

Analisa hubungan Terapi Diet Terhadap Perubahan Kadar Gula Darah pada Pasien Diabetes Mellitus di Ruang Rawat Inap RS Bahayangkara

Abdul Khamid¹, Sahrudi²

^{1,2} Departement of Nursing, STIKes Abdi Nusantara, Jakarta, Indonesia

Article Info	Abstrak
<p>Kata kunci: terapi diet; Kadar gula darah; Pasien diabetes mellitus</p> <p>Dikirim : 5 Maret 2021 Direvisi : 10 Maret 2021 Diterima : 10 Maret 2021</p> <p> Abdul Khamid  abdulkhamidi@gmail.com  https://orcid.org/0000-0002-0423-0060</p>	<p>Diabetes Mellitus (DM) merupakan penyebab kematian tertinggi ketiga di Indonesia. Pasien yang patuh pada diet mempunyai kontrol kadar gula darah yang lebih baik. RS Bhayangkara Brimob Kelapa Dua Depok setiap tahunnya jumlah pasien DM mengalami peningkatan dan diberikan terapi diet selain terapi obat dengan harapan kadar gula darah menjadi normal. Tujuan Penulisaan : Mengetahui analisa hubungan kepatuhan terapi diet terhadap perubahan kadar gula darah pada pasien diabetes mellitus di Ruang Rawat Inap RS. Bhayangkara Brimob Kelapa Dua Depok. Metode Penelitian : Penelitian ini merupakan penelitian analitik kuantitatif dengan rancangan <i>cross sectional</i>. Sampel dalam penelitian ini adalah pasien diabetes mellitus yang sudah dirawat tiga hari di Ruang Rawat Inap pada bulan Desember sebanyak 32 responden dengan teknik <i>total sampling</i>. Instrumen penelitian menggunakan lembar observasi dan kuesioner. Data merupakan data sekunder dan data primer dianalisis menggunakan uji <i>uji square</i>. Hasil Penelitian : Hasil analisis univariat diketahui sebagian besar pasien DM tidak patuh dalam melakukan terapi diet 71,9% dan perubahan kadar gula darah abnormal 78,1%. Hasil analisis bivariat diketahui bahwa ada hubungan terapi diet dengan perubahan kadar gula darah pada pasien diabetes mellitus dengan nilai <i>p value</i> 0,010. Kesimpulan dan Saran : Ada hubungan terapi diet dengan perubahan kadar gula darah pada pasien diabetes mellitus. Pasien diabetes melitus diharapkan dapat patuh melakukan terapi diet selain menggunakan terapi obat agar dapat menurunkan kadar gula darah dan mencegah terjadinya komplikasi yang tidak dapat disembuhkan</p>
	<p style="text-align: center;"><i>This is an open access article under the CC BY-SA license.</i></p> <div style="text-align: center;">  </div>

