

Patient Perception Of Type 2 DM About DM Management During The Covid-19 Pandemic At Majenang Health Center 1

Fairuz Herdian Eka Widyanto¹, Marsito², Ernawati³

^{1,2,3} Universitas Muhammadiyah Gombong, Indonesia

✉ fairuzherdian@gmail.com

Abstract

Background: In Indonesia, the number of diabetics continues to increase from 10.7 million people in 2019 to 19.5 million people in 2021. Indonesia is ranked fifth with the highest number of diabetics in the world. The increase in the number of people with type-2 diabetes is due to socio-economic, demographic, environmental and genetic factors. **Objective:** To find out the patient's perception of type 2 DM about dm management during the covid-19 pandemic. **Method:** The type of research used in this study is qualitatively descriptive with a phenomenological approach. The sampling process in this study was carried out by purposive sampling while the data retrieval process was done by interview method (indepth interview) and for the length of the interview on each participant which is between 30-45 minutes. Each participant in the study will only be interviewed once and will not be re-interviewed. In this study, data saturation occurred in 5th participants so that the number of samples in this study was as many as 5 people. **Results:** In this study, researchers identified 3 themes, namely (1) Perception of the relationship of DM with Covid (2) Physical activity of DM patients (3) Diet of DM patients during pandemic. **Conclusion:** Based on the results of the study researchers concluded that participants in this study partly know that DM is one of the causes of Covid-19, in addition they also know and understand the diet and physical activity carried out to maintain the stability of blood sugar levels during the Covid-19 pandemic. **Recommendation:** The next suggestion for researchers is it is hoped that researchers will be able to further identify more broadly related to the role of families in treating Covid-19 comorbid patients by modifying other methods that have been used before. **Keywords:** Perception, Diabetes Mellitus, Covid-19

Persepsi Pasien Dm Tipe 2 Tentang Penatalaksanaan DM Selama Pandemi Covid-19 Di Puskesmas Majenang 1

Abstrak

Latar Belakang: Di Indonesia, jumlah penderita diabetes terus meningkat dari 10,7 juta jiwa pada tahun 2019 menjadi 19,5 juta jiwa pada tahun 2021. Indonesia menduduki peringkat kelima dengan jumlah penderita diabetes terbanyak di dunia. Peningkatan jumlah penderita diabetes tipe-2 disebabkan oleh faktor sosio-ekonomi, demografi, lingkungan dan genetik. **Tujuan:** Untuk mengetahui persepsi pasien DM tipe 2 tentang penatalaksanaan DM selama pandemi covid-19. **Metode:** Jenis penelitian yang digunakan pada penelitian ini adalah kualitatif deskriptif dengan pendekatan fenomenologi. Proses pengambilan sampel pada penelitian ini dilakukan dengan cara *purposive sampling* sedangkan proses pengambilan data dilakukan dengan metode wawancara (*indepth interview*) dan untuk lama wawancara pada setiap partisipan yakni antara 30-45 menit. Setiap partisipan pada penelitian ini hanya akan dilakukan satu kali wawancara dan tidak akan dilakukan wawancara ulang. Pada penelitian ini saturasi data terjadi pada partisipan ke 5 sehingga jumlah sampel pada penelitian ini yakni sebanyak 5 orang. **Hasil Penelitian:** Pada penelitian ini, peneliti berhasil mengidentifikasi 3 tema yakni (1) Persepsi mengenai kaitan DM dengan Covid (2) Aktivitas fisik pasien DM (3) Pola makan pasien DM selama pandemic. **Kesimpulan:** Berdasarkan hasil penelitian peneliti menyimpulkan bahwa partisipan pada penelitian ini sebagian mengetahui bahwa DM menjadi salah satu penyebab terjadinya Covid-19,

selain itu mereka juga mengetahui dan memahami pola makan serta aktifitas fisik yang dilakukan untuk menjaga kestabilan kadar gula darah selama masa pandemi Covid-19. **Rekomendasi Peneliti Selanjutnya:** Saran bagi peneliti selanjutnya yakni diharapkan peneliti selanjutnya mampu mengidentifikasi lebih luas terkait dengan peran keluarga dalam merawat pasien komorbid Covid-19 dengan memodifikasi metode lain yang sudah digunakan sebelumnya

Kata kunci: *Persepsi, Diabetes Melitus, Covid-19*

1. Pendahuluan

Selama masa pandemi sekarang ini DM merupakan penyakit komorbid covid-19 yang serius. Menurut data dari WHO terdapat sekitar 425 juta pasien diabetes per tahun 2017 di dunia. Kemkes (2018) dan International Diabetes Foundation (IDF) mengemukakan bahwa di tahun 2019 jumlah orang di dunia yang menderita DM mencapai 415 juta atau setara dengan 8,5% jumlah penduduk dunia, sedangkan angka prevalensi DM di Indonesia mencapai 6,2% yang artinya 10,8 juta orang menderita diabetes per tahun 2020, yang menjadikan Indonesia menempati urutan ke 7 dari 10 negara dengan jumlah diabetes tertinggi, jumlah penderita DM di Jawa Tengah juga mengalami peningkatan pada tahun 2021 dan menduduki peringkat ke 2 penyakit tidak menular setelah hipertensi dengan prevalensi 1,5% dan angka penderita diabetes di kabupaten Cilacap sebesar 8,7% (Risksdas, 2018).

