YASIN
Jurnal Pendidikan dan Sosial Budaya

p-ISSN : 2808-2346
e-ISSN : 2808-1854

Terindeks : Dimensions, Scilit, Lens, Crossref, Semantic, Garuda, Google, Base, etc.

https://doi.org/10.58578/yasin.v4i6.4030

GAMBARAN TRANSTHEORITICAL MODEL PADA MAHASISWA PASCA APENDIKTOMI (SETELAH OPERASI USUS BUNTU)

Overview of the Transtheoretical Model in Post-Appendectomy University Students

Rinanti Dwi Rizkitara & Dicky Febrian Koto
Universitas Negeri Padang
rinantidwirizkitara@gmail.com; dickyfebriankoto@gmail.com

Article Info:

Submitted:	Revised:	Accepted:	Published:
Sep 27, 2024	Oct 10, 2024	Oct 24, 2024	Oct 30, 2024

Abstract

Appendicitis has become a current health issue, the World Health Organization (WHO) estimates that appendicitis is at the eighth level as a disease that can cause death in 2020. One way to cure appendicitis is by carrying out surgery. Appendicitis patients who have had an appendectomy should not consume foods that are high in fat, spicy foods, and foods high in sugar. Behavioral changes that focus primarily on a person's ability to make decisions from social and biological influences are called the Tarnstheoretical Model (Porchaska & Velicer, 1997). The aim of this research is to see what the transtheoretical model looks like for post-appendectomy students. The type of research used in this research is descriptive analysis with a quantitative approach. The population in this study were Padang State University students. The sampling technique used in this research was non-probability sampling with a purposive sampling method with a total of 34 respondents. The measuring instrument used is a questionnaire prepared based on the Transtheoretical Model theory. The results of this study show that 68% of post-appendectomy students in the transtheoretical model are in the high category.

Keywords : Transtheoretical Model, Appendicitis, Post-Appendectomy

Jurnal Yasin is licensed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 International License

Abstrak: Penyakit usus buntu telah menjadi isu kesehatan saat ini, World Health Organization (WHO) memperkirakan bahwa penyakit usus buntu berada pada tingkatan kedelapan sebagai penyakit yang dapat menyebabkan kematian di tahun 2020. Salah satu cara untuk menyembuhkan penyakit usus buntu ialah dengan melakukan operasi. Pasien apendisitis yang telah melakukan operasi usus buntu tidak boleh mengkonsumsi makanan yang berlemak tinggi, makanan pedas, dan makanan tinggi gula. Perubahan perilaku yang fokus utamanya pada kemampuan seseorang untuk mengambil keputusan dari pengaruh sosial dan biologis ini disebut dengan Tarnstheoritical Model (Porchaska & Velicer, 1997). Tujuan dari penelitian ini adalah melihat bagaimana bentuk transtheoritical model pada mahasiswa pasca apendiktomi. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan analisis deskriptif sebagai metodologi penelitiannya. Populasi penelitian ini adalah mahasiswa Universitas Negeri Padang. Responden berjumlah 34 orang. Strategi pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah non-probability sampling dengan metode purposive sampling. Alat ukur yang digunakan adalah kuesioner yang dikembangkan dengan menggunakan teori *Transtheoretical Model*. Berdasarkan hasil penelitian, sebanyak 68% mahasiswa pasca apendektomi termasuk dalam kelompok tinggi untuk model transtheoretical mereka.

Kata Kunci : Transtheoritical Model, Usus Buntu, Pasca Apendiktomi

PENDAHULUAN

Kesehatan adalah suatu hal yang sangat penting bagi setiap individu sehingga harus dijaga dari berbagai macam penyakit yang dapat menyerang tubuh. Untuk memiliki tubuh yang sehat agar dapat beraktivitas dengan baik maka diperlukan asupan makanan yang bergizi. Memiliki asupan makanan dan diiringi dengan pola hidup sehat membuat berbagai sistem di dalam tubuh bekerja dengan baik, salah satunya ialah sistem pencernaan. Sistem pencernaan merupakan sebuah jalur bagi zat yang datang dari luar sehingga nantinya diproses oleh mulut, kerongkongan, lambung, usus halus, usus besar, dan anus lalu akan dicerna agar menjadi sebuah energi (Prihatini, 2022). Namun, sistem pencernaan ini sering tidak diperhatikan oleh individu sehingga dapat menimbulkan berbagai masalah kesehatan seperti usus buntu, diare, maag, sembelit, dan penyakit lambung.

