dan monitoring penyakit diabetes mellitus dan sesi 4 peneliti menjelaskan tentang psikologi pada penderita diabetes mellitus. Penelitian dilakukan selama 4 hari, dimana setiap sesi dijarakkan 1 hari. Pengambilan nilai self care behavior (post test) dilakukan 7 hari setelah pemberian DSME sesi ke-4 selesai diukur menggunakan kuesioner SDSCA. Selanjutnya analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis univariat dan bivariat dengan menggunakan uji paired sample t-test dan independent sample t-test.

## HASIL

Berdasarkan hasil analisis univariat didapatkan bahwa sebagian besar responden kelompok metode ceramah dan

media sosial berusia di antara 46-65 tahun (lansia) yaitu sebanyak 8 orang (53,3%) untuk kelompok ceramah dan 12 orang (80%) untuk kelompok media sosial. Untuk jenis kelamin, pada kelompok metode ceramah sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan dengan jumlah 10 orang responden (66,7%), sedangkan untuk kelompok metode media sosial sebagian besar responden berjenis kelamin laki-laki dengan jumlah 8 orang (53,3%). Berdasarkan tingkat pendidikan didapatkan pada kelompok metode ceramah dan kelompok metode media sosial responden terbanyak memiliki pendidikan SMA, yaitu sebanyak 7 orang (46,7%) pada kelompok metode ceramah dan 6 orang (40%) pada kelompok media sosial.

**Tabel 1**  
**Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden**  
**berdasarkan umur, jenis kelamin dan pendidikan**  
**pada Kelompok Metode Ceramah dan Metode Medsos (n=30)**

Karakteristik	Kelompok	Kategori	Frekuensi	Persen (%)
Usia	Ceramah	35-45	3	20,0
		46-65	8	53,3
		>65	4	26,7
Media Sosial	Media Sosial	35-45	3	20,0
		46-65	12	80,0
		>65	0	0
Jenis Kelamin	Ceramah	Laki-laki	5	33,3
		Perempuan	10	66,7
	Media Sosial	Laki-laki	8	53,3
		Perempuan	7	46,7
Pendidikan	Ceramah	Perguruan Tinggi	3	20,0
		SMA	7	46,7
		SD-SMP	5	33,3
	Media Sosial	Perguruan Tinggi	5	33,3
		SMA	6	40,0
		SD-SMP	4	26,7

Berdasarkan tabel 2, didapatkan bahwa nilai rerata komponen self care behaviour pada kelompok metode ceramah menggunakan booklet yang paling menonjol perubahannya adalah monitoring glukosa yaitu dari 27,13 menjadi 45,33 dan perawatan kaki yaitu dari 36,47 menjadi 50,40. Sedangkan pada kelompok metode media sosial (grup WhatsApp) nilai rerata komponen self care behaviour yang mengalami perubahan yang menonjol adalah latihan fisik yaitu dari 24,40 menjadi 75,13, kepatuhan minum obat yaitu dari 31,80 menjadi 70,33, dan perawatan kaki yaitu dari 23,93 menjadi 60,80.

**Tabel 2**  
**Distribusi Subjek menurut komponen Self Care Behavior**  
**Pengelolaan Sebelum dan Sesudah Intervensi DSME**

Kelompok	Kegiatan	Komponen Self Care Behavior	Mean	SD
Ceramah	Pre Test	Kepatuhan Diet	50,73	16,184
		Latihan fisik	31,47	18,677
		Monitoring glukosa	27,13	15,693
		Kepatuhan minum obat	66,13	36,510
		Perawatan kaki	36,47	26,238
Medsos	Pre Test	Kepatuhan Diet	49,93	11,949
		Latihan fisik	24,40	11,281
		Monitoring glukosa	23,37	13,818
		Kepatuhan minum obat	31,80	20,703
		Perawatan kaki	23,93	10,361
Ceramah	Post Test	Kepatuhan Diet	58,27	12,544
		Latihan fisik	46,67	21,209
		Monitoring glukosa	45,33	21,609
		Kepatuhan minum obat	74,87	28,585
		Perawatan kaki	50,40	20,039
Medsos	Post Test	Kepatuhan Diet	81,27	9,075
		Latihan fisik	75,13	12,811
		Monitoring glukosa	53,27	15,397
		Kepatuhan minum obat	70,33	17,487
		Perawatan kaki	60,80	7,646
		Kebiasaan merokok	66,67	48,795