DM adalah suatu kumpulan gejala yang timbul pada seseorang yang disebabkan oleh adanya peningkatan kadar glukosa darah akibat penurunan sekresi insulin progresif dilatar belakangi oleh resistensi insulin ada beberapa faktor yang menyebabkan terjadinya DM diantaranya yaitu kelainan faktor genetik, faktor usia, faktor stress dan faktor gaya hidup yang tidak sehat Decrolli, (2019). Selain itu DM juga dapat menyebabkan komplikasi apabila dibiarkan dalam waktu yang cukup lama, seperti komplikasi pada kardiovaskuler, komplikasi retinopati diabetik, komplikasi neuropati diabetik dan komplikasi nefrotik diabetik, penanganan yang tepat terhadap penyakit DM sangat di perlukan, diantaranya terdiri dari 5 pilar yaitu edukasi, perencanaan makanan, latihan jasmani, intervensi farmakologis dan pemeriksaan gula darah (Sidartawan, 2018).

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Agustira, Rumentalia, (2021) di dapatkan hasil kegiatan yang dapat dilakukan oleh para penderita DM supaya terhindar dari paparan virus, terutama virus covid-19 diantaranya menerapkan protokol kesehatan, rutin cek gula darah, mengendalikan stress, asupan makanan yang cukup dan latihan fisik.

Covid-19 adalah penyakit menular yang disebabkan oleh Severe Acute Respiratory Syndrome Coronavirus 2 (SARS-CoV-2). Virus ini dapat menular pada semua kalangan usia namun orang yang paling rentan adalah orang yang memiliki riwayat penyakit kronis (komorbid) yang dimaksud diantaranya hipertensi, penyakit kardiovaskuler dan diabetes (Febrinasari, 2020). Penderita DM rentan terhadap infeksi penyakit, terutama yang disebabkan oleh bakteri dan virus, hal ini disebabkan karena adanya gangguan pada sistem imunitas yang menurun (Febrinasari, 2020).

Persepsi sebagai suatu proses yang dimulai dari penglihatan hingga terbentuk tanggapan yang terjadi dalam diri individu sehingga individu sadar akan segala sesuatu dalam lingkungannya melalui indera yang dimilikinya, masing masing dari indera tersebut dapat memberikan informasi yang berbeda mengenai apa yang ada di lingkungan manusia (Walgito, 2015). Hasil penelitian yang dilakukan oleh Wahyuni & Hermawati, (2017) pengelolaan diet nutrisi pada pasien DM akan berhasil apabila memiliki kepatuhan yang baik responden yang memiliki dukungan keluarga yang baik maka memiliki kepatuhan yang baik. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Adithia et al., (2018) di dapatkan hasil persepsi kesehatan dan status mental pasien DM tipe 2 dalam konteks budaya Kalimantan

Tengah dipengaruhi oleh kesehatan, persepsi penyakit, kontrol diri emosional dan kemampuan berpikir.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan oleh peneliti di Puskesmas Majenang 1 dengan menggunakan metode wawancara di dapatkan 3 partisipan pasien DM tipe 2 dan didapatkan hasil, partisipan 1 mengatakan mengetahui tentang penyakit DM sebagai komorbid dan mencari informasi tentang DM selama pandemi melalui tetangganya aktivitas fisik yang dilakukan oleh partisipan adalah jalan-jalan namun karena situasi sedang pandemi dilakukan di pagi hari, partisipan kedua menyampaikan mengenal penyakit DM selama pandemi dan mengetahui informasi itu melalui leaflet akan tetapi partisipan tidak melakukan aktivitas fisik karena takut terpapar virus corona dan, partisipan ke tiga mengatakan bahwa hanya mengetahui apa itu penyakit DM karena keterbatasan informasi yang diperoleh partisipan juga biasa melakukan aktivitas fisik ringan di halaman rumah. Terkait hal tersebut maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang Persepsi pasien DM tipe 2 tentang penatalaksanaan DM selama pandemi covid-19 di Puskesmas Majenang 1.

2. Metode

Jenis penelitian ini adalah kualitatif dengan metode penelitian deskriptif. Pada penelitian ini metode yang digunakan yakni dengan menggunakan pendekatan secara fenomenologi. Populasi penelitian ini adalah semua pasien DM tipe 2 di puskesmas Majenang 1. Pada penelitian ini peneliti akan mengambil 5 partisipan pasien DM tipe 2. Metode pengambilan sampel pada penelitian ini dengan jenis purposive sampling. Kriteria sampel dalam penelitian ini adalah syarat yang harus dipenuhi untuk menjadi sampel yaitu sampel yang memenuhi atau termasuk dalam kriteria inklusi dan eksklusi Notoatmodjo, (2018), sebagai berikut: Kriteria inklusi: Partisipan adalah pasien DM yang berusia 30-45 tahun, Partisipan adalah pasien DM yang berpendidikan SMA, Partisipan adalah pasien DM yang terdaftar di Puskesmas Majenang 1. Kriteria eksklusi: Partisipan adalah pasien DM yang memiliki penyakit komplikasi lain, Partisipan adalah yang tidak setuju dilakukan penelitian, Partisipan adalah pasien dengan gangguan mental. Penelitian dilakukan di puskesmas Majenang 1 Kecamatan Majenang Kabupaten Cilacap dan Waktu penelitian dilakukan pada bulan Oktober 2021. Penelitian ini menggunakan teknik pengumpulan data dengan wawancara.