1. Pendahuluan

Diabetes melitus (DM) merupakan penyakit gangguan metabolisme kronis yang ditandai peningkatan glukosa darah (hiperglikemia), disebabkan karena ketidakseimbangan antara suplai dan kebutuhan insulin. Berkurang atau tidak adanya insulin menjadi glukosa tertahan di dalam darah dan menimbulkan peningkatan gula darah, sementara sel menjadi kekurangan glukosa yang sangat dibutuhkan dalam kelangsungan dan fungsi sel (Hasdianah, 2021) Penyakit Tidak Menular (PTM) termasuk diabetes saat ini telah menjadi ancaman serius kesehatan global. Menurut data *World Health Organization* (WHO, 2022), sekitar 422 juta orang di dunia menderita Diabetes Melitus. Berdasarkan data yang dipublikasikan oleh WHO, diabetes akan menjadi salah satu dari 10 besar penyebab kematian di seluruh dunia pada tahun 2022. Jumlah terbesar orang dengan diabetes diperkirakan berasal dari Asia Tenggara dan Pasifik Barat, terhitung sekitar setengah kasus diabetes di dunia. Diabetes Mellitus (DM) merupakan salah satu masalah kesehatan yang cukup menonjol di Indonesia. Penyakit ini menjadi penyebab kematian tertinggi ketiga di Indonesia setelah stroke dan jantung. Jumlah penderita diabetes di Indonesia terus meningkat dari 10,7 juta pada tahun 2019 menjadi 19,5 juta pada tahun 2021. Indonesia menduduki peringkat kelima dengan jumlah penderita diabetes terbanyak di dunia (Kemenkes RI, 2022). Berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018, prevalensi DM di Jawa Barat mencapai 1,74% (diperkirakan 570.611 penderita diabetes). Pada tahun 2021, Dinas Kesehatan Jawa Barat menemukan sejumlah 46.837 orang dengan Diabetes dan 17.379 atau 37,1% di antaranya tidak mendapatkan perawatan kesehatan yang layak sesuai standar pemerintah (Kemenkes RI, 2022). Berdasarkan data di Dinas Kesehatan Kota Depok tahun 2021 menduduki peringkat pertama dengan jumlah penderita diabetes terbanyak sekitar 23.188 orang (16,51%) (Dinas Kesehatan Kota Depok, 2022). Kondisi yang sama terjadi di RS Bhayangkara Brimob Kelapa Dua Depok menunjukkan bahwa pada tahun 2021 dari 38.749 pasien yang melakukan kunjungan didapatkan 5.109 pasien adalah penderita DM, dan yang melakukan rawat inap sebanyak 94 orang. Terjadi peningkatan pada tahun 2022 dari 38.772 pasien yang melakukan kunjungan didapatkan 5.228 pasien adalah penderita DM dan yang melakukan rawat inap sebanyak 228 orang (RS Bhayangkara Brimob Kelapa Dua Depok, 2023).

Diabetes melitus memiliki kriteria yaitu ditegakkan apabila kadar gula darah pada saat puasa kurang ≥ 126 mg/dl atau pada glukosa darah 2 jam setelah pembebanan ≥ 200 mg/dl, glukosa darah sewaktu ≥ 200 mg/dl dengan peningkatan nafsu makan, sering buang air kecil, haus dan dalam jumlah banyak serta berat badan menurun adalah tanda dan gejala DM (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2020). Penyakit degeneratif seperti DM disebut juga dengan *the silent killer* sebab penyakit ini dapat menyerang beberapa organ tubuh dan mengakibatkan berbagai macam keluhan. Dampak yang terjadi jika mengalami diabetes melitus menurut Hastuti (2021) akan menimbulkan terjadinya komplikasi di antaranya penyakit ginjal, kebutaan juga menjadi penyebab terjadinya amputasi. Beberapa faktor yang menyebabkan diabetes melitus menurut Damayanti (2020), yaitu genetik atau faktor keturunan, virus dan bakteri, bahan beracun dan nutrisi. Menurut Kemenkes RI (2020) diabetes dan komplikasinya

membawa kerugian ekonomi yang besar bagi penderita diabetes dan keluarga mereka, sistem kesehatan dan ekonomi nasional melalui biaya medis langsung, kehilangan pekerjaan dan penghasilan. Termasuk komponen biaya utama adalah rumah sakit dan perawatan rawat jalan, faktor lain yang membutuhkan biaya besar adalah kenaikan biaya untuk insulin analog 1 yang semakin banyak diresepkan meskipun sedikit bukti bahwa insulin tipe tersebut memberikan efek yang signifikan dibandingkan insulin manusia yang lebih murah. DM tidak dapat disembuhkan tetapi glukosa darah dapat dikendalikan melalui 4 pilar penatalaksanaan DM seperti edukasi, diet, olah raga dan obat-obatan. Kepatuhan diet pada penderita diabetes memegang peranan penting dalam menstabilkan kadar gula darah. Jika mengikuti diet, kadar gula darah Anda stabil. Tidak terkontrolnya kadar gula darah akibat dari klien tidak patuh mengikuti diet (Dewi, *et al.*, 2019). Pasien yang patuh pada diet akan mempunyai kontrol kadar gula darah (glikemik) yang lebih baik, dengan kontrol glikemik yang baik dan terus menerus akan dapat mencegah komplikasi akut dan mengurangi resiko komplikasi jangka panjang. Perbaikan kontrol glikemik berhubungan dengan penurunan kejadian kerusakan retina mata (retinopati), kerusakan pada ginjal (nefropati), dan kerusakan pada sel saraf (neuropati), sebaliknya bagi pasien yang tidak patuh akan mempengaruhi kontrol glikemiknya menjadi kurang baik bahkan tidak terkontrol, hal ini yang akan mengakibatkan komplikasi yang mungkin timbul tidak dapat dicegah (Suyono, 2021).

