

GAMBARAN KEPATUHAN DIET PASIEN DIABETES MELITUS TIPE 2 DI PUSKESMAS PAJAGAN KABUPATEN LEBAK TAHUN 2023

Rodi Widianoro

AKPER Yatna Yuana Lebak, Jl. Jenderal. Sudirman KM. 2 Rangkasbitung, Lebak, Banten 42315

Email: rodiwidianoro2015@gmail.com

Abstract: The prevalence of diabetes mellitus in the province of Banten has increased by 1.3% in 2019 while in 2022 it was 2.5% of patients. Based on data from the Lebak District Health Office in 2022, there were 4,921 people or 2.96% of diabetics with insulin and without insulin. This study purpose to provide an overview of dietary compliance in type 2 Diabetes Mellitus patients. The method of this research is descriptive observational research. This study is a descriptive study because this study only has a frequency distribution of dietary compliance in type 2 DM patients. The result of this study showed that more than half of the 51 respondents (76.1%) did not adhere to the amount of food according to the diet of type 2 Diabetes Mellitus patients. More than half of the respondents 53 (79.1%) did not adhere to the type of food according to the diet of type 2 Diabetes Mellitus patients. More than half of the respondents 58 people (86.6%) did not adhere to the food schedule according to the diet of type 2 Diabetes Mellitus patients. Based on this, it is expected that health workers will always provide health education information about dietary compliance in Diabetes Mellitus patients.

Keywords: Type 2 Diabetes Mellitus, diet, compliance

Abstrak: Prevalensi diabetes melitus di Provinsi Banten mengalami peningkatan pada tahun 2019 sebanyak 1,3%, sedangkan pada tahun 2022 sebanyak 2,5% penderita. Berdasarkan data Dinas Kesehatan Kabupaten Lebak tahun 2022, tercatat sebanyak 4.921 orang atau 2,96% penderita diabetes dengan insulin dan tanpa insulin. Penelitian ini bertujuan untuk memperlihatkan gambaran kepatuhan diet pasien Diabetes Melitus tipe 2. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskriptif observasional dengan sampel 67 responden. Penelitian ini hanya memiliki distribusi frekuensi tentang kepatuhan diet pada pasien DM tipe 2. Hasil penelitian ini memperlihatkan bahwa lebih dari separuh responden 51 orang (76,1%) tidak patuh terhadap jumlah makanan sesuai diet pasien Diabetes Melitus tipe 2. Lebih dari separuh responden 53 (79,1%) tidak patuh terhadap jenis makanan sesuai diet pasien Diabetes Melitus tipe 2. Lebih dari separuh responden 58 orang (86,6%) tidak patuh terhadap jadwal makanan sesuai diet pasien Diabetes Melitus tipe 2. Berdasarkan hal tersebut maka peneliti menyarankan kepada petugas kesehatan agar selalu memberikan informasi pendidikan kesehatan tentang kepatuhan diet pada pasien Diabetes Melitus.

Kata kunci : Diabetes Melitus Tipe 2, diet, kepatuhan

PENDAHULUAN

Diabetes adalah sindrom yang disebabkan oleh gangguan kadar insulin dalam tubuh sehingga terjadi hiperglikemia yang berhubungan dengan metabolisme karbohidrat, lemak, dan protein yang tidak normal (Donelly, 2015). Diabetes meningkat dari tahun ke tahun dan menimbulkan ancaman bagi kesehatan global, dengan prevalensi diabetes tipe 2 mencapai 90% dari semua diabetes, salah satu prevalensi tertinggi di dunia. Menurut International Diabetes Federation (IDF) (2019), sekitar 500 juta orang menderita diabetes. Menurut data Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), diabetes membunuh 2,2 juta orang.

