

**PENGARUH EDUKASI DIABETES TERHADAP KEPATUHAN PENGATURAN DIET
PASIEEN DIABETES MELITUS TIPE 2DI KELURAHAN WIROGUNAN DAN BRONTOKUSUMAN
KOTA YOGYAKARTA**

Dyah Restuning P.

Staf Pengajar Akademi Keperawatan Widya Husada Semarang

ABSTRAK

Edukasi diabetes merupakan pendidikan mengenai pengetahuan dan ketrampilan bagi pasien diabetes yang bertujuan mengubah perilaku untuk meningkatkan pemahaman klien akan penyakitnya. Kepatuhan diet merupakan masalah besar yang terjadi pada penderita DM tipe 2 saat ini. Prinsip pengaturan pola makan didasarkan pada status gizi pasien diabetes dan melakukan modifikasi diet dengan memperhatikan gaya hidup serta pola kebiasaan makan. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh edukasi diabetes terhadap kepatuhan pengaturan diet pada pasien Diabetes Melitus tipe 2 di kelurahan Wirogunan dan Brontokusuman Kota Yogyakarta. Metode penelitian ini menggunakan desain *quasi experimental pre – post test without control group design*. Penelitian ini dilakukan di kelurahan Wirogunan dan Brontokusuman. Jumlah sampel sebanyak 82 responden (41 kelompok intervensi dan 41 untuk kelompok kontrol). Hasil penelitian dengan uji *Wilcoxon test* kelompok intervensi didapatkan nilai bermakna ($p=0,002$), terdapat perbedaan kepatuhan pengaturan diet sebelum dan sesudah diberikan edukasi diabetes. Pada kelompok kontrol didapatkan nilai tidak bermakna ($p=1,000$), tidak terdapat perbedaan kepatuhan pengaturan diet sebelum dan sesudah diberikan edukasi diabetes. Uji beda *Mann Whitney* diperoleh nilai *bermakna* ($p=0,020$) terdapat perbedaan kepatuhan pengaturan diet sebelum dan sesudah diberikan edukasi diabetes antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol. Simpulannya: edukasi diabetes berpengaruh bermakna terhadap kepatuhan pengaturan diet pada pasien Diabetes Melitus tipe 2.

Kata Kunci: Kepatuhan Pengaturan Diet, Diabetes Melitus Tipe 2, Edukasi Diabetes

PENDAHULUAN

Diabetes melitus merupakan penyakit serius yang harus diatasi terutama di negara berkembang. Perubahan gaya hidup berdampak terhadap perubahan pola penyakit yang terjadi di masyarakat, salah satunya adalah diabetes melitus. Suatu penelitian epidemiologi oleh WHO menyatakan bahwa Indonesia merupakan negara urutan kelima dengan jumlah diabetes melitus terbanyak sekitar 8,3 juta orang¹. Hasil prevalensi nasional obesitas penduduk usia ≥ 15 tahun sebesar 18,8 %, kurang makan buah dan sayur sebesar 93,6%, kurang aktifitas fisik pada penduduk >10 tahun sebesar 48,2%.

Faktor makanan diet yang tidak menyenangkan, kurangnya pemahaman tentang diet, manfaat latihan fisik, usia yang sudah lanjut, keterbatasan fisik, pemahaman yang salah tentang manfaat obat, serta kegagalan mematuhi minum obat karena alasan ekonomi menyebabkan ketidakpatuhan diabetisi dalam penatalaksanaan DM². Penyuluhan kesehatan pada penderita diabetes mellitus merupakan hal yang penting dalam memonitor gula darah penderita DM dan mencegah komplikasi kronik baik mikroangiopati maupun makroangiopati. Komplikasi kronik biasanya terjadi dalam 5 sampai 10 tahun setelah didiagnosis ditegakkan³.

Edukasi diabetes merupakan pendidikan mengenai pengetahuan dan ketrampilan bagi pasien diabetes yang bertujuan mengubah perilaku untuk meningkatkan pemahaman klien akan penyakitnya¹. Perubahan hasil dari pendidikan kesehatan dalam bentuk pengetahuan dan pemahaman tentang kesehatan, yang diikuti dengan adanya kesadaran yaitu yang positif terhadap kesehatan, yang akhirnya diterapkan dalam tindakan pencegahan komplikasi diabetes melitus⁴. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh Edukasi Diabetes terhadap kepatuhan pengaturan diet pada pasien Diabetes Melitus tipe 2 di kelurahan Wirogunan dan Brontokusuman Kota Yogyakarta.

