

Hubungan Tingkat Pengetahuan Diet Diabetes Melitus dengan Kepatuhan Diet pada Penderita Diabetes Melitus

Nofa Anggraini¹, Handayani²

Program Studi Kebidanan, STIKes Abdi Nusantara, Indonesia
arfinofry@gmail.com

Info Artikel	ABSTRACT
Article history: Dikirim 14 Maret, 2020 Direvisi 24 Mei, 2020 Diterima 27 Juni, 2020	Jawa Barat memiliki prevalensi total DM sebanyak 1,3% dan merupakan salah satu Provinsi di Indonesia dengan jumlah Diabetes yang cukup tinggi. Masalah utama pada pasien diabetes mellitus yaitu adanya peningkatan kadar glukosa dalam darah yang disebut dengan hiperglikemia. Hiperglikemia dapat menyebabkan kerusakan berbagai sistem tubuh terutama syaraf pembuluh darah dan juga dapat mengenai berbagai organ. Perencanaan makan menjadi komponen yang sangat penting bagi pengelolaan diabetes mellitus. Perencanaan yang baik dipengaruhi oleh faktor pengetahuan. Pengetahuan yang cukup tentang diet diabetes melitus dapat mengendalikan kondisi penyakitnya dengan mengontrol pola makan. Untuk mengetahui hubungan tingkat pengetahuan diet diabetes mellitus dengan kepatuhan diet pada pasien diabetes melitus di Rumah Sakit Islam Jakarta Pondok Kopi. Desain penelitian menggunakan deskriptif korelasi dengan metode penelitian pendekatan cross- sectional. Populasi yang, pasien DM yang datang berkunjung di Rumah Sakit Islam Jakarta Pondok Kopi pada bulan Februari 2018 adalah sebanyak 85 pasien. Hasil analisis ada hubungan antara pengetahuan diet diabetes mellitus dengan kepatuhan diet pada pasien diabetes mellitus di Rumah Sakit Islam Jakarta Pondok Kopi. Hasil uji statistik diperoleh nilai p value = 0,000 dan diperoleh pula nilai OR = 19,904, artinya pasien diabetes mellitus yang pengetahuannya baik mempunyai peluang 19,904 kali lebih patuh dibandingkan dengan yang pengetahuan kurang. Ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan diet diabetes mellitus dengan kepatuhan diet pada pasien diabetes mellitus di Rumah Sakit Islam Jakarta Pondok Kopi.
Kata Kunci: Pengetahuan Diet, Kepatuhan Diet, Diabetes Melitus	This is an open access article under the CC BY-SA license. 
Corresponding Author: Nama : Nofa Anggraini Address : Jl. Swadaya No.19, Jatibening, Kec. Pondokgede Kota Bekasi, Jawa Barat 17412, Indonesia Email : arfinofry@gmail.com	

1. PENDAHULUAN

Diabetes Melitus (DM) dikenal juga dengan penyakit kencing manis atau kencing gula. Diabetes Melitus tergolong penyakit kronis dan tidak menular yang penderitanya tidak dapat secara otomatis mengendalikan tingkat gula (glukosa) dalam darahnya (hiperglikemia). Hiperglikemia merupakan salah satu tanda khas penyakit diabetes melitus, meskipun juga didapatkan pada beberapa keadaan lain (PERKENI 2015). Diabetes melitus merupakan pengetahuan metabolik dengan ciri-ciri adanya hiperglikemia akibat adanya kelainan sekresi insulin, kelainan insulin atau kedua-duanya (America Diabetic Association, 2015). Menurut badan kesehatan dunia (WHO) memprediksi kenaikan jumlah DM di Indonesia dari 8,4 juta pada tahun 2000 menjadi 21,3 juta pada tahun 2030. Sedangkan data (IDF) 2015 menyebutkan jumlah diabetes 415 juta dan diperkirakan terus meningkat pada tahun 2040 sekitar 642 juta (55%).