3. Hasil dan Pembahasan

3.1. Hasil

Peneliti melakukan wawancara dengan narasumber secara langsung tentang Persepsi Pasien Dm tipe 2 Tentang Penatalaksanaan Dm Selama Pandemi Covid-19 Di Puskesmas Majenang 1. Penelitian ini dilakukan pada bulan Oktober 2021 dengan n= 5

Tabel 1. Karakteristik Partisipan DM Tipe 2 di puskesmas Majenang 1

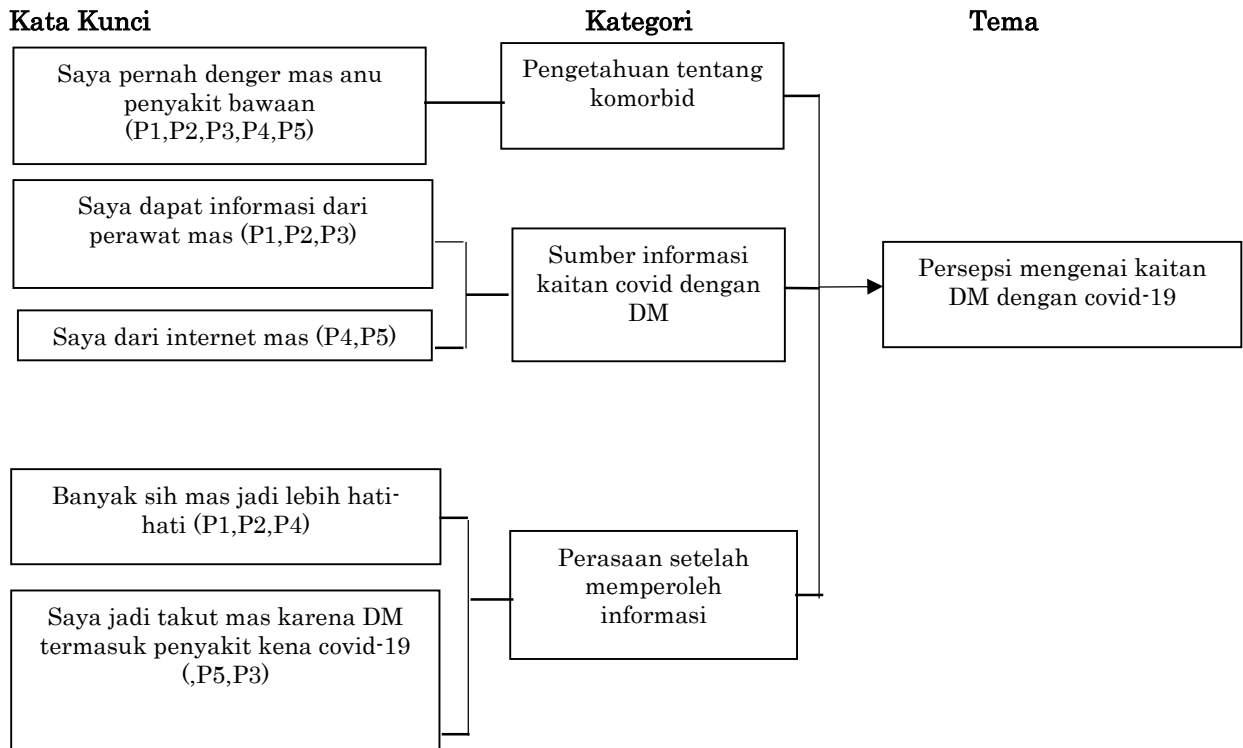
Partisipan	Usia	Jenis Kelamin	Agama	Pendidikan Terakhir	Pekerjaan
P1	34	Laki-laki	Islam	SMK	Buruh
P2	32	Laki-laki	Islam	SMA	Wiraswasta
P3	35	Laki-laki	Islam	SMA	Buruh
P4	41	Perempuan	Islam	SMA	Pedagang
P5	38	Perempuan	Islam	SMA	Wiraswasta

Berdasarkan tabel 1. karakteristik partisipan di dapatkan usia partisipan antara 30-40 tahun 1 diantaranya lebih dari 40 tahun. Berdasarkan jenis kelamin ke 3 diantaranya berjenis kelamin laki-laki dan dua perempuan, berdasarkan pendidikan 4 diantaranya adalah sma dan satunya smk, berdasarkan pekerjaan 2 orang buruh 2 wirasawata dan 1 pedagang. Sedangkan berdasarkan analisis verbatim kepada 5 partisipan yang telah

dilakukan peneliti menggunakan metode wawancara peneliti mampu mengidentifikasi beberapa tema berdasarkan persepsi pasien DM tipe 2 tentang penatalaksanaan selama pandemi covid-19 diantaranya: Persepsi mengenai kaitan DM dengan covid, Aktivitas fisik (Olahraga), Pola makan pasien DM