Penyebab ketidakpatuhan pasien DM dalam menjalankan terapi adalah tidak memahami dan salah memahami tentang manfaat diet. Pengetahuan yang baik akan membantu seseorang untuk selalu berperilaku patuh terhadap terapi tersebut. Mencegah terjadinya komplikasi diperlukan pencapaian keterkendalian kadar glukosa darah yaitu melalui pengaturan menu makanan yang diiringi dengan pengobatan secara medik, olahraga, dan pola hidup sehat (Krisnatuti, *et al.*, 2021). Hasil penelitian terdahulu dilakukan oleh Nursihhah dan Wijaya (2021) menunjukkan bahwa responden yang patuh diet dan gula darah terkontrol (77,3%), sedangkan responden yang tidak patuh diet dan gula darah tidak terkontrol (92,9%) , hasil uji statistik diperoleh nilai p sebesar $(0,000) < \alpha (0,05)$, artinya ada hubungan yang bermakna antara kepatuhan diet dengan pengendalian kadar gula darah. Begitu juga dengan hasil penelitian Rahmatiah *et al.* (2022) menunjukkan hasil dari 10 jurnal secara keseluruhan terdapat hubungan kepatuhan diet dengan kadar gula darah pada pasien diabetes melitus. Diet DM merupakan salah satu pilar utama pengelolaan DM, dengan mempertimbangkan jumlah kebutuhan kalori dan keteraturan makan yang dibutuhkan, melalui pengaturan menu makanan. Pengelolaan DM secara holistik dan mandiri selama hidup melalui edukasi berupa penyuluhan dapat meningkatkan kualitas hidup dan mencegah komplikasi akut dan komplikasi kronik yang sering menyebabkan cacat bahkan kematian (Suyono, 2021). Kepatuhan membutuhkan elemen pendukung untuk menjadi sukses. Faktor pendukung tersebut adalah motivasi untuk mematuhi diet dengan mengatur waktu dan kesempatan yang dibutuhkan untuk beradaptasi dengan dukungan keluarga, pengetahuan, dan kesempatan. (Dewi *et al.*, 2019). Mendukung pasien dalam kepatuhan diet, keluarga dapat mengatur, menyiapkan menu makanan, mengingatkan jadwal makan, dan mengawasi jumlah porsi serta jenis makanan yang bisa dimakan pada anggota

keluarga yang menderita Diabetes Melitus (Rosalina, 2019). Peran seorang perawat dalam memberikan asuhan keperawatan keluarga dengan salah satu dari anggota keluarga saat mengalami diabetes Melitus untuk terjadinya permasalahan lebih lanjut (Phitri & Widyaningsih, 2021). Hasil dari penelitian awal di RS. Bhayangkara Brimob Kelapa Dua Depok pada bulan Agustus tahun 2023 dari 47 pasien yang melakukan kunjungan, 32 pasien dilakukan rawat inap karena hasil kadar gulanya meningkat tajam sehingga diperlukan perawatan. Salah satu upaya dilakukannya perawatan sebagai upaya mendidik pasien dalam melakukan terapi diet, memberikan pengobatan dan memantau kadar gula darah secara rutin, Hasil observasi dari 5 pasien diabetes melitus, 3 diantaranya tidak mematuhi aturan diet DM yang telah diberikan oleh dokter ataupun petugas kesehatan lainnya seperti jadwal makan, jumlah, dan jenis (3J) Berdasarkan studi pendahuluan tersebut peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul “Analisa Hubungan Kepatuhan Terapi Diet terhadap Perubahan Kadar Gula Darah pada Pasien Diabetes Mellitus di Ruang Rawat Inap RS. Bhayangkara Brimob Kelapa Dua Depok”