Berdasarkan Tabel 3 dapat dilihat mean nilai self care behavior pada kelompok metode ceramah menggunakan booklet sebelum diberikan DSME adalah 41,47 sedangkan mean nilai self care behavior pada kelompok metode media sosial (whatsApp group) sebelum diberikan DSME adalah 32,00. Sedangkan untuk nilai self care behavior pada kelompok metode ceramah menggunakan booklet setelah diberikan DSME adalah 52,80 sedangkan mean nilai self care behavior pada kelompok metode media sosial (whatsApp group) setelah diberikan DSME adalah 66,33.

**Tabel 3**  
**Mean nilai self care behavior pada**  
**kelompok metode ceramah dan**  
**kelompok metode media sosial sebelum**  
**dan setelah diberikan DSME.**

Variabel	Jumlah	Mean
<i>self care behavior</i> sebelum DSME		
- Kelompok Ceramah Dg Booklet	15	41,47
- Kelompok Medsos (whatsApp group)	15	32,00
<i>self care behavior</i> setelah DSME		
- Kelompok Ceramah Dg Booklet	15	52,80
- Kelompok Medsos (whatsApp group)	15	66,33

Berdasarkan uji statistik t dependent pada tabel 4 didapatkan mean nilai self care behavior pada kelompok metode ceramah menggunakan booklet sebelum diberikan DSME adalah 41,47 dengan standar deviasi 14,48 Mean nilai self care behavior pada kelompok metode ceramah menggunakan booklet setelah diberikan DSME adalah 62,20 dengan standar deviasi 11,80. Hasil

uji t dependent diperoleh p value = 0.000 lebih kecil dari pada nilai alpha ( $p < 0,05$ ) menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan antara mean nilai self care behavior pada kelompok metode ceramah menggunakan booklet sebelum dan setelah diberikan DSME.

Sedangkan untuk metode media sosial (grup whatsapp) didapatkan mean nilai self care behavior pada kelompok metode media sosial (whatsapp group) sebelum diberikan DSME adalah 32,00 dengan standar deviasi 4,84. Mean nilai self care behavior pada kelompok metode media sosial (whatsapp group) setelah diberikan DSME adalah 66,33 dengan standar deviasi 5,83. Hasil uji t dependent dengan p value = 0.000 lebih kecil daripada nilai alpha ( $p < 0,05$ ) menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan antara mean nilai self care behavior pada kelompok metode media sosial (whatsapp group) sebelum dan setelah diberikan DSME.

**Tabel 4**  
**Pengaruh DSME terhadap self care behavior pada kelompok metode ceramah menggunakan booklet dan kelompok media sosial (group WhatsApp)**

Variabel	Pre-test		Post-test		P value
	Mean	SD	Mean	SD	
Nilai self care behavior ceramah	41,47	14,48	52,80	11,80	0,000
Nilai self care behavior Medsos	32,00	4,84	66,33	5,83	0,000

Dalam proses penelitian ini, kelompok metode ceramah dengan menggunakan booklet dan kelompok media sosial (whatsapp group) sama-sama diberi perlakuan DSME. Penelitian ini dilaksanakan selama 8 hari dimana 2 hari sebelumnya dilakukan pre-test untuk melihat self care behavior pada kelompok metode ceramah dengan menggunakan booklet dan kelompok media sosial (whatsapp group).

Dari Tabel 5 didapatkan bahwa mean persentase peningkatan nilai self care behavior setelah diberikan DSME pada kelompok dengan metode media sosial lebih tinggi daripada kelompok dengan metode ceramah menggunakan booklet yaitu 27% untuk kelompok ceramah dan 52% untuk kelompok media sosial. Berdasarkan grafik 1.1, responden 1-15 itu adalah kelompok metode ceramah dengan booklet dan responden 16 – 30 itu adalah kelompok metode media sosial. Dari grafik 1.1 dapat dilihat juga, dimana perubahan nilai self care behavior yang dialami kelompok metode media sosial lebih tinggi dibandingkan dengan kelompok metode ceramah menggunakan booklet.

