Kepatuhan Penderita Diabetes Melitus Tipe II mengenai Pola Diet di Wilayah Kerja Puskesmas Penujak Lombok Tengah

Syamdarniati[1)*], Muhammad Alwi Andi[1)], Dwi Nur Sukma Furqoti[1)]
Email: yumaalita21@gmail.com

[1)] STIKES YARSI MATARAM

ABSTRAK

Penyakit masyarakat yang terus mengalami peningkatan setiap tahunnya dan menjadi salah satu ancaman kematian di dunia adalah Diabetes Melitus. Kepatuhan diet pasien Diabetes Melitus sangat berperan penting untuk menstabilkan kadar glukosa darah, sedangkan kepatuhan itu sendiri merupakan suatu hal yang penting untuk dapat mengembangkan rutinitas (kebiasaan) yang dapat membantu penderita dalam mengikuti jadwal diet. Berdasarkan hasil laporan tahunan Dinas Kesehatan NTB mengalami peningkatan yang cukup pesan dan berdasarkan data yang didapakan bahwa terjadi peningkatan kejadian Diabetes Melitus Tipe 2 di wilayah kerja Puskesmas Penujak. Menurut asumsi peneliti angka kejadian Diabetes Melitus Tipe 2 di wilayah kerja Puskesmas Penujak mengalami peningkatan dikarenakan dari hasil penelitian didapatkan bahwa responden banyak yang tidak melakukan kontrol secara rutin dan masih banyak yang kurang patuh terhadap pemenuhan jadwal makan yang tepat. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran kepatuhan diet penderita Diabetes Melitus Tipe 2 di wilayah kerja Puskesmas Penujak Lombok Tengah. Sampel penelitian ini berjumlah 81 responden dengan teknik *purposive sampling*. Jenis penelitian yang digunakan adalah deskriptif kuantitatif dengan pendekatan *cross-sectional*. Instrumen yang digunakan yaitu kuesioner kepatuhan penderita Diabetes Melitus Tipe 2 mengenai pola diet. Analisis univariat dilakukan dengan cara mencari distribusi frekuensi setiap variabel penelitian untuk mengetahui proporsi atau gambaran dari variabel penelitian. Hasil penelitian menunjukkan gambaran kepatuhan diet didapatkan responden dengan kategori cukup patuh sebanyak 72 responden (88,9%). Berdasarkan hasil penelitian ini dibutuhkan program puskesmas dan edukasi yang lebih optimal lagi agar dapat meningkatkan kepatuhan diet dalam kategori yang baik dan menurunkan angka kejadian Diabetes Melitus Tipe 2. Keluarga dapat melakukan pendampingan dan perhatian agar penderita Diabetes Melitus Tipe 2 semangat dalam melakukan pengobatan secara teratur dan diharapkan keluarga dapat mendampingi dalam mengatur pola makan lansia agar lebih patuh lagi.

Kata kunci: Kepatuhan, Pola Diet, Diabetes Melitus Tipe 2

ABSTRACT

Diabetes mellitus is a disease that continues to increase every year and is one of the threats to death in the world. Dietary adherence of Diabetes Mellitus patients plays an important role in stabilizing blood glucose levels, while compliance itself is an important thing to be able to develop routines (habits) that can help patients follow a diet schedule. Based on the results of the annual report of the NTB Health Office, there was a significant increase in the message and based on the data obtained that there was an increase in the incidence of Type 2 Diabetes Mellitus in the working area of the Penujak Health Center. According to the researcher's assumption, the incidence of Type 2 Diabetes Mellitus in the work area of the Penujak Health Center has increased because the results of the study found that many respondents did not carry out routine control and there were still many who did not comply with the fulfillment of the right eating schedule. This study aims to determine the description of dietary compliance with Type 2 Diabetes Mellitus in the working area of the Penujak Health Center, Central Lombok. The sample of this study amounted to 81 respondents with the technique of purposive sampling. The type of research used is descriptive quantitative with a cross-sectional approach. The instrument used is a compliance questionnaire for Type 2 Diabetes Mellitus patients regarding diet patterns. Univariate analysis is done by looking for the frequency distribution of each research variable to determine the proportion or description of the research variables. The results showed a picture of dietary compliance, with 72 respondents (88.9%). Based on the results of this study, a more optimal health center and education program was needed in order to increase dietary compliance in a good category and reduce the incidence of Diabetes Mellitus. Type 2. Families can provide assistance and attention so that Type 2 Diabetes

Mellitus sufferers are enthusiastic about taking treatment regularly and it is hoped that families can assist in regulating the eating patterns of the elderly to be more obedient.

