



## Hubungan Tingkat Pengetahuan Dengan Kepatuhan Diet Pada Penderita Diabetes Mellitus Tipe II Di Puskesmas Cengkareng Jakarta Barat

**Vika Rosmeri**

Keperawatan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Kesetiakawanan Sosial Indonesia, DKI Jakarta, Indonesia

**Asrifah Suardi**

Keperawatan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Kesetiakawanan Sosial Indonesia, DKI Jakarta, Indonesia

Korespondensi penulis : [ifhasuardi198@gmail.com](mailto:ifhasuardi198@gmail.com)

**ABSTRACT.** *Diabetes mellitus is a serious threat to health development because it can cause complications so it needs to be managed, one of which is diet management. Proper diet helps control blood sugar so it doesn't spike high. The purpose of this study was to determine the relationship between knowledge level and dietary adherence in diabetics. type 2 mellitus at the Cengkareng Health Center. This study used a cross-sectional approach, a sample of 30 people with a total sampling that met the inclusion and exclusion criteria. ), 19 people (63.3%) lack knowledge, while 1 person (3.3%) adheres to a good diet, 20 people (66.7%) suffice and 9 people lack (30.0). Based on the results of the analysis that has been carried out for the level relationship knowledge with dietary compliance with type II diabetes mellitus at the Cengkareng Health Center, West Jakarta, obtained pvalue = 0.034 with the results of the test using Chi-Square, and from these results there is a relationship between the level of knowledge and dietary compliance which has a significant relationship (p <0.05 ). It is hoped that health workers will continue to motivate and provide education to diabetics about diabetes mellitus and dietary compliance.*

**Keywords:** *Knowledge, Dietary Compliance Diabetes Mellitus Type 2*

**ABSTRAK.** *Diabetes mellitus merupakan ancaman serius bagi pembangunan kesehatan karena dapat menimbulkan komplikasi sehingga perlu dilakukan penatalaksanaan salah satunya dengan manajemen diet. Diet yang tepat membantu mengontrol gula darah agar tidak melonjak tinggi. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara tingkat pengetahuan dengan kepatuhan diet pada penderita diabetes mellitus tipe 2 di Puskesmas Cengkareng. Penelitian ini menggunakan teknik pendekatan Cross Sectional, sampel 30 orang dengan total sampling yang telah memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi. Hasil penelitian adalah responden yang memiliki pengetahuan baik 3 orang (10.0%), pengetahuan cukup 8 orang (26.7), pengetahuan kurang 19 orang (63.3%) sedangkan responden yang patuh diet dengan kategori baik sebanyak 1 orang (3.3%) cukup 20 orang (66.7%) dan kurang sebanyak 9 orang (30.0). Berdasarkan hasil analisis yang telah dilakukan untuk Hubungan tingkat pengetahuan dengan kepatuhan diet diabetes mellitus tipe II di Puskesmas Cengkareng Jakarta Barat di dapatkan hasil pvalue =0,034 dengan hasil uji menggunakan Chi-Square, dan dari hasil tersebut maka terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan dengan kepatuhan diet yaitu (p<0,05). Diharapkan petugas kesehatan terus selalu memotivasi dan memberikan edukasi kepada penderita diabetes mengenai penyakit diabetes mellitus dan kepatuhan dalam diet.*

**Kata Kunci:** *Pengetahuan, Kepatuhan Diet Diabetes Mellitus Tipe II*

## PENDAHULUAN

Diabetes Melitus (DM) adalah penyakit gangguan metabolik yang disebabkan oleh gagalnya organ pankreas dalam memproduksi hormon insulin secara memadai. Penyakit ini bisa dikatakan sebagai penyakit kronis karena dapat terjadi secara menahun. diabetes melitus tipe II terjadi karena akibat adanya resistensi insulin yang mana sel-sel dalam tubuh tidak mampu merespon sepenuhnya insulin (International Diabetes Federation, 2019).

Berdasarkan data *International Diabetes Federation (IDF)*, Indonesia berstatus waspada diabetes karena menempati urutan ke-7 dari 10 Negara di dunia dengan jumlah pasien diabetes tertinggi setelah China, India, Amerika Serikat, Brazil, Rusia, dan Mexico. Menurut *International Diabetes Federation* (2019) jumlah penderita diabetes melitus diseluruh dunia mengalami peningkatan menjadi 463 juta jiwa pada tahun 2019 dan jumlah kematian pada kasus ini yaitu 4,2 juta jiwa yang mana Indonesia menjadi urutan ke 7 dengan jumlah penderita 10,7 juta. *DIABETIC FOOT* juga memperkirakan bahwa pada tahun 2045 kasus diabetes akan meningkat menjadi 700 juta. Selain itu, jumlah kasus tertinggi terjadi di provinsi Jakarta ( 3,4 %) dan terendah dimiliki oleh provinsi Nusa Tenggara Timur (0,9%).

Di Indonesia berdasarkan diagnosis Dokter pada Riskesdas (Riset Kesehatan Dasar) 2018 Provinsi yang paling banyak menderita DM adalah Provinsi DKI Jakarta sebanyak 2,6% penduduk. Pada tahun 2020 angka kejadian DM di kota Jakarta sebanyak 15.233 kasus. Prevelansi diabetes di Jakarta meningkat dari 2,5% menjadi 3,4% dari total 10,5 juta jiwa atau sekitar 250 ribu penduduk di DKI Jakarta menderita Diabetes.

