

## PENGARUH EDUKASI DENGAN METODE WHATSAPP TERHADAP PENGETAHUAN LANSIA DI PUSKESMAS KUTE PANANG ACEH TENGAH

Flora Sijabat<sup>1)</sup>, Rinco Siregar<sup>2)</sup>, Antonij Sitanggang<sup>3)</sup>, Yusita Ningsih<sup>4)</sup>  
<sup>1,3)</sup>Fakultas Pendidikan Vokasi, <sup>2,4)</sup>Fakultas Farmasi dan Ilmu Kesehatan  
Universitas Sari Mutiara Indonesia

---

### ABSTRAK

Pendidikan kesehatan merupakan pemberian edukasi kepada masyarakat agar dapat terjadi perubahan perilaku dalam pengelolaan diet mulai dari jadwal makan, jenis makanan, jumlah makanan untuk Diabetes Mellitus Tipe 2. Pengetahuan lansia tentang pengelolaan diet DM tipe 2 diantaranya jumlah makanan yang harus di konsumsi, jenis makanan, dan jadwal makanan. Whatsapp merupakan salah satu metode edukasi yang dapat diberikan kepada masyarakat dalam peningkatan pengetahuan dan sikap tentang pengelolaan diet mulai dari jadwal makan, jenis makanan, jumlah makanan penderita Diabetes Mellitus Tipe 2. Kurangnya pengetahuan, merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi seseorang tidak patuh terhadap diet diabetes mellitus. Tujuan penelitian untuk mengetahui pengaruh edukasi dengan metode whatsapp terhadap pengetahuan lansia. Jenis penelitian yaitu *Pre experimental* dengan *pretest-posttestonly one design*. Populasi dalam penelitian adalah lansia yang mengalami diabetes mellitus tipe 2. Pengambilan sampel menggunakan teknik *purposiv sampling* dan menggunakan rumus tabel *Cohen's d*, *One Sample* design berjumlah 22 orang. Hasil penelitian bahwa pengetahuan sebelum intervensi adalah 11.95 dan pengetahuan sesudah treatment sebesar 18.18. Uji statistik yang digunakan adalah *Uji Wilcoxon* dengan  $\alpha = 0.05$  dan CI = 95 %, menunjukkan bahwa ada perbedaan nilai sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan. Dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh pendidikan kesehatan menggunakan metode *whatsapp* terhadap pengetahuan tentang pengelolaan diet DM tipe 2 pada lansia di Puskesmas Kute Panang Aceh Tengah. dengan  $p = 0.000.$ , Disarankan kepada manajemen Puskesmas agar memberikan pendidikan kesehatan tentang pengelolaan diet diabetes mellitus tipe 2 pada penderita diabetes melitus tipe 2 menggunakan metode *whatsapp*.

**Kata Kunci** : Edukasi Kesehatan, *Whatsapp* , Lansia, diet, Diabetes mellitus tipe 2

### ABSTRACT

*Health education is an education to the public so that there can be behavioral changes in diet management starting from eating schedules, types of food, amount of food for Type 2 Diabetes Mellitus. Elderly knowledge about managing the DM type 2 diet including the amount of food that must be consumed, the type of food, and food schedule. Whatsapp methodes as health educational that can be given to the public in increasing knowledge and attitudes about diet management starting from the eating schedule, type of food, the amount of food for people with DM type 2. Lack of knowledge is one of the factors that influence a person not to comply with the DM diet. The purpose of the study was to determine the effect of education with the whatsapp method on the knowledge of elderly in Public health Centre Kute Panang central of Aceh District. The type of research was Pre experimental with pretest-post test only one design. The population in the study was elderly who had DM type II. The sampling technique was using purposive sampling and using table formula of Cohen's d, One Sample design so that it was 22 people. The study found the value of previous average knowledge was 11.95 and the average value of knowledge after study was 18.18. The study uses the Wilcoxon Test with  $\alpha = 0.05$  and CI = 95%, showing that there were difference grades before and after health education. It can be concluded that there was an influence of health education using Whatsapp methods on knowledge about the management of type 2 diabetes mellitus diet of the elderly with  $p = 0.000$ . The study conclude that health education with*

*whatsapp method is very effective for respondent who suffer from DM type II. It was recommended to the management of public health center to provide health education about the management of type 2 diabetes mellitus diet to the people with type 2 diabetes mellitus by whatsapp.*

**Keywords : Health Education, Whatsapp , elderly, diet, Diabetes mellitus tipe 2**

Alamat korespondensi: Universitas Sari Mutiara Indonesia  
Email: florasijabat316@gmail.com

