

HUBUNGAN PENGETAHUAN DENGAN KEPATUHAN DIET PADA PASIEN DIABETES MELLITUS

The Relationship Between Knowledge And Dietary Compliance In Diabetes Mellitus Patients

¹Mahanta Qaribi, ²Rizki Andriani, ³Dedi Munandar
STIKes Medika Seramoe Barat
Email : mahantaqaribi@gmail.com

ABSTRAK

Pengetahuan penderita tentang diet DM merupakan sarana yang dapat membantu penderita menjalankan penanganan diabetes selama hidupnya sehingga semakin banyak dan semakin baik penderita mengerti tentang penyakitnya semakin mengerti bagaimana harus mengubah perilakunya dan mengapa hal itu diperlukan. Penelitian ini bertujuan untuk melihat hubungan Hubungan Pengetahuan dengan kepatuhan diet pada pasien DM di Desa Dayah Baroe Kecamatan Krueng Sabee Kabupaten Aceh Jaya. Metode Penelitian ini menggunakan metode *analitik* dengan pendekatan studi *cross sectional*, dengan jumlah populasi 115 orang, teknik pengambilan sampel menggunakan rumus slovin sehingga yang menjadi sampel berjumlah 89 orang. Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas responden memiliki pengetahuan baik sebanyak 61 orang (68,5%) dan mayoritas responden memiliki kepatuhan diet dengan kategori patuh sebanyak 74 orang (83,1%), Berdasarkan hasil uji *Che Square* di dapatkan $P = Value\ 0,000 < 0,05$. Penelitian ini membuktikan bahwa terdapat hubungan antara pengetahuan dengan kepatuhan diet pada pasien diabetes mellitus di Desa Dayah Baroo Kecamatan Krueng Sabee Kabupaten Aceh Jaya tahun 2023. Diharapkan aparat Desa Dayah Baroo dapat memberikan penyuluhan kesehatan baik berupa seminar maupun pembagian leaflet mengenai penyakit diabetes mellitus.

Kata kunci: Pengetahuan, Kepatuhan Diet, Diabetes Mellitus.

ABSTRACT

Background: Knowledge of DM patients about diet is a tool that can help patients carry out diabetes management throughout their lives so that the more and better the patient understands about his disease, the more he understands how to change his behavior and why it is necessary. Purpose: To see the relationship between Knowledge and dietary compliance in DM patients in Dayah Baroe Village, Krueng Sabee District, Aceh Jaya Regency. Method: This study uses an analytical method with a cross-sectional study approach, with a population of 115 people, the sampling technique uses the Slovin formula so that the sample is 89 people. Results: The majority of respondents have good knowledge of 61 people (68.5%) and the majority of respondents have dietary compliance with the compliant category of 74 people (83.1%), Based on the results of the Che Square test, $P = Value\ 0.000 < 0.05$ is obtained. Conclusion: There is a relationship between knowledge and dietary adherence in diabetes mellitus patients in Dayah Baroe Village, Krueng Sabee District, Aceh Jaya Regency in 2023. Recommendation: It is hoped that Dayah Baroe Village officials can provide health education, both in the form of seminars and leaflet distribution, regarding diabetes mellitus.

Keywords: Knowledge, Dietary Adherence, Diabetes Mellitus.

PENDAHULUAN

Diabetes Melitus (DM) adalah penyakit kronis serius dan masalah kesehatan Masyarakat yang penting menjadi salah satu

dari empat penyakit tidak menular, prioritas yang menjadi target tindak lanjut oleh pemimpin dunia. Diabetes Melitus selalu mengalami peningkatan setiap tahun dan

menjadi ancaman kesehatan dunia. Prevalensi Diabetes Melitus tipe 2 menyumbang 90% dari semua diabetes dan merupakan salah satu yang terbanyak di seluruh dunia. Berdasarkan data *World Health Organization* (WHO) memperkirakan 2,2 juta kematian akibat penyakit diabetes melitus (IDF, 2020).

Menurut Kemenkes (2018), di Indonesia menempati peringkat ke tujuh di dunia dengan jumlah estimasi diabetes mellitus sebanyak 10 juta orang yang dapat menimbulkan berbagai komplikasi baik makrovaskuler maupun mikrovaskuler. Hasil Rikesdas (2018), menyebutkan bahwa tingkat prevalensi diabetes mellitus di Aceh juga terus meningkat dari tahun ketahun seperti dari 2,1% pada Tahun 2017 menjadi 2,4% di tahun 2018.