Indonesia menduduki peringkat ke 7 (7,6 juta penderita) dari sepuluh peringkat negara dengan kasus DM terbanyak dunia. Sedangkan menurut data riset (RISKEDAS, 2013) terjadi prevalensi diabetes sebanyak 6,8 % di Indonesia dan data terbaru (PERKENI, 2015) jumlah penderita DM bergeser naik dari peringkat 7 menjadi peringkat 5 teratas diantara negara-negara dengan jumlah terbanyak merujuk kepada prevalensi masalah Jawa Barat memiliki prevalensi total DM sebanyak 1,3 % dan merupakan salah satu provinsi di Indonesia dengan jumlah diabetes yang cukup tinggi (RISKEDAS, 2013).

Dari studi pendahuluan yang dilakukan di RS. Islam Jakarta Pondok Kopi didapatkan data pasien DM pada tahun 2015 sejumlah 240 pasien, tahun 2016 sejumlah 320 pasien, dan tahun 2017 sejumlah 380 pasien. Berdasarkan data tersebut kunjungan pasien DM dari tahun ke tahun terdapat peningkatan jumlah pasien DM, berdasarkan wawancara dengan 10 orang pasien DM didapatkan data 4 orang (40%) mengatakan mengetahui tentang diet DM terkait makanan yang boleh dan tidak boleh dikonsumsi sedangkan 6 orang (60%) lagi mengatakan tidak tahu tentang diet DM makan sesuai dengan makanan sehari-hari yang disediakan oleh keluarga dan tidak berdasarkan diet DM. Dari latar belakang diatas tingkat hubungan pengetahuan diet DM dengan kepatuhan diet DM saling berhubungan. Selanjutnya peneliti tertarik melakukan penelitian dengan judul "Hubungan Pengetahuan Diet DM dengan Kepatuhan Diet Pada Pasien DM di RS. Islam Jakarta Pondok Kopi", sedangkan tujuan khusus dalam penelitian ini adalah mengetahui tingkat pengetahuan diet DM pada penderita DM di RSIPK.

2. METODE

Penelitian ini merupakan penelitian non-eksperimen menggunakan metode deskriptif kuantitatif korelasional yaitu suatu penelitian yang bertujuan untuk melihat hubungan antara dua variabel yaitu tingkat pengetahuan sebagai variabel bebas dan kepatuhan diet pada penderita DM sebagai variabel terikat. Pendekatan waktu yang digunakan dalam penelitian ini dengan pendekatan cross sectional yaitu sebab atau resiko dan akibat atau kasus yang terjadi pada objek penelitian dikumpulkan dalam waktu yang bersamaan (Notoatmojo, 2011).

Populasi yang akan menjadi responden dalam penelitian ini adalah pasien DM yang datang berkunjung di RS Islam Jakarta Pondok Kopi pada bulan Februari 2018 sebanyak 85 pasien. Instrumen yang digunakan untuk mengukur penelitian ini adalah kuisioner.

3. HASIL

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Pengetahuan Tingkat Pengetahuan Diet Diabetes Melitus dengan Kepatuhan Diet pada Penderita Diabetes Melitus

Variabel	Kategori	Jumlah	Persentase %
Pengetahuan	Kurang	19	22.4
	Cukup	31	36.5
	Baik	35	41.2
	Total	85	100

Distribusi frekuensi responden berdasarkan pengetahuan tentang diet DM paling banyak dengan pengetahuan baik yaitu 35 orang (41,2%), pengetahuan cukup 31 orang (36,5) dan pengetahuan kurang sebanyak 19 orang (22,4%).

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Kepatuhan Tingkat Pengetahuan Diet Diabetes Melitus dengan Kepatuhan Diet pada Penderita Diabetes Melitus

Variabel	Kategori	Frekuensi	Persentase %
Kepatuhan	Tidak Patuh	49	57.6
	Patuh	36	42.4
	Total	85	100

Distribusi frekuensi responden berdasarkan kepatuhan tentang diet DM paling banyak tidak patuh yaitu 49 orang (57,6%), patuh sebanyak 36 orang (42,4%).