## PENDAHULUAN

Diabetes telah menjadi penyakit yang dapat kita temukan dimana-mana, angka kejadiannya terus melonjak tajam, dan menjadi masalah Kesehatan pada semua negara didunia (Kerner and Brückel, 2014). Menurut *International Diabetes Federation (IDF, 2019)* jumlah kasus Diabetes Mellitus (DM) sebanyak 382 kasus pada tahun 2013 dan akan mengalami peningkatan pada menjadi 55% (592 kasus) pada tahun 2035. Berdasarkan data IDF (2015) Tingginya kasus DM di Indonesia menduduki peringkat ke 6 secara global, dimana kasusnya sebanyak 200 juta jiwa 10,3% yang artinya 3-5 juta jiwa penduduk Indonesia menderita DM.

Faktor- factor yang menyebabkan terjadinya penyakit DM antara lain yaitu pola makan yang tidak teratur, jenis makanan yang di konsumsi, dan kurangnya olahraga. Keberhasilan dalam Kontrol glikemik penderita diabetes mellitus sangat dipengaruhi oleh kepatuhan klien tentang anjuran diet diabetes mellitus, meliputi jenis, jumlah dan waktu yang tepat (Tarwoto, 2012). Sebaliknya, factor rendahnya pemahaman, penerapan yang tidak baik terhadap penyakit DM menjadi salah satu faktor yang meyebabkan seseorang tidak patuh terhadap diet DM (Mohan, dkk, 2017).

Menurut Citra (2014) bahwa untuk meningkatkan pengetahuan dapat dilakukan melalui berbagai metode diantaranya memberikan penyuluhan, dan pendampingan kepada penderita DM sehingga diharapkan sikap dan perilaku penerapan diet diabetes mellitus dapat diterapkan dengan benar. Beberapa penelitian terdahulu telah melakukan penelitian dengan berbagai metode diantaranya penyuluhan dengan ceramah secara langsung dan menggunakan media leaflet. Sementara pada penelitian ini, peneliti menggunakan metode media teknologi elektronik (whatsapp) untuk lebih memudahkan memperoleh informasi Kesehatan dan sesuai anjuran pemerintah dalam melakukan *social distancing* dimasa pandemik ini.

Berdasarkan data dari Puskesmas Kute Panang Kabupaten Aceh Tengah, jumlah pasien lasia yang mengalami Diabetes Mellitus Tipe 2 berjumlah 150 orang. Pada *survey* awal Peneliti mendapatkan informasi pengetahuan lansia tentang diet diabetes sebanyak 7 orang lansia, 4 orang lansia diantaranya mengatakan bahwa belum mengerti mengenai pengelolaan diet dan apa saja yang tidak bisa di komsumsi. Berdasarkan fenomena diatas, peneliti melakukan penelitian tentang “Pengaruh Pendidikan Kesehatan Dengan Menggunakan Metode *WhatsApp* Terhadap Pengetahuan Tentang Pengelolaan Diet Diabetes Mellitus Tipe 2 Pada Lansia Di Puskesmas Kute Panang Kabupaten Aceh Tengah.

## METODE

Desain Penelitian ini adalah *Pre experimental* menggunakan pendekatan *pretest-posttest only one design*. Populasi adalah lansia yang menderita DM Tipe 2. Teknik Pengambilan sampel yaitu *Purposiv Sampling*. Jumlah sampel adalah 22 responden. Penelitian dilakukan di Puskesmas Kute Panang Tahun 2022. Uji statistik yang digunakan adalah *Uji Wilcoxon* dengan  $\alpha = 0.05$  dan CI = 95 %

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Distribusi frekuensi data demografi di Puskesmas Kute Panang Kabupaten Aceh Tengah

Jenis Kelamin	F	%
Pria	6	27.3
Wanita	16	72.7
Jumlah	22	100

Tabel 1, menunjukkan Distribusi frekuensi data demografi mayoritas lansia berjenis kelamin perempuan (72.7%). Hal ini menyatakan bahwa dalam penelitian ini perempuan lebih banyak dari pada laki-laki.

Tabel 2. Distribusi frekuensi Pengetahuan lansia sebelum Edukasi di Puskesmas Kute Panang Kabupaten Aceh Tengah 2022

Pengetahuan Sebelum	Mean	SD	SE	Minimal-maksimal	95 %CI
	11.95	2.058	0.439	10-15	11.04 -12.87

Berdasarkan tabel 2 rata-rata pengetahuan lansia sebelum dilakukan adukasi adalah 11.95 dengan standar deviasi (SD)= 2.058 dan standar error (SE) adalah .439 dan nilai minimum adalah 10 dan maximum adalah 15. Dapat disimpulkan bahwa 95% CI diyakini rata-rata pengukuran adalah 11.04-12.87.

