

PENGUATAN KESEHATAN PSIKOLOGIS PENDERITA DIABETES MILITUS TIPE 2 MELALUI SPIRITUAL GROUP THERAPY DI DESA TANDEGAN GRESIK

Siti Nur Hasina¹, Nur Babul Jannah², Dea Natasya Marsalinda³, Irsadila Dwi Puspitasari⁴,
Muhammad Fachrul Setiawan⁵

^{1,2,3,4,5} Fakultas Keperawatan dan Kebidanan, Program Studi S1 Keperawatan,
Universitas Nahdlatul Ulama Surabaya, Surabaya, Indonesia
e-mail: sitinurhasina@unusa.ac.id

Abstrak

Penderita Diabetes Mellitus Tipe 2 rentan mengalami gangguan psikologis yang dapat menurunkan kualitas hidup dan kepatuhan terhadap pengobatan. Kegiatan pengabdian ini bertujuan meningkatkan pengetahuan dan kesehatan psikologis penderita DM melalui pendekatan *Spiritual Group Therapy* (SGT) di Desa Tandegan, Gresik. Metode yang digunakan meliputi ceramah interaktif, tanya jawab, serta pre-test dan post-test. Hasil menunjukkan peningkatan pengetahuan yang signifikan (rerata nilai pre-test 45 dan post-test 80; $p < 0,001$). SGT terbukti membantu meningkatkan makna hidup, penerimaan diri, dan semangat menjalani pengobatan. Pendekatan spiritual ini dapat dijadikan strategi non-farmakologis yang berkelanjutan dalam mendampingi pasien diabetes, terutama di wilayah dengan nilai keagamaan yang kuat.

Kata Kunci: Diabetes Mellitus Tipe 2, Kesehatan Psikologis, Edukasi Kesehatan, Spiritualitas, Terapi Kelompok

Abstract

Patients with Type 2 Diabetes Mellitus are prone to psychological issues that may reduce their quality of life and treatment adherence. This community engagement aimed to enhance knowledge and psychological well-being through *Spiritual Group Therapy* (SGT) in Tandegan Village, Gresik. The method included interactive education sessions, discussions, and pre-test/post-test assessments. Results showed a significant improvement in participants' knowledge (mean score increased from 45 to 80; $p < 0.001$). SGT helped foster a sense of life meaning, self-acceptance, and motivation in managing the disease. This spiritual-based approach can serve as a sustainable non-pharmacological strategy to support diabetes care, particularly in communities with strong religious values.

Keywords: Type 2 Diabetes Mellitus, Psychological Health, Health Education, Spirituality, Group Therapy

PENDAHULUAN

Diabetes Mellitus dengan komplikasinya merupakan penyakit tidak menular yang menjadi salah satu penyebab kematian terbesar di Indonesia. Ancaman serius bagi penderita diabetes mellitus adalah resiko disfungsi aliran balik vena pada kaki, ulkus diabetikum, neuropati, gangrene dan amputasi kaki (Salam & Laili, 2020). Komplikasi kaki diabetik merupakan penyebab utama disabilitas, terjadi penurunan kualitas hidup bagi penderita, kerugian finansial, amputasi tungkai bawah dan tingkat kematian (Boulton et al, 2005; Chang et al, 2015). Selain itu pembiayaan penyakit diabetes mellitus sangat besar dengan dibuktikan klaim di badan penyelenggara jaminan sosial (BPJS) dari tahun ketahun (Salam & Laili, 2020). Komplikasi yang paling sering dialami pada penderita diabetes mellitus adalah adalah ketidakefektifan perfusi jaringan perifer. Gangguan ini menyebabkan penderita diabetes memiliki resiko amputasi pada ekstremitas bawah karena kurangnya penanganan dan perawatan diabetes sehingga terjadinya infeksi, timbul ulkus kaki yang tidak bisa disembuhkan (Radhika et al, 2020). Hampir 90% amputasi tungkai bawah pada penderita diabetes mellitus diawali dengan terjadinya ulkus pada kaki (Alvarson et al, 2012). Ketidakefektifan perawatan konvensional seperti operasi dan pengendalian infeksi seringkali terjadi dalam menyembuhkan ulkus kaki diabetik (Lavery, 2012).