Persepsi mengenai kaitan DM dengan covid-19

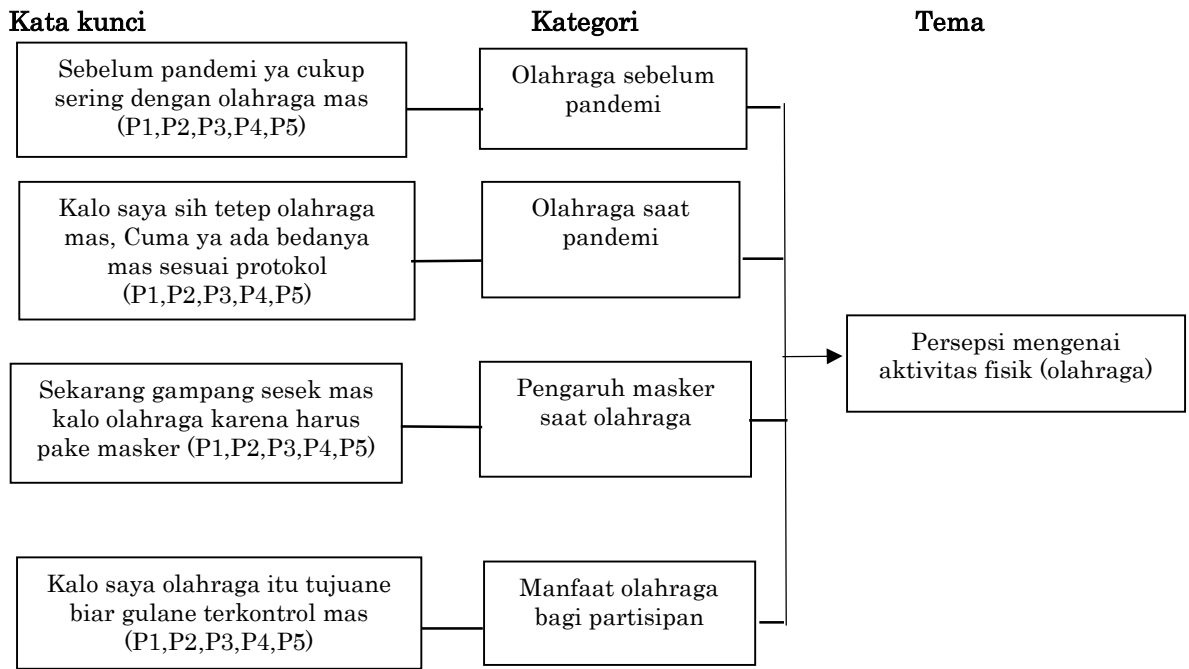
Berdasarkan hasil analisis kata kunci lalu dikategorikan berdasarkan kesamaan makna, didapatkan tema mengenai persepsi mengenai kaitan DM dengan Covid-19. Analisis data tema 1 pada penelitian ini akan disajikan pada bagan 1.



Bagan 1. Persepsi mengenai kaitan DM dengan covid-19

Persepsi mengenai aktivitas fisik (olahraga)

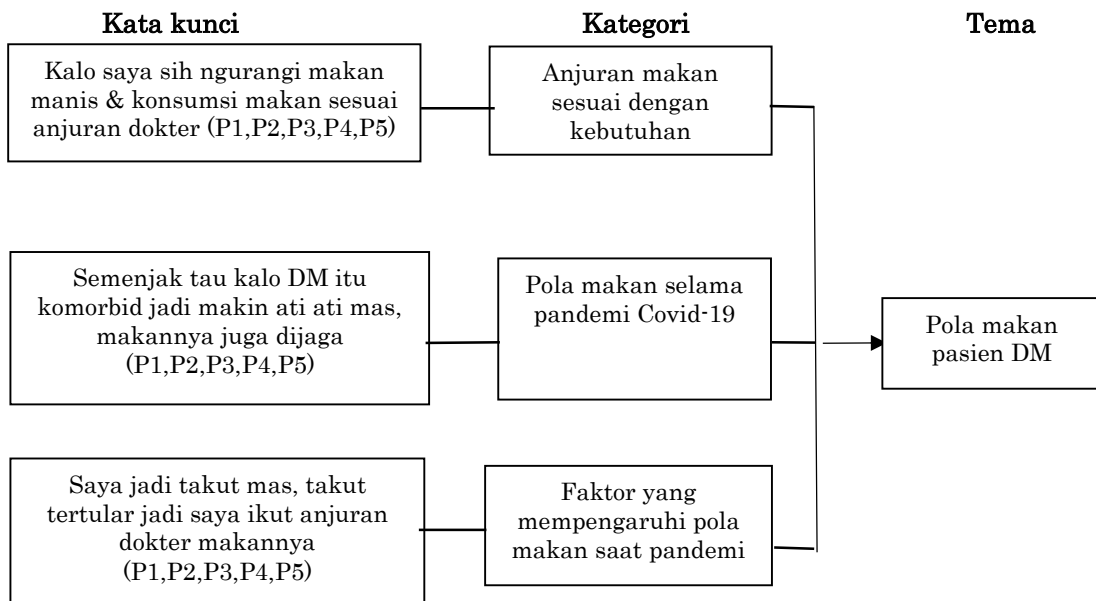
Berdasarkan hasil analisis kata kunci lalu dikategorikan berdasarkan kesamaan makna, idapatkan tema mengenai persepsi mengenai aktivitas fisik. Analisis data tema 2 pada penelitian ini akan disajikan pada bagan 2.



Bagan 2. Persepsi mengenai aktivitas fisik

Persepsi mengenai Pola makan pasien DM selama pandemi

Berdasarkan hasil analisis kata kunci lalu dikategorikan berdasarkan kesamaan makna, idapatkan tema mengenai persepsi mengenai pola makan pasien DM selama pandemic. Analisis data tema 3 pada penelitian ini akan disajikan pada bagan 3.



Bagan 3. Analisa Data Tema 3 (Pola makan pasien DM)

3.2. Pembahasan

Pada pembahasan ini peneliti akan menjelaskan tiap tema yang diperoleh sebagai hasil dari wawancara antara peneliti dengan partisipan mengenai Persepsi Pasien DM Tipe 2 Tentang Penatalaksanaan DM Selama Pandemi Covid-19 Di Puskesmas Majenang 1. Peneliti mampu mengidentifikasi 3 tema yang muncul pada penelitian ini, tema disusun berdasarkan kata kunci hasil dari transkrip verbatim wawancara sebelumnya bersama partisipan yang akan dibahas secara rinci dan dihubungkan dengan penelitian terdahulu.

