



JURNAL KEPERAWATAN STIKES HANG TUAH TANJUNGPINANG

<https://jurnal.stikesht-tpi.ac.id/>
P-ISSN 2086 – 9703 | E – ISSN 2621 – 7694
DOI: <https://doi.org/10.59870/jurkep.v13i2.139>

Pengaruh Pendidikan Kesehatan terhadap Kepatuhan Diet pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 di Rawat Jalan RSUD Palmatak *Effect of Health Education on Diet Compliance in Type 2 Diabetes Mellitus Patients at Outpatient Hospital in Palmatak Hospital*

Feni Yurlina¹, Utari Yunie Atrie², Hotmaria Julia D.S³

^{1,2,3} Stikes Hang Tuah Tanjungpinang
E-mail Korespondensi: feniyurlina2006@gmail.com

Abstrak

Diabetes Mellitus adalah penyakit metabolik kronis, ditandai dengan tingginya kadar glukosa dalam darah. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Kepatuhan Diet Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 Di Rawat Jalan RSUD Palmatak Tahun 2023. Desain penelitian quasy eksperimental without control design. Jumlah sampel 44 responden teknik purposive sampling. Alat pengumpul data dengan menggunakan kuesioner. Analisa data menggunakan Wilcoxon rank test dengan signifikansi $<0,05$. Hasil penelitian menunjukkan kepatuhan diet pada pasien diabetes mellitus tipe 2 sebelum diberikan Pendidikan kesehatan sebagian besar tidak patuh yaitu sebanyak 68%. kepatuhan diet pada pasien diabetes mellitus tipe 2 sesudah diberikan pendidikan kesehatan Sebagian besar patuh yaitu sebanyak 64%. Berdasarkan uji statistik ada pengaruh Pendidikan kesehatan terhadap kepatuhan diet pada pasien diabetes mellitus tipe 2 Di Rawat Jalan RSUD Palmatak Tahun 2023 dengan p value 0,003. Diharapkan penelitian ini dijadikan sebagai alternatif tambahan dalam keperawatan komunitas dan intervensi tentang keperawatan nonfarmakologi.

Kata Kunci : Diabetes Mellitus, Edukasi, Kepatuhan Diet

Abstract

Diabetes Mellitus is a chronic metabolic disease, characterized by high levels of glucose in the blood.. This study aims to determine the effect of health education on dietary compliance in patients with type 2 diabetes mellitus in outpatient care at Palmatak Hospital in 2023. Quasy experimental research design without control design. The number of samples is 44 respondents using purposive sampling technique. Data collection tool using a questionnaire. Data analysis used the Wilcoxon rank test with a significance <0.05 . The results of the study showed that diet adherence to type 2 diabetes mellitus patients before being given health education was mostly non-adherent, namely as much as 68%. diet adherence in type 2 diabetes mellitus patients after being given health education Most of them were obedient, as many as 64%. Based on statistical tests, there is an effect of health education on dietary compliance in patients with type 2 diabetes mellitus at the Outpatient Hospital of Palmatak Hospital in 2023 with a p value of 0.003. It is hoped that this research will be an additional It is hoped that this research will be used as an additional alternative in community nursing and nursing intervention nonpharmacological.

Keywords: Diabetes Mellitus, Diet Compliance, Education

1. PENDAHULUAN

Diabetes Mellitus adalah penyakit metabolik kronis, ditandai dengan tingginya kadar glukosa dalam darah (OECD/WHO,2016). IDF, Diabetes Atlas Tenth edisi 2021 memberikan angka, informasi, dan proyeksi terbaru tentang prevalensi diabetes di seluruh dunia. Pada tahun 2021, Sekitar 537 juta orang dewasa (20-79 tahun) hidup dengan diabetes. Jumlah total orang yang hidup dengan diabetes diproyeksikan meningkat menjadi 643 juta pada tahun 2030 dan 783 juta pada tahun 2045. Sebanyak 3 dari 4 orang dewasa dengan diabetes tinggal di negara berpenghasilan rendah dan menengah. Hampir 1 dari 2 (240 juta) orang dewasa yang hidup dengan diabetes tidak terdiagnosis dan menyebabkan 6,7 juta kematian.

Berdasarkan 10 negara dengan jumlah penderita DM tertinggi, Cina, India dan Amerika Serikat menempati urutan tiga teratas dengan jumlah penderita masing-masing yaitu 116,4 juta, 77 juta dan 31 juta. Indonesia menempati peringkat ke 7 di antara 10 negara dengan jumlah penderita terbanyak yaitu sebesar 10,7 juta jiwa. Provinsi di Indonesia yang memiliki prevalensi DM tertinggi adalah DKI Jakarta, yaitu sebesar 3,4%, sedangkan di Kepulauan Riau penyakit DM tercatat 1,3 % pada tahun 2013 dan mengalami peningkatan 0,4 % pada tahun 2018 dengan persentase sebanyak 1,7% (8060 orang) dari seluruh penderita DM di Indonesia (Kemenkes, 2018). Berdasarkan data angka kematian yang disebabkan DM dari tahun 1990 meningkat ditahun 2017 dari peringkat 9 menjadi peringkat 3 dengan perubahan persentase 154,8%. Kepulauan Anambas adalah salah satu Kabupaten yang ada di Kepulauan Riau. Kepulauan Anambas dari 10 penyakit tertinggi pada tahun 2021, diabetes melitus menempati urutan ke 4 dari 10 penyakit dengan prevalensi penderita DM laki-laki 377 orang, perempuan 381 orang dengan jumlah keseluruhan 758 orang atau sebanyak 14,2% (10793 orang) dari jumlah Penduduk usia 45-75 tahun(Dinkes Kepulauan Anambas 2021). (Dinkes Kepulauan Riau, 2021).

