

# GAMBARAN KEPATUHAN DIET PADA PENDERITA DIABETES MELITUS DI DESA JATINGARANG

Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Muhammadiyah Klaten

Supardi<sup>1</sup>, Marwanti<sup>2</sup>, Ambar Winarti<sup>4</sup>, Puput Risti Kusumaningrum<sup>4</sup>, Arma kurnia putri<sup>5</sup>

<sup>1</sup>Dosen Prodi DIII Keperawatan, STIKES Muhammadiyah Klaten

<sup>2</sup>Dosen Prodi DIII Keperawatan, STIKES Muhammadiyah Klaten

<sup>3</sup>Dosen Prodi DIII Keperawatan, STIKES Muhammadiyah Klaten

<sup>4</sup>Dosen Prodi DIII Keperawatan, STIKES Muhammadiyah Klaten

<sup>5</sup>Mahasiswa DIII Keperawatan, STIKES Muhammadiyah Klaten

\*Email: tiosupardi@yahoo.com

## Keywords:

Kepatuhan, diet,  
penderita Diabetes  
melitus

## Abstrak

*Diabetes Militus merupakan (DM) kumpulan penyakit metabolic yang di tandai dengan hiperglikemi akibat kerusakan sekresi insulin, atau keduanya. Diabetes mellitus tipe 2 adalah kondisi gula dalam darah dalam tubuh tidak terkontrol akibat gangguan sensitivitas sel pancreas untuk menghasilkan hormone insulin Tujuan penelitian ini adalah mendeskripsikan gambaran kepatuhan diet pada penderita Diabetes Melitus*

*Metode penelitian ini adalah deskriptif. Jumlah sampel penelitian ini adalah 20 responden. Pengambilan sampel dengan teknik total sampling. Instrument yang digunakan adalah kuisioner. Data dianalisis menggunakan uji Univariant dalam bentuk prosentase. Hasil penelitian menunjukkan bahwa responden dalam penelitian ini memiliki karakteristik yaitu sebagian besar berumur 60-69 tahun (30%). Pendidikan SD (30%) sama dengan pendidikan SMA (30%). Tidak berkerja (40%). Kepatuhan diet penderita diabetes mellitus adalah patuh yaitu 12 responden (60%).*

*Kesimpulan penelitian ini adalah kepatuhan diet pada penderita diabetes mellitus adalah patuh, di desa harus meningkatkan pendidikan kesehatan tentang diabetes mellitus dan meningkatkan pengetahuan tentang diet yang baik dan benar untuk penderita diabetes mellitus.*

## 1. PENDAHULUAN

*Diabetes Militus* merupakan (DM) kumpulan penyakit metabolic yang di tandai dengan hiperglikemi akibat kerusakan sekresi insulin, atau keduanya. Diabetes mellitus tipe 2 adalah kondisi gula dalam darah dalam tubuh tidak terkontrol akibat gangguan sentivitas sel pancreas untuk menghasilkan hormone insulin (1).

*Diabetes mellitus* (DM) merupakan salah satu masalah kesehatan yang besar. Data dari studi global menunjukkan bahwa jumlah penderita Diabetes Melitus pada tahun 2011 telah mencapai 366 juta orang. Jika tidak ada tindakan yang dilakukan, jumlah ini diperkirakan akan meningkat menjadi 552 juta pada tahun 2030. Diabetes mellitus telah menjadi penyebab dari 4,6 juta kematian. Selain itu pengeluaran biaya kesehatan untuk Diabetes Mellitus telah mencapai 465 miliar USD. (2) memperkirakan bahwa sebanyak 183 juta orang tidak menyadari bahwa mereka mengidap DM. Sebesar 80% orang dengan DM tinggal di negara berpenghasilan rendah dan menengah. Pada tahun 2006, terdapat lebih dari 50 juta orang yang menderita DM di Asia Tenggara Jumlah penderita DM terbesar berusia antara 40-59 tahun (3).

*Diabetes mellitus* (DM) telah menjadi masalah kesehatan utama di dunia dengan angka kejadian dan kematian yang masih sangat tinggi. Menurut *World Health Organization* (WHO) (4) menyatakan bahwa angka kejadian *Diabetes Mellitus* sebanyak 108 juta pada tahun 1980 menjadi 422 juta pada tahun 2014. Pada tahun 2015 diabetes mellitus merupakan penyakit mematikan ke-6 di dunia dengan angka 1,6 juta orang tiap tahunnya dalam 15 tahun terakhir.

Kepatuhan diet memegang peran penting bagi penderita DM, seseorang yang tidak bisa mengatur pola makan dengan pengaturan 3j (jadwal, jenis dan jumlah) maka hal ini akan menyebabkan penderita mengalami peningkatan kadar gula darah (5). Diet penderita DM harus benar-benar diperhatikan. Penderita DM biasanya memiliki kadar gula darah yang tidak terkontrol.