Menurut Kementerian Kesehatan RI (2018), penyakit diabetes diperkirakan akan terus meningkat sekitar 600 juta orang pada tahun 2035. Hampir setengah dari populasi orang dewasa di Amerika Serikat sekarang menderita diabetes (ADA, 2019). Pada tahun 2016, 1,7 juta orang dewasa di Taiwan didiagnosis menderita diabetes, dan antara tahun 1995 dan 2015, diabetes merupakan penyebab kematian keempat atau kelima di antara orang dewasa di Taiwan (Lingwu, 2019). Beban diabetes tipe 2 di Afrika sub-Sahara diperkirakan berlipat ganda pada tahun 2040, sebagian karena perubahan pola makan yang cepat (Kiguli, 2019). Jumlah penderita diabetes tipe 2 di Indonesia menempati urutan keempat dengan 8,6% dari total penduduk dan diperkirakan akan meningkat dari 8,4 juta pada tahun 2000 menjadi sekitar 21,3 juta pada tahun 2030.

Menurut hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018, prevalensi diabetes sebesar 2,0%. Prevalensi diabetes diketahui dengan menggunakan hasil pemeriksaan gula darah pada penduduk usia 15 tahun ke atas (Riskesdas, 2018). Di provinsi Banten sendiri prevalensi diabetes melitus mengalami peningkatan pada tahun 2013 sebanyak 1,3%, sedangkan pada tahun 2018 sebanyak 2,2% penderita. (Riskesdas 2018). Sementara berdasarkan data dinas kesehatan Kabupaten

Lebak tahun 2018, tercatat sebanyak 4.521 orang atau 2,76% penderita diabetes dengan insulin dan tanpa insulin. (Dinkes Kab. Lebak 2018).

Diabetes sangat berbahaya karena dapat menyebabkan komplikasi. Komplikasi diabetes dapat terjadi pada setiap organ tubuh, dengan 50% kematian disebabkan penyakit arteri koroner dan 30% gagal jantung. Diabetes menyebabkan kecacatan dan juga kematian: Akibatnya, hingga 30% penderita diabetes menjadi buta

Komplikasi retinopati berkembang, dengan 10% membutuhkan amputasi kaki (Bustan, 2015). Oleh karena itu, perlu adanya upaya pengendalian diabetes. Menurut Siopis (2017), intervensi diet meningkatkan kontrol glikemik pada diabetes tipe 2. Kunci pengobatan diabetes adalah manajemen nutrisi. Kelihatannya mudah, tapi sebenarnya mengendalikan nafsu makan itu sulit. Kepatuhan terhadap serangkaian diet yang ditentukan menghadirkan tantangan yang signifikan bagi pasien DM dalam menghindari komplikasi (Bustan, 2015).

METODE

Jenis penelitian ini adalah penelitian deskriptif observasional. Penelitian ini dilakukan di Puskesmas Pajagan Kabupaten Lebak. Pengambilan data awal telah dimulai pada bulan Februari 2023. Populasi dalam penelitian ini adalah semua pasien Diabetes Melitus pada tahun 2022 di Puskesmas Pajagan Kabupaten Lebak yang berjumlah 67 orang. Dalam penelitian pemilihan sampel dilakukan dengan cara *total sampling* atau sampel jenuh.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Kepatuhan Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Terhadap Jumlah Makan Di Puskesmas Pajagan Kabupaten Lebak

		Patuh Jumlah			
				Valid	Cumulative
		Frequency	Percent	Percent	Percent
Valid	tidak patuh	51	76.1	76.1	76.1
	patuh	16	23.9	23.9	100.0
Total		67	100.0	100.0	

Tabel 1. didapatkan bahwa jumlah responden yang tidak patuh dengan jumlah kebutuhan diet makanan untuk penderita Diabetes Mellitus Tipe 2 adalah sebanyak 51 orang (76,1%), sedangkan responden yang patuh dengan jumlah kebutuhan diet makanan untuk penderita Diabetes Mellitus Tipe 2 adalah sebanyak 16 responden (23,9%)