Tema 1 Persepsi mengenai kaitan DM dengan covid-19

Hasil pada penelitian ini didapatkan bahwa persepsi kaitan DM dengan covid yang dibangun dari pengetahuan partisipan mengenai komorbid, informasi tentang DM dengan covid dan perasaan setelah memperoleh informasi. Seluruh partisipan mampu menyebutkan bahwa komorbid adalah sebuah penyakit bawaan sedangkan untuk hubungan antara covid dan DM partisipan memperoleh dari perawat, tetangga (bekerja sebagai tenaga kesehatan) dan dari internet selain itu partisipan mengungkapkan perasaan takut dan lebih hati-hati setelah mengetahui informasi mengenai hubungan DM dengan covid. Berdasarkan dengan yang diungkapkan oleh Rahmat, (2016) bahwa persepsi adalah mengenal dan memilih berbagai objek sehubungan dengan tindakan yang akan diambil, persepsi adalah proses pemilihan, pengorganisasian dan penginterpretasian informasi sesuai dengan yang diterima baik melalui penglihatan, pendengaran, perasaan, penciuman atau bahkan sentuhan dengan begitu persepsi bisa terjadi melalui stimulus dari informasi.

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa melalui informasi, seseorang mampu meningkatkan persepsi dan pengetahuan. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Muflihatin et al., (2021) dengan metode kegiatan penyuluhan yang diawali dengan pemeriksaan kesehatan yang meliputi anamnesa, pengukuran tekanan darah dan pemeriksaan kadar glukosa darah dilanjutkan dengan pretest diskusi dan posttest kepada 15 responden hasil penyuluhan menunjukkan bahwa terjadi peningkatan pengetahuan dan pemahaman responden mengenai Diabetes Mellitus dan pengelolaannya. Penelitian lain yang dilakukan oleh Ria et al., (2020) dengan metode edukasi menggunakan zoom meeting kepada pasien dan keluarga tentang manajemen diet bagi penderita DM, dan manajemen diet bagi penderita DM di masa pandemi Covid-19, berdasarkan hasil pretest dan posttest yang dilakukan pada kelompok pasien DM diketahui bahwa ada peningkatan pengetahuan tentang manajemen diet DM secara umum dan manajemen diet bagi penderita DM di masa pandemi Covid-19. Sesuai dengan hasil penelitian bahwa informasi yang diperoleh partisipan mampu meningkatkan pengetahuan.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Philipus Senewe et al., (2021) didapatkan hasil analisis multivariat menunjukkan hubungan antara kasus konfirmasi COVID-19 dengan beberapa faktor risiko di antaranya: faktor perkawinan (OR=2,69 pada 95%CI 1,54-4,70 dengan nilai $p=0,00$), faktor menderita diabetes mellitus (OR=3,07 pada 95%CI 1,27-7,41 dengan nilai $p=0,01$) dan faktor kelompok umur berisiko (OR=3,44 pada 95%CI 00-5,90 dengan nilai $p=0,00$). Kesimpulan bahwa faktor risiko kejadian kasus COVID-19 ialah penduduk yang sudah menikah, penduduk yang menderita sakit diabetes mellitus dan penduduk pada kelompok umur yang berisiko (18-59 tahun) di Kota Bogor.

Menurut analisa peneliti kegiatan penyuluhan pada pasien dengan penyerta diabetes mellitus sangat diperlukan untuk memberikan informasi, menguatkan pemahaman dan menginformasikan informasi yang terupdate terkait bagaimana Covid-19 dapat mempengaruhi pasien khususnya dengan penyakit penyerta seperti diabetes melitus. Sesuai dengan hasil penelitian yang diperoleh peneliti bahwa dengan informasi yang diperoleh baik dari tenaga kesehatan maupun internet mampu memberikan pengetahuan baru bagi mereka. Saat ini informasi mengenai berbagai hal baru sangat mudah untuk dicari maupun diakses, dengan perkembangan era modern dan dunia digital semakin memudahkan orang untuk mencari informasi dimanapun dan kapanpun. Informasi juga sangat beragam, baik dalam jenis, tingkatan maupun bentuknya, adapun manfaat dari informasi menurut Tandra, (2017) adalah menambah pengetahuan, mengurangi validasi terhadap informasi, memberikan standar aturan-aturan, ukuran-ukuran dan keputusan untuk menentukan pencapaian sasaran dan tujuan.

Hasil uraian diatas dapat disimpulkan bahwa partisipan mengetahui pengertian komorbid dari berbagai macam sumber informasi baik tenaga kesehatan, tetangga yang

bekerja sebagai tenaga kesehatan maupun internet. Selain itu mereka memahami bahwa sebagai penderita diabetes mellitus memiliki resiko lebih tinggi daripada masyarakat lain.

Tema 2 Aktivitas Fisik (Olahraga)

Berdasarkan hasil penelitian, partisipan mengungkapkan bahwa mereka tetap melakukan aktifitas fisik baik sebelum dan sesudah adanya pandemi. Namun mereka merasakan berbagai perubahan dalam menjalankan olahraga selama pandemi, hal ini berkaitan dengan protokol kesehatan yang harus diterapkan. Aktifitas fisik atau pengelolaan fisik merupakan salah satu bentuk strategi dalam pengelolaan DM dimana aktifitas fisik berfungsi untuk memperbaiki sensitivitas terhadap insulin dan menjaga kebugaran tubuh penderitanya. Latihan fisik dapat membantu para penderita DM memasukkan glukosa ke dalam sel tanpa bantuan insulin, selain itu latihan fisik juga dapat membantu menurunkan berat badan pada penderita diabetes dengan riwayat obesitas serta membantu mencegah laju progresivitas gangguan toleransi glukosa menjadi DM (Azitha, 2018).