METODE

Penelitian ini menggunakan desain penelitian *quasi experimental pre – post test without control group design*. Populasi dalam penelitian ini adalah semua pasien diabetes melitus tipe 2 di kelurahan Wirogunan dan Brontokusuman, Yogyakarta. Teknik pengambilan sampel dengan *purposive sampling*. Jumlah sampel penelitian ini adalah 41 orang kelompok intervensi dan 41 orang kelompok kontrol, sehingga jumlah total sampel adalah 82 responden. Kriteria *inklusi* responden dalam penelitian ini responden mampu berkomunikasi verbal dan memahami bahasa Indonesia, terdiagnosa menderita diabetes melitus tipe 2 minimal selama 3

tahun. Kriteria *eksklusi* responden dalam penelitian ini adalah pasien berusia kurang dari 30 tahun dan mengalami penurunan kesadaran. Penelitian dilakukan pada bulan September 2013 sampai Oktober 2013. Instrumen penelitian ini menggunakan form meliputi : kuesioner karakteristik responden dan pengaturan diet.

Penelitian ini menggunakan uji nonparametrik yaitu *Wilcoxon test* dan *Mann Whitney test*, peneliti menggunakan dengan signifikansi 0,05. Jika *p value* \leq 0,05 maka terdapat perbedaan kepatuhan antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol.

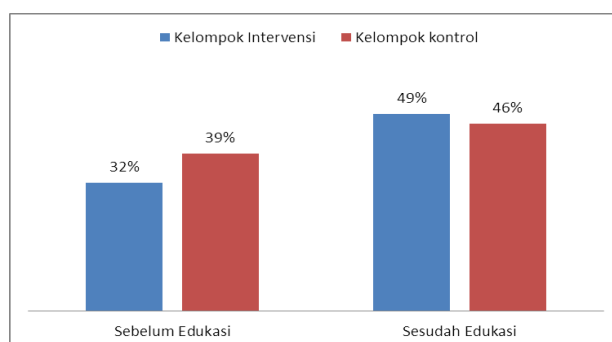
HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

Tabel 1. Distribusi Karakteristik Responden Diabetes Melitus Tipe 2 pada Kelompok Intervensi dan Kelompok Kontrol

| Karakteristik | Kategori | Kelompok intervensi (n=41) | | Kelompok kontrol (n=41) | |
|---------------------|-----------------------------|----------------------------|------|-------------------------|------|
| | | n | % | n | % |
| Jenis Kelamin | Laki-laki | 14 | 34 | 19 | 46,3 |
| | Perempuan | 27 | 65,9 | 22 | 53,7 |
| Usia | 35 -45 tahun | 0 | 0 | 1 | 2,4 |
| | > 45 tahun | 41 | 100 | 40 | 97,6 |
| Tingkat Pendidikan | SD | 16 | 39 | 30 | 73,2 |
| | SMP/SMA | 19 | 46,3 | 6 | 14,6 |
| | Sarjana | 6 | 14,6 | 5 | 12,2 |
| Tingkat Penghasilan | < Rp 1.000.000 | 19 | 46,3 | 31 | 75,6 |
| | Rp 1.000.000 - Rp 2.000.000 | 11 | 26,8 | 5 | 12,2 |
| | > Rp 2.000.000 | 11 | 26,8 | 5 | 12,2 |
| | | | | | |
| Indeks Massa Tubuh | Gemuk | 13 | 31,7 | 9 | 22 |
| | Normal | 20 | 48,8 | 27 | 65,9 |
| | Kurus | 8 | 19,5 | 5 | 12,2 |

Grafik1. Distribusi Frekuensi Kepatuhan Pengaturan Diet Responden Kelompok Intervensi dan Kelompok Kontrol Sebelum dan Sesudah Diberikan Edukasi Diabetes



Tabel 2. Perbedaan Kepatuhan Pengaturan Diet Sebelum dan Sesudah Diberikan Edukasi Diabetes pada Kelompok Intervensi dan Kelompok Kontrol

| | | n | Median | Rerata \pm s.d | p |
|------------|--------------------------|----|--------|------------------|-------|
| Intervensi | Sebelum Edukasi Diabetes | 41 | 2,00 | 1,93 \pm 0,346 | 0,002 |
| | Sesudah Edukasi Diabetes | | | 1,54 \pm 0,505 | |
| Kontrol | Sebelum Edukasi Diabetes | 41 | 2,00 | 1,85 \pm 0,573 | 1,000 |
| | Sesudah Edukasi Diabetes | | | 1,85 \pm 0,615 | |