Tabel 3. Distribusi responden berdasarkan tingkat pengetahuan dan kepatuhan diet pada pasien diabetes mellitus di rumah sakit islam Jakarta pondok kopi tahun 2018

menit di rumah sakit Islam Jakarta pondok Kopi tahun 2010								
Pengetahuan	Kepatuhan				Total		OR 95% CI	P value
	Tidak Patuh		Patuh					
	N	%	N	%	N	%		
Kurang	13	68.4	6	31.6	19	100	19.904	0.000
Cukup	28	90.3	3	9.7	31	100	(5.829-	
Baik	8	22.9	27	77.1	35	100	67.967)	
Jumlah	49	57.6	36	42.4	85	100		

Hasil analisis hubungan dari 19 responden dengan pengetahuan kurang paling banyak tidak patuh dalam melaksanakan diet diabetes mellitus yaitu sebanyak 13 responden (68,4%), dari 31 responden dengan pengetahuan cukup paling banyak tidak patuh dalam melaksanakan diet diabetes mellitus sebanyak 28 responden (90,3%), dari 35 responden dengan pengetahuan baik paling banyak patuh dalam melaksanakan diet diabetes mellitus yaitu sebanyak 27 responden (77,1). Hasil uji statistik diperoleh nilai p value = 0,000, maka dapat disimpulkan ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan diet diabetes mellitus dengan kepatuhan diet pada pasien diabetes mellitus di Rumah Sakit Islam Jakarta Pondok Kopi). Dari hasil analisis diperoleh pula nilai OR = 19,904, artinya pasien diabetes mellitus yang pengetahuannya baik mempunyai peluang 19,904 kali lebih patuh dibandingkan dengan yang pengetahuan kurang.

4. PEMBAHASAN

Hasil penelitian pengetahuan responden menunjukkan bahwa pengetahuan responden didominasi oleh pengetahuan baik sebanyak 35 orang (41,2%), pengetahuan cukup 31 orang (36,5) dan pengetahuan kurang sebanyak 19 orang (22,4%). Semakin tua umur seseorang maka proses perkembangan mentalnya bertambah baik, akan tetapi pada umur tertentu bertambahnya proses perkembangan mental tidak secepat seperti ketika berumur belasan tahun. Seseorang penderita diabetes mellitus yang telah mempunyai umur lebih dari 65 tahun cenderung tidak mudah untuk menerima perkembangan informasi baru yang menunjang derajat kesehatannya. Hal ini dikarenakan proses berfikir yang dimiliki oleh responden mengalami penurunan dalam hal mengingat dan menerima sesuatu hal yang baru (Notoatmodjo, 2007).

Jenis kelamin tidak berpengaruh terhadap diabetes mellitus, baik laki-laki maupun perempuan beresiko terkena diabetes. Namun pada penelitian ini didapatkan yang lebih banyak menderita diabetes mellitus yaitu laki-laki daripada perempuan. Hal ini disebabkan karena laki-laki tidak dapat mengontrol makanan yang dimakan. Mereka meyakini makan dalam porsi Notoatmodjo banyak dapat menyehatkan diri (Citra, 2014).

Pendidikan adalah suatu kegiatan atau proses pembelajaran untuk mengembangkan atau meningkatkan kemampuan tertentu, sehingga sasaran pendidikan itu dapat berdiri sendiri. Semakin rendah pendidikan yang dimiliki maka akan semakin rendah pula kemampuan yang akan dimiliki seseorang dalam menyikapi suatu permasalahan.

Berdasarkan hasil penelitian yang didapatkan di Rumah Sakit Islam Pondok Kopi yang diperoleh usia lansia awal yang cenderung mengalami penurunan dalam hal mengingat dan

menerima sesuatu hal yang baru. Sehingga dalam hal memberikan informasi diperlukan media informasi yang mudah diingat dan dilakukan pendidikan kesehatan setiap sesering mungkin.

Berdasarkan hasil penelitian, distribusi karakteristik menurut kepatuhan pada pasien diabetes mellitus sebagian besar tidak patuh sebanyak 49 orang (57,6%).

Notoatmodjo (2012), mengungkapkan pada aspek psikologis dan mental taraf berfikir seseorang semakin matang dan dewasa, mengemukakan bahwa makin tua umur seseorang maka proses perkembangan mentalnya ini tidak secepat ketika kita berumur belasan tahun. Seorang pasien diabetes mellitus yang telah berusia > 75 tahun cenderung tidak mudah untuk menerima perkembangan atau informasi baru yang menunjang derajat kesehatannya (Suryono, 2010).