Keywords: Compliance, Diet Pattern, Diabetes Mellitus Type 2

A. LATAR BELAKANG

Penyakit masyarakat yang terus mengalami peningkatan setiap tahunnya dan menjadi salah satu ancaman kematian di dunia adalah diabetes melitus. Diabetes Melitus (DM) merupakan suatu gangguan metabolisme yang mana ditandai dengan adanya kadar gula darah yang tinggi yang berhubungan dengan ketidaknormalan akan metabolisme karbohidrat, lemak, dan protein yang disebabkan oleh penurunan sekresi insulin atau penurunan sensitifitas insulin atau keduanya. Dimana insulin disini merupakan hormon yang dihasilkan oleh kelenjar pankreas dan berperan dalam memasukkan glukosa ke aliran darah dan sel-sel yang ada diseluruh tubuh guna untuk sumber energi. Karena terjadi penurunan sekresi dari insulin tersebut maka akan menyebabkan terjadinya komplikasi kronis mikrovaskular, makrovaskular, dan neuropati [1]. Peningkatan penderita DM tipe II disebabkan oleh berbagai macam faktor, salah satunya adalah perilaku hidup yang buruk dan kurangnya pengetahuan tentang bagaimana pola diet seimbang yang benar. Diet merupakan suatu strategi non farmakologi yang efektif, akan tetapi untuk merubah dan mempertahankan perilaku seseorang itu tidak mudah dikarenakan tanggung jawab sebagian besar dari kepatuhan diet tergantung pada pasien DM itu sendiri dalam merawat dan menjaga dirinya untuk mengontrol gula darah. Oleh karena itu diperlukan komitmen kuat dalam mempertahankan pola diet dari individu tersebut [2].

Kepatuhan adalah sebuah kata yang berasal dari kata patuh yang artinya taat atau disiplin, kepatuhan pasien yakni sejauh mana kepatuhan dari pasien apakah sesuai atau tidak dengan ketentuan yang telah ditentukan profesional dan kepatuhan itu sendiri berpengaruh terhadap kesembuhan individu atau pasien [3]. Kepatuhan diet pasien Diabetes Melitus sangat berperan penting untuk menstabilkan kadar glukosa darah, sedangkan kepatuhan itu sendiri merupakan suatu hal yang penting untuk dapat mengembangkan rutinitas (kebiasaan) yang dapat membantu penderita dalam mengikuti jadwal diet, pasien yang tidak patuh dalam menjalankan terapi diet menyebabkan kadar glukosa yang tidak terkendali [4].

Berdasarkan hasil Riskesdas 2018, dilaporkan penderita diabetes melitus yaitu sebanyak 36.486 jiwa dan selanjutnya pada tahun 2019 mengalami peningkatan menjadi 392.222 jiwa [5]. Dari data tersebut menunjukkan bahwa telah terjadi peningkatan yang sangat tinggi pada kasus penyakit diabtes melitus di NTB. Penyakit ini tersebar di seluruh kabupaten, di mana salah satunya adalah di Kabupaten Lombok Tengah. Pada tahun 2018 tercatat ada 5.802 kasus untuk penderita diabetes melitus sedangkan pada tahun 2019 kasus diabetes melitus di Lombok Tengah mengalami peningkatan yang cukup tinggi dibandingkan tahun sebelumnya yaitu menjadi 12.886 kasus [5]. Puskesmas Penujak terletak di Desa Penujak Kecamatan Praya Barat di mana pada puskesmas ini tercatat penderita penyakit diabetes melitus mengalami peningkatan pada tiga tahun terakhirnya yaitu mulai dari tahun 2018 penderita DM di wilayah kerja Puskesmas Penujak yaitu sebanyak 128 orang, selanjutnya pada tahun 2019 yaitu menjadi 326 dan pada tahun 2020 meningkat lagi menjadi 465 orang penderita. Sehingga untuk peningkatan dari tahun 2019 ke tahun 2020 yaitu mencapai 29,89%. Untuk penderita DM tipe 2 pada tahun 2020 itu sendiri yaitu ada 432 orang penderita dan untuk kasus DM tipe 1 sangat jarang pada wilayah kerja Puskesmas Penujak hanya ada 33 penderita.

B. METODE PENELITIAN

Desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskriptif kuantitatif, dengan pendekatan *cross sectional.* Data kuantitatif diperoleh melalui kuesioner kepatuhan pola diet, kemudian dilakukan dengan uji analisis univariat.

C. HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan Kepatuhan Diet

Tabel 1.1 Diabetes Melitus Tipe 2 Berdasarkan Kepatuhan Diet di Wilayah Kerja Puskesmas Penujak Tahun 2021

No	Kepatuhan Diet	n	%
1	Buruk	5	6,2
2	Cukup	72	88,9
3	Baik	4	4,9
	Total	81	100,0

Dari tabel 1.1 dapat dilihat bahwa distribusi responden Diabetes Melitus Tipe 2 berdasarkan kepatuhan diet di wilayah kerja Puskesmas Penujak Tahun 2021 yaitu responden dengan kategori buruk ada 5 responden (6,2%) selanjutnya responden dengan kategori cukup ada 72 resonden (88,9%) dan resonden dengan kategori baik sebanyak 4 responden (4,9%).

Kepatuhan Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 di Wilayah Kerja Puskesmas Penujak Mengenai Kepatuhan Memeriksa Kadar Gula darah

Berdasarkan kepatuhan diet di wilayah kerja Puskesmas Penujak Tahun 2021 yaitu responden dengan kategori buruk ada 5 responden (6,2%) selanjutnya responden dengan kategori cukup ada 72 responden (88,9%) dan responden dengan kategori baik sebanyak 4 responden (4,9%).

Menurut Perkeni (2011 dalam Priharianto, 2014) penata laksanaan penderita DM antara lain salah satunya yaitu dengan evaluasi medis secara berkala yakni dengan melakukan pemeriksaan kadar glukosa secara teratur [6]. Kontrol kadar gula darah ini dilakukan untuk mengevaluasi pengobatan yang telah dilakukan apakah telah mencapai sasaran dan juga untuk menyesuaikan dosis obat yang harus diminum, dengan teratur kontrol kadar gula darah maka komplikasi dapat dicegah dan dapat dihambat.

Kriteria pengendalian DM didasarkan pada hasil pemeriksaan kadar glukosa, kadar HbAIc, dan profil lipid. Defisiensi DM yang tak terkendali baik adalah apabila kadar glukosa darah, kadar lipid, dan HbAIc mencapai kadar yang diharapkan, serta status gizi maupun tekanan darah sesuai target yang ditentukan (Perkeni, 2015 dalam Shoufika, 2018) [7].

Hal ini sejalan dengan penelitian Priharianto di wilayah Puskesmas Bendosari Sukoharjo pada tahun 2014 dimana didapatkan dari 89 responden yang teratur melakukan kontrol kadar gula darah sebanyak 43 responden (48,3%) sedangkan yang tidak teratur melakukan kontrol gula darah sebanyak 46 responden (51,7%) [6]. Dapat diasumsikan bahwa masih banyaknya penderita Diabetes Melitus Tipe 2 di wilayah Puskesmas Bendosari yang tidak teratur melaksanakan kontrol gula darah.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Choirunnisa (2018), menunjukkan bahwa jumlah responden yang tidak patuh melakukan kontrol gula darah rutin lebih banyak sebesar 77 responden (75,5%) dibandingkan dengan jumlah responden yang patuh melakukan kontrol gula darah rutin yaitu sebesar 25 responden (24,5%) [8].

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Ismansyah, (2020) didapatkan jumlah responden yang tidak patuh kontrol gula darah dan jumlah responden yang patuh tidak terpaut jauh, yaitu responden yang tidak patuh melakukan kontrol gula darah sebanyak 36 responden (51,4%) sedangkan ujumlah untuk yang patuh sebanyak 34 responden (48,6%) [9].

Dari hasil penelitian diperoleh jumlah responden yang tidak patuh kontol gula darah sebanyak (59,3%). Menurut asumsi peneliti, hal ini disebabkan karena beberapa faktor seperti perilaku responden yang merasa sudah sembuh sehingga memutuskan tidak memenuhi jadwal kontrol, menurut mereka tubuh mereka masih terasa sehat dan mereka cenderung melakukan kontrol hanya pada saat merasa tubuhnya

mengalami peningkatan kadar gula darah, responden yang merasa jenuh datang ke tempat pelayanan kesehatan untuk berobat rutin serta responden enggan kontrol karena lama, kurangnya dukungan keluarga dalam memperhatikan jadwal kontrol dan tidak ada waktu mengantar responden ke puskesmas/pelayanan kesehatan yang lainnya. Padahal pemantauan kadar glukosa darah secara rutin memungkinkan untuk mendeteksi dan mencegah terjadinya hiperglikemia atau hipoglikemia, yang pada akhirnya akan mengurangi komplikasi daibetik jangka panjang.