Diabetes Mellitus Tipe 2 adalah penyakit gangguan metabolik yang di tandai oleh kenaikan gula darah akibat penurunan sekresi insulin oleh sel beta pankreas dan atau gangguan fungsi insulin (Perkeni, 2018). Faktor penyebab DM tipe 2 ada 2 yaitu. Faktor risiko yang tidak dapat diubah dan dapat diubah. faktor risiko yang tidak dapat diubah meliputi riwayat keluarga dengan DM (first degree relative), umur ≥ 45 tahun, etnik, riwayat melahirkan bayi dengan berat badan lahir bayi >4000 gram atau riwayat pernah menderita DM gestasional dan riwayat lahir dengan berat badan rendah ($< 2,5$ kg). Faktor resiko yang dapat diubah antara lain. Obesitas, hipertensi, kurang aktivitas fisik dislipidemia dan diit tidak sehat. Diabetes yang tidak terkontrol dengan baik akan menimbulkan komplikasi akut dan kronis (Kemenkes, 2018).

Berbagai penatalaksanaan dapat dilakukan untuk menstabilkan kadar glukosa darah pada pasien DM, salah satunya adalah mempertimbangkan nutrisi yang tepat yaitu dengan diit. Tujuan diit disini adalah membantu pasien dengan DM meningkatkan pengendalian metabolisme dengan mengubah perilaku makan. Pola makan yang disiplin dengan pedoman 3J (Jumlah, Jadwal dan Jenis makanan) merupakan diit DM yang dapat dilakukan oleh pasien DM secara mandiri. (Black et al, 2017).

Kepatuhan diit DM merupakan cara pengobatan yang perlu diperhatikan oleh penderita DM karena hal tersebut membantu menstabilkan gula darah. Seorang penderita DM dikatakan patuh bila seseorang tersebut melaksanakan apa yang seharusnya dia lakukan dalam hal ini misalnya menjalankan diit DM. Ketidakpatuhan terhadap penatalaksanaan DM dapat menimbulkan komplikasi jangka pendek dan jangka panjang serta menurunnya kualitas hidup (Yusri *et al*, 2022). Ketidakpatuhan terkait diit DM dapat disebabkan oleh kurangnya motivasi dalam mengikuti terapi diit maupun kurangnya pengetahuan terkait pengelolaan diit DM (Krisdayanti Putri et al, 2022). Untuk meningkatkan motivasi dan pengetahuan, salah satu upaya yang dapat dilakukan adalah dengan memberikan pendidikan kesehatan terkait diit pasien DM.

Pendidikan kesehatan dalam pengelolaan DM harus sering diberikan sehingga dapat merubah perilaku dalam pengelolaan DM karena Pendidikan kesehatan merupakan bentuk upaya persuasi atau pembelajaran kepada masyarakat bersedia melakukan tindakan-tindakan untuk memelihara dan meningkatkan taraf kesehatannya, mencegah timbulnya penyakit, mempertahankan taraf kesehatan yang sudah ada,memaksimalkan fungsi dan peran pasien selama sakit serta membantu pasien dan keluarga mengatasi masalah kesehatan (Notoadmojo, 2018).

Menurut penelitian dilakukan oleh Thatit Nurmawati, dkk (2018). Tentang Efektifitas Pendidikan Kesehatan Tentang *Meal Planning* Terhadap Pola Makan Pasien DM Tipe 2. Penelitian ini bertujuan mengetahui pengaruh pendidikan kesehatan tentang meal planning terhadap pola makan penderita DM tipe II. Hasil penelitian pada kelompok perlakuan menunjukkan ada pengaruh pendidikan kesehatan tentang meal planning pada pasien DM Tipe 2 dengan *p-value* 0,000.

Berdasarkan Studi pendahuluan yang dilakukan di Rumah sakit Umum Daerah Palmatak khususnya pasien rawat jalan pada 10 pasien yang dilakukan pada 20 desember 2022 di dapatkan hasil gula darah sewaktu dari 10 pasien diabetes melitus rata-rata 240-300 mg/dl, sudah mengalami diabetes 5-10 tahun. Hasil wawancara pasien DM 20% mengatakan sudah paham tentang penyakit diabetes melitus, 60% mengatakan belum mengetahui upayadiit diabetes melitus, karena pasien kurang informasi terhadap pedoman diet diabetes melitus dan 20% mengatakan sering mengkonsumsi makanan dan minuman yang tinggi gula, konsultasi ke dokter sangat terbatas atau kurang karena jumlah pasien sangat banyak. Belum ada penyuluhan yang lebih spesifik terkait penanganan diabetes melitus, dan perlu adanya penanganan terkait kepatuhan dan penkes rata-rata 10% orang tidak pernah mendapatkan penkes tentang diit yang baik terhadap DM. Berdasarkan uraian di atas penulis tertarik untuk meneliti pengaruh pendidikan kesehatan terhadap kepatuhan diet pada pasien diabetes mellitus tipe 2 di rawat jalan RSUD Palmatak Tahun 2023.

2. METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain *quasy eksperimental without control design* menggunakan rancangan penelitian (*one group pretest posttest design*), lokasi dan waktu penelitian dilakukan di Poli Penyakit Dalam RSUD Palmatak pada bulan Mei – Juni 2023. Populasi dalam penelitian ini adalah pasien DM rawat jalan selama 3 bulan dengan jumlah rata-rata 50 pasien, dengan menggunakan rumus slovin didapatkan sampel sebanyak 44 pasien yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi. Pengambilan sampel dilakukan dengan menggunakan *purposive sampling*. Kuesioner pada penelitian ini berisi tentang kepatuhan diet DM tipe2 diadopsi dari penelitian Hoddie (2020) dan untuk pendidikan kesehatan dalam penelitian ini menggunakan lembar SOP dan Leaflet. Variabel independen dalam penelitian adalah pendidikan kesehatan dan variabel dependen dalam penelitian ini adalah kepatuhan diet pasien diabetes melitus tipe 2.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Univariat

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Usia, Jenis Kelamin, Pendidikan dan Pekerjaan Penderita Penderita Diabetes Mellitus Tipe 2 Di Rawat Jalan RSUD Palmatak Tahun 2023

No	Karakteristik Responden	frekuensi	%
1	Umur		
	a. <45 Tahun	0	0,0
	b. 45-60 Tahun	14	31,8
	c. ≥60 Tahun	30	68,2
2	Jenis Kelamin		
	a. Laki-laki	23	52,3
	b. Perempuan	21	47,7

3	Pendidikan		
	a. Tidak Sekolah	1	2,3
	b. SD	13	29,5
	c. SMP	19	43,2
	d. SMA	7	15,9
	e. Diploma/S1	4	9,1
4	Pekerjaan		
	a. Tidak Bekerja	24	54,5
	b. Pedagang	12	27,3
	c. TNI/Polri	6	13,6
	d. PNS	1	2,3
	e. Pegawai Swasta	1	2,3
5	Lama Menderita DM		
	a. 5 Tahun	15	34,1
	b. 5-10 Tahun	29	65,9

Sumber : Data Primer, 2023

Berdasarkan Tabel 1 dapat dilihat bahwa mayoritas responden berusia lebih dari 60 tahun sebanyak 30 orang (68,2%), mayoritas responden berjenis kelamin laki-laki sebanyak 23 orang (52,3%), mayoritas responden berpendidikan SMP sebanyak 19 orang (43,2%), mayoritas pekerjaan responden adalah tidak bekerja sebanyak 24 orang (54,5%) dan mayoritas responden menderita DM adalah >10 tahun sebanyak 29 orang (65,9%).

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Kepatuhan Diet Sebelum Diberikan Pendidikan Kesehatan Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 Di Rawat Jalan RSUD Palmatak Tahun 2023

No	Kepatuhan Diet	Frekuensi	Persentase (%)
1.	Patuh	13	29,5
2.	Tidak Patuh	31	70,5
	Jumlah	44	100

Sumber : Data Primer, 2023

Berdasarkan tabel 2 diatas dapat dilihat bahwa mayoritas kepatuhan responden tidak patuh yaitu sebanyak 31 orang (70,5%) dan patuh sebanyak 13 orang (29,5%)

Tabel 3 Distribusi Frekuensi Kepatuhan Diet Sesudah Diberikan Pendidikan Kesehatan Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 Di Rawat Jalan RSUD Palmatak Tahun 2023

No	Kepatuhan Diet	Frekuensi	Persentase (%)
1.	Patuh	29	65,9
2.	Tidak Patuh	15	34,1
	Jumlah	44	100

Sumber : Data Primer, 2023

Berdasarkan tabel 3 diatas dapat dilihat bahwa mayoritas kepatuhan responden patuh yaitu sebanyak 29 orang (66,8%) dan tidak patuh sebanyak 15 orang (34,1%).

Hasil Bivariat

Tabel 4 Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Kepatuhan Diet Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 Di Rawat Jalan RSUD Palmatak Tahun 2023

Kepatuhan Diet	Mean	Minimal	Maksimal	SD	p-value
Pre test	39,84	30	49	5,141	0,003
Post Test	42,86	30	47	3,127	

Sumber : Data Primer, 2023

Berdasarkan tabel 4 menunjukkan nilai mean, standart deviasi, minimum dan maksimum dari masing-masing kelompok data (*pretest dan posttest*). Tampak bahwa Mean nilai posttest 42,86 dimana lebih besar daripada pretest yaitu 39,84. Berdasarkan hasil uji statistik dari perhitungan *Wilcoxon Signed Rank Test*, maka nilai Z yang didapat sebesar -2,935 dengan nilai $p = 0,003 < \alpha 5\%$ (*two tail*) dimana kurang dari batas kritis penelitian 0,05 sehingga dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh pendidikan kesehatan terhadap kepatuhan diet pada pasien diabetes mellitus tipe 2 Di Rawat Jalan RSUD Palmatak Tahun 2023.