Prevelensi penderita DM di Aceh Jaya Pada tahun 2021 dari 23 kecamatan terdapat sebanyak 1432 orang yang pernah di rawat dengan diagnosa diabetes mellitus sementara di desa Dayah Baroo Kecamatan Krueng Sabee Tahun 2022 yaitu sebanyak 115 orang.

Pengetahuan yang cukup tentang diet diabetes mellitus dapat mengendalikan kondisi penyakitnya dengan mengontrol pola makan (Nurrahmami, 2012). Pengetahuan dalam manajemen diabetes mellitus memiliki peran penting karena tingkat pengetahuan yang rendah dapat mempengaruhi perubahan gaya hidup

seseorang dan mempengaruhi tingkat kesehatannya. Tingkat pengetahuan tersebut dapat membentuk cara hidup seseorang terutama dalam mencegah, mengenali, serta mengelola penyakit diabetes. Pengetahuan diet terhadap kejadian DM merupakan langkah awal dalam meningkatkan pemahaman penderita DM terkait faktor-faktor risiko terjadinya DM. Pemahaman penderita DM dalam mengetahui diet merupakan kunci utama kestabilan kondisi kesehatan penderita DM. (Sarwono 2017).

Pada dasarnya perencanaan makan pada penderita diabetes mellitus tidak jauh berbeda dengan perencanaan makanan pada orang normal. Akan tetapi, penderita diabetes mellitus harus memperhatikan makanan yang dikonsumsi atau jadwal makan yang baik. Perencanaan makan menjadi komponen yang sangat penting bagi pengelolaan diabetes mellitus. Perencanaan yang baik dipengaruhi oleh faktor pengetahuan. Pengetahuan adalah hasil dari tahu, dan terjadi setelah orang melakukan pengindraan terhadap suatu objek tertentu. Pengetahuan kognitif merupakan domain yang sangat penting dalam membentuk tindakan seseorang (Notoadmodjo, 2012).

Menurut hasil studi Wijayanti et al., (2020) melaporkan bahwa pola makan memiliki pengaruh besar dalam kejadian DM. Pola makan yang berisiko adalah pola makan yang sering mengonsumsi sumber

makanan tinggi karbohidrat (nasi, roti dan mie), minuman dan makanan manis, daging berlemak, sumber lemak, makanan cepat saji serta makanan yang diawetkan dapat mempengaruhi kadar gulanya, oleh karena itu pola makan sehat sangat penting dalam mengurangi resiko terjadinya diabetes mellitus.

Menurut Fatema et al., (2017) pengetahuan memainkan peran penting dalam setiap perkembangan penyakit di masa depan, pencegahan penyakit, dan deteksi dini. Kepatuhan terhadap rejimen pengobatan yang buruk merupakan masalah yang kompleks, terutama bagi mereka yang menderita penyakit kronis salah satunya penyakit diabetes mellitus. Hasil penelitian oleh Eriyani (2018) pengetahuan yang dimiliki responden mengenai penyakit DM berdampak pada ketidak mampuan responden dalam mengontrol kadar gula darah sehingga kadar gula darah menjadi tinggi. Hunaifi, dkk (2018) menyatakan pengetahuan tentang DM berdampak pada kepatuhan terhadap diet DM dan kadar gula darah. Pengetahuan penderita tentang diet DM merupakan sarana yang dapat membantu penderita menjalankan penanganan diabetes selama hidupnya sehingga semakin banyak dan semakin baik penderita mengerti tentang penyakitnya semakin mengerti bagaimana harus

mengubah perilakunya dan mengapa hal itu diperlukan.

Berdasarkan wawancara yang peneliti lakukan terhadap pasien yang menderita DM sebanyak 10 orang diantaranya 7 pasien tidak memiliki pengetahuan terhadap Diet DM sehingga pasien sering mengeluh terhadap penyakitnya yang sering kambuh, dan 3 orang pasien mengetahui diet DM dengan baik sehingga pasien menerapkan diet setiap hari, dan tidak pernah mengeluh tentang penyakit DM yang dideritanya.