Usus buntu merupakan salah satu organ pencernaan yang memiliki panjang 5 hingga 10 cm dan terhubung di usus besar, namun jika terjadi pembengkakan atau peradangan pada usus buntu maka disebut dengan penyakit usus buntu atau apendisitis (Zamri *et al.*, 2022). Pembengkakan tersebut menyebabkan adanya sumbatan pada usus buntu dimana ini dapat terjadi karena pola makan yang buruk atau tidak sehat. Dalam hal ini, makanan yang kurang serat, buruknya pengolahan makanan, jadwal makan tidak teratur dan makanan *fast food* dapat menyebabkan usus buntu sehingga penderitanya akan merasakan nyeri.

Penyakit usus buntu telah menjadi isu kesehatan saat ini, World Health Organization (WHO) memperkirakan bahwa penyakit usus buntu berada pada tingkatan kedelapan sebagai

penyakit yang dapat menyebabkan kematian di tahun 2020, sedangkan pada tahun 2021 penyakit ini berada pada tingkat kelima penyebab kematian diseluruh dunia. Di Indonesia prevalensi apendisitis mengalami kenaikan di tahun 2020 sebesar 596.132 orang (3.36%), sedangkan pada tahun 2019 prevalensi apendisitis hanya sebesar sebanyak 3.236 jiwa (Depkes RI, 2020). Hal tersebut menunjukkan bahwa penyakit usus buntu telah menjadi masalah kesehatan yang dapat menyerang setiap individu diberbagai usia.

Usia remaja dan dewasa menjadi usia rawan menderita penyakit usus buntu. Hal ini dikarenakan pada usia tersebut seseorang memiliki banyak aktivitas dan berada pada masa produktif sehingga tak jarang mengabaikan kesehatan khususnya pola makan. Seseorang yang berada di usia 15 hingga 25 tahun berisiko tinggi mengalami penyakit usus buntu karena adanya faktor pola makan seperti kurang menjaga dan memperbaiki asupan serat (Arifuddin *et al*., 2017). Pelajar dan mahasiswa merupakan individu yang berada pada rentang usia tersebut dimana mereka lebih banyak menghabiskan waktu untuk menuntut ilmu serta melakukan berbagai aktivitas sehingga sering kali mengonsumsi makanan yang mudah dan dirasa enak tanpa memikirkan kandungan serta manfaat dari makanan yang dikonsumsi.

Salah satu cara untuk menyembuhkan penyakit usus buntu ialah dengan melakukan operasi. Penderita usus buntu dapat melakukan *apendiktomi* yaitu pengangkatan *apendiks* dimana setelah dilakukan operasi tersebut pasien akan merasakan nyeri pasca operasi (Waisani & Khoiriyah, 2020). Operasi ini sangat membantu penderita usus buntu dalam menjalankan kesehariannya dikarenakan tidak merasakan lagi dampak dari penyakit tersebut. Pasien apendisitis yang telah melakukan operasi apendiktomi tidak boleh mengonsumsi makanan yang berlemak tinggi, makanan pedas, dan makanan tinggi gula (Natalia *et al*., 2022). Tidak hanya itu, penderita apendisitis yang telah menjalankan operasi memiliki asupan makanan yang lebih baik dari sebelumnya serta akan jauh membaik saat dilakukan intervensi (Firdaus *et al*., 2015). Hal ini juga didukung oleh penelitian Mayangsari dan Asyanti (2016) yang menyebutkan bahwa salah satu informannya yang telah menjalankan operasi memiliki perilaku yang lebih sehat seperti meminum obat, menjaga pola makan, dan makan dengan teratur.

Sementara itu, ada juga mahasiswa yang telah melakukan operasi apendiktomi namun masih menerapkan pola makan yang tidak sehat. Perubahan perilaku setelah dilakukannya operasi pada penderita penyakit usus buntu dapat kita lihat melalui tahapan model transtheoritical. Transtheoritical model merupakan model perubahan perilaku dengan fokus