Kadar gula darah akan meningkat drastis setelah mengkonsumsi makanan yang banyak mengandung karbohidrat dan gula. Oleh karena itu penderita DM perlu menjaga pengaturan prinsip diet dalam rangka pengendalian kadar gula darah sehingga kadar gula darahnya tetap terkontrol.

Dalam hal ini peran perawat sangat dibutuhkan baik sebagai pemberi asuhan keperawatan maupun sebagai edukator. Menurut, pengetahuan tentang DM menjadi syarat atau upaya yang dapat membantu pasien dalam mengelola penyakit selama hidupnya sehingga semakin baik pengetahuan tentang penyakitnya maka akan semakin mengerti bagaimana harus berperilaku dalam penanganan penyakitnya.

## 2. METODE

Pada penelitian ini menggunakan metode penelitian deskriptif kuantitatif. Metode penelitian deskriptif yang dilakukan bertujuan untuk menjelaskan, menggambarkan situasi atau fenomena yang terjadi saat penelitian berlangsung (6) dengan tujuan utama yaitu untuk membuat gambaran tentang suatu keadaan secara obyektif (7) Karakteristik penelitian deskriptif cenderung menggambarkan suatu fenomena apa adanya secara teratur, ketat, mengutamakan objektivitas dan dilakukan secara cermat, tidak ada perlakuan yang diberikan atau dikendalikan, dan tidak ada uji hipotesis (8) Populasi dalam penelitian ini adalah penderita diabetes melitus yang berada di desa Jatingarang. Sempel yang diambil pada penelitian ini adalah 20 responden penderita diabetes melitus di desa Jatingarang. Dalam penelitian ini menggunakan (variabel tunggal) yaitu kepatuhan diet. Tempat pengambilan kasus di desa Jatingarang, penelitian dilakukan pada bulan juli 2020.

Kegiatan yang dilakukan peneliti dalam tahap persiapan antara lain: Pengajuan judul penelitian, penyusunan proposal penelitian dan konsultasi, mendengarkan seminar proposal. Tahap Pelaksanaan: Melakukan sosialisasi di tempat penelitian untuk menyampaikan

maksud dan tujuan kepada pihak terkait, melakukan dengan menanyakan identitas responden dengan menggunakan lembar kuisisioner yang ada, memberikan surat persetujuan penelitian kepada responden untuk menandatangani, selanjutnya meminta responden untuk menjawab kuisisioner, kemudian melakukan pengolahan data yaitu editing, coding, dan tabulating pada hasil penelitian kemudian dilakukan analisis data, melakukan pengumpulan data dan data dikumpulkan untuk dilakukan pengambilan sampel. Tahap Pelaporan: Menyusun laporan yang meliputi pengolahan data, analisa data dan penulisan laporan serta melampirkan hasil penelitian menggunakan SPSS.

### 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Pada bab ini akan diuraikan hasil penelitian yang dilaksanakan di desa Jatingarang, kecamatan Weru, kabupaten Sukoharjo. Dimulai pada tanggal 20 Juli 2020 dengan responden berjumlah 20 penderita. Penelitian ini menggunakan lembar kuisisioner yang berjumlah 10 pernyataan benar untuk mengumpulkan data tentang “gambaran kepatuhan diet pada penderita diabetes mellitus di desa Jatingarang”. Ariabel yang dilakukan analisis *univariant* pada penelitian ini adalah karakteristik responden meliputi umur, pendidikan, pekerjaan dan kepatuhan responden tentang diet diabetes melitus. Hasil analisis *univariant* dapat dilihat pada tabel dibawah ini:

#### 3.1. jenis kelamin

Berdasarkan tabel distribusi 3.4 diketahui bahwa sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan yaitu sebanyak 13 responden (65%), untuk responden berjenis kelamin laki-laki berjumlah 7 responden (35%). Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil analisis gambaran prevalensi Diabetes Melilitus berdasarkan jenis kelamin di Indonesia pada tahun 2013 yang menunjukkan bahwa prevalensi diabetes pada wanita lebih banyak dibandingkan pada laki-laki (9). Selain itu dibuktikan juga dengan penelitian dilakukan oleh Pujiastuti (2016), bahwa

jumlah penderita Diabetes mellitus berjenis kelamin perempuan lebih banyak dibandingkan dengan yang berjenis kelamin laki-laki.