METODE

Desain penelitian yang digunakan adalah penelitian *analitik dengan pendekatan studi cross sectional* yang bertujuan untuk melihat hubungan pengetahuan dengan kepatuhan diet pada pasien diabetes mellitus di Desa Dayah Baroo Kecamatan Kreng Sabee pada bulan Agustus 2023. Populasi dalam penelitian ini adalah semua pasien diabetes mellitus dengan pengambilan sampel menggunakan teknik *accidental sampling* dengan besaran sampel sebanyak 89 responden. dengan pengumpulan data menggunakan kuesioner.

HASIL

1. Analisis Univariat

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Pengetahuan di Desa Dayah Baroo Kecamatan Krueng Sabee Kabupaten Aceh Jaya tahun 2023 (n=89)

Pengetahuan	f	%
Baik	61	68,5
Cukup	15	16,9

Kurang	13	14,6
Jumlah	89	100

Berdasarkan Tabel 1. dapat di ketahui bahwa mayoritas pengetahuan responden adalah baik yaitu sebanyak 61 orang (68,5%).

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Kepatuhan Diet Di Desa Dayah Baroo Kecamatan Krueng Sabee Kabupaten Aceh Jaya tahun 2023 (n=89)

Kepatuhan Diet	f	%
Patuh	74	83,1
Tidak Patuh	15	16,9
Jumlah	89	100

Berdasarkan Tabel 2. dapat di ketahui bahwa mayoritas tingkat kepatuhan responden adalah kategori patuh yaitu sebanyak 74 orang (83,1%).

2. Analisis Bivariat

Tabel 3. Hubungan Pengetahuan Dengan Kepatuhan Diet Pasien Diabetes mellitus di Desa Dayah Baroo Kecamatan Krueng Sabee Kabupaten Aceh Jaya tahun 2023 (n=89)

Pengetahu an	Kepatuhan Diet				Total		P = Valu e
	Patuh		Tidak Patuh				
	n	%	n	%	n	%	
Baik	57	64	4	4,5	61	68,5	0,00
Cukup	10	11,2	5	5,6	15	16,9	
Kurang	7	7,9	6	6,7	13	14,6	
Jumlah	74	83,1	15	16,9	89	100	

Berdasarkan Tabel 3. dapat di ketahui bahwa responden yang memiliki

pengetahuan dengan kategori baik berjumlah 61 orang (68,5%), di antaranya 57 orang (64%) patuh terhadap diet DM, dan 4 orang (4,5%) tidak patuh terhadap diet DM. Sedangkan responden dengan pengetahuan cukup berjumlah 15 orang (16,9%) di antaranya 10 orang (11,2%) patuh terhadap diet DM, dan 5 orang (5,6%) tidak patuh terhadap diet DM. Begitu juga esponden dengan pengetahuan kurang berjumlah 13 orang (14,6%) di antaranya 7 orang (7,9%) patuh terhadap diet DM, dan 6 orang (6,7%) tidak patuh terhadap diet DM. Dari hasil uji *Chi Square* $P = Value$ $0,000 < 0,05$ sehingga dapat diartikan terdapat hubungan pengetahuan dengan kepatuhan diet pada pasien diabetes mellitus di Desa Dayah Baroo Kecamatan Krung sabee.

PEMBAHASAN

1. Pengetahuan

Berdasarkan Tabel 1. dapat di lihat bahwa mayoritas pengetahuan responden adalah Baik sebanyak 61 orang (68,5%), Penelitian sejalan dengan penelitian yang di lakukan oleh Phitri dkk (2014), didapatkan bahwa pengetahuan tentang diet DM sebagian besar (73,6%) baik.

Berdasarkan penelitian Eriyani (2018) bahwa pengalaman lama responden menderita diabetes melitus berpengaruh terhadap tingkat

pengetahuan, karena responden dapat memperoleh informasi tentang diet diabetes melitus dari paparan media atau sumber informasi. Menurut Fitrihanur Laili (2019), orang yang sudah lama menderita DM cenderung memiliki tingkat pengetahuan yang baik.

Hal ini karena orang tersebut sudah memiliki cara mekanisme beradaptasi yang lebih baik dengan keadaan penyakitnya. Pasien yang menderita DM lebih lama akan lebih mampu memahami keadaan yang dirasakannya, baik dari segi fisik, psikologis, hubungan sosial, dan lingkungan. Dan pemahaman ini muncul karena pasien sudah lebih tahu dan berpengalaman terhadap penyakitnya sehingga akan mendorong pasien untuk lebih mampu mengantisipasi terjadinya sesuatu hal yang mungkin akan terjadi pada diri pasien suatu saat nanti.