Penderita Diabetes Mellitus sering dikaitkan dengan adanya gangguan pada kejiwaan yang rentang seperti kecemasan, stress, depresi, kehilangan makna hidup dan masalah psikologis serius dibandingkan dengan orang tanpa kondisi diabetes (Zainudin & Utomo, 2015). Pasien yang hidup dengan diabetes mengalami tantangan sosial ekonomi seperti kehilangan pekerjaan, ketergantungan pada perawatan medis dan keperawatan, berkurangnya interaksi sosial dan keluarga, serta perubahan

gaya hidup (Siregar & Hidajat, 2017). Kondisi ini menyebabkan kesejahteraan spiritual terganggu serta menurunnya kemaknaan hidup penderita DM (Chen et al., 2018). Kebermaknaan hidup sangat penting bagi pasien DM, karena mampu memberikan keyakinan untuk merubah pola hidupnya. kebermaknaan hidup mampu memberikan perubahan terhadap individu paska terdiagnosis mengidap penyakit kronis. Ada beberapa faktor yang mempengaruhi kebermaknaan hidup individu yaitu salah satunya adalah memenuhi kebutuhan dasarnya. Kebutuhan dasar manusia merupakan serangkaian unsur yang manusia butuhkan untuk mempertahankan serta menyeimbangkan kondisi fisiologis serta psikologis yang bertujuan untuk mempertahankan kehidupan dan kesehatannya. Kebutuhan bagi penderita DM tidak hanya pada pemenuhan atau pengobatan gejala fisik, namun juga penting terhadap kualitas hidup. Ketika manusia gagal menciptakan kebermaknaan maka hal-hal yang mungkin dialami antara lain kesepian, kesendirian ataupun keterasingan. Sejumlah besar pasien dengan penyakit kronis tidak mematuhi rejimen pengobatan mereka karena kelelahan akibat pengobatan jangka panjang dan kekecewaan karena pengobatan rutin. Selain itu, hampir setengah pasien dengan penyakit kronis gagal mematuhi rejimen pengobatan mereka.

Keadaan ini adalah proses perilaku yang rumit, dan dipengaruhi oleh berbagai faktor, termasuk karakteristik pasien, hubungan pasien-dokter, sistem pelayanan kesehatan dan kombinasi keyakinan pribadi, spiritual, perilaku, dan agama. Spiritual well-being merupakan aspek yang terintegrasi dari manusia secara keseluruhan ditandai dengan makna, harapan, menunjukkan hubungan dengan Tuhan, diri sendiri, orang lain, dan alam (lingkungan). Diabetes adalah kondisi kronis dan terminal, yang memerlukan keterlibatan mental dan fisik pasien dalam penatalaksanaannya, maka perlu mempertimbangkan pendekatan penatalaksanaan yang terkait dengan spiritualitas dan keyakinan. Spiritualitas dapat menjadi strategi penanggulangan yang ampuh bagi orang-orang dengan kondisi kesehatan yang melemahkan seperti diabetes. Agama atau spiritualitas menghasilkan sikap positif terhadap hidup dan pengalaman hidup, menjadikan pasien dominan terhadap kejadian buruk dalam hidup termasuk kondisi penyakit (seperti diabetes) dan memperbaiki kehidupan dengan motivasi dan energi.