2. Metode

Desain penelitian ini merupakan penelitian analitik kuantitatif dengan rancangan *cross sectional*. Waktu penelitian dilaksanakan pada bulan Waktu penelitian dilaksanakan pada tgl 1 - 31 Desember 2023. Tempat penelitian dilakukan di Ruang Rawat Inap RS. Bhayangkara Brimob Kelapa Dua Depok. Populasi dalam penelitian adalah seluruh pasien *diabetes mellitus* yang berada di Ruang Rawat Inap RS. Bhayangkara Brimob Kelapa Dua Depok pada bulan Desember 2023 sebanyak 32 responden. Sampel dalam penelitian ini sebanyak 32 responden pasien di RS. Bhayangkara Brimob Kelapa Dua Depok menggunakan pengambilan sampel *Total Sampling* dengan kriteria inklusi dan eksklusi. Variabel bebas dalam penelitian ini adalah terapi diet. Variabel terikat pada penelitian ini adalah perubahan kadar gula darah pada pasien diabetes mellitus. Data primer yang peneliti dapatkan dari kepatuhan responden dalam melakukan terapi diet, sedangkan data sekunder peneliti dapatkan dari hasil GDP. Peneliti menentukan hasil gula darah berdasarkan gula darah puasa, karena dari GDP maka keseluruhan responden dianjurkan untuk puasa terlebih dahulu selama 8 jam pada malam hari, dan diharapkan keakuratan dari kadar gula darah tersebut lebih tinggi. Adapun melihatnya berdasarkan data rekam medis, hal ini berkaitan dengan proses pengambilan darah dilakukan oleh laboran dengan jadwal yang sudah ditentukan. Pengolahan data dilakukan secara univariat dan bivariat dengan uji *Chi Square* menggunakan program SPSS.

3. Hasil

Terapi Diet	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Patuh	9	28,1
Tidak Patuh	23	71,9

Tabel 1. Distribusi frekuensi terapi diet pada pasien diabetes mellitus

Berdasarkan hasil penelitian pada tabel 1 diketahui dari 32 pasien diabetes mellitus sebagian besar tidak patuh dalam melakukan terapi diet sebanyak 23 orang (71,9%).

Perubahan Kadar Gula Darah	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Normal	7	21,9
Abnormal	25	78,1
Jumlah	32	100

Tabel 2. Distribusi frekuensi perubahan kadar gula darah pasien diabetes mellitus

Berdasarkan hasil penelitian pada tabel 2 diketahui dari 32 pasien diabetes mellitus sebagian besar dengan perubahan kadar gula darah abnormal sebanyak 25 orang (78,1%).

Tabel 3. Hubungan terapi diet terhadap perubahan kadar gula darah pada pasien diabetes mellitus

Terapi Diet	Perubahan Kadar Gula Darah				Jumlah		<i>P value</i>	OR CI (95%)
	Normal		Abnormal		f	%		
	f	%	f	%				
Patuh	5	55,6	4	44,4	9	100	0,010	13,125 (1,853-92,958)
Tidak Patuh	2	8,7	21	91,3	23	100		
Total	7	21,9	25	78,1	32	100		

Berdasarkan tabel 3 menunjukkan bahwa dari 9 pasien diabetes mellitus yang patuh dalam melakukan terapi diet terdapat 5 (55,6%) dengan perubahan kadar gula darah normal, sedangkan dari 23 pasien diabetes mellitus yang tidak patuh dalam melakukan terapi diet terdapat 21 (91,3%) dengan perubahan kadar gula darah abnormal. Hasil uji *Chi-Square* didapatkan nilai $p = 0,010 < 0,05$ yang berarti ada hubungan yang signifikan terapi diet terhadap perubahan kadar gula darah pada pasien diabetes mellitus di ruang rawat inap RS. Bhayangkara Brimob Kelapa Dua Depok. Nilai OR sebesar 13,125, sehingga dapat dinyatakan bahwa pasien diabetes mellitus yang patuh dalam melakukan terapi diet berpeluang 13,125 kali dengan perubahan kadar gula darah normal dibandingkan pasien diabetes mellitus yang tidak patuh dalam melakukan terapi diet.

4. Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian ditemukan bahwa pasien diabetes mellitus sebagian besar tidak patuh dalam melakukan terapi diet sebanyak 23 orang (71,9%). Sejalan dengan hasil penelitian Nursihhah dan Wijaya (2021) menunjukkan hasil sebagian besar responden tidak patuh dalam melakukan terapi diet sebesar 69,2%. Begitu juga dengan hasil penelitian Indriyani (2021) menunjukkan hasil bahwa sebagian besar

responden tidak patuh dalam melakukan terapi diet sebanyak 58.7%. Begitu juga dengan hasil penelitian Jayanti (2019) menunjukkan hasil 63% tidak patuh dalam melakukan terapi diet. Diet diabetes melitus adalah diet yang diberikan kepada penyandang diabetes melitus, dengan tujuan membantu memperbaiki kebiasaan makan untuk mendapatkan control metabolik yang lebih baik dengan cara menyeimbangkan asupan makanan dengan obat penurun glukosa oral ataupun insulin dan aktivitas fisik untuk mencapai kadar gula darah normal, mencapai dan mempertahankan kadar lipida dalam normal (Rudini dan Sulistiawan, 2019). Tujuan diet diabetes melitus adalah mempertahankan atau mencapai berat badan ideal, mempertahankan kadar glukosa darah mendekati normal, mencegah komplikasi akut dan kronik serta meningkatkan kualitas hidup (Hasdianah, 2021). Menurut Krisnatuti dkk (2021) syarat umum yang harus dipenuhi dalam penyusunan menu, diantaranya kebutuhan kalori disesuaikan dengan keadaan metabolik, umur, berat badan dan aktivitas tubuh; jumlah kalori disesuaikan dengan kesanggupan tubuh dalam menggunakannya; cukup protein, mineral dan vitamin dalam makanan; dan menggunakan bahan makanan yang mempunyai indeks glikemik rendah. Menurut Dewi *et al.* (2019) pola 3J (jadwal, jumlah dan jenis makanan) harus diingat bagi penderita diabetes dalam mengatur pola makan sehari-hari. Makanan yang berindeks glikemik lebih rendah adalah makanan yang kaya dengan serat, contohnya sayuran dan buah-buahan. Faktor-faktor kepatuhan menurut Fauzia *et al.* (2020) antara lain faktor intrinsik diantaranya motivasi, keyakinan dan kepribadian, faktor pengetahuan dan faktor sikap. Faktor ekstrinsik diantaranya faktor dukungan keluarga, dan faktor dukungan tenaga kesehatan. Peneliti berasumsi sebagian besar responden tidak patuh terhadap terapi diet, hal ini disebabkan oleh karena kurangnya motivasi untuk melakukan terapi tersebut yang disebabkan oleh karena adanya kebiasaan terhadap pola makan sehari-hari dengan porsi banyak, tanpa memandang jumlah kalori yang dikonsumsi sehingga pada saat dilakukannya terapi diet menjadikan tindakan tersebut sulit untuk dilakukan. Apalagi jenis makanan yang banyak disukai oleh penderita DM yaitu makanan yang manis-manis dengan porsi banyak, makanan yang mengandung banyak lemak. Sementara itu buah-buahan dan sayur-sayuran jarang dikonsumsi. Meskipun dari pihak rumah sakit memberikan makanan sesuai dengan terapi diet, akan tetapi pasien menambahnya dengan makanan yang didapat dari rumah dengan alasan masih lapar dan badan masih terasa lemas. Berdasarkan hasil penelitian ditemukan bahwa pasien diabetes mellitus sebagian besar dengan perubahan kadar gula darah abnormal sebanyak 25 orang (78,1%).