utama pada kemampuan seseorang untuk mengambil keputusan dari pengaruh sosial dan biologis (Prochaska & Velicher, 1997). Aspek *transtheoritical model* ini meliputi: *stage of changes*, yang menjelaskan bagaimana perilaku individu secara sadar berubah seiring waktu; *processes of change*, yang merupakan proses kognitif yang memengaruhi perilaku individu; keseimbangan pengambilan keputusan, yang merupakan konstruk yang menciptakan refleksi individu yang menyeimbangkan keuntungan dan kerugian dari suatu perubahan; dan *self efficacy*, yang merupakan keyakinan individu terhadap kemampuan mereka sendiri untuk mencapai sesuatu dalam konteks aktivitas fisik. Adapun aspek dari transtheoretical model ini adalah *stage of change* yaitu penjelasan perilaku seseorang yang disengaja berubah sepanjang dimensi temporal, yang kedua *processes of change* yaitu proses kognitif yang mempengaruhi perilaku seseorang, yang ketiga *decisional balance* yaitu konstruk yang membangun cerminan individu yang menimbang pro dan kontra dari suatu perubahan, terakhir *self-efficacy* yaitu keyakinan seseorang pada kemampuannya untuk melakukan sesuatu dalam konteks aktivitas fisik (DiClemente *et al.,* 1991).

Terdapat 6 tahapan dalam model transtheoritical menurut Prochaska & Velicer (1997), tahapan pertama *precontemplation, yaitu* keadaan seseorang yang tidak bersedia mengubah perilakunya. Tahapan kedua adalah *contemplation,* yaitu keadaan seseorang yang memahami masalah perilaku berkelanjutan tetapi belum berkomitmen untuk mengambil tindakan. Tahapan ketiga *preparation*, yaitu tahap ketika seseorang berniat mengubah perilaku dalam waktu dekat. Tahapan keempat *action*, yaitu seseorang mulai mengubah perilakunya untuk mengatasi masalah. Tahapan kelima *maintenance*, yaitu Seseorang mulai mencegah perubahan perilaku yang dapat menyebabkan *relapse* (kembali ke perilaku yang telah ditinggalkan). Tahapan keenam, *terminations,* yaitu seseorang berada pada kondisi sudah menerapkan perilaku sehat yang permanen, pada tahapan ini individu sudah memiliki perilaku sehat yang permanen dan tidak ada kendala untuk kembali pada kebiasaan lama. Tidak hanya merokok yang menjadi mayoritas penerapan trnastheoritical model ini tetapi beberapa perilaku kesehatan seperti penggunaan kondom, olahraga, penggunaan tabir surya, dan pola makan juga dapat dilakukan menggunakan model transtheoritical (Prochaska & Velicer, 1997). Penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Anisa dan Indarjo (2021) yang meninjau perilaku sehat pasien diabetes mellitus tipe II di Puskesmas Halmahera dengan menggambarkan berbagai bentuk perilaku hidup sehat salah satunya pola makan dimana ia menyimpulkan bahwa hanya sebagai kecil dari informannya yang dapat mempertahankan perilaku sehat selebihnya masih berada pada tahapan awal dari model transtheoritical.

Berdasarkan fenomena dan latar belakang yang telah dipaparkan di atas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai perilaku sehat penderita penyakit usus buntu yang pernah menjalankan operasi usus buntu berdasarkan model transtheoritical dengan judul "Gambaran *Transtheoritical Model* pada Mahasiswa *Pasca Apendiktomi*".

METODE

Transtheoritical model merupakan model perubahan perilaku yang fokus utamanya adalah kemampuan seseorang tersebut dalam mengambil keputusan dari pengaruh sosial dan biologis yang dilihat dari aspek-aspek transtheoretical model: *stage of change, processes of change, decisional balance,* dan *self-efficacy* (DiClemente *et al.,* 1991).

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis deskriptif, yaitu menggambarkan dan menginterpretasikan objek sebagaimana adanya (Sugiyono, 2019). Metode yang digunakan adalah metode kuantitatif. Metode pengambilan sampel yang digunakan adalah purposive sampling, yaitu memilih sampel dari populasi berdasarkan kriteria tertentu (Sugiyono, 2019).

Alat ukur yang digunakan adalah *Transtheoritical Model* yang memiliki reliabilitas dengan koefisien Alpha Cronbach sebesar 0,875. Sedangkan untuk uji validitas yang telah dilakukan terdapat 18 aitem yang valid dan 10 aitem yang tidak valid dengan nilai Alpha sebesar 0,05. Dengan skala Likert yang terdiri atas 4 pilihan jawaban yaitu: Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Tidak Setuju (TS), Sangat Tidak Setuju (STS).

HASIL

Transtheoritical Model pada Mahasiswa Pasca Apendiktomi

Berikut merupakan penelitian tentang *Transtheoritical Model* pada mahasiswa *Pasca Apendiktomi* yang diuji menggunakan teknik analisis statistika deskriptif.