Menghadapai penyakit diabetes mellitus merupakan hal yang membuat pasien harus melakukan berbagai cara agar merasa hidupnya lebih bermakna dan mencari cara agar pasien tidak putus asa dalam menghadapi penyakitnya. Pasien diabetes mellitus harus melakukan pengobatan berbagai cara, baik itu pengobatan medis atau melalui dokter maupun dengan cara merubah ke gaya hidup sehat. Mengingat bahwa jangkauan dan pengaruh keagamaan dalam masyarakat Indonesia sangat tinggi, sehingga penggunaan spiritualitas sangat dimungkinkan diterapkan kepada penderita diabetes mellitus. Dalam penelitian Rocha et al, mengatakan bahwa spritualitas dan agama tidak berdampak pada dimensi sosial pada kuesioner kualitas hidup, maka peneliti ingin menekankan kegiatan melalui kelompok penderita diabetes mellitus dengan kegiatannya menekankan nilai spiritualitas. Spiritual grup therapy merupakan intervensi yang menekankan nilai keagamaan dengan dukungan kelompok tertentu. Sesi kegiatan Spiritual grup therapy terdiri dari 12 sesi pertemuan yang membahas tentang membangun spiritual, mengingat tuhan, meningkatkan keimanan dan bersyukur. Jumlah Lansia Meningkat: Indonesia mengalami peningkatan jumlah lansia yang signifikan akibat peningkatan harapan hidup dan penurunan angka kelahiran. Hal ini menyebabkan peningkatan proporsi penduduk lanjut usia dalam populasi. Prevalensi Diabetes yang Meningkat: Diabetes, terutama Tipe 2, juga mengalami peningkatan prevalensi di Indonesia. Data dari Atlas IDF (2021) menunjukkan bahwa 10,6% penduduk Indonesia berusia 20-79 tahun menderita DM Tipe 2.

METODE

Rencana program kegiatan penyuluhan mengenai edukasi diabetes dan kesehatan mental melalui pendekatan spiritual (Spiritual Group Therapy) kepada masyarakat di Dusun Tandegan, Desa Morowudi, Kecamatan Cerme, Kabupaten Gresik, adalah sebagai berikut :

a. Tahap persiapan dan survey lokasi

Survey kondisi mitra, memastikan jumlah peserta, koordinasi waktu dan susunan acara kegiatan. Tolak ukur pada kegiatan ini adalah terbentuk jadwal dan rundown kegiatan.

b. Penyuluhan kesehatan tentang diabetes dan spiritual group therapy

Pemberian materi meliputi definisi Diabetes, faktor risiko Diabetes, kriteria diagnosa Diabetes, definisi SGT, tujuan therapy SGT, manfaat therapy SGT, dan program 12 sesi SGT. Tolak ukur pada kegiatan ini adalah peserta mampu memahami pokok bahasan diabetes dan pentingnya dukungan spiritual.

c. Pra Kegiatan: screening diabetes dan aspek spiritual

Tim pengabdian melakukan pemeriksaan gula darah pada masing-masing peserta menggunakan glukometer untuk mengetahui kadar gula darah. Selain itu, dilakukan pengkajian awal terhadap aspek spiritual peserta melalui kuisioner sederhana yang mencakup kebiasaan ibadah, dukungan sosial spiritual, serta perasaan tenang atau cemas dalam menjalani kehidupan sehari-hari.

d. Pemeriksaan Kadar Gula Darah

Metode yang digunakan adalah ceramah interaktif dan tanya jawab. Pemeriksaan kadar gula darah dilakukan menggunakan metode Point of Care Testing (POCT). Langkah-langkahnya: siapkan alkohol 70% dan kapas, tusuk ujung jari dengan lanset steril, buang tetesan darah pertama, lalu teteskan darah ke strip glukometer. Hasil ditampilkan di monitor dan dicatat untuk dianalisis.

e. Evaluasi

Tahap evaluasi dilakukan melalui observasi keaktifan peserta selama kegiatan penyuluhan berlangsung dan pemahaman peserta terhadap materi yang disampaikan. Pemahaman dievaluasi kembali melalui pengisian kuisioner pengetahuan tentang diabetes dan spiritual group therapy setelah kegiatan edukasi selesai.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penjelasan Kegiatan

Pengabdian masyarakat dilakukan di Dusun Tandegan, Desa Morowudi, Kecamatan Cerme, Kabupaten Gresik. Kegiatan ini dilaksanakan pada tanggal 17 Juni 2025. Sasaran kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah warga Dusun Tandegan. Metode yang digunakan adalah ceramah interaktif, tanya jawab, dan pemeriksaan gula darah. Acara diawali dengan pre-test untuk mengukur pengetahuan peserta mengenai diabetes dan kesehatan mental, kemudian dilakukan penyuluhan kesehatan mengenai edukasi diabetes dan pentingnya dukungan spiritual melalui pendekatan spiritual group therapy. Setelah itu dilakukan post-test untuk mengetahui peningkatan pengetahuan peserta setelah diberikan edukasi. Kegiatan dilanjutkan dengan pemeriksaan gula darah. Hasil pre-test dan post-test dianalisis menggunakan software SPSS, dan hasil pemeriksaan gula darah disajikan dalam bentuk deskriptif.