PEMBAHASAN

Karakteristik Responden

Umur

Dari hasil penelitian didapatkan bahwa mayoritas responden berusia lebih dari 60 tahun sebanyak 30 orang (68,2%). Menurut Imelda (2019), resiko kejadian diabetes melitus kebanyakan terjadi pada rentang usia 45-64 tahun, hal ini dikarenakan pada usia tersebut kejadian intoleransi glukosa mengalami peningkatan. Penelitian ini didukung penelitian dari Delima (2016) yang menyatakan usia lebih dari 45 tahun adalah masuk dalam golongan lanjut usia awal sehingga mulai mengalami penurunan fungsi dari organ termasuk pankreas.

Jenis Kelamin

Dari hasil penelitian didapatkan mayoritas responden berjenis kelamin laki-laki sebanyak 23 orang (52,3%). Menurut teori Hawk (2015) mengemukakan bahwa jenis kelamin merupakan salah satu faktor yang dapat mempengaruhi perilaku kesehatan, termasuk dalam mengatur pola makan. Wanita lebih sering menggunakan fasilitas kesehatan daripada laki-laki, dan perempuan lebih berpartisipasi dalam pemeriksaan kesehatan. Glasgow (WHO, 2018) berpendapat bahwa laki-laki dinilai memiliki tingkat kepatuhan yang lebih rendah dalam hal diet dibandingkan dengan perempuan. dalam hal ini hasil dari penelitian peneliti lebih banyak laki-laki yang menderita diabetes.

Hasil penelitan (Hestana, 2017) juga mendukung bahwa laki-laki lebih banyak yang patuh terhadap diet dibandingkan perempuan. Hal ini karena peranan laki-laki sebagai pencari nafkah dan kepala keluarga sehingga memotvasi diri mereka untuk menjadi lebih sehat dengan cara mematuhi anjuran diet yang diberikan dan kemungkinan adanya dukungan dari pasangan hidupnya dengan mengkonsumsi makanan sesuai aturan diet penyakit diabetes melitus.

Pendidikan

Dari hasil penelitian didapatkan responden berpendidikan SMP (43,2%). Orang yang berpendidikan rendah memiliki peluang risiko terjadinya diabetes melitus sebesar 4.895 kali dibandingkan orang yang tidak diabetes melitus. Orang yang tingkat pendidikanya tinggi biasanya akan memiliki banyak pengetahuan tentang kesehatan (Pahlawati and Nugroho, 2019).

Akan tetapi hasil penelitian ini berbeda dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Lestari (2012) pada pasien DM tipe 2 di RSUP Fatmawati, uji statistik penelitian tersebut menunjukkan tidak adanya hubungan antara pendidikan dengan kepatuhan diet diabetes Mellitus dengan hasil uji statistic $p=0,147$. Hal ini dikarenakan pada penelitian yang dilakukan oleh Lestari, proporsi ketidakpatuhan diet lebih tinggi pada responden dengan tingkat pendidikan tinggi sedangkan pada penelitian ini, proporsi ketidakpatuhan diet lebih tinggi pada responden dengan tingkat pendidikan rendah dari pada responden dengan tingkat pendidikan tinggi.

Pekerjaan

Dari hasil penelitian didapatkan pekerjaan responden dalam tidak bekerja (54,5%). Pekerjaan merupakan aktivitas fisik sehari-hari. Aktivitas fisik dapat menurunkan terjadinya resiko diabetes melalui efek berat badan dan sensitivitas insulin. Selain itu, aktivitas fisik juga terbukti dapat membantu seseorang dengan diabetes untuk mengurangi konsumsi pengobatan dengan insulin maupun non-insulin (Fretts et al., 2009 dalam Hariawan, Fathoni and Purnamawati, 2019). Kurangnya aktivitas fisik juga membuat sistem sekresi tubuh berjalan lambat. Akibatnya terjadi penumpukan lemak di dalam tubuh yang lambat laun berat badan menjadi berlebih dan mengarah ke timbulnya diabetes melitus (Hariawan, Fathoni and Purnamawati, 2019).

Lama Menderita DM

Dari hasil penelitian didapatkan mayoritas responden menderita DM adalah <10 tahun sebanyak 29 orang (65,9%). Hasil penelitian yang sama juga ditemukan pada penelitian (Yulia, 2015) bahwa ada hubungan yang bermakna antara lama menderita dengan kepatuhan diet diabetes melitus. Responden yang mengalami penyakit diabetes melitus setelah bertahun-tahun bisa menerima penyakit yang dialami sehingga penderita diabetes melitus mempunyai tingkat penerimaan yang lebih baik terhadap perawatan diabetes melitus termasuk melakukan praktik-praktik baik dalam makanan dan minuman, motivasi untuk sehat sehingga mengikuti kepatuhan diet (Haque, 2016).