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Kepatuhan Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Terhadap Jenis Makanan Di Puskesmas Pajagan Kabupaten Lebak

		Patuh jenis			
				Valid	Cumulative
		Frequency	Percent	Percent	Percent
Valid	tidak patuh	53	79.1	79.1	79.1
	patuh	14	20.9	20.9	100.0
Total		67	100.0	100.0	

Berdasarkan tabel 2. didapatkan bahwa jumlah responden yang tidak patuh dengan jenis makanan untuk penderita Diabetes Mellitus Tipe 2 adalah sebanyak 53 orang (79,1%), sedangkan responden yang patuh dengan jenis makanan untuk penderita Diabetes Mellitus Tipe 2 adalah sebanyak 16 responden (20,9%).

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Kepatuhan Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Terhadap Jadwal Makan Di Puskesmas Pajagan Kabupaten Lebak

		Patuh Jadwal			
				Valid	Cumulative
		Frequency	Percent	Percent	Percent
Valid	tidak patuh	58	86.6	86.6	86.6
	patuh	9	13.4	13.4	100.0
Total		67	100.0	100.0	

Berdasarkan tabel 3. didapatkan bahwa jumlah responden yang tidak patuh dengan jadwal makanan untuk penderita Diabetes Mellitus Tipe 2 adalah sebanyak 58 orang (86,6%), sedangkan responden yang patuh dengan jenis makanan untuk penderita Diabetes Mellitus Tipe 2 adalah sebanyak 9 responden (13,4%).

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Kepatuhan Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Terhadap Diet Di Puskesmas Pajagan Kabupaten Lebak

		Kepatuhan		
				Valid
		Frequency	Percent	Percent
Valid	tdk patuh	67	100.0	100.0

Table 4, didapatkan bahwa jumlah responden yang tidak patuh dengan diet untuk penderita Diabetes Mellitus Tipe 2 adalah sebanyak 67 orang (100%), hal ini dikarenakan responden hanya patuh pada beberapa item pertanyaan saja, maka seluruh pasien dalam penelitian ini dikategorikan tidak patuh dalam aturan diet untuk penderita Diabetes Mellitus Tipe 2.

Kepatuhan Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Terhadap Jumlah Makan Di Puskesmas Pajagan Kabupaten Lebak

Diketahui bahwa sebanyak 51 orang (76,1%) tidak patuh terhadap jumlah makan bagi penderita Diabetes Melitus Tipe 2 Di Puskesmas Pajagan Kabupaten Lebak, sedangkan yang patuh terhadap jumlah makan bagi penderita Diabetes Melitus Tipe 2 Di Puskesmas Pajagan Kabupaten Lebak adalah sebanyak 16 responden (23,9%). Hasil penelitian menemukan bahwa sebagian besar responden tidak mematuhi porsi makan penderita diabetes tipe 2. Hal ini berarti masih banyak responden yang tidak rutin melakukan pengukuran gula darah, tidak rutin mengunjungi fasilitas kesehatan, dan tidak melanggar atau mematuhi aturan frekuensi makan penderita DM tipe 2.

Pemeriksaan fisik secara teratur pada pasien DM mengarah pada pemahaman yang lebih baik tentang pengobatan DM oleh pasien dan peningkatan kemampuan untuk menerapkan perawatan yang direkomendasikan oleh penyedia layanan kesehatan (Lestari, 2012).

Berdasarkan penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa kepatuhan pasien dalam mengontrol porsi makan bermanfaat bagi pasien untuk menghindari peningkatan kadar glukosa darah. Oleh karena itu, petugas Puskesmas perlu berperan dalam memberikan penyuluhan kepada penderita diabetes tentang pentingnya menjaga asupan makanan sehari-hari untuk mencegah peningkatan kadar gula darah. Tiba-tiba, pendarahan yang tidak terkendali mempengaruhi kesehatannya.