Berdasarkan teori, perempuan lebih beresiko mengalami kejadian Diabetes Mellitus dibandingkan dengan laki-laki karena secara fisik perempuan memiliki peluang peningkatan indeks massa (IMT) yang lebih besar atau dapat dikatakan memiliki resiko *overweight* lebih besar. Hal tersebut dipengaruhi oleh hormonal, sindroma siklus bulanan (*pramentrual syndrome*) dan pasca-menopause yang menyebabkan lemak tubuh menjadi mudah terakumulasi (10)

Menurut peneliti, penelitian ini sejalan dengan hasil analisis gambaran prevalensi Diabetes Melilitus berdasarkan jenis kelamin di Indonesia pada tahun 2013 yang menunjukkan bahwa prevalensi diabetes pada wanita lebih banyak dibandingkan pada laki-laki. Penelitian ini juga sejalan dengan teori (10) bahwa Berdasarkan teori, perempuan lebih beresiko mengalami kejadian Diabetes Mellitus dibandingkan dengan laki-laki karena secara fisik perempuan memiliki peluang peningkatan indeks massa (IMT) yang lebih besar atau dapat dikatakan memiliki resiko *overweight* lebih besar.

#### 3.2. Umur

Berdasarkan tabel 3.3 diketahui bahwa responden yang berusia 40-49 yaitu sebanyak 4 responden (20%), responden yang berusia 50-59 sebanyak 6 responden (30%), responden yang berusia 60-69 sebanyak 7 responden (35%) dan yang usia 70-80 sebanyak 3 responden (15%). Menurut peneliti usia berpengaruh dalam pengetahuan dan kepatuhan seseorang.

Dari data yang didapat, penderita yang patuh menjalani diet paling banyak adalah pada usia 60-69 tahun.

Penambahan usia merupakan salah satu resiko terjadinya penyakit diabetes mellitus. Diabetes mellitus tipe 2 meningkat diatas usia lebih dari 40 tahun, dimana pada usia terjadi perubahan biologik seperti penurunan fungsi berbagai organ, salah satunya adalah perubahan fungsi endokrin berupa timbulnya resistensi insulin yang

dapat menyebabkan diabetes mellitus tipe 2 (11).

Menurut peneliti bahwa usia individu dihitung mulai saat dilahirkan sampai saat beberapa tahun. Semakin cukup umur, tingkat kematangan seseorang akan lebih matang dalam berfikir dan bekerja. Dari segi kepercayaan masyarakat, seseorang lebih dewasa akan lebih dipercaya dari orang yang belum cukup kedewasaannya. Semakin tinggi usia semakin beresiko terjadinya diabetes melitus, dan semakin tinggi usia semakin baik pula tingkat kepatuhannya

### 3.3. Pendidikan

Berdasarkan tabel 3.5 diketahui bahwa sebagian besar responden pendidikan terakhir SD 5 responden (25%) dan SMA/SMK sebanyak 5 responden (25%). Pendidikan SMP ada 4 responden (20%) jumlahnya sama dengan responden yang tidak sekolah sebagian kecil berpendidikan perguruan tinggi yaitu sebanyak 2 (10%).

Berdasarkan data yang didapat, responden yang patuh menjalani diet paling banyak pada tingkat pendidikan SMA, dapat disimpulkan bahwa semakin tinggi tingkat pendidikan semakin baik pula dalam menjalani anjuran dokter/ patuh terhadap diet yang diberikan.

### 3.3. Pekerjaan

Berdasarkan tabel 3.6 diketahui bahwa sebagian besar responden yang tidak bekerja sebanyak 8 responden (40%), responden yang bekerja sebagai buruh sebanyak 7 responden (35%), responden yang bekerja sebagai wiraswasta sebanyak 2 responden (10%), responden yang bekerja sebagai PNS juga 2 responden (10%) dan sebagian kecil responden menjadi petani yaitu 1 responden (5%). Dari data tersebut maka dapat diasumsikan sebagian besar sampel memiliki aktivitas yang ringan.

Aktivitas fisik mempengaruhi kebutuhan energi seseorang (12) Kurangnya aktivitas fisik dapat menjadi faktor resiko terjadinya diabetes mellitus (13).

### 3.4. Kepatuhan diet

Berdasarkan hasil penelitian yang didapatkan, diketahui bahwa kepatuhan penderita Diabetes mellitus di desa

Jatingarang adalah patuh yaitu sebanyak 12 responden (60%) dan tidak patuh 8 responden (40%). Pada hasil penelitian ini yang paling banyak yaitu pada kepatuhan patuh yaitu lebih dari separuh responden yaitu 60%. Kuisisioner yang telah dijawab oleh responden mengenai pernyataan tentang kepatuhan diet diabetes mellitus yaitu terdiri dari 10 pernyataan benar dengan jawaban tegas YA/TIDAK. Kepatuhan diet memegang peran penting bagi penderita DM, seseorang yang tidak bisa mengatur pola makan dengan pengaturan 3j (jadwal, jenis dan jumlah) maka hal ini akan menyebabkan penderita mengalami peningkatan kadar gula darah (Suiraoaka, 2012). Diet penderita DM harus benar-benar diperhatikan. Penderita DM biasanya memiliki kadar gula darah yang tidak terkontrol.