**Tabel 5**  
**Perubahan nilai self care behavior metode ceramah menggunakan booklet dan metode media sosial (whatsapp group) setelah diberikan DSME**

Variabel	Ceramah			Medsos		
	Min	Max	Mean	Min	Max	Mean
Nilai self care behavior	10%	68%	27%	38%	60%	52%

Berdasarkan uji statistik t independent pada tabel 6 didapatkan Mean nilai self care behavior pada kelompok metode ceramah menggunakan booklet setelah diberikan DSME adalah 52,70 dengan standar deviasi 11,80. Mean nilai self care behavior pada kelompok metode media sosial (whatsapp group) setelah diberikan DSME adalah 66,33 dengan standar deviasi 5,82.

Hasil uji t independent didapatkan p value = 0.001 lebih kecil dari nilai alpha ( $p < 0.05$ ), dengan hasil ini berarti hipotesis diterima. Hal ini menunjukkan bahwa adanya perbedaan yang signifikan nilai self care behavior pada kelompok metode ceramah menggunakan booklet dan dengan metode media sosial (whatsapp group), dimana mean nilai self care behavior pada kelompok metode ceramah menggunakan booklet lebih rendah daripada mean nilai self care behavior pada kelompok metode media sosial (whatsapp group) setelah diberikan DSME terlihat dari besarnya perbedaan mean kedua kelompok ditunjukkan pada kolom mean difference, yaitu -15,33. Dikarenakan nilai mean difference bernilai negatif, maka berarti kelompok pertama memiliki mean lebih rendah dari pada kelompok kedua yaitu kelompok metode media sosial (grup whatsapp). Dapat disimpulkan bahwa diabetes self management education dengan metode media sosial (whatsapp group) lebih berpengaruh dalam meningkatkan self care behavior dibandingkan diabetes self management education dengan metode ceramah menggunakan booklet.

**Tabel 6**  
**Perbandingan nilai self care behavior metode ceramah menggunakan booklet dan metode media sosial (whatsapp group) setelah diberikan DSME**

Variabel	Ceramah		Medsos		P value	Mean difference
	Mean	SD	Mean	SD		
Nilai self care behavior	52,80	11,80	66,33	5,82	0,001	-15,33

## PEMBAHASAN

Dari hasil analisis data dapat disimpulkan DSME dengan metode media sosial (whatsapp group) lebih berpengaruh terhadap nilai self care behavior pasien diabetes mellitus. Hal ini membuktikan bahwa pemilihan media yang berbeda akan menghasilkan perubahan yang berbeda. Hal ini disebabkan edukasi yang dikirim melalui aplikasi whatsapp lebih menarik karena lebih berwarna, disertai fitur-fitur emosi dan gambar. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Hayat (2017) yang menyatakan bahwa pendidikan kesehatan metode media sosial lebih efektif daripada pendidikan kesehatan metode tatap muka menggunakan poster.

Pemilihan metode yang tepat dalam pelaksanaan pendidikan kesehatan sangatlah penting untuk ditinjau dari siapa yang menerima, kesediaan waktu, ketersediaan dana, dan tenaga

promosi kesehatannya. Kegiatan promosi kesehatan di Rumah Sakit seharusnya dilakukan secara kontinyu dan tepat sasaran. Mengingat bahwa banyak dari penyakit yang salah satu penatalaksanaannya melalui pemberian pendidikan kesehatan kepada pasien. DSME merupakan alternatif yang baik dalam menunjang peningkatan kemampuan diri pasien DM, namun kegiatan ini tidak dapat dilangsungkan hanya dalam satu kali pemberian pendidikan kesehatan, karena mengingat tujuan dari DSME ini adalah tercapainya perubahan perilaku pasien DM menjadi lebih baik.

Banyak penelitian yang telah dilakukan tentang pengaruh DSME terhadap perubahan pengetahuan, sikap, maupun perilaku dari pasien DM. Namun belum ada ditemukan penelitian DSME dengan metode yang berbeda selain metode ceramah. Metode ceramah merupakan metode yang paling banyak dilakukan dalam pelaksanaan pendidikan kesehatan. Kelebihan dari metode ini adalah dimana educator dapat bertatap muka langsung dengan pesertanya. Namun, metode ini biasanya pada kelompok kecil maupun kelompok yang cukup besar, sehingga terkadang peserta tidak bisa total fokus pada pemberi materi dan materi yang diberikan tidak dapat dikaji ulang oleh peserta.