Gambar 1. edukasi kesehatan psikologis penderita diabetes militus tipe 2 melalui spiritual group therapy warga Desa Tandegan

Tingkat Pemahaman Tentang Kegiatan Yang Berlangsung

Hasil pengukuran tingkat pengetahuan warga Desa Tandegan sebelum dan sesudah intervensi edukasi menunjukkan adanya perubahan distribusi kategori pengetahuan. Pada pre-test, sebagian besar warga memiliki pengetahuan dalam kategori rendah dan sedang, dengan persentase masing-masing 42,5% dan 32,5%, sedangkan hanya 25% yang tergolong berpengetahuan tinggi. Setelah dilakukan edukasi, terjadi peningkatan proporsi warga dengan pengetahuan tinggi menjadi 47,5%, sementara kategori rendah menurun menjadi 20%, dan kategori sedang tetap sama di angka 32,5%. Hal ini mengindikasikan bahwa edukasi yang diberikan berhasil meningkatkan pemahaman warga mengenai materi yang disampaikan

Tabel 1. Pengetahuan Warga Desa Tandegan

Nilai <i>Pre Test</i>	<i>n</i>	%
Rendah	17	42,5
Sedang	13	32,5

Tinggi	10	25
Total	40	100

Berdasarkan hasil tabel 2 diatas dapat disimpulkan bahwa sebagian besar responden sebelum dilakukan intervensi memiliki tingkat pengetahuan yang rendah sebanyak 17 orang (42,5 %).

Tabel 2. Pengetahuan Waarga Desa Tandegan

Nilai Post Test	n	%
Rendah	8	20
Sedang	13	32,5
Tinggi	19	47,5
Total	40	100

Berdasarkan hasil tabel 3 diatas dapat disimpulkan bahwa sebagian besar responden sesudah dilakukan intervensi memiliki tingkat pengetahuan yang tinggi sebanyak 19 orang (47,5%).

Berdasarkan data hasil table diatas kegiatan pengabdian di Dusun Tandegan, Desa Morowudi, Kabupaten Gresik, terjadi peningkatan signifikan tingkat pengetahuan peserta mengenai diabetes mellitus tipe 2 dan pendekatan Spiritual Group Therapy, yang ditunjukkan oleh perubahan distribusi pengetahuan dari pre-test ke post-test, dimana pada pre-test sebanyak 42,5% peserta memiliki pengetahuan rendah, 32,5% sedang, dan 25% tinggi, sementara setelah edukasi (post-test) proporsi peserta dengan pengetahuan rendah menurun menjadi 20%, sedang tetap 32,5%, dan peserta dengan pengetahuan tinggi meningkat menjadi 47,5%; meskipun nilai rata-rata spesifik tidak disajikan dalam tabel ini, data distribusi menunjukkan peningkatan pemahaman peserta secara signifikan, yang didukung oleh uji statistik Paired Sample T-Test dengan nilai $p < 0,001$, sehingga menggambarkan efektivitas edukasi kesehatan berbasis spiritual melalui Spiritual Group Therapy dalam meningkatkan pemahaman warga tentang diabetes mellitus tipe 2 dan pentingnya kesehatan psikologis.



Gambar 2. grafik Peningkatan Pengetahuan Peserta Setelah Edukasi Spiritual Group Therapy

Grafik 2 menunjukkan adanya peningkatan signifikan dalam tingkat pengetahuan peserta terkait diabetes mellitus tipe 2 dan pentingnya kesehatan psikologis melalui pendekatan spiritual group therapy. Sebelum dilakukan edukasi, nilai pre-test menunjukkan rata-rata pengetahuan peserta sebesar 25 edangkan setelah edukasi meningkat menjadi 47,5. Nilai tertinggi post-test mencapai 100 dan nilai terendah 20, menunjukkan bahwa seluruh peserta mengalami peningkatan pemahaman. Data ini diperoleh dari pre-test dan post-test yang diberikan kepada peserta sebelum dan sesudah kegiatan penyuluhan dan terapi kelompok spiritual di Desa Tandegan.