Kepatuhan Diet Sebelum Diberikan Pendidikan Kesehatan

Berdasarkan hasil penelitian dapat dilihat bahwa separuh responden tidak patuh yaitu sebanyak 31 orang (70,5%) dan patuh sebanyak 13 orang (29,5%). Kepatuhan adalah sejauh mana perilaku pasien sesuai dengan ketentuan yang diberikan oleh profesional kesehatan. Dalam memberikan diet Diabetes Mellitus memiliki prinsip pengaturan diet. Prinsip diet DM adalah tepat jadwal, tepat jumlah, dan tepat jenis (Tjokroprawiro, 2015). Kepatuhan pada penelitian ini ditunjukkan dengan perilaku pasien Diabetes Mellitus tipe 2 dalam melaksanakan aturan diet yang sudah ditetapkan dan sesuai dengan instruksi dokter, meliputi diet Diabetes, jenis diet, jumlah diet, dan jadwal diet. Rendahnya tingkat kepatuhan pasien DM terhadap terapi diet sehubungan dengan jenis dan jumlah makanan yang dianjurkan. Peneliti berpendapat kurangnya kepatuhan menjalankan diet pada pasien DM Tipe II dapat dihubungkan dengan rata-rata lama menderita DM yaitu 5 sampai dengan 10 tahun. Pasien dengan riwayat menderita DM Tipe II lebih lama lebih sering mengonsumsi makanan yang tidak sesuai, dengan proporsi lemak jenuh yang besar serta tidak menjalani diet dengan benar. Hal ini disebabkan oleh timbulnya perasaan jenuh, bosan dan depresi pada sebagian besar pasien DM Tipe II yang menjalani terapi jangka panjang. Sebagaimana penelitian yang dilakukan oleh Ciechanowski (2015) ditemukan bahwa gejala depresi timbul akibat kejenuhan dalam mematuhi aturan diet dan pengobatan.

Dalam penelitian didapatkan sebelum diberikan edukasi didapatkan sebagian besar responden tidak patuh terhadap diet DM. Hal ini terlihat dari masih banyak responden yang masih kurang mengerti tentang jumlah asupan makanan yang harus dikonsumsi dikarenakan sering menambah porsi makan. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Dwipayanti (2017) tentang hubungan pengetahuan tentang diet Diabetes Mellitus dengan kepatuhan pelaksanaan diet pada penderita Diabetes Mellitus di Ruang Interne RSUD dr. H Moh Anwar Sumenep, menemukan bahwa lebih dari separuh responden tidak patuh dalam pelaksanaan diet Diabetes Mellitus yaitu sebanyak 35 responden (58,3%).

Kepatuhan Diet Sesudah Diberikan Pendidikan Kesehatan

Berdasarkan hasil dapat dilihat bahwa separuh responden patuh yaitu sebanyak 29 orang (65,9%) dan tidak patuh sebanyak 15 orang (34,1%). Dalam penelitian didapatkan sesudah diberikan edukasi didapatkan sebagian besar responden patuh terhadap diet DM. Hal ini terlihat dari banyak responden yang sudah mengerti tentang makanan yang harus dikonsumsi dikarenakan sering kontrol ke dokter.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian Hawardi (2015) yang menyebutkan bahwa penyuluhan kesehatan manajemen diet menimbulkan kemampuan manajemen diri yang baik sehingga

dapat meningkatkan perilaku kepatuhan diet pada penderita Diabetes Melitus . Hasil penelitian Magee (2015) juga menyatakan bahwa penyuluhan kesehatan tentang diet Diabetes berpengaruh sikap positif penderita Diabetes Melitus Tipe 2 dalam pengelolaan Diabetes mandiri, penyuluhan kesehatan merupakan proses mengubah individu, kelompok dan masyarakat menuju hal-hal yang positif secara terencana melalui proses belajar, perubahan tersebut mencakup pengetahuan sikap dan ketrampilan melalui proses pendidikan kesehatan.

Hal Berbeda dijelaskan pada penelitian Herlena & Widiyaningsih (2013) di RSUD AM. Parikesit Kalimantan Timur dijelaskan bahwa sebagian besar (56,9%) klien tidak patuh terhadap program diet. Hal ini diduga akibat jangka waktu penelitian hanya sebentar, kebiasaan pola makan yang sulit dirubah dan latar belakang pendidikan yang tergolong rendah.

Faktor-faktor yang meningkatkan kepatuhan diet klien menurut Black & Hwaks (2014), antara lain: 1) meningkatkan pengetahuan dengan lebih sering berkomunikasi dengan tenaga kesehatan untuk memperoleh informasi yang cukup dan mendapat pengawasan yang baik; 2) adanya dukungan dalam mengelolah penyakitnya; 3) motivasi dan keyakinan individu yang akan mempengaruhi perilaku klien dalam mentaati aturan diet yang dianjurkan.

Menurut peneiti, kepatuhan diit setelah diberikan pendidikan kesehatan patuh dikarenakan responden sudah mengetahui bagaimana pola diit dan menjaga kesehatan. Dengan pemberian pendidikan kesehatan adalah meningkatkan kemampuan dan merubah kebiasaan pribadi, perilaku gaya hidup, dengan berperan aktif dalam mencegah serta mengurangi resiko yang dapat menyebabkan berbagai masalah kesehatan.

Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Kepatuhan Diet Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2

Berdasarkan hasil penelitian mean nilai posttest 42,8 dimana lebih besar daripada pretest yaitu 40,4. Berdasarkan hasil uji statistik dari perhitungan Wilcoxon Signed Rank Test, maka nilai Z yang didapat sebesar -1,984 dengan nilai $p = 0,047 < \alpha 5\%$ (two tail) dimana kurang dari batas kritis penelitian 0,05 sehingga dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh pendidikan kesehatan terhadap kepatuhan diet pada pasien diabetes mellitus tipe 2 Di Rawat Jalan RSUD Palmatak Tahun 2023.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Susilaningsih (2017) menunjukan adanya perubahan yang signifikan terhadap tingkat kepatuhan sebelum dan sesudah dilakukan penyuluhan kesehatan pada kelompok eksperimen, dalam penelitian ini didapatkan data hasil uji McNemarmenunjukkan bahwa kepatuhan diet sebelum dan sesudah pendidikan kesehatan berbeda secara bermakna karena angka signifikannya 0,016 ($p < 0,05$).