Menurut asumsi peneliti bahwa responden yang memiliki tingkat pengetahuan yang kurang yaitu responden yang baru terkena diabetes melitus karena pengetahuan dan informasi yang didapatkan oleh responden masih sedikit sehingga mereka tidak mengerti penatalaksanaan diet diabetes mellitus.

2. Kepatuhan Diet Pada Pasien Diabetes Militus

Berdasarkan Tabel 2. bahwa kepatuhan diet responden yang mengalami

diabetes militus mayoritas memiliki tingkat kepatuhan dengan kategori patuh yaitu sebanyak 74 orang (83,1%). Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Lestari (2016) di RSUP Fatmawati terhadap 100 penderita DM rawat jalan, didapatkan sebagian penderita DM patuh menjalankan diet (58%). Hal ini dikarenakan bahwa pasien DM lebih dari separuh yaitu 60% berpengetahuan baik, kemudian 55% pasien memiliki motivasi yang tinggi terhadap pengendalian kadar gula darah.

Menurut Phitri dkk (2014), menyatakan bahwa pengetahuan pasien yang kurang terhadap penyakit DM dapat menimbulkan kurangnya kesadaran pasien untuk mematuhi anjuran diet yang diberikan. Kurangnya pengetahuan pasien disebabkan karena kurangnya keterpaparan informasi yang diterima pasien, dan tingkat pendidikan yang rendah. Hal ini dikarenakan bahwa pasien DM berpengetahuan baik, memiliki motivasi yang tinggi terhadap pengendalian kadar gula darah.

Menurut asumsi peneliti ketidak patuhan penderita DM dalam menjalani diet yang dianjurkan di karenakan kurangnya pengetahuan responden dalam memahami penyakit yang di deritanya, salah satu penyebab kurangnya pengetahuan yaitu terlalu sedikitnya informasi yang di dapatkan,

bagitu juga kurang pengalaman pasien terhadap penyakit yang di deritanya.

3. Hubungan Pengetahuan Dengan Kepatuhan Diet Pada Pasien Diabetes Militus

Berdasarkan hasil uji *Che Square* dapat kan hasil signifikasi yaitu $P = Value$ $0,000 < \text{dari } 0,05$ yang artinya ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan dengan kepatuhan diet pada pasien diabetes militus. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Phitri dkk (2014), yang menjelaskan bahwa ada hubungan antarpengertian dengan kepatuhan dalam menjalani diet dengan nilai keeratan hubungan ditunjukkan oleh $p \text{ value}$ sebesar $0,009 (<0,05)$. artinya apabila penderita DM mempunyai pengetahuan baik maka akan mempengaruhi kepatuhan diet penderita DM.

Hal itu sesuai dengan konsep perilaku yang menyatakan bahwa perilaku akan lebih menetap bila didasari oleh pengetahuan sehingga memiliki kesadaran untuk bertindak (Lestari, 2016). Niven (2013) juga menjelaskan bahwa penderita yang mengidap suatu penyakit dengan pengetahuan kurang akan menyebabkan penderita tidak patuh.

Pengetahuan juga dipengaruhi oleh pengalaman, lingkungan dan sosial budaya. Pengalaman diperoleh dipersepsikan, diyakini, sehingga

menimbulkan motivasi, niat untuk bertindak dan akhirnya menjadi perilaku Penderita diabetes yang memiliki pengetahuan baik serta memiliki sikap positif dapat mencegah komplikasi penyakit DM. Oleh karena itu pengetahuan terhadap diet diabetes sangat penting untuk kedisiplinan dalam menjalankan pola hidup sehat dan terbebas dari komplikasi (Gultom, 2012).

Penderita DM yang memiliki pengetahuan kurang tentang diet DM menjadi faktor penghambat menuju perilaku kepatuhan dan sulit mengikuti anjuran dari petugas kesehatan (Gultom, 2012). Odili et al (2011) menjelaskan bahwa pengetahuan mengenai manajemen diabetes merupakan komponen yang dibutuhkan untuk memperoleh kesuksesan dalam pengelolaan diabetes.

Menurut asumsi peneliti pengetahuan yang di miliki oleh responden dapat meningkat kan kepatuhan pasien dalam menjalani diet DM di kehidupannya sehari-hari, begitu juga bagi responden yang memiliki riwayat DM yang sudah lama lebih memahami tentang penyakit yang di deritanya, sehingga dengan pengalamanya tersebut pasien lebih menjaga diet nya di bandingkan dengan psien yang masih baru dengan kasus DM.