D. KESIMPULAN

Berdasarkan karakteristik responden, didapatkan usia responden Diabetes Melitus Tipe 2 di wilayah kerja Puskesmas Penujak paling banyak berada pada rentang usia lansia akhir (56-65 tahun) yaitu sebanyak 37 responden (45,7%), pada penelitian ini juga ditemukan mayoritas jenis kelamin responden yaitu perempuan sebanyak 63 responden (77,8%) dengan waktu lama sakit responden paling banyak yaitu 1 tahun sebanyak 18 responden (22,2%), dan untuk pekerjaan ditemukan mayoritas kesehariannya adalah sebagai Ibu Rumah Tangga (IRT) sebanyak 31 responden (38,3%), dan untuk penghasilan yang didapatkan di sini paling banyak adalah <1.000.000-1.000.000 sebanyak 65 responden (80,2%). Distribusi responden Diabetes Melitus Tipe 2 berdasarkan Gambaran Kepatuhan Diet Di Wilayah Kerja Puskesmas Penujak Tahun 2021 berada pada kategori yang cukup dengan 72 responden (88,9%).

Bagi Pelayanan dan Penderita DM Tipe II

Bagi pelayanan kesehatan diharapkan dapat meningkatkan upaya pengelolaan penyakit Diabetes melitus Tipe 2 dengan cara mengoptimalkan kegiatan penyuluhan mengenai pengelolaan Diabetes Melitus Tipe 2, pentingnya kepatuhan diet DM terhadap kadar glukosa darah dan pemberian konseling gizi kepada penderita Diabetes Melitus Tipe 2 ketika melakukan pengobatan. Bagi penderita Diabetes Melitus Tipe 2 diharapkan melakukan pengobatan secara teratur dan menerapkan perilaku atau gaya hidup sehat untuk mengontrol kadar gula darah agar tetap normal. Keluarga dapat melakukan pendampingan dan perhatian agar penderita Diabetes Melitus Tipe 2 semanagat dalam melakukan pengobatan secara teratur dan diharapkan keluarga dapat mendampingi dalam mengatur pola makan lansia agar lebih patuh lagi.

E. UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih penulis ucapkan kepada semua pihak yang terlibat dalam penelitian dan perbaikan jurnal ini.

DAFTAR PUSTAKA

[1] Sari, N. N. (2019) ‘Hubungan Obesitas Sentral Dengan Kejadian Diabetes Melitus Tipe 2’, *Jurnal Ilmiah Keperawatan Sai Betik*, 14 (2), pp. 157–161.

[2] Mardiah, Z. (2018) ‘Pengaruh Spiritual Care Terhadap Kepatuhan Diet Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 Di Sekarbela Wilayah Kerja Puskesmas Karang Pule’.

[3] Anita, E. (2020) ‘Literatur Review Dukungan Keluarga Dalam Kepatuhan Diet Penderita Diabetes Melitus’.Skripsi. Fakultas Keperawatan Universitas Bhakti Kencana Bandung.

[4] Ernawati, Dw Arini, Harini, G. (2020) ‘Faktor-faktor Yang MempengaruhiTingkat Kepatuhan Diet Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Di Kecamatan Sumbang Banyumas’, *Journal of Bionursing*, 2 (1), pp. 63–67.

[5] Dinas Kesehatan NTB (2019) Profil Kesehatan.Https://Dinkes.Ntbprov.Go.Id/Profil-Kesehatan/. Tanggal 5 Desember Jam 15:00

[6] Priharianto, A. (2014) ‘Hubungan antara dukungan keluarga dengan keteraturan kontrol kadar gula darah pada penderita diabetes melitus di wilayah puskesmas bendosari sukoharjo’.

[7] Shoufika, F. (2018) ‘Hubungan Faktor Perilaku Pengendalian Diabetes Melitus Tipe 2 Dengan Kadar Gula Darah Lansia Di Posbindu Wilayah Kerja Puskesmas Patihan’, *New England Journal of Medicine*, 372(2), pp. 2499–2508.

[8] Choirunnisa, L. (2018) (2018) *Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kepatuhan Melakukan Kontrol Rutin Pada Penderita*

Diabetes Mellitus Di Surabaya, *Universitas Airlangga Surabaya*.
[9] Ismansyah, I. (2020) 'Hubungan Kepatuhan Kontrol Dengan Kadar Gula Darah Sewaktu Pada Pasien Dm Tipe 2', *MNJ (Mahakam Nursing Journal)*, 2(7), pp. 363–372.