Menurut peneliti, kepatuhan diet mempengaruhi kadar gula darah penderita dan mempengaruhi tingkat keparahan penyakit. Jika penderita patuh menjalani diet yang baik dan benar maka tingkat keparahannya rendah dibandingkan dengan penderita yang tidak patuh menjalani diet.

## 4. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian gambaran kepatuhan diet pada penderita diabetes melitus di desa Jatingarang di dapatkan hasil sebagai berikut :

1. Karakteristik responden pada penderita diabetes melitus di desa Jatingarang pada umur minimal berusia 44 tahun maksimal berusia 83 tahun. Untuk jenis kelamin laki-laki 7 responden (35%), perempuan 13 responden (65%). Pendidikan, tidak sekolah 4 responden (20%), SD 6 responden (30%), SMP 2 responden (10%), SMA 6 responden (30%), perguruan tinggi 2 responden (10%). Pekerjaan, tidak bekerja 8 responden (40%), wiraswasta 2 responden (10%), petani 1 (5%), buruh 7 responden (35%), PNS 2 responden (10%).

2. Kepatuhan responden tentang diet diabetes melitus di wilayah desa Jatingarang adalah Patuh yaitu 12 responden (60%)

## REFERENSI

### Buku

1. Lemone, P., Burke, K.M., & Bauldoff G. Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah. 5th ed. Jakarta: EGC; 2015.
5. Surioka. Penyakit degeneratif. Yogyakarta: Nuamedika; 2012.
6. Setiadi. Konsep dan Penulisan Riset Keperawatan. Yogyakarta: Graha Ilmu; 2013.
7. Hidayat A. Metode penelitian keperawatan dan teknis analisa data. Jakarta: Salemba Medika; 2014.
8. Notoatmodjo S. Metodologi Penelitian Kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta; 2010.
10. Arisman. Gizi Dalam Daur Kehidupan. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran. EGC; 2010.
11. Suyono S. Diabetes Melitus di Indonesia. Buku Ajar Ilmu Penyakit Dalam. 4th ed. Jakarta: Pusat Penerbitan Ilmu Penyakit Dalam FK UI.; 2011.
13. Sukardi. Metodologi Penelitian Pendidikan Kompetensi Dan Praktiknya. Jakarta: Bumi Aksara; 2013.

#### **Jurnal**

3. Trisnawati, S, Widarsa, T, Suastika K. Faktor Risiko Diabetes Mellitus Tipe 2 Pasien Rawat Jalan Di Puskesmas Wilayah Kecamatan Denpasar Selatan.

Program Studi Magister Ilmu Kesehatan Masyarakat, Universitas Udayana. Denpasar. Public Heal Prev Med Arch. 2013;1 (1).

#### **Laporan**

2. International Diabetes Federation. IDF Atlas Sixth Edition. 2013.
4. WHO. Global Report On Diabetes, France: World Health Organization. 2016.
9. Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas). Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian RI tahun 20113. 2013.
12. PERKENI. Pengelolaan Dan Pencegahan Diabetes Mellitus Tipe 2 Di Indonesia. 2015.

**Tabel**

**Tabel 4.2** Retara usia respode penderita diabetes melitus di desa Jatingarang

No	Usia	Jumlah (responden)	Presentase
1.	40-49	4	20%
2.	50-59	6	30%
3.	60-69	7	35%
4.	70-80	3	15%
	Jumlah	20	100%

**Tabel 4.3** Jenis kelamin, Pendidikan, pekerjaan dan kepatuhan diet pada tahun 2020.

No	Pengetahuan	Jumlah (responden)	Presentase
1.	Laki-laki	7	35%
2.	Perempuan	13	65%

No	Pendidikan Terakhir	Jumlah (responden)	Presentase
1.	Tidak sekolah	4	20%
2.	SD	6	30%
3.	SMP	2	10%
4.	SMA/SMK	6	30%
5.	Perguruan Tinggi	2	10%
	Jumlah	20	100%

No	Pekerjaan	Jumlah (Ibu)	Presentase
1.	Tidak bekerja	8	40%
2.	Wiraswasta	2	10%
3.	Petani	1	5%
4.	Buruh	7	35%
5.	PNS	2	10%
	Jumlah	20	100%

No	Kepatuhan	Jumlah (responden)	Presentase
1.	patuh	12	60%
2.	Tidak patuh	8	40%