Kepatuhan Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Terhadap Jenis Makan Di Puskesmas Pajagan Kabupaten Lebak

Hasil penelitian menunjukkan bahwa lebih dari setengah (79,1%) dari 53 responden tidak mengikuti pola makan pasien diabetes tipe 2 di Puskesmas Pajagan Kabupaten Lebak. Penelitian ini sejalan dengan Norita (2019) yang berdasarkan temuan penelitian menemukan bahwa meskipun sebagian besar responden tidak mengikuti diet diabetes, mereka tidak memahami jenis makanan apa

yang dapat menyebabkan diabetes. masih banyak responden yang tidak. Komplikasi diabetes.

Pendekatan terapi nutrisi yang lebih individual harus dipertimbangkan dan dimasukkan ke dalam pedoman klinis pada pasien dengan DM tipe 2. Penelitian lebih lanjut, terutama studi jangka panjang, sangat dibutuhkan untuk meneliti efek diet pada topik ini. Penelitian lebih lanjut, terutama studi jangka panjang, sangat dibutuhkan untuk meneliti efek diet pada topik ini. Studi lebih lanjut, terutama studi jangka panjang, sangat dibutuhkan untuk menyelidiki efek diet pada berbagai parameter kesehatan. Studi semacam itu harus diprioritaskan karena tingginya prevalensi DM tipe 2 dan manfaat potensial dari peningkatan perubahan pola makan menjadi lebih besar dari yang diperkirakan sebelumnya. Selain itu, penelitian yang berfokus pada kepatuhan pasien terhadap berbagai jenis diet dan faktor pribadi dan lingkungan yang dapat memengaruhi kepatuhan sangat diperlukan (Magnusdottir, Gunnarsdottir, dan Birgisdóttir, 2017).

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa sebagian besar responden tidak patuh terhadap diet diabetes tipe 2. Jenis makanan diet untuk penderita diabetes.

Kepatuhan Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Terhadap Jadwal Makan Di Puskesmas Pajagan Kabupaten Lebak

Hasil penelitian menunjukkan bahwa lebih dari setengah 58 responden (86,6%) tidak mengikuti pola makan sesuai pola makan penderita diabetes tipe 2 di Puskesmas Pajagan Kabupaten Lebak. Penelitian ini sejalan dengan Kartika (2017) yang menemukan bahwa 78% responden tidak patuh dalam mengatur rencana makannya, karena sebagian besar responden tidak terbiasa sarapan pagi (dari 08.WIB). Hasil penelitian menemukan bahwa sebagian besar responden tidak mengikuti pola makan yang mengikuti pola makan penderita diabetes tipe 2.

Atas dasar itu peneliti menyarankan agar di lingkungan kerja Puskesmas Pajagan agar selalu memberikan penyuluhan kesehatan mengenai kepatuhan diet kepada penderita diabetes atau masyarakat. Salah satu pilihan adalah menyediakan fasilitas media cetak,

seperti pamflet dan makalah tentang perencanaan makan, sehingga masyarakat yang datang berobat ke puskesmas dapat membaca dan menggunakannya sebagai pedoman pelaksanaan jumlah, jenis dan jadwal makan. dalam bentuk pola makan bagi penderita diabetes.

Kepatuhan Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Terhadap Diet Di Puskesmas Pajagan Kabupaten Lebak

Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 67 responden (100%), semuanya mengabaikan aturan pola makan pasien diabetes tipe 2 di Puskesmas Pajagan Kabupaten Lebak. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Diah Sri Unik (2018) di Semarang yang menunjukkan bahwa 72% responden tidak mengikuti kebiasaan diet pasien DM tipe 2.