Untuk mengatasi hal tersebut, maka peneliti menggabungkan metode ceramah menggunakan booklet. Booklet adalah salah satu media cetak yang dapat digunakan untuk membantu kemudahan peserta dalam memahami materi. Materi promosi kesehatan yang banyak, seperti DSME ini, dapat disajikan dengan menarik melalui booklet, sehingga menarik minat peserta untuk membacanya. Booklet ini juga dapat dibawa pulang oleh peserta, sehingga dapat dibaca kembali sewaktu-waktu ia butuh. Dari hasil pelaksanaan penelitian yang dilakukan oleh peneliti, pelaksanaan pendidikan kesehatan metode ceramah menggunakan booklet ini masih memiliki kekurangan, yaitu peserta harus dikumpulkan pada satu waktu dan beberapa kali pertemuan. Metode tersebut mungkin efektif jika dilakukan pada kelompok yang memang sudah terkumpul secara otomatis, contohnya siswa di sekolah. Namun, bagi pasien di RS tidak banyak pasien di RS terutama di ruang rawat jalan mau mengikuti kegiatan promosi kesehatan jika bukan pada waktu ia berkunjung ke RS.

Dunia kesehatan harus mulai mengikuti perubahan zaman, dimana pemberian pendidikan kesehatan pada pasien bukan hanya dilakukan dengan metode ceramah, namun bisa juga dilakukan dengan metode media sosial. Hal ini sangat menguntungkan bagi tenaga kesehatan, dapat menghemat waktu dan biaya yang dikeluarkan oleh tenaga kesehatan. Selain itu, dengan menggunakan media sosial, dapat menjangkau lebih banyak pasien, dan informasi disebarkan lebih luas tanpa harus memerlukan banyak tenaga kesehatan yang dilibatkan.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Asnidar (2017) yang menunjukkan bahwa dengan menggunakan

media sosial dalam menyampaikan informasi terkait dengan pola aktivitas fisik yang benar berpengaruh terhadap peningkatan aktivitas fisik seseorang. Keuntungan pembelajaran berbasis teknologi informasi dalam pendidikan kesehatan meliputi penanggulangan batasan jarak dan waktu, lebih ekonomis dan merupakan metode instruksional yang baru. Penelitian tentang program berbasis teknologi informasi dihasilkan peningkatan kebebasan dan pembelajaran aktif serta lebih efisien dalam penyampaian materi pendidikan kesehatan.

Pendidikan kesehatan yang baik terlihat dari kegiatan itu berlangsung, bagaimana minat peserta mengikuti kegiatannya, dan bagaimana interaksi yang terjadi antara pemateri dan peserta terjadi. Jika hal-hal tersebut bagus, maka kemungkinan besar hasil dari kegiatan pendidikan kesehatan itu bagus. Pendidikan kesehatan dengan metode ceramah menggunakan booklet dalam proses komunikasinya terjadi secara langsung dimana pemateri bertatap muka langsung dengan peserta, namun interaksi yang terjadi hanya 1 kali pada saat kegiatan berlangsung. Disinilah salah satu kelebihan pendidikan kesehatan dengan metode media sosial (grup WhatsApp), dalam proses komunikasinya kemungkinan tertunda karena tidak semua peserta membuka pesan dalam waktu yang sama, namun setelah pesan dibaca, peserta dapat bertanya sepuasnya dengan pemateri, tanpa ada hambatan jarak dan waktu.

Dari hasil penelitian terhadap perubahan setiap komponen pada self care behavior didapatkan bahwa dengan pemberian DSME mempengaruhi setiap komponen self care behaviour pasien diabetes melitus. Hal ini dikarenakan pemberian DSME dilakukan secara bertahap, yaitu 4 sesi sehingga memungkinkan adanya interaksi yang aktif diantara pemateri dengan responden. Hal ini berarti bahwa masyarakat bukan hanya penerima yang pasif tapi juga ikut aktif berpartisipasi di dalam diskusi tentang informasi yang diterimanya. Cara ini memakan waktu yang lebih lama, akan tetapi pengetahuan kesehatan sebagai dasar perilaku akan lebih mendalam sehingga perilaku mereka juga akan lebih baik (Heryana, 2016)

Jika pasien sudah memahami dengan baik materi yang telah disampaikan terutama DSME pada pasien diabetes mellitus, maka pasien diabetes mellitus akan lebih meningkat motivasinya untuk merubah perilakunya menjadi lebih sehat, dimana ia mau menjalankan bagaimana perawatan mandiri yang tepat untuk dirinya agar terhindar dari komplikasi-komplikasi dari penyakit diabetes mellitus.