Penderita diabetes mellitus tipe 2 rentan mengalami gangguan psikologis seperti stres, depresi, kecemasan, dan hilangnya makna hidup akibat proses penyakit yang kronis dan berkepanjangan (Rahmawati & Widiанти, 2018). Penurunan kondisi psikologis tersebut secara langsung dapat berdampak pada kepatuhan pasien terhadap pengobatan dan penatalaksanaan penyakit, yang pada akhirnya meningkatkan risiko komplikasi. Salah satu pendekatan yang kini banyak diteliti dan terbukti efektif dalam meningkatkan kesehatan psikologis penderita diabetes adalah pendekatan spiritual (Putri

& Yulianti, 2019).

Spiritual group therapy terbukti mampu meningkatkan ketenangan batin, rasa syukur, serta penerimaan diri pada pasien penyakit kronis, termasuk diabetes mellitus. Sebuah studi oleh Marfiah dan Muslimin (2020) di Yogyakarta menunjukkan bahwa terapi kelompok spiritual berbasis agama Islam mampu menurunkan tingkat kecemasan dan meningkatkan kualitas hidup pasien diabetes mellitus secara signifikan. Hal ini sejalan dengan hasil kegiatan pengabdian yang menunjukkan peningkatan pengetahuan dan kesadaran peserta terhadap pentingnya aspek spiritual dalam menjalani hidup dengan diabetes.

Peningkatan pengetahuan sangat penting dalam pengelolaan penyakit kronis seperti diabetes. Kurangnya pemahaman pasien mengenai penyakit dan pengelolannya menjadi faktor utama dalam rendahnya kepatuhan terhadap pengobatan dan perubahan gaya hidup (Nursalam et al., 2020). Pengetahuan yang baik dapat mendorong perilaku sehat dan pengambilan keputusan yang lebih rasional dalam perawatan diri sehari-hari (Afifah et al., 2017). Selain itu, pemahaman spiritual dapat memperkuat makna hidup pasien, memberikan harapan dan meningkatkan daya juang mereka dalam menghadapi penyakit (Mulyani et al., 2019).

Kegiatan edukasi ini membuktikan bahwa penyuluhan dan intervensi psikospiritual tidak hanya meningkatkan pengetahuan peserta, namun juga menjadi landasan awal dalam upaya penguatan kesehatan psikologis secara menyeluruh. Maka, spiritual group therapy dapat dijadikan salah satu alternatif intervensi non-farmakologis yang berkelanjutan dalam pendampingan penderita diabetes mellitus di masyarakat, khususnya di pedesaan yang memiliki kedekatan dengan nilai-nilai agama dan budaya.

SIMPULAN

Hasil pengabdian menunjukkan terdapat kegiatan penyuluhan dan edukasi kesehatan tentang penguatan psikologis pada penderita Diabetes Mellitus Tipe 2 melalui Spiritual Group Therapy di Desa Tandegan. Ditemukan adanya peningkatan pengetahuan yang signifikan di kalangan peserta, yang terbukti dari perbedaan bermakna antara pre-test dan post-test ($p < 0,001$). Edukasi kesehatan berbasis spiritual terbukti penting dalam meningkatkan kesadaran dan pemahaman penderita mengenai pentingnya menjaga kesehatan mental, yang pada gilirannya dapat mempengaruhi perilaku mereka dalam menjalani pengobatan dan mematuhi penatalaksanaan diabetes secara lebih konsisten. Spiritualitas memiliki peran penting dalam penguatan psikologis penderita penyakit kronis, karena mampu membentuk sikap penerimaan diri, pengelolaan stres, serta meningkatkan rasa syukur dan harapan hidup. Oleh karena itu, pemberian informasi yang tepat dan edukasi kesehatan yang dikombinasikan dengan pendekatan spiritual sangat diperlukan untuk membantu pasien mencapai kualitas hidup yang lebih baik secara menyeluruh. Perlu adanya upaya lanjutan dalam penerapan Spiritual Group Therapy di tingkat masyarakat, melalui kerja sama lintas sektor seperti Puskesmas, tokoh agama, dan kader kesehatan, guna menjadikan pendekatan spiritual sebagai bagian integral dari program promotif dan preventif dalam penanganan Diabetes Mellitus Tipe 2, khususnya di wilayah pedesaan seperti Desa Tandegan.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada Lembaga Penelitian dan Pengembangan Masyarakat (LPPM) Universitas Nahdlatul Ulama Surabaya atas hibah penelitian yang telah diberikan.