Penelitian yang dilakukan oleh Fitria Alisa, (2020) dengan menggunakan metode edukasi online menggunakan Zoom Meeting dan tanya jawab diperoleh hasil bahwa sebelum diberikan edukasi sebagian besar (64,3%) pasien DM memiliki pengetahuan yang kurang baik tentang pelaksanaan aktifitas pasien DM. Sedangkan setelah diberikan edukasi terjadi peningkatan pengetahuan peserta yaitu sebesar 92,9% sehingga dapat disimpulkan bahwa peserta sudah memiliki pengetahuan yang baik tentang pelaksanaan aktifitas fisik pada pasien DM. Penelitian lain yang dilakukan oleh Cordita, (2017) menyebutkan bahwa pendidikan kesehatan dapat meningkatkan pengetahuan individu maupun kelompok. Menurut Ardiani et al., (2021) aktifitas fisik yang dilakukan dengan suasana yang menyenangkan dapat meningkatkan imunitas bagi penderita DM, selain itu dimasa pandemi Covid-19 penting untuk melakukan olahraga dipagi hari karena Vit D dari paparan sinar matahari dapat mencegah penularan Covid-19. Sedangkan penelitian yang dilakukan oleh Budiyanti, (2021) menyebutkan bahwa aktifitas fisik berkolerasi terhadap penderita DM. Pasien yang melakukan aktifitas fisik rendah cenderung tidak dapat mengontrol gula darahnya, begitu juga sebaliknya, pada penderita DM dengan aktifitas yang cukup dan baik dapat mengontrol kadar gula lebih baik.

Berdasarkan hasil wawancara bersama dengan 5 partisipan, mereka menyebutkan bahwa mereka tetap melakukan aktifitas fisik baik sebelum adanya pandemi Covid-19 maupun saat setelah ada pandemi. Hal ini diungkapkan partisipan karena pengaruh yang dirasakan setelah melakukan aktifitas fisik (olahraga). Namun partisipan mengeluhkan dengan adanya penggunaan protokol kesehatan membuat mereka semakin mudah kelelahan terutama saat menggunakan masker.

Menurut analisa peneliti, adanya pandemi Covid-19 memberikan dampak yang cukup luas bagi masyarakat. salah satunya adalah masyarakat idtuntut mandiri dalam belajar dan memperoleh informasi dari berbagai sumber. Kemudahan untuk mendapatkan informasi berkat kemajuan teknologi telah merubah persepsi dan kemampuan masyarakat dalam menerima dan memilah informasi. Pada saat tubuh melakukan aktifitas fisik, tubuh akan bergerak dan terjadi peningkatan kebutuhan bahan bakar tubuh oleh otot, sehingga terjadi reaksi tubuh yang kompleks meliputi fungsi sirkulasi metabolisme, pelepasan dan pengaturan hormonal dan susunan saraf otonom. Pada keadaan istirahat, metabolisme otot hanya sedikit membutuhkan glukosa sebagai sumber bahan bakar, sedangkan saat olahraga glukosa dan lemak menjadi bahan bakar utama, dengan begitu diharapkan dengan melakukan aktifitas fisik dapat membantu menurunkan kadar glukosa darah (Sidartawan, 2018). Kegiatan olahraga atau aktifitas dimasa pandemi saat ini sangat penting dilakukan dan dapat dimodifikasi sesuai dengan kemampuan individu seperti memakai masker untuk olahraga ringan diantaranya jalan kaki, jogging, serta rajin

mencuci tangan dan menghindari kerumunan/olahraga tipe solo untuk menghindari kerumunan. Olahraga yang disarankan yakni dilakukan secara teratur 3-5 kali dalam seminggu selama 30-45 menit (Febrinasari, 2020).

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa masyarakat memiliki pemahaman dan pengetahuan yang baik mengenai aktifitas yang tetap harus dilakukan dimasa pandemi sebagai penderita DM dimana mereka tetap melakukan aktifitas fisik (olahraga) dengan menerapkan protokol kesehatan yang ditetapkan.

Tema 3 Pola Makan Pasien DM

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan peneliti kepada kelima partisipan diperoleh hasil bahwa partisipan menjaga pola makan dan lebih berhati-hati dalam mengkonsumsi makanan setelah mengetahui bahwa mereka adalah komorbid dari Covid-19. Kepatuhan dalam menjalankan diet sebagai penderita DM dipengaruhi oleh beberapa faktor seperti: (1) umur, (2) jenis kelamin, (3) peran keluarga (Saviqoh et al., 2021). Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Viki, (2021) yang dilakukan dengan metode kuantitatif dengan desain deskriptif correlational menggunakan pendekatan cross sectional diperoleh hasil bahwa lebih dari separuh responden (57,4%) tidak patuh dalam menjalani diet DM sebab responden pada penelitian ini mayoritas memiliki pengetahuan yang rendah dan belum memahami diet yang tepat seperti jumlah makanan, jenis makanan, dan jadwal makan serta bahaya jika tidak menerapkan diet. Hal ini bertolak belakang dengan hasil penelitian peneliti bahwa partisipan pada penelitian ini memiliki tingkat pengetahuan yang baik dan kepatuhan dalam melaksanakan diet sesuai dengan anjuran dokter.

Penelitian yang dilakukan oleh Goyena, (2019) diperoleh hasil berdasarkan uji paired t-test didapatkan hasil $p=0,000$ pada kelompok intervensi yang berarti ada peningkatan kualitas hidup antara pre dan post intervensi manajemen lifestyle. Sedangkan pada kelompok control uji statistic didapatkan $p=0,212$ yang berarti ada perubahan kualitas hidup pada pre dan post tidak signifikan. Hal ini menunjukkan bahwa lifestyle dapat meningkatkan kualitas hidup penderita DM. Self management yang meliputi pola makan, pola aktivitas dan kepatuhan berobat berdampak baik pada kualitas hidup penderita DM.