Sejalan dengan hasil penelitian Nursihhah dan Wijaya (2021) menunjukkan hasil sebagian besar responden dengan kadar gula darah tidak normal sebanyak 71,3%. Begitu juga dengan hasil penelitian Indriyani (2021) menunjukkan hasil bahwa sebagian besar responden dengan kadar gula darah tidak normal sebanyak 83.3% dengan hasil rata-rata 223,4mg/dL. Begitu juga dengan hasil penelitian Jayanti (2019) menunjukkan hasil bahwa sebagian besar gula darah responden tidak normal sebesar 70,4%. Kadar gula darah yaitu terbentuknya karbohidrat pada makanan yang kemudian disimpan sebagai glikogen pada hati serta otot rangka. Orang yang terkena diabetes melitus ditandai dengan kadar gula darah pada saat puasa diatas atau sama dengan 126 mg/dL. Menurut WHO, kadar gula darah normal ketika puasa 72-126 mg/dl, 90 menit

setelah makan: 10 mmol/l atau 180 mg/dl, malam hari : 8 mmol/l atau 144 mg/dl (Suyono, 2021). Faktor yang mempengaruhi kadar gula darah adalah pola makan yang salah, kurangnya aktivitas fisik, stress dan obesitas (Simatupang, 2021). Peneliti berasumsi sebagian besar responden dengan kadar gula darah tidak normal (abnormal), di mana berdasarkan hasil ditemukan sebagian besar responden dengan kadar gula darah > 126mg/dL. Hal ini disebabkan oleh karena terjadi resistensi insulin yang merupakan turunnnya kemampuan insulin untuk merangsang pengambilan glukosa oleh jaringan perifer dan untuk menghambat produksi glukosa oleh hati, hal ini menyebabkan terjadinya kadar gula dalam darah pasien meningkat. Beberapa faktor penyebab terjadinya kadar gula dalam darah pasien meningkat disebabkan oleh adanya pola makan yang salah yaitu tingginya karbohidrat yang dikonsumsi, sementara itu aktivitas fisik yang dilakukan kurang, faktor lainnya adalah responden mengalami stress dan adanya obesitas. Berdasarkan penelitian menunjukkan nilai $p = 0,010 < 0,05$ yang berarti ada hubungan yang signifikan terapi diet terhadap perubahan kadar gula darah pada pasien diabetes mellitus di ruang rawat inap RS. Bhayangkara Brimob Kelapa Dua Depok. Nilai OR sebesar 13,125, sehingga dapat dinyatakan bahwa pasien diabetes mellitus yang patuh dalam melakukan terapi diet berpeluang 13,125 kali dengan perubahan kadar gula darah normal dibandingkan pasien diabetes mellitus yang tidak patuh dalam melakukan terapi diet.

Sejalan dengan hasil penelitian widodo (2019) menunjukkan bahwa ada hubungan antara kepatuhan diet dengan kadar gula darah dengan p value 0,000. Hasil penelitian yang sama dilakukan oleh Rahmatiah *et al* (2022) dalam penelitiannya menunjukkan bahwa dari 10 jurnal yang diteliti secara keseluruhan terdapat hubungan antara kepatuhan diet dengan kadar gula darah. Begitu juga dengan hasil penelitian Nursihhah dan Wijaya (2021) menunjukkan hasil ada hubungan antara kepatuhan diet dengan kadar gula darah dengan p value 0,000. Kepatuhan diet adalah ketaatan terhadap makanan dan minuman yang dikonsumsi pasien DM setiap hari untuk menjaga kesehatan dan mempercepat proses penyembuhan. Melaksanakan diet harus sesuai dengan ketentuan yang ada yang sudah ditentukan dari program diet tersebut seperti membatasi dan mengurangi makanan dan minuman yang mengandung banyak gula dan tinggi karbohidrat, makan sesuai dengan jadwal, dan makanan yang masuk harus tepat jumlahnya (Damayanti, 2020). Pengobatan utama diabetes melitus yaitu dengan diet, penderita diabetes melitus harus mengikuti diet yang tepat untuk menghindari komplikasi akut dan kronis. Pasien tidak akan mengalami komplikasi kronis maupun akut jika mengikuti diet yang benar dan tepat. Komplikasi yang berujung pada kematian tidak akan terjadi jika pasien mengikuti pola makan dengan benar (Rudini & Sulistiawan, 2019). Niven (2020) mengatakan pasien yang patuh akan mempunyai kontrol glikemik yang lebih baik, dengan kontrol glikemik yang baik dan terus menerus akan dapat mencegah komplikasi akut dan mengurangi resiko komplikasi jangka panjang. Perbaikan kontrol glikemik berhubungan dengan penurunan resiko retinopati, nefropati, dan neuropati. Sebaliknya, bagi pasien yang tidak patuh akan mempengaruhi kontrol glikemiknya menjadi kurang baik bahkan tidak terkontrol, hal ini akan mengakibatkan komplikasi yang mungkin timbul tidak dapat dicegah. Peneliti berasumsi adanya hubungan antara terapi diet dengan perubahan kadar gula darah pasien DM, hal ini dapat dilihat dari hasil bahwa