Perilaku klien dapat juga dipengaruhi faktor lain yaitu pengalaman mereka, semakin banyak ilmu dan informasi yang mereka dapatkan dalam proses pengobatan rutin yang diikuti akan mampu mengubah kepatuhan diet klien ke menjadi lebih baik. Diet juga dapat menjadi salah satu upaya dalam penyembuhan berbagai penyakit dengan mengatur pola makan yang benar. Jika makanan yang dimakan tepat maka akan mempercepat perbaikan gizi klien, sehingga kondisi umumnya dalam waktu singkat dapat kembali ketaraf normal (Black & Hwaks, 2014). Sejalan dengan hasil penelitian Widya, dkk (2015) tentang konseling gizi mempengaruhi kualitas diet pasien diabetes mellitus tipe 2 di RSUP dr.Sardjito Yogyakarta didapatkan hasil dari penelitian tersebut bahwa perubahan kualitas diet kelompok kontrol berbeda signifikan dengan perubahan kualitas diet pada kelompok perlakuan. Konseling gizi individu dan kelompok terarah terbukti memperbaiki kualitas diet pada pasien diabetes mellitus.

Menurut asumsi peneliti, pendidikan kesehatan yang diberikan kepada pasien dapat meningkatkan kepatuhan pasien Diabetes Melitus dalam menjalankan manajemen diet. Intervensi dapat mempengaruhi perilaku kesehatan dan meningkatkan kepatuhan yang memiliki tujuan memperkuat dan membangun kesuksesan dalam perilaku. Dengan demikian ketika kepatuhan diet dilaksanakan dapat menjadikan gula darah mendekati normal dan mencegah komplikasi lebih lanjut

4. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil dari penelitian yang telah dilakukan melalui proses penelitian terhadap 44 orang responden, dapat disimpulkan bahwa mayoritas responden berusia lebih dari 60 tahun sebanyak 30 orang (68,2%), mayoritas responden berjenis kelamin laki-laki sebanyak 23 orang (52,3%), mayoritas responden berpendidikan SMP sebanyak 19 orang (43,2%), mayoritas pekerjaan responden adalah tidak bekerja sebanyak 24 orang (54,5%) dan mayoritas responden menderita DM adalah -10 tahun sebanyak 29 orang (65,9%).

Analisis kepatuhan diet pada pasien diabetes mellitus tipe 2 sebelum diberikan pendidikan kesehatan sebagian besar tidak patuh yaitu sebanyak 17 orang (68%) dan patuh sebanyak 8 orang (32%). Sedangkan analisis kepatuhan diet pada pasien diabetes mellitus tipe 2 sesudah diberikan pendidikan kesehatan sebagian besar patuh yaitu sebanyak 16 orang (64%) dan tidak patuh sebanyak 9 orang (36%). Ada pengaruh pendidikan kesehatan terhadap kepatuhan diet pada pasien diabetes mellitus tipe 2 Di Rawat Jalan RSUD Palmatak Tahun 2023.