Prinsip pengaturan pola makan pada pasien DM bukan dititik beratkan pada pengurangan jumlah makanan melainkan keseimbangan antara jumlah dan kebutuhan kalori dan gizi pada masing-masing individu. Pada penderita DM tidak dianjurkan untuk puasa karbohidrat, melainkan mengatur asupan karbohidrat sesuai kebutuhan yakni 45-46% dari total kebutuhan kalori. Karbohidrat yang disarankan adalah makanan yang mengandung tinggi serat seperti kacang-kacangan, biji-bijian dan gandum. Sedangkan kebutuhan protein dan lemak perlu dipenuhi dengan prosentase antara 20-25% sebab lemak dan protein berfungsi untuk mempercepat penyembuhan. Protein dan lemak yang dianjurkan yakni seperti ikan, udang, cumi, daging tanpa lemak, ayam tanpa kulit, susu rendah lemak, tahu dan tempe (Dewantha, 2020). Pola makan makanan yang serba instan saat ini memang sangat digemari oleh sebagian masyarakat khususnya pada pasien DM, selain rasanya yang enak juga mudah di dapatkan, akan tetapi dapat meningkatkan kadar gula darah. Bahan Makanan Yang Tidak Dianjurkan diantaranya Gula murni dan makanan yang diolah dengan gula murni seperti gula pasir, dodol, eskrim, coklat, sirup, selai, madu dendeng dan abon. Adapun faktor yang mempengaruhi terbentuknya pola makan adalah faktor ekonomi, sosial budaya, agama, pendidikan, dan lingkungan (Wahyuni & Hermawati, 2017).

Menurut Ardiani et al., (2021) dimasa pandemi Covid-19 penting bagi penderita DM untuk menerapkan gizi seimbang dimana terdapat pengaturan untuk jumlah kalori berdasarkan usia dan jenis kelamin. Penerapan empat (4) pilar gizi seimbang yakni dengan membatasi konsumsi gula sebanyak 4 sendok makan (50 gram) per orang per hari, menerapkan pola hidup bersih dan sehat, memantau berat badan secara teratur dan

melakukan aktifitas fisik. Salah satu diet yang dianjurkan adalah diet mediterania yang menganjurkan konsumsi minyak zaitun, ikan, sayur-mayur, kacang-kacangan, dan buah-buahan.

Menurut analisa peneliti kemampuan partisipan mengelola diet dengan baik dipengaruhi oleh beberapa faktor salah satunya adalah tingkat pendidikan dan pengetahuan. Partisipan pada penelitian ini memiliki tingkat pengetahuan yang baik mengenai manajemen diet yang harus dilakukan sehingga memberikan pengaruh terhadap kemampuan dalam melaksanakan diet. Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa pola makan memiliki dampak yang besar terhadap kualitas hidup pasien penderita DM, dengan menjaga pola makan selama pandemi Covid-19 tingkat kesehatan penderita dapat terkontrol dengan baik.

4. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah peneliti paparkan mengenai persepsi pasien dm tipe 2 tentang penatalaksanaan dm selama pandemi covid-19 di puskesmas majenang 1, peneliti menyimpulkan sebagai berikut: Persepsi mengenai kaitan DM dengan Covid-19 dimana 5 partisipan mengungkapkan bahwa informasi DM sebagai komorbid yang partisipan peroleh sebagian besar berasal dari tenaga kesehatan dan manfaat dari mengetahui informasi tersebut menjadikan mereka lebih berhati hati.

Aktivitas fisik yang dilakukan partisipan pada penelitian persepsi pasien dm tipe 2 tentang penatalaksanaan dm selama pandemi covid-19 di puskesmas majenang 1 ini diungkapkan oleh 5 partisipan dengan tetap melakukan aktivitas fisik namun tetap mematuhi protokol kesehatan dan kelima partisipan mengungkapkan merasakan manfaat dari melakukan aktivitas fisik Pola Makan yang dilakukan oleh semua partisipan yang berjumlah 5 orang pada penelitian ini. Partisipan mengungkapkan adanya rasa takut tertular yang dimana mereka harus tetap menjaga pola makan mereka dengan cara membatasi memakan makanan yang manis.

Rekomendasi Peneliti Selanjutnya: Saran bagi peneliti selanjutnya yakni diharapkan peneliti selanjutnya mampu mengidentifikasi lebih luas terkait dengan peran keluarga dalam merawat pasien komorbid Covid-19 dengan memodifikasi metode lain yang sudah digunakan sebelumnya

Ucapan Terima Kasih

Puji syukur kehadirat Allah Subhanahu wa ta'ala yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul "Persepsi Pasien DM Tipe 2 Tentang Penatalaksanaan DM Selama Pandemi Covid-19 Di Puskesmas Majenang 1". Sholawat serta salam tetap tercurahkan kepada junjungan kita Nabi Agung Muhammad ﷺ, sehingga peneliti senantiasa diberikan kemudahan dalam menyelesaikan tugas akhir ini.