Kepatuhan diet merupakan usaha yang dilakukan responden untuk mengatur porsi dan jenis makanan yang dikonsumsi. Kepatuhan diet yang paling tinggi pada jenis makanan karena makanan penderita diabetes mellitus sama dengan orang yang tidak diabetes mellitus, yaitu makanan dengan gizi seimbang (Sutrisno, 2012).

Hal yang serupa dari hasil penelitian yang dilakukan Ridianti (2010) menunjukkan kepatuhan paling banyak adalah kategori cukup, karena kepatuhan merupakan tahap pertama dari perubahan perilaku dimana tahap ini masih perlu pengawasan. Perencanaan makanan itu penting untuk mencegah hiperglikemia, hipoglikemia, dan mempertahankan keseimbangan metabolik.

Peneliti menyimpulkan bahwa kepatuhan diet pasien Diabetes Melitus sangat berhubungan dengan pengalaman, dukungan keluarga, kepercayaan yang didapat sebelumnya atau dari seseorang. Sehingga terjadi perubahan perilaku dari yang tidak mentaati peraturan ke perilaku yang mentaati peraturan.

Berdasarkan hasil uji statistik dengan chi square menunjukkan ada hubungan pengetahuan dengan kepatuhan diet pasien diabetes mellitus di Rumah Sakit Islam Jakarta Pondok Kopi. Hasil analisis hubungan dari 19 responden dengan pengetahuan kurang paling banyak tidak patuh dalam melaksanakan diet diabetes mellitus yaitu sebanyak 13 responden (68,4%), dari 31 responden dengan pengetahuan cukup paling banyak tidak patuh dalam melaksanakan diet diabetes mellitus sebanyak 28 responden (90,3%), dari 35 responden dengan pengetahuan baik paling banyak patuh dalam melaksanakan diet diabetes mellitus yaitu sebanyak 27 responden (77,1%).

Hasil uji statistik diperoleh nilai p value = 0,000, maka dapat disimpulkan ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan diet diabetes mellitus dengan kepatuhan diet pada pasien diabetes mellitus di Rumah Sakit Islam Jakarta Pondok Kopi. Dari hasil analisis diperoleh pula nilai $OR = 19,904$, artinya pasien diabetes mellitus yang pengetahuannya baik mempunyai peluang 19,904 kali lebih patuh dibandingkan dengan yang pengetahuan kurang.

Menurut Notoatmodjo (2012) pengetahuan atau kognitif merupakan domain yang sangat penting untuk terbentuknya suatu tindakan, perilaku yang didasari pengetahuan akan lebih langgeng dari pada yang tidak didasari pengetahuan. Pengetahuan tentang kesehatan dapat membantu individu-individu tersebut untuk beradaptasi dengan penyakitnya, mencegah komplikasi mematuhi program terapi dan belajar untuk memecahkan masalah ketika menghadapi situasi baru.

Hal ini sejalan dengan pendapatnya Hendro (2010) menyatakan bahwa pengetahuan diet terhadap kepatuhan diet bisa saja dipengaruhi oleh seberapa sering melakukan konsultasi dengan tenaga kesehatan, dan penderita lainnya sehingga informasi yang didapatkan juga sudah banyak dari berbagai media maupun penyuluhan kesehatan.

Hal yang serupa diungkapkan oleh Miko (2012), pengetahuan diet berperan penting kepatuhan diet diabetes mellitus, karena pengetahuan dari tenaga kesehatan, sesama penderita diabetes mellitus dan media massa dapat mempengaruhi kepatuhan diet yang diinginkan. Tanpa adanya pengetahuan diet diabetes mellitus yang baik mustahil kepatuhan diet dapat dilaksanakan sesuai dengan anjuran. Didukung dalam penelitian yang dilakukan Citra (2014), bahwa kepatuhan

dipengaruhi oleh beberapa faktor diantaranya usia, dukungan keluarga, jenis makanan yang tersedia dan kemauan kuat penderita diabetes mellitus untuk menjalankan diet yang baik dan benar. Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Maemunah (2010), dengan judul “Hubungan Tingkat Pengetahuan dengan Kepatuhan Menjalankan Terapi Diet Diabetes Mellitus Di Puskesmas Mranggen I Kabupaten Demak”. Menyatakan bahwa ada hubungan antara tingkat pengetahuan dengan kepatuhan menjalankan terapi diet diabetes mellitus di Puskesmas Mranggen I Kabupaten Demak.