Peneliti sendiri dalam hal ini menyimpulkan bahwa responden tidak patuh dalam diet khusus untuk DM tipe 2 adalah karena kebosanan dalam menjalankan diet itu sendiri, bosan dengan makanan yang disajikan, kurangnya pengetahuan pasien tentang makanan yang harus dipantangnya, kurangnya peran keluarga dalam mendampingi responden atau penderita DM tipe 2 dalam melakukan dietnya, sampai kurangnya edukasi dari tenaga kesehatan dalam penyuluhan program diet bagi pasien atau penderita DM tipe 2

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian tentang kepatuhan diet pada penderita diabetes tipe 2 yang dilakukan di Puskesmas Pajagan Kabupaten Lebak tahun 2023 dapat disimpulkan bahwa sebagian besar responden tidak patuh terhadap jumlah makanan sesuai diet pasien Diabetes Melitus tipe 2 di Puskesmas Pajagan Kabupaten Lebak. Sebagian besar responden tidak mengikuti jenis diet yang dianjurkan untuk penderita diabetes tipe 2 di Puskesmas Pajagan Kabupaten Lebak. Hampir seluruh responden tidak mengikuti pola makan sesuai pola makan penderita diabetes tipe 2 Puskesmas Pajagan. Seluruh pasien Diabetes Melitus tipe 2 tidak

patuh dalam hal diet diabetes secara keseluruhan di Puskesmas Pajagan Kabupaten Lebak.

DAFTAR RUJUKAN

- Bustan, M. N. (2015). *Manajemen pengendalian penyakit tidak menular*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Donelly. (2015). *Buku pegangan diabetes. edisi ke-4*. USA: John Willey & Sons Limited. Diterjemahkan oleh Egi Komara Yuda, S.Kp.,MM
- DinKes KSB. (2019). Laporan Tahunan Dinas Kesehatan KSB, 2019.
- IDF. (2019). *IDF Diabetes Atlas (9th ed.)*. Belgium: International Diabetes federation. Diakses pada tanggal 10 September 2020 dari <https://www.diabetesatlas.org/en/resources/>
- Kemkes RI. (2018). *InfoDATIN 2018 (p. 8)*. Jakarta Selatan: Kemenkes RI. Diakses pada tanggal 10 September 2022 dari <https://pusdatin.kemkes.go.id/download.php?file=download/pusdatin/infodatin/infodatin->
- Kiguli, et.al. (2019). *Dietary patterns and practices in rural eastern Uganda: Implications for prevention and management of type 2 diabetes*. Diakses pada tanggal 12 Desember 2020 dari www.elsevier.com/locate/appet. *Appetite* 143 (2019) 104409
- Ling Wu, et.al. (2019). *Self-management Experience of Middle-aged and Older Adults With Type 2 Diabetes: A Qualitative Study*. *Asian Nursing Research* 13. 209-215
- Magnusdottir, O. K., Gunnarsdottir, I., & Birgisdóttir, B. E. (2017). *Dietary guidelines in type 2 diabetes: The Nordic diet or the ketogenic diet? Current Opinion in Endocrinology, Diabetes and Obesity*, 24(5), 315–319. Diakses pada tanggal 15 Desember dari <https://doi.org/10.1097/MED.0000000000000361>
- Riskesdas. (2018a). *Hasil Utama Riskesdas Tentang Prevalensi Diabetes Melitus di Indonesia 2018*. Hasil Utama Riskesdas Tentang Prevalensi Diabetes Melitus Di Indonesia 2018, 8. Diakses pada tanggal 10 September 2020 dari <https://doi.org/>

- Riskesdas, 2018. (2018b). *Hasil Utama Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Diakses pada tanggal 10 September 2020 dari. <https://doi.org/>
- Siopis, et. al. (2017). *Dietitians' experiences and perspectives regarding access to and delivery of dietetic services for people with type 2 Diabetes Mellitus*. The University of Sydney, Charles Perkins Centre, School of Life and Environmental Sciences, Sydney, NSW, Australia. *Heliyon* 6 (2020),33-44
- WHO. (2016). World Health Organization. *Epidemiological Situation*. Diakses pada tanggal 10 September 2020 dari <https://www.who.int/leishmaniasis/burden/en/>