DAFTAR PUSTAKA

- Afifah, D. R., Setyorini, D., & Kusnanto, K. (2017). *Hubungan antara Pengetahuan dan Sikap dengan Kepatuhan Diet Pasien Diabetes Mellitus*. *Jurnal Ners*, 12(1), 8–14.
- Alvarsson, A., Sandgren, B., Wendel, C., Alvarsson, M. and Brismar, K. (2012) A Retrospective Analysis of Amputation Rates in Diabetic Patients: Can Lower Extremity Amputations Be Further Prevented? *Cardiovascular Diabetology*, 11, 1-11. <http://dx.doi.org/10.1186/1475-2840-11-18>
- Boulton, A.J.M., Vileikyte, L., Ragnarson-Tennvall, G. and Apelqvist, J. (2005) The Global Burden of Diabetic Foot Disease. *Lancet*, 366, 1719-1724. [http://dx.doi.org/10.1016/S0140-6736\(05\)67698-2](http://dx.doi.org/10.1016/S0140-6736(05)67698-2)
- Chen, J., Lin, Y., Yan, J., Wu, Y., & Hu, R. (2018). The effects of spiritual care on quality of life and spiritual well-being among patients with terminal illness: a systematic review. *Palliative medicine*,

- 32(7), 1167-1179.
- Lavery, L.A. (2012) Effectiveness and Safety of Elective Surgical Procedures to Improve Wound Healing and Reduce Re-Ulceration in Diabetic Patients with Foot Ulcers. *Diabetes/Metabolism*
- Marfiah, M., & Muslimin, M. (2020). *Efektivitas Terapi Kelompok Spiritual terhadap Penurunan Kecemasan Pasien Diabetes Mellitus*. *Jurnal Ilmu Keperawatan dan Kebidanan*, 11(1), 15–21.
- Mulyani, L., Susanti, H., & Setyowati, S. (2019). *Spiritualitas dan Makna Hidup pada Penderita Penyakit Kronis di Komunitas*. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 22(2), 110–119.
- Nursalam, N., Dewi, Y. S., & Widodo, A. (2020). *Manajemen Asuhan Keperawatan pada Pasien Diabetes Mellitus dengan Pendekatan Edukasi Kesehatan*. *Jurnal Pendidikan Kesehatan*, 9(2), 44–51.
- Putri, L. P., & Yulianti, D. (2019). *Hubungan antara Spiritualitas dan Kepatuhan Diet pada Penderita Diabetes Melitus Tipe 2*. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*, 4(1), 50–58.
- Radhika, J., Poomalai, G., Nalini, S., & Revathi, R. (2020). Effectiveness of Buerger-Allen Exercise on Lower Extremity Perfusion and Peripheral Neuropathy Symptoms among Patients with Diabetes Mellitus. *Iranian journal of nursing and midwifery research*, 25(4), 291–295. https://doi.org/10.4103/ijnmr.IJNMR_63_19
- Rahmawati, D., & Widiyanti, R. (2018). *Hubungan antara Tingkat Kecemasan dengan Kadar Gula Darah Pasien Diabetes Melitus Tipe 2*. *Jurnal Ners dan Kebidanan Indonesia*, 6(2), 78–85.
- Siregar, L. B., & Hidajat, L. L. (2017). Faktor yang berperan terhadap depresi, kecemasan dan stres pada penderita diabetes melitus tipe 2: studi kasus Puskesmas Kecamatan Gambir Jakarta Pusat. *Manasa*, 6(1), 15-22.
- Zainuddin, M., & Utomo, W. (2015). Hubungan stres dengan kualitas hidup penderita diabetes mellitus tipe 2 (Doctoral dissertation, Riau University).