Tabel 3. Perbedaan Kepatuhan Pengaturan Diet pada Kelompok Intervensi dan Kelompok Kontrol

| | n | Median | Rerata \pm s.d | p |
|------------|----|--------|------------------|-------|
| Intervensi | 41 | 2,00 | 1,54 \pm 0,505 | 0,020 |
| Kontrol | 41 | 2,00 | 1,85 \pm 0,615 | |

Pembahasan

Kepatuhan diet merupakan masalah besar yang terjadi pada penderita DM tipe 2 saat ini⁵. Hal ini disebabkan karena nilai rata-rata kepatuhan terendah pada pengobatan penderita DM tipe 2 yaitu salah satunya adalah kepatuhan diet⁶. Prinsip perencanaan makanan adalah melakukan pengaturan pola makan yang didasarkan pada status gizi pasien diabetes dan melakukan modifikasi diet dengan memperhatikan gaya hidup, pola kebiasaan makan, status ekonomi, dan lingkungan. Diet merupakan kebiasaan yang paling sulit diubah dan paling rendah tingkat kepatuhannya dalam manajemen diri seorang penderita DM tipe 2⁷. Kepatuhan diet yang rendah pada penderita DM

disebabkan karena pengetahuan yang kurang dan rendahnya informasi yang mereka dapatkan mengenai aturan serta cara mempertahankan diet yang baik. Komunikasi petugas kesehatan dengan melalui Edukasi Diabetes dalam bentuk ceramah dapat meningkatkan kepatuhan pasien diabetes. Semakin sering seseorang mendapat penyuluhan, maka semakin baik pula perilakunya. Klien diabetes perlu mendapat informasi tentang pengertian tentang DM terutama perencanaan makan.. Pengetahuan mengenai manajemen diabetes merupakan komponen yang penting agar pengelolaan diabetes itu bisa berjalan dengan baik.

SIMPULAN

1. Edukasi diabetes berpengaruh bermakna terhadap kepatuhan pengaturan diet pada pasien Diabetes Melitus tipe 2.
2. Terdapat perbedaan signifikan kepatuhan pengaturan diet pada kelompok intervensi antara sebelum dan sesudah diberikan edukasi diabetes.
3. Terdapat perbedaan signifikan kepatuhan pengaturan diet pada kelompok kontrol antara

sebelum dan sesudah diberikan edukasi diabetes.

SARAN

Hasil penelitian digunakan sebagai acuan dalam penatalaksanaan DM di area keperawatan komunitas khususnya. Peneliti selanjutnya diharapkan melakukan penelitian lebih dalam tentang penatalaksanaan DM yang lain dengan desain penelitian yang berbeda.

DAFTAR PUSTAKA

1. Soegondo, S. (2009). *Penatalaksanaan Diabetes Melitus Terpadu*. Jakarta: FKUI.
2. Purba, C.I. (2008). *Pengalaman Ketidakepatuhan Pasien terhadap Penatalaksanaan Diabetes Melitus (Studi Fenomenologi dalam Konteks Asuhan Keperawatan di RSUPN Dr. Cipto Mangunkusumo Jakarta)*. Tesis. FIK Universitas Indonesia. Jakarta.
3. Smeltzer, S.C. & Bare, B.G. (2005). *Textbook of Medical Surgical Nursing*. Lippincott William & Wilkins: Raven Publishers.
4. Notoatmodjo, S. (2010). *Ilmu Perilaku Kesehatan*. Jakarta: Penerbit Rineka Cipta.
5. Choi, K. H. (2012). Effects of Exercise on sRAGE Levels and Cardiometabolic Risk

Factors in Patients with Type 2 Diabetes: A Randomized Controlled Trial. *J Clin Endocrinol Metab*, 97(10):3751–3758. Diakses tanggal 4 Desember 2013 dari

<http://jcem.endojournals.org/content/97/10/3751>. short

6. Delamater, A.M. (2006). Improving Patient Adherence. *Clinical diabetes journal*. 24 (2): 71-77 diakses tanggal 28 Januari 2013 dari <http://clinical.diabetesjournals.org/content/24/2/71.full>
7. Tovar, E.G. (2007). *Relationships Between Psychosocial Factors and Adherence to Diet and Exercise in Adults with Type 2 Diabetes : A Test of a Theoretical Model*. The University of Texas Medical Branch.