Tabel 3. Distribusi frekuensi pengetahuan lansia tentang pengelolaan diet setelah Edukasi di Puskesmas Kute Panang Kabupaten Aceh Tengah

Pengetahuan Sesudah	Mean	SD	SE	Minimal-maksimal	95 %CI
	18.18	1.593	0.340	14-20	17.42 -18.85

Pada tabel 3 dapat di lihat rata-rata n pengetahuan responden sesudah intervensi yaitu 18.18 dengan standar deviasi (SD)= 1.593 dan satandar error (SE) adalah .340 dan nilai minimal-maksimal yaitu 14-20. Dari hasil estimasi interval dapat disimpulkan bahwa 95% CI diyakini rata-rata yaitu 17.42-18.85.

Tabel 4. Analisis nilai pengetahuan lansia tentang pengelolaan diet.

Kategori	Mean	Std. Deviation	Z	P.Value
Pre Test	11.95	2.058	-4.116	0,000
Post Test	18.14	1.612		

Berdasarkan tabel 4, hasil uji wilcoxon diperoleh pengetahuan sebelum intervensi yaitu 11.95 sedangkan setelah intervensi 18.14, nilai Z -4.116 dengan P.Value  $0,000 < 0,005$ . Ada peningkatan pengetahuan responden secara signifikan dalam pengelolaan diet DM di Puskesmas Kute Panang Kabupaten Aceh Tengah tahun 2022.

Hasil penelitian ini dinyatakan bahwa sebelum dilakukan Tindakan diperoleh rata-rata sebesar 11.95. Menunjukkan bahwa pengetahuan lansia sebelum dilakukan pendidikan kesehatan tentang diet diabetes mellitus adalah rendah. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian terdahulu (Susanti, 2018), yang menyatakan bahwa pengetahuan responden mayoritas rendah sebanyak 18 responden (47,4%). Hal ini dapat disebabkan oleh karena edukasi kesehatan yang kurang terkait Diet DM.

Berdasarkan hasil kuisioner menunjukkan bahwa pada pertanyaan terkait jumlah kalori makanan ketentuan sarapan pagi 20 gram, makan siang 25 gram, makan malam 25 gram, mayoritas responden menjawab salah (98%), selanjutnya pada pertanyaan Makanan yang seimbang mayoritas responden menjawab salah (86.3%).

Dari hasil jawaban responden pada pertanyaan diatas dapat disimpulkan bahwa pengetahuan lansia tentang pengelolaan diet diabetes mellitus tipe 2 masih kurang, dalam hal ini lansia harus diberikan pendidikan kesehatan Tentang Pengelolaan Diet Diabetes Mellitus Tipe 2 agar mereka dapat mengetahui dan dapat melakukan dalam kehidupan sehari-hari.

Setelah dilakukan intervensi, dapat di lihat bahwa rata-rata yaitu 18.18, dengan hasil minimal-maksimal sebesar 14- 20. Dapat di nyatakan bahwa pengetahuan lansia sesudah dilakukan pendidikan kesehatan tentang diet diabetes mellitus mengalami peningkatan. Edukasi memiliki pengaruh yang besar terhadap pengetahuan seseorang atau individu, kelompok dan masyarakat (Neolaka, 2017).

Berdasarkan pertanyaan yang di jawab oleh responden tentang jumlah kalori makanan ketentuan sarapan pagi 20 gram, makan siang 25 gram, makan malam 25 gram mayoritas responden menjawab benar (88.6%), dan pada pertanyaan makanan yang dianjurkan mayoritas responden menjawab benar (94.3%). Dari jawaban lansia setelah diberikan pendidikan kesehatan jauh lebih baik dan menjawab dengan benar.

Hasil penelitian pada pernyataan Penderita DM tipe 2 jadwal makan 3 kali sarapan pagi jam 07.00, makan siang 13.00, makan malam 19.00 jawaban responden mayoritas benar (100%), dan pada

perntanyaan Makanan berlemak tinggi harus di hindari oleh penderita diabetes jawaban responden mayoritas benar (100%).

Hasil analisis dengan uji wilcoxon diperoleh P.Value sebesar  $0,000 < 0,005$ . Artinya bahwa metode edukasi dengan whatsapp sangat efektif meningkatkan pengetahuan lansia tentang pengelolaan diet DM tipe II. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Parman, (2018) yang menyatakan bahwa peningkatan pengetahuan memberikan dampak terhadap kepatuhan perilaku dalam mempersiapkan dan menerapkan diet DM (Kusnanto. 2019).