KESIMPULAN

Ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan dengan kepatuhan diet pada pasien diabetes mellitus di Desa Dayah Baroo Kecamatan Krung Sabee.

SARAN

Diharapkan aparat Desa Dayah Baroo dapat memberikan penyuluhan kesehatan baik berupa seminar maupun pembagian leaflet mengenai penyakit diabetes mellitus.

DAFTAR PUSTAKA

- Dinkes Aceh Jaya (2022) Laporan Kesehatan Penduduk.
- Eriyani, T., & Yuliana, Y. (2018). Pengetahuan Pasien Diabetes Melitus Tentang Diet DM di Poli Dalam Rsud Dr. Hasan Sadikin Bandung. *Holistik Jurnal Kesehatan*.<http://ejournalmalahayati.ac.id/index.php/holistik/article/download/152/94>, di unduh 20 juli 2023.
- Fatema, K., Hossain, S., Natasha, K., Chowdhury, H.A., Akter, J., Khan, T. An Ali, L., 2017. Knowledge attitude and practice regarding diabetes mellitus among Nondiabetic and diabetic study participants in Bangladesh. *BMC PublicHealth*, <<http://bmcpublihealth.biomedcentral.com/articles/10.1186/s12889-0174285-9>>.
- Fitrianur Laili (2019). Hubungan Faktor Lama Menderita DM dan Tingkat Pengetahuan dengan Distres Diabetes pada Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 Tahun 2017. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*.

Gultom, T. Y. (2012). Tingkat Pengetahuan Penderita Diabetes Mellitus Tentang Manajemen Diabetes Mellitus Di Rumah Sakit Pusat Angkatan Darat Gatot Soebroto Jakarta Pusat. <http://lib.ui.ac.id/file?file=digital/2> di unduh pada tanggal 10 juli 2022

Hunaifi, A. A., Nurjayanti, D., & Rumpiati. (2018). Hubungan Tingkat Pengetahuan Pasien Tentang Diet Diabetes Melitus Terhadap Kontrol Gula Darah Pasien Diabetes Melitus Di Ruang Mawar Rsud Dr.Harjono Ponorogo. *Global Health Science*, 3(4).

International Diabetes Federation (IDF), 2020 https://diabetesatlas.org/idfawp/resourcefiles/2021/07/IDF_Atlas_10th_Edition_2021.pdf.

Kemenkes RI. (2018). InfoDATIN 2018 (p. 8). Jakarta Selatan: Kemenkes RI. Diakses pada dari <https://pusdatin.kemkes.go.id/download.php?file=download/pusdatin/infodatin/infodatin-> di unduh pada tanggal 1 agustus 2022.

Lestari, S. T. (2016). Hubungan psikososial dan penyuluhan gizi dengan kepatuhan diet penderita diabetes mellitus tipe 2 rawat jalan di RSUP Fatmawati. Fakultas Kesehatan Masyarakat UI.

Niven, N. (2013). Psikologi Kesehatan. Jakarta : EGC.

Phitri, H. E., & Widiyaningsih. (2014). Hubungan Antara Pengetahuan Dan Sikap Penderita Diabetes Melitus Dengan Kepatuhan Diet Diabetes Melitus Di Rsud Am . Parikesit Kalimantan Timur. *Jurnal Keperawatan Medikal Bedah*, 1(1), 58–74.

Puskesmas Calang (2022) Laporan Rawat Jalan.

- Rikesdes (2018), Prevalensi Dm berdasarkan Pemeriksaan Darah
https://kesmas.kemkes.go.id/assets/upload/dir_519d41d8cd98f00/files/Hasil-riskesdas-2018_1274.pdf.
- Sarwono W, S. S. (2017). Daftar Makanan Penukar. Petunjuk Praktis, Perencanaan Makan Sehat, Seimbang, dan Bervariasi. Pusat Diabetes dan Lipid Jakarta dan Instalansi Gizi RSCM: Balai Penerbit FKUI.
- Wijayanti, S. P. M., Nurbaiti, T. T., & Maqfiroch, A. F. A. (2020). Analisis Faktor Risiko Kejadian Diabetes Mellitus Tipe II di Wilayah Pedesaan. *Jurnal Promosi Kesehatan Indonesia*, 15(1), 16.
<https://doi.org/10.14710/jpki.15.1.16-21> di unduh pada tanggal 25 agustus 2022.