pasien yang tidak patuh dalam melakukan terapi diet sebagian besar kadar gula darahnya tidak normal, sedangkan pasien yang patuh dalam melakukan terapi diet sebagian besar kadar gula darahnya normal. Terjadi demikian disebabkan oleh karena pasien yang patuh menandakan taat terhadap aturan yang dianjurkan dalam asupan makanan maupun minuman yang harus dikonsumsi. Mereka memiliki motivasi yang tinggi dengan harapan agar cepat sembuh dan segera pulang. Mereka hanya mengkonsumsi makanan yang diberikan oleh pihak rumah sakit sesuai dengan jenis, jumlah, dan jadwal yang ditentukan sehingga terapi diet sesuai dengan aturan. Lain halnya pada pasien yang tidak patuh dalam melakukan terapi diet, mereka akan menambah asupan makanan yang didapat dari rumah dengan jenis makanan yang manis-manis dan porsi yang banyak sehingga menjadikan kadar gula darah responden menjadi tidak stabil. Perlu adanya kepatuhan dalam melakukan terapi diet, hal ini disebabkan oleh karena jika tidak patuh dalam melakukan terapi diet maka akan berdampak pada meningkatnya kadar gula darah. Hal ini akan menimbulkan terjadinya komplikasi yang mungkin timbul dan tidak dapat dicegah seperti retinopati, nefropati, dan neuropati. Salah satu upaya untuk meningkatkan kepatuhan dalam melakukan terapi diet adalah dengan meningkatkan motivasi dalam diri pasien itu sendiri untuk melakukan terapi tersebut dengan harapan agar kadar gula darah dalam tubuh menjadi normal. Upaya lainnya adalah dukungan dari keluarga untuk memberikan motivasi dengan cara mendampingi, memberikan nasehat dan membantu pasien dalam meningkatkan kepercayaan diri bahwa pasien mampu untuk patuh dalam melakukan terapi diet, tidak lupa dukungan dari tenaga kesehatan dalam melakukan pemantauan secara terus-menerus dan memberikan pendidikan kesehatan kepada pasien serta keluarganya dengan harapan agar kadar gula darah pasien menjadi stabil sehingga tidak menimbulkan terjadinya komplikasi.

5. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai analisa hubungan terapi diet terhadap perubahan kadar gula darah pada pasien diabetes mellitus di ruang rawat inap RS. Bhayangkara Brimob Kelapa Dua Depok, maka penulis membuat kesimpulan sebagai berikut: Distribusi Frekuensi Terapi Diet pada Pasien Diabetes Mellitus di Ruang Rawat Inap RS. Bhayangkara Brimob Kelapa Dua Depok. Berdasarkan hasil penelitian ditemukan bahwa pasien diabetes mellitus sebagian besar tidak patuh dalam melakukan terapi diet sebanyak orang (71,9%). Diketahui dari 32 pasien diabetes mellitus sebagian besar tidak patuh dalam melakukan terapi diet sebanyak 23 orang (71,9%). dan 32 pasien diabetes mellitus sebagian besar dengan perubahan kadar gula darah abnormal sebanyak 25 orang (78,1%) Dari 9 pasien diabetes mellitus yang patuh dalam melakukan terapi diet terdapat 5 (55,6%) dengan perubahan kadar gula darah normal, sedangkan dari 23 pasien diabetes mellitus yang tidak patuh dalam melakukan terapi diet terdapat 21 (91,3%) dengan perubahan kadar gula dari abnormal. didapatkan nilai $p = 0,010 < 0,05$ yang berarti ada hubungan yang signifikan terapi diet terhadap perubahan kadar gula darah pada pasien diabetes mellitus di ruang rawat inap RS. Bhayangkara Brimob Kelapa Dua Depok.