Hasil signifikan dalam peneltian ini dapat disebabkan karena pendidikan kesehatan melalui metode *whatsapp* sangat jelas dan efektif sehingga lansia yang belum mengerti atau paham mengenai pengelolaan diet menjadi mengerti dan paham serta dapat dilakukan pada kehidupan sehari-hari. Treatment edukasi Kesehatan merupakan suatu bentuk penyampaian informasi kepada masyarakat dalam upaya peningkatan kualitas hidup lansia (Niman, 2017).

Perdana (2016), menyatakan bahwa edukasi signifikan meningkatkan pengetahuan dan sikap dalam menerapkan diet yang benar. Pengetahuan yang cukup tentang Gizi DM membantu penderita DM dalam menjalankan dietnya dengan baik. Oleh karena telah mengetahui akibat yang kurang baik dari pengelolaan diet yang salah (Parman, 2018).

Hasil penelitian ini terdapat 8 lansia (36.4%) yang nilai nya 10 atau rendah artinya jawaban yang dijawab salah semua dan terdapat 5 lansia (22.7%) yang nilainya paling tinggi adalah 15, setelah dilakukan pendidikan kesehatan tentang pengelolaan diet diabetes mellitus nilai paling kecil adalah 14 dan itu hanya 1 lansia sedangkan nilai paling tinggi adalah 20 terdapat 6 orang lansia artinya jawaban yang dipilih benar semua. Mohan (2017) menyimpulkan pemahaman dan tindakan yang baik akan dapat menerapkan pengelolaan diet DM yang tepat sehingga Kadar gula darah penderita DM terkontrol,

## **KESIMPULAN**

Pendidikan kesehatan tentang pengeloaan diet diabetes mellitus tipe 2 yang diberikan sangat efektif dalam meningkatkan pengetahuan dalam menjalani diet diabetes mellitus.

## **SARAN**

Disarankan kepada manajemen Puskesmas agar memberikan pendidikan kesehatan tentang pengelolaan diet diabetes mellitus tipe 2 pada penderita diabetes melitus tipe 2 menggunakan metode *whatsapp*.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Citra & Semana, Akuilina, (2014). *Hubungan Pengetahuan Dengan Kepatuhan Diet Pada Penderita Diabetes Melitus Yang Dirawat di RSUD Labuang Baji Makassar* Jurnal Ilmiah Kesehatan Diagnosis. Volume 4.
- Dahlan, at al (2014). *Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Bantuan Hidup Dasar (Bhd) Terhadap Tingkat Pengetahuan Tenaga Kesehatan Di Puskesmas Wori Kecamatan Wori*. Ejournal Keperawatan.
- IDF (2017) *Diabetes Atlas Seventh Edition*, International Diabetes Federation.

- IDF(2019) *Diabetes Atlas Seventh Edition*, International Diabetes Federation.
- Kementerian Kesehatan RI. (2018) *Diabetes Melitus Penyebab Kematian Nomor 6 di Dunia*.
- Kerner W, Brückel J. (2015) *Definition, classification and diagnosis of diabetes mellitus. German Diabetes Association. Exp Clin Endocrinol Diabetes*.
- Kusnanto, Sundari P.M., Asmoro,C.P., Arifin, H (2019). Hubungan tingkat pengetahuan dan diabetes mellitus self management dengan tingkat stress pasien diabetes melitus yang menjalani diet. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 2019, 22 (1), 31–42
- Mohan, at al (2017). *World Clinics: Diabetology - Complications of Diabetes*, Volume 2, Number 1. JP Medical Ltd.ss
- Neolaka, (2017). *Metode Penelitian dan Statistik*. Bandung : PT Remaja Rosdakarya Offset.
- Niman, Susanti. (2017). *Promosi dan Pendidikan Kesehatan*. Jakarta: CV. Trans Info Media.
- Perdana, AA., dkk (2016). *Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Penyakit DM Dengan Pengendalian Kadar Glukosa Darah Pada Pasien DM Tipe II RSUD PKU Muhammadiyah Surakarta*. Biomedika.
- Parman, D, Hadriana (2018). Pengetahuan tentang Diet Diabetes Mellitus berpengaruh terhadap kepatuhan Klien menjalani Diet. *Journal of Borneo Holistic Health*, Volume 1 No. 1 Juni 2018 hal 127-139
- Tarwoto, Dkk, (2012). *Keperawatan Medikal Bedah Gangguan Sistem Endokrin*. Jakarta: Trans Info Medikal.
- Susanti, dkk. (2018). Hubungan Tingkat Pendidikan Dan Pengetahuan Tentang Diet DM Dengan Kepatuhan Diet Pasien Diabetes Mellitus Di RSUD R.A Kartini Jepara. *Indonesia Jurnal Perawat*, 3(1), 44–50.