DAFTAR PUSTAKA

- Abadi, Muh. Yusri et al. (2022). *Efektifitas Kepatuhan Terhadap Protokol Kesehatan Covid-19 Pada Pekerja Sektor Informal Di Kota Makassar*. Sidoarjo. Uwaish Inspirasi Indonesia.
- Andrian, T. & Fitri, J. F. (2019). Hubungan pengetahuan dan kepatuhan diet dengan kadar gula darah pada pasien diabetes melitus di poli penyakit dalam RSUD Idaman Banjarbaru tahun 2018. *Jurkessia*, Vol. IX (2). DOI: <http://dx.doi.org/10.33657/jurkessi.a.v9i2.17>
- Akper, D., Booth, W., Halawa, A., & Nancye, P. M. (2018). Pengaruh pendidikan kesehatan tentang dm terhadap kepatuhan diet pada penderita dm di club diabetes melitus.
- American Diabetes Association. (2018). Standards Of Medical Care In Diabetes. Clinical And Applied Research And Education, 44(SUPPL.), 11–16. <https://doi.org/10.2337/diacare.29.02.06.dc05-1989>
- Aristina, Halawa. (2015). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Dm Terhadap Kepatuhan Diet Pada Penderita Dm Di Club Diabetes Melitus
- Black, J.M., & Jane. (2017). Medical surgical nursing St Louis: Elseiver Saunders.
- Bertalina, & Purnama. (2016). Hubungan Lama Sakit, Pengetahuan, Motivasi Pasien dan Dukungan Keluarga dengan Kepatuhan Diet Pasien Diabetes Mellitus. *Jurnal Kesehatan*, 7(2), 329. <https://doi.org/10.26630/jk.v7i2.211>
- Carr, S., et al. (2016). Kesehatan Masyarakat Epidemiologi Edisi 2. EGC: Jakarta
- Darmawan, Sri., Sriwahyuni. (2019). Peran diet 3j pada pasien diabetes melitus di Puskesmas Sudiang Raya Makassar. *Nursing Inside Community*.
- Decroli, E. (2019). Diabetes Melitus Tipe 2 (A. Kam, Y. P. Efendi, G. P. Decroli, & A. Rahmadi (eds.); 1st ed.). Pusat Penerbitan Bagian Ilmu Penyakit Dalam Isnaini N., Ratnasari R. 2018. Faktor risiko mempengaruhi kejadian Diabetes mellitus tipe dua. *J Kebidanan dan Keperawatan Aisyiyah*. 2018;14(1):59–68
- Denny, S. A., Hodges, N. L., & Smith, G. A. (2018). *Choking in the Pediatric Population*. *American Journal of Lifestyle Medicine*, 9(6), 438–441. <https://doi.org/10.1177/1559827614554901>
- Dinata, I. G. S., & Yasa, A. A. G. W. P. (2021). Tatalaksana terkini infeksi kaki diabetes. *Ganesha Medicina*, 1(2), 91-96
- Dita, Wahyu, Hestiana. (2017). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kepatuhan Dalam Pengelolaan Diet Pada Pasien Rawat Jalan Diabetes Mellitus Tipe 2 Di Kota Semarang
- Farida, M. (2019). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kadar Gula Darah Pada Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 Di Rsud K.R.M.T Wongsonegoro Semarang. *Jurnal Kesehatan yarakat (e-Journal)*, 6(1), 200–206.
- Halawa, A., & Nancye, P. M. (2016). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Dm Terhadap Kepatuhan Diet Pada Penderita Dm Di Club Diabetes Melitus. *Jurnal Keperawatan*, 5(1), 7-Pages.
- Hendra, Harwadi., (2018). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Kepatuhan Diet Pada Pasien Dm

- Tipe 2 Di Irina Non Bedah Penyakit Dalam Rsup Dr.M. Djamil Padang Tahun 2018
- Heri D.J. Maulana. Promosi Kesehatan. Jakarta: EGC; 2017
- IDF. 2021. IDF Diabetes Atlas (9th ed.). Belgium: International Diabetes federation. Diakses pada tanggal 10 September 2021 dari <https://www.diabetesatlas.org/en/resources>
- Ilmi, N., Suryatno, H., & Surniati, S. (2021). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Keluarga Terhadap Kepatuhan Diet Penderita Diabetes Mellitus Tipe 2 Di Puskesmas Masbagik Lombok Timur. *JISIP (Jurnal Ilmu Sosial dan Pendidikan)*, 5(3).
- Laumara, N., Syahwal, M., Karya Kesehatan, Stik., Karya Kesehatan Korespondensi, Stik., Laumara, N., & Kunci, K. (2020). Pengaruh penyuluhan kesehatan terhadap pengetahuan dan kepatuhan diet penderita diabetes melitus tipe 2 di Ruang Rawat Inap BLUD Rumah Sakit Konawe. <https://stikesks-kendari.e-journal.id/jikk>
- Iemone, P., Bauldoff & Burke 2017. Medical surgical Nursing, : Critical thinking in client care (4th ed), New jersey
- Krisdayanti Putri, N., Rustida Firdawsi Nuzula, P. D., Rustida Haswita, P. D., (2022). Hubungan dukungan keluarga terhadap kepatuhan diet anggota keluarga dengan diabetes mellitus
- Kemenkes RI. Adriani, Merryana Dan Bambang Wirjatmadi. 2017. *Peranan Gizi Dalam Siklus Kehidupan*. Jakarta: Prenadamedia Grup.
- Kemenkes RI. 2018. InfoDATIN (2018) (p. 8). Jakarta Selatan: Kemenkes RI.
- Laumara, N., Mien, M., & Syahwal, M. (2021). Pengaruh Penyuluhan Kesehatan Terhadap Pengetahuan Dan Kepatuhan Diet Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 Di Ruang Rawat Inap Blud Rumah Sakit Konawe. *Jurnal Ilmiah Karya Kesehatan*, 2(01), 35-41.
- Manurung, R., & Panjaitan, C. (2019). Gambaran Karakteristik Penderita Diabetes Mellitus Yang Berobat Jalan Ke Poli Interna Rsup H . Adam Malik Medan. Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan Jurusan Keperawatan, 20.
- Maulana, H. 2017. *Promosi Kesehatan*. Jakarta: PT. Penerbit Buku Kedokteran EGC.
- Marbun, P. I. G. 2022. Korelasi Kadar Gula Darah dengan Konsentrasi Berfikir. Faki Kedokteran Universitas Sumatera Utara Medan
- Mubarak, et al. (2015). Promosi kesehatan: Sebuah Pengantar Proses Belajar Mengajar dalam Pendidikan. Graha Ilmu: Yogyakarta
- _____ (2016). Promosi kesehatan: Sebuah Pengantar Proses Belajar Mengajar dalam Pendidikan. Graha Ilmu: Yogyakarta
- Mustafa 2017. Efektifitas edukasi diabetes dalam meningkatkan kepatuhan pengaturan diet pada diabetes melitus tipe 2. *Mutiara Medika*, 15 (1), 37-41. Diunduh 20 Juni, 2020, dari <https://journal.umy.ac.id/index.php/mm/article/view/2492>
- Norita. (2019). Perbedaan Level Pengetahuan dan Sikap pada Kepatuhan Diet Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 dipoliklinik Khusus Penyakit Dalam Rsup Dr. M. Djamil Padang. Program Studi S1 Keperawatan Fakultas Keperawatan Universitas Andalas 2019. Diakses pada tanggal 10 September 2020 dari <http://scholar.unand.ac.id/21784/>
- Notoatmodjo, Soekidjo. 2018. *Pendidikan dan perilaku kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta
- Nurhaenah Laumara. 2021. Pengaruh Penyuluhan Kesehatan Terhadap Pengetahuan Dan Kepatuhan Diet Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 di Ruang Rawat Inap BLUD Rumah Sakit Konawe
- Nurmawati, T., Sari, Y. K., & Setyaningsih, M. (2018). Efektifitas pendidikan kesehatan dengan metode ekspositori tentang meal planning terhadap pola makan pasien dm tipe 2. *Jurnal Ners Dan Kebidanan (Journal of Ners and Midwifery)*, 5(3), 257-262.
- Nursalam. 2018. *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*. 4 Ed. Jakarta: Salemba Medika.
- PERKENI. 2021. Pedoman pengelolaan dan pencegahan diabetes melitus tipe 2 di Indonesia 2021. PB. PERKENI.
- PERKENI. 2019. Pedoman Pengolaan Dan Pencegahan Prediabetes Di Indonesia 2019. In Perkeni (1st ed.). Penerbit Airlangga University Press
- PERKENI. 2021. Pedoman Pengelolaan dan Pencegahan Diabetes Melitus Tipe 2 <https://pbperkeni.or.id/unduhan>
- Ratih Puspita Febrinasari. 2020. Kepatuhan diet pasien DM berdasarkan tingkat pengetahuan dan