Daftar Pustaka

- [1] Adithia, F., & Rosiana, Y. (2018). Persepsi dan Status Kesehatan Mental Penderita Diabetes Melitus Tipe II Suku Dayak. *Kes Mas: Jurnal Fakultas Kesehatan Masyarakat*, 12(2), 96–104. <https://doi.org/10.12928/kesmas.v12i2.10225>
- [2] Agustira, Rumentalia, H. (2021). Evaluasi Pengetahuan Penderita Diabetes Mellitus Tipe 2 Pada Masa Pandemi Covid-19.
- [3] Ardiani, H. E., Permatasari, T. A. E., & Sugiati, S. (2021). Obesitas, Pola Diet, dan Aktifitas Fisik dalam Penanganan Diabetes Melitus pada Masa Pandemi Covid-19. *Muhammadiyah Journal of Nutrition and Food Science (MJNF)*, 2(1), 1. <https://doi.org/10.24853/mjnf.2.1.1-12>

- [4] Azitha, Aprilia, I. (2018). Hubungan Aktivitas Fisik dengan Kadar Glukosa Darah Puasa pada pasien Diabetes Mellitus yang Datang ke Poli Klinik Penyakit Dalam RS M. DJAMIL Padang. *Jurnal Kesehatan Andalas*, 7(3), 40. <https://doi.org/10.25077>
- [5] Budiyantri wibowowarni. (2021). Mengonsumsi Sayur , Dan Partisipasi Prolanis Dengan Masa Pandemi Relationship Between Eating Fruits Frequency , Vegetables Consuming Habit , and Prolanis Participation With Blood Sugar Levels of Diabetes, 13(2), 160–168. <https://doi.org/10.23917/biomedika.v13i2.14733>
- [6] Cordita, L. &. (2017). Aktivitas Fisik Dalam Menurunkan Kadar Glukosa Darah Pada DM Tipe 2. *Celebes Abdimas:Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 7(3), 140–144.
- [7] Decrolli, E. (2019). *Diabetes mellitus tipe 2* (2 ed.). Padang: Pusat Penerbitan Bagian Ilmu Penyakit Dalam FK Universitas Andalas.
- [8] Dewantha, I. S. (2020). Pencegahan Komplikasi DM Pada Era Pandemi Covid-19. Diambil dari <https://rsud.kulonprogokab.go.id/detil/507/pencegahan-komplikasi-dm-pada-era-pandemi-covid-19>
- [9] Febrinasari. (2020). *Buku saku diabetes mellitus untuk awam* (1 ed.). Surakarta: UNS Press.
- [10] Fitriana alisa, Weny Amelia, Lenni Sastra, L. D. (2020). Edukasi Online Pelaksanaan Aktifitas Fisik Pada Pasien Diabetes Mellitus Di Masa Pandemi Covid-19. *Celebes Abdimas:Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2, 53–57. <https://doi.org/10.37541>
- [11] Goyena, R. (2019). Pengaruh Manajemen Lifestyle Terhadap Kadar Gula Darah Dan Kualitas Hidup Penderita DM Dalam Pandemi Covid-19. *Jurnal Ilmu Keperawatan*, 53(9), 1689–1699.
- [12] Kemkes. (2018). Lindungi keluarga dari diabetes. Diambil 3 Maret 2021, dari <http://p2ptm.kemkes.go.id/post/lindungi-keluarga-dari-diabetes>
- [13] Muflihatin, S. K., Sa, A., Carolline, N. B., Pw, G., & Julita, P. (2021). Peningkatan Pengetahuan Masyarakat tentang Pengelolaan Diabetes Mellitus di Masa Pandemi Covid-19, 4(2), 447–452.
- [14] Notoatmodjo. (2018). *Metode penelitian kualitatif* (2 ed.). Bandung: Rineka Cipta.
- [15] Philipus Senewe, F., Endah Pracoyo, N., Marina, R., Letelay, A. M., Sulistiyowati, N., & Upaya Kesehatan Masyarakat, P. (2021). Pengaruh Penyakit Penyerta/Komorbid Dan Karakteristik Individu Dengan Kejadian Covid-19 Di Kota Bogor Tahun 2020. *Jurnal Ekologi Kesehatan*, 20(2), 69–79. Diambil dari <https://ejournal2.litbang.kemkes.go.id/index.php/jek/article/view/5114>
- [16] Rahmat, J. (2016). *Pengantar Umum Psikologi*. Jakarta: Bulan Bintang.
- [17] Ria desnita, Mira Andika, Zulham Efendi, S. (2020). Pemberdayaan Pasien Dan Keluarga Dalam Manajemen Diet Diabetes Mellitus Pada Masa Pandemi Covid-19 Di Kot Padang, 52–57.
- [18] Riskesdas. (2018). Laporan riskesdas jateng 2018. Diambil 2 Februari 2021, dari <https://dinkesjatengprov.go.id/v2018/storage/2019/12/CETAK-LAPORAN-RISKESDAS-JATENG-2018-ACC-PIMRED.pdf>
- [19] Saviqoh, I. D., Hasneli, Y., Keperawatan, F., & Riau, U. (2021). ANALISIS POLA HIDUP DAN DUKUNGAN KELUARGA PADA PASIEN, 3, 181–193.
- [20] Sidartawan. (2018). *Diabetes mellitus terpadu* (2 ed.). Jakarta: Badan Penerbit FK UI.
- [21] Tandra, H. (2017). *Segala sesuatu yang harus anda ketahui tentang diabetes* (1 ed.). Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- [22] Viki, F. &. (2021). Faktor Yang berhubungan Dengan Kepatuhan Pasien Diabetes Mellitus Dalam Diet Selama Masa Pandemi Covid-19, 3(2), 117–128.
- [23] Wahyuni, E. S., & Hermawati, H. (2017). Persepsi Pemenuhan Kebutuhan Nutrisi Pada Pasien Diabetes Mellitus Di Desa Sawah Kuwung Karang Anyar. *Care : Jurnal Ilmiah Ilmu Kesehatan*, 3(2), 306. <https://doi.org/10.33366/cr.v5i2.571>
- [24] Walgito, B. (2015). *Pengantar psikologi umum* (2 ed.). Yogyakarta: CV Andi Offset.