Tabel 1. Gambaran Tingkat *Transtheoritical Model*

Kategori	Jumlah	%
Tinggi	23	68 %
Rendah	11	32 %

Tabel 1. Berdasarkan hasil analisis data terdapat 34 responden yang telah melakukan operasi apendiktomi, didapatkan bahwa responden memliki transtheoritical model yang tinggi sebanyak 68 % dan responden yang memiliki transteoritical model yang rendah sebanyak 32 %.

Tabel 2. Gambaran Tingkat *Stage of Change*

Kategori	Jumlah	%
Tinggi	26	76 %
Rendah	8	24 %

Tabel 2. Hasil penelitian mengenai aspek *stage of change* yang dilakukan kepada 34 responden, menunjukkan bahwa terdapat 26 responden memiliki kategori tinggi pada perubahan perilaku dalam pola makan. sebanyak 8 responden menunjukkan kategori rendah.

Tabel 3. Gambaran Tingkat *Processes of Change*

Kategori	Jumlah	%
Tinggi	22	65 %
Rendah	12	35 %

Tabel 3. Hasil penelitian mengenai aspek *processes of change* yang dilakukan kepada 34 responden, menunjukkan bahwa terdapat 22 responden memiliki kategori tinggi pada perubahan perilaku dalam pola makan. sebanyak 12 responden menunjukkan kategori rendah.

Tabel 4. Gambaran Tingkat *Decisional Balance*

Kategori	Jumlah	%
Tinggi	16	47 %
Rendah	18	53 %

Tabel 4. Hasil penelitian mengenai aspek *decisional balance* yang dilakukan kepada 34 responden, menunjukkan bahwa terdapat 16 responden memiliki kategori tinggi pada perubahan perilaku dalam pola makan. sebanyak 18 responden menunjukkan kategori rendah.

Tabel 5. Gambaran Tingkat *Self Efficacy*

Kategori	Jumlah	%
Tinggi	28	82 %
Rendah	6	18 %

Tabel 5. Hasil penelitian mengenai aspek *self efficacy* yang dilakukan kepada 34 responden, menunjukkan bahwa terdapat 28 responden memiliki kategori tinggi pada perubahan perilaku dalam pola makan. sebanyak 6 responden menunjukkan kategori rendah.

PEMBAHASAN

Pada aspek *stage of change* membahas mengenai perilaku seseorang yang sengaja diubah sepanjang dimensi temporal (DiClemente *et al.,* 1991) yang mana dalam hal ini terkait dengan tahapan seseorang dalam perubahan perilaku pola makan. Responden dalam penelitian ini saat ini sudah menjalani pola makan yang baik dan tetap ingin mengatur pola makannya untuk 6 bulan ke depan. Ketika seseorang pernah melakukan operasi usus buntu, dapat diasumsikan bahwa pengalaman yang mereka jalani tersebut dapat menjadi pemicu perubahan pola makan yang mereka terapkan. Pengetahuan yang diperoleh dari dokter terkait anjuran yang harus dipatuhi setelah operasi usus buntu mungkin memiliki dampak positif dalam menghadapi perubahan perilaku hidup sehat pasca operasi. Penelitian Warapsari dan Dewi menyebutkan bahwa perilaku subjek berubah sebagai akibat adanya informasi dari tenaga medis, media, dan orang terdekat (Warapsari, 2015). Pencarian informasi yang kurang dapat mempengaruhi pemilihan makan yang kita konsumsi karena semakin baik pengetahuan akan makanan sehat maka seseorang akan memperhatikan kualitas dari makanan yang dikonsumsinya (Iriantika & Margawati, 2017).

Decisional balance menyangkut pertimbangan baik dan buruknya perubahan yang akan dilakukan (DiClemente *et al.,* 1991). Hal ini menunjukkan bahwa sebanyak 18 orang yang mengambil keputusan yang baik untuk melakukan perubahan pola perilaku makan setelah operasi usus buntu, sedangkan sisanya yaitu sebanyak 16 orang tidak dapat mengambil keputusan dengan baik untuk melakukan perubahan pola perilaku makan. *Self efficacy* merupakan keyakinan dalam diri individu untuk melakukan perilaku yang mengarah pada hasil yang diinginkan. *Self efficacy* yang tinggi membantu mahasiswa mengatasi tantangan yang mungkin muncul dalam mengubah pola makan mereka pasca operasi usus buntu. Mereka

cenderung lebih termotivasi untuk tidak tergoda dengan banyaknya makanan yang tidak sehat pada zaman sekarang ini. Sesuai dengan apa yang disampaikan oleh Ghufron & Risnawati (2016) bahwa orang yang memiliki *self efficacy* rendah cenderung mudah menyerah dan meyakini bahwa dirinya pada hakikatnya tidak mampu untuk menerapkan pola hidup sehat termasuk dalam menerapkan pola makan sehat. Sedangkan orang yang memiliki *self efficacy* tinggi meyakini bahwa dirinya dapat menerapkan pola hidup sehat dan berusaha lebih keras untuk mengatasi setiap hambatan yang muncul.