Peneliti menyimpulkan bahwa pengetahuan yang baik tidak selalu diimbangi oleh sikap patuh seseorang. Karena sikap patuh seseorang dipengaruhi beberapa hal diantaranya usia, dukungan keluarga, jenis makanan yang tersedia dan kemauan kuat penderita diabetes mellitus untuk menjalankan diet yang baik dan benar. Hasil penelitian di Rumah Sakit Islam Jakarta Pondok Kopi didapatkan pasien DM yang tidak patuh dengan pengetahuan kurang sebanyak 68,4% dan pengetahuan cukup sebanyak 90,3%. Banyaknya pasien DM yang tidak patuh dikarenakan kurangnya dukungan keluarga untuk memotivasi anggota keluarganya untuk patuh terhadap diet yang dianjurkan oleh tenaga kesehatan. Peran dan motivasi keluarga untuk kepatuhan pasien DM terhadap diet sangat penting walaupun pengetahuan pasien sudah baik.

5. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan kepada 85 responden di Rumah Sakit Islam Jakarta Pondok Kopi, dari hasil uji analisis data menunjukkan bahwa adanya hubungan yang signifikan antara pengetahuan dengan kepatuhan pasien diabetes mellitus di Rumah Sakit Islam Jakarta Pondok Kopi. Hal ini dapat dibuktikan dengan data yang diperoleh dari hasil uji analisis sebagai berikut:

Hasil penelitian menurut pengetahuan didominasi oleh pengetahuan kurang sebanyak 58 orang (68,2%) karena tidak mengetahui diet DM dan pengetahuan baik sebanyak 27 orang (31,8%). Hasil penelitian terkait kepatuhan pada pasien diabetes mellitus sebagian besar tidak patuh sebanyak 49 orang (57,6%), karena diet DM menyusahkannya sedangkan untuk yang patuh sebanyak 36 orang (42,4%). Hasil uji statistik diperoleh nilai $p = 0,000$, maka dapat disimpulkan ada hubungan pengetahuan pada pasien diabetes mellitus antara pasien yang tidak patuh dengan pasien yang patuh. nilai OR = 19.904, artinya pasien diabetes mellitus yang pengetahuannya baik mempunyai peluang 19.904 kali untuk patuh dibandingkan dengan yang tidak patuh.

ACKNOWLEDGMENT

Kami mengucapkan terima kasih kepada seluruh peserta yang telah mengikuti studi ini dan terima kasih kepada STIKes Abdi Nusantara yang telah memberikan dana.

REFERENCES

- American Diabetes Association. (2014). *Standard Of Medical Care in Diabetes*. *Diabetes Care*, Volume 36, S11 *International Diabetes Federation*. (2015). *IDF Diabetes Atlas*. Sixth Edition
- Notoatmodjo, S (2003). *Pendidikan dan Perilaku Kesehatan*, Jakarta: Rineka Cipta
- (2010), *Ilmu Perilaku Kesehatan*, Jakarta. Rineka Cipta
- (2011), *Metodologi Penelitian Kesehatan*, Jakarta. Rineka Cipta
- Ndraha, S. (2014). *Diabetes Mellitus Tipe 2 dan Tatalaksana Terkini*. Depertemen Penyakit Dalam Fakultas Kedokteran Univeritas Krida Wacana Jakarta. Vol (27). No (2). Hal 9-16
- PERKENI. (2011). *Konsensus Pengelolaan dan Pencegahan Diabetes Melitus Tipe 2 di Indonesia*. <http://perkeni.net/>. Tanggal 5 Maret 2017 jam 18.00 WIB
- Citra, Juniarti, dkk. *Hubungan Pengetahuan dengan Kepatuhan Diet pada Penderita Diabetes Melitus yang dirawat di RSUD Labuang Baji Makassar*. [jurnal Volume 4 Nomor 1] Stikes Nani Hasannudin; 2014