- dukungan keluarga di wilayah puskesmas sudiang raya. Poltekkes Kemenkes Makasar
- Restuning P, Dyah. 2015. Efektifitas Edukasi Diabetes dalam Meningkatkan Kepatuhan Pengaturan Diet pada Diabetes Mellitus Tipe 2. *Jurnal Akademi Keperawatan Widya Husada Semarang*. Vol.15 No.1 37-41
- Silfiana, A., & Purnamasari, R. (2021). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Kepatuhan Diet Klien Diabetes Mellitus Tipe 2 Di Wilayah Kerja Puskesmas Wara Barat Kota Palopo. *Jurnal Kesehatan Luwu Raya*, 7(2), 186-190.
- Siti Rochani. 2022. Study Kualitatif Tentang Kepatuhan Klien Diabetes Melitus Tipe 2 Pada Program Diet Diabetes A Qualitative Study On The Adherence Of Clients With Type 2 Diabetes Mellitus To Diabetic Diet Program
- Soelistijo SA, Lindarto D, Decroli E, Permana H, Sucipto KW, Kusnadi Y, et al. Pedoman pengelolaan dan pencegahan diabetes melitus tipe 2 dewasa di Indonesia 2019. *Perkumpulan Endokrinologi Indonesia*. 2019;1–117.
- Sugiyono. (2019). Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D. Bandung: Alfabeta.
- Thatit, N., & Mitria, S. (2018). Efektifitas Pendidikan Kesehatan dengan Metode Ekspositori tentang Meal Planning terhadap Pola Makan Pasien DM Tipe 2
- World Health Organization 2019. Mental Health Action Plan 2013-2020. Geneva, Switzerland: World Health Organization.
- Widayati STIKES Karya Husada Kediri, D., Studi Sarjana Keperawatan, P., Soekarno Hatta No, J., Pare, K., & Timur, J. (2020). Edukasi Manajemen Diabetes Berbasis Kelompok Sebaya sebagai Upaya Meningkatkan Kepatuhan Diet dan Perawatan Mandiri Penderita Diabetes Mellitus. In *The Indonesian Journal of Health Science* (Vol. 12, Issue 2).
- Wati, N. K., Kesumadewi, T., Inayati, A., Dharma, A. K., & Metro, W. (2022). Penerapan Guided Imagery (Imajinasi Terbimbing) Terhadap Skala Nyeri Pasien Thalasemia Dan Dispepsia Di Rsud Jend. Ahmad Yani Kota Metro Implementation of Guided Imagery on Pain Scale of Thalassemia and Dyspepsia Patients in Rsud Jend. Ahmad Yani Metro Cit. *Jurnal Cendikia Muda*, 2(3), 375–382.
- Yusri, V., Studi Ilmu Keperawatan STIKes Mercubaktijaya Padang Jl Jamal Jamil Pondok Kopi, P., & Barat, S. (2022). Pengalaman ketidak kepatuhan pasien diabetes melitus masyarakat minangkabau dalam menjalani diet selama pandemi covid 19 di wilayah kerja puskesmas ambacang kurangi padang experiences of non-compliance of diabetes mellitus patients in the minangkabau community in living diet during the covid-19 pandemic in ambacang puskesmas work area kurangi padang. *Jurnal Menara Medika JMM 2022 Jurnal Menara Medika*, 4(2). <https://jurnal.umsb.ac.id/index.php/menamedika/index>