6. Daftar Pustaka

- Damayanti, S. (2020). *Diabetes Melitus dan Penatalaksanaan Keperawatan*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Dewi, T., Amir, A., & Sabir, M. (2019). Kepatuhan Diet Pasien Dm Berdasarkan Tingkat Pengetahuan dan Dukungan Keluarga. *Media Gizi Pangan*, 25(1), 55–63.
- Dinas Kesehatan Kota Depok. (2022). *Buku Saku Profil Kesehatan Kota Depok Tahun 2021*. Dinas Kesehatan Kota Depok.
- Fauzia, Y., Sari, E., Artini, B. (2020). Gambaran Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kepatuhan Diet Penderita Diabetes Mellitus di Wilayah Puskesmas Pakis Surabaya. *Jurnal Keperawatan*, 4(2).
- Hasdianah. (2021). *Mengenal Diabetes Mellitus Pada Orang Dewasa dan Anak Anak Dengan Solusi Herbal*. Yogyakarta : Nuha Medika
- Hastuti, R.T. (2021) *Penatalaksanaan Diabetes Mellitus Terpadu*. Jakarta: Balai Penerbit FKUI
- Indriyani. M. (2021). Hubungan Kepatuhan Diet dengan Kadar Gula Darah pada Penderita Diabetes Melitus di Wilayah Kerja Puskesmas Mranggen 1. *Skripsi*. Prodi S1 Keperawatan Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Islam Sultan Agung Semarang.
- Jayanti. D. P. (2020). Hubungan Kepatuhan Diet terhadap Kadar Gula Darah Penderita Diabetes Melitus di Posbindu Wilayah Kerja Puskesmas Sukamerindu Kota Bengkulu. *Skripsi*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia Politeknik Kesehatan Kemenkes Bengkulu Jurusan Gizi Program Studi Diploma IV.
- Kementrian Kesehatan Republik Indonesia. (2020). *Tetap Produktif, Cegah Dan Atasi Diabetes Mellitus*. Jakarta: Pusat Data Dan Informasi Kementerian Kesehatan RI.
- Kemenkes RI P2PTM. (2022). *Cegah, Cegah dan Cegah: Suara Dunia Perangi Diabetes*. Jakarta: Direktorat Pencegahan dan Pengendalian Penyakit Tidak Menular Direktorat Jenderal Pencegahan dan Pengendalian Penyakit.kabupaten nagara batin
- Krisnatuti, D., Yenrina, R & Rasjmida, D. (2021). *Diet Sehat Untuk Penderita Diabetes Mellitus*. Jakarta : Penebar Swadaya.
- Niven, N. (2020). *Psikologi Kesehatan: Pengantar untuk Perawat dan Tenaga Kesehatan Profesional Lain*. Jakarta: EGC.
- Nursihhah M, Wijaya DS. (2021). Hubungan Kepatuhan Diet terhadap Pengendalian Kadar Gula Darah pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2. *Jurnal Medika Utama (JMH)*. Volume 2 No 3.
- Rahmatiah. S., Basri. M., Baharuddin. K., Khaerunnisa., Yakub. A. S. (2023). Literature Review : Hubungan Kepatuhan Diet dengan Kadar Gula Darah pada Pasien Diabetes Melitus. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Diagnosis*. Vol. 17 (2) pp. 40-45. eISSN : 2302-2531.
- Rosalina, R. (2019). Peran Informal Keluarga Dalam Pengendalian Kadar Glukosa Darah Pada Penderita Diabetes Mellitus. *Jurnal Ilmu Keperawatan Komunitas*, 1(2).

RS Bhayangkara Brimob Kelapa Dua Depok. (2023). *Data Penderita Diabetes Melitus Tahun 2021-2022*. RS Bhayangkara Brimob Kelapa Dua Depok.

Rudini D, Sulistiawan, A. (2019). Analisis Pengaruh Kepatuhan Pola Diet DM terhadap Kadar Gula Darah DM Tipe II. *Jurnal Ilmu Keperawatan Komunitas*, 1(2).