## KESIMPULAN

Dari hasil penelitian ini didapatkan bahwa diabetes self management education dengan metode media sosial (whatsApp group) lebih berpengaruh dalam meningkatkan self care behavior pasien diabetes mellitus dibandingkan dengan diabetes

self management education dengan metode ceramah menggunakan booklet.

### Konflik Kepentingan

Tidak terdapat konflik kepentingan dalam penelitian ini.

### Ucapan Terima Kasih

Pada kesempatan ini peneliti mengucapkan terimakasih kepada semua pihak yang telah membantu sehingga tesis ini dapat diselesaikan tepat pada waktunya. Untuk itu perkenankan peneliti menyampaikan rasa hormat dan ucapan terimakasih kepada: Ketua STIKes Hang Tuah Pekanbaru, Ketua Program Studi Magister IKM STIKes Hang Tuah Pekanbaru, Seluruh staf dosen dan tata usaha Program Studi Magister Ilmu Kesehatan Masyarakat STIKes Hangtuah Pekanbaru yang telah membantu peneliti dalam menyelesaikan penelitian ini, kemudian kepada manajemen RS PMC Pekanbaru, yang telah mengizinkan peneliti untuk melaksanakan penelitian. Selanjutnya peneliti mengucapkan terima kasih kepada responden penelitian, pasien diabetes mellitus yang di rawat jalan di RS PMC, yang telah bersedia meluangkan waktunya untuk melaksanakan penelitian ini, serta kepada suami, anak, orang tua, kakak dan adik, serta teman-teman yang telah memberikan support dalam menyelesaikan penelitian ini.

### DAFTAR PUSTAKA

- Asnidar. (2017). Pendidikan Kesehatan Berbasis Media Sosial Untuk Mengubah Pengetahuan, Gaya hidup dan Indeks Massa Tubuh Remaja Obesitas di Bulukumba. universitas hasanuddin makassar.
- Ekadinata, N., & Widyandana, D. (2017). Promosi kesehatan menggunakan gambar dan teks dalam aplikasi WhatsApp pada kader posbindu. *Berita Kedokteran Masyarakat*, 33(11), 1123–1130. Retrieved from <https://media.neliti.com/media/publications/197231-ID-none.pdf>
- Funnell, M. M., Brown, T. L., Childs, B. P., Haas, L. B., Hoseney, G. M., Jensen, B., ... Weiss, M. A. (2012). National standards for diabetes self-management education. *Diabetes Care*, 35 (SUPPL. 1). <https://doi.org/10.2337/dc12-s101>
- Hayat, A. kamariah. (2017). Perbedaan efektivitas pendidikan kesehatan tatap mukadengan mediasosial terhadap peningkatan pengetahuan keluarga skizofrenia. makassar.
- Heryana, A. (2016). Perubahan perilaku sehat dan teori perubahan perilaku sehat. Retrieved from <https://www.scribd.com/document/352447828/Ad-e-Heryana-PERILAKU-SEHAT1-pdf>
- Khotimah. (2017). Pengaruh self care behavior penderita diabetes mellitus. *Jurnal EDUNursing*, 1(1), 37–46.
- Kusniawati. (2011). Self Care Diabetes Pada Klien Diabetes Melitus Tipe 2 Di Rumah Sakit Umum Tangerang. Lontar UI. UNIVERSITAS INDONESIA.
- Risnasari, N. (2014). Hubungan tingkat kepatuhan diet pasien diabetes mellitus dengan munculnya komplikasi di puskesmas pesantren iikota kediri. *Efektor*, 01(25), 15–19.
- Rondhianto. (2012). Pengaruh diabetes self management education dalam discharge planning terhadap self care behavior pasien diabetes melitus tipe 2. *Jurnal Keperawatan Soedirman*, 7(3), 133–141. <https://doi.org/10.20884/1.jks.2012.7.3.400>
- Sutandi, A. (2012). Self-Management Education (DSME) Sebagai Metode Alternatif Dalam Perawatan Mandiri Pasien Diabetes. *Jurnal Widya*, 29, 47–52.