KESIMPULAN

Berdasarkan pembahasan dalam penelitian ini, terdapat beberapa hasil kesimpulan sebagai berikut: 1) transtheoretical model pada mahasiswa pasca apendiktomi 68% termasuk dalam kategori tinggi. 2) Aspek stage of change, processes of change, dan self-efficacy merupakan aspek-aspek tinggi, artinya mahasiswa pasca apendiktomi sengaja merubah pola makan mereka, mencari informasi mengenai pola makan sehat, serta memiliki keyakinan yang tinggi. 3). Pada aspek decisional balance, meskipun kebermanfaatan perubahan pola makan memberikan dampak yang baik akan tetapi pengorbanan yang dilakukan responden masih rendah. Jadi dalam perubahan pola makan pada mahasiswa pasca apendiktomi ini memberikan dampak yang baik bagi kesehatan mereka, sehingga perubahan pola makan ini dilakukan.

DAFTAR PUSTAKA

Anisa, N. A., & Indarjo, S. (2021). Perilaku Sehat Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 yang Mengalami Gangren di Puskesmas Halmahera Kota Semarang. *Indonesian Journal of Public Health and Nutrition*, *1*(1), 73-79.

Arifuddin, A., Salmawati, L., & Prasetyo, A. (2017). Faktor risiko kejadian apendisitis di bagian rawat inap Rumah Sakit Umum Anutapura Palu. *Preventif: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, *8*(1).

Depkes RI. (2020). Riset Kesehatan Dasar. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementrian Kesehatan RI.

DiClemente, C. C., Prochaska, J. O., Fairhust, S. K., et al. (1991). The process of smoking cessation: An analysis of precontemplation, contemplation, and preparation stages of change. Journal of Consulting and Clinical Psychology, 59, 295-304.

Firdaus, F. Z., Suwarni, A., & Arumawati, D. S. (2015). *Hubungan Pengetahuan dan Perilaku Pasien Pasca Operasi Appendectomy Tentang Mobilisasi Dini di RSUD Dr. Soediran Mangun Sumarso Wonogiri* (Doctoral dissertation, Universitas Sahid Surakarta).

Ghufron, & Risnawati. 2016. Teori-teori Psikologi. (R. Kusumaningratri, Ed.). Yogyakarta: Ar-Ruzz Media.

Iriantika, K. A., & Margawati, A. (2017). Studi kualitatif pengaruh pemberian konseling gizi terhadap perubahan sikap dan pemilihan makan pada remaja putri overweight. *Journal of Nutrition College*, *6*(1), 19-27.

Mayangsari, I., & Asyanti, S. (2016). *Pengalaman rasa nyeri dan pengekspresiannya pada pasien pasca operasi* (Doctoral dissertation, UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA).

Natalia, M., Wijaya, A., & Buston, E. (2022). *Asuhan Keperawatan Pemenuhan Kebutuhan Rasa Nyaman Nyeri Pada Pasien Pascaoperasi Apendiktomi Di RS Bhayangkara Kota Bengkulu Tahun 2022* (Doctoral dissertation, Poltekkes Kemenkes Bengkulu).

Prochaska, J. O., & Velicer, W. F. (1997). The transtheoretical model of health behavior change. American Journal of Health Promotion, 12(1), 38-48. https://doi.org/10.4278/0890-1171-12.1.38

Sugiyono. (2019). Metodologi penelitian kuantitatif. Bandung: Alfabeta.

Waisani, S., & Khoiriyah, K. (2020). Penurunan Intensitas Skala Nyeri Pasien Appendiks Post Appendiktomi Menggunakan Teknik Relaksasi Benson. *Ners Muda*, *1*(1), 68-77.

Warapsari, A. (2015). Perilaku Sehat Pada Penderita Diabetes Mellitus Tipe II yang Telah Mengalami Retinopati Diabetika. Empati, 2(4), 20–32

Zamri, M., Pandia, H., & Asat, S. M. (2022). Sistem Pakar Diagnosa Penyakit Maag dan Usus Buntu Berbasis Web. *JEKIN-Jurnal Teknik Informatika*, *2*(1), 24-34.