Tujuan umum penatalaksanaan diet pasien diabetes mellitus antara lain : mencapai dan mempertahankan kadar glukosa darah dan lipid mendekati normal, mencapai dan mempertahankan berat badan dalam batas-batas normal atau  $\pm 10\%$  dari berat badan idaman, mencegah komplikasi akut dan kronik, serta meningkatkan kualitas hidup (Damayanti, 2015).

Diet diabetes adalah menormalkan aktivitas insulin dan kadar glukosa darah untuk mengurangi komplikasi yang ditimbulkan akibat diabetes mellitus. Caranya yaitu menjaga kadar glukosa dalam batas normal tanpa terjadi hipoglikemia.

Pemantauan kadar glukosa darah secara mandiri atau *self-monitoring blood glucose* (SMBG) memungkinkan untuk deteksi dan mencegah *hiperglikemia* atau *hipoglikemia*, pada akhirnya akan mengurangi komplikasi diabetik jangka panjang. Pemeriksaan ini sangat dianjurkan bagi pasien dengan penyakit diabetes mellitus yang tidak stabil, kecenderungan untuk mengalami ketosis berat, *hiperglikemia* dan *hipoglikemia* tanpa gejala ringan. Kaitannya dengan pemberian insulin dosis insulin yang diperlukan pasien ditentukan oleh

kadar glukosa darah yang akurat. SMBG telah menjadi dasar dalam memberikan terapi insulin (Damayanti, 2015).

Salah satu penatalaksanaan untuk mencegah terjadinya komplikasi bagi pasien diabetes mellitus adalah terapi diet atau pengelolaan pola makan. Kepatuhan dapat sangat sulit dan membutuhkan pengetahuan agar menjadi biasa dengan perubahan yang dilakukan dengan cara mengatur untuk meluangkan waktu dan kesempatan yang dibutuhkan untuk menyesuaikan diri (Isnaini & Saputra, 2017).

Dalam penelitian Eva Mona 2017. Menyatakan kadar gula darah terkontrol lebih banyak pada pasien yang patuh terhadap diet dibandingkan yang tidak patuh. Kepatuhan diet merupakan terapi diet yang terdapat dalam penatalaksanaan Diabetes Mellitus untuk pengendalian kadar gula darah. Dimana kepatuhan merupakan wujud tingkah laku pasien dalam mengontrol kadar gula darah. Kepatuhan diet didasarkan pada aspek 3J yaitu patuh jadwal, jenis makanan, dan jumlah makan. Pasien yang patuh akan mempunyai kontrol glikemik yang lebih baik, dengan kontrol glikemik yang baik dan terus menerus akan dapat mencegah komplikasi akut dan mengurangi resiko komplikasi jangka panjang.

Menurut data dari Puskesmas Cengkareng Pada tahun 2020-2022 ditemukan kasus diabetes mellitus tipe II sebanyak 223 orang, Pada tahun 2023 dari januari sampai mei ditemukan kasus Diabetes Mellitus tipe II sebanyak 30 orang. Hal ini dikarenakan ketika pasien sudah merasa baik, maka pasien tidak mengindahkan tentang pengaturan pola makannya, sehingga saat pasien melakukan kunjungan berikutnya di Puskesmas Cengkareng kadar gula darah menjadi naik.

Berdasarkan uraian diatas, maka peneliti tertarik untuk mengetahui hubungan tingkat pengetahuan dan kepatuhan diet penderita diabetes mellitus tipe II. di Puskesmas Cengkareng Jakarta Barat.

## **METODOLOGI PENELITIAN**

Penelitian ini merupakan rancangan analitik, yaitu melihat hubungan sebab-akibat, pertanyaan tentang validitas dan pencarian hal-hal penting tentang hubungan tersebut dengan mendeskripsikan masing-masing variabel terlebih dahulu (Darmawan, 2013). Desain penelitian yang digunakan adalah cross sectional, yaitu peneliti melakukan pengukuran atau penelitian dalam satu waktu. Penelitian ini dilakukan di Puskesmas Cengkareng Jakarta Barat. Waktu penelitian dilaksanakan pada bulan Agustus 2023. Populasi dalam penelitian ini adalah semua pasien Diabetes Mellitus Tipe II dengan jumlah 30 orang, dengan menggunakan teknik *Total Sampling*. Instrumen yang digunakan pada penelitian ini adalah

kuesioner yang terdiri dari kuesioner pengetahuan dan kuesioner kepatuhan diet. Pengolahan data yang digunakan dilakukan melalui beberapa tahapan yaitu, *Editing, Coding, Data entry, Scoring* dan *Cleaning*. Setelah seluruh data penelitian ini terkumpul maka dilakukan analisa data yang meliputi analisa univariat dan bivariat. Analisa univariat dilakukan dengan menggunakan distribusi frekuensi sedangkan analisa bivariat dilakukan dengan menggunakan uji statistik yaitu uji *Chi-Square* untuk mengetahui apakah ada hubungan antara pengetahuan dengan kepatuhan diet.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Analisis Univariat

Pada karakteristik ini dapat dijelaskan beberapa karakteristik responden diabetes mellitus tipe II yaitu usia, jenis kelamin, dan pendidikan terakhir responden dengan hasil yang diperoleh dalam bentuk tabel sebagai berikut:

**Tabel 5.1 Distribusi frekuensi karakteristik responden berdasarkan Usia**

Usia Responden	Frekuensi	%
45-50	10	33.3
51-65	20	66.7
Total	30	100

*Sumber data primer tahun 2023*

Berdasarkan hasil table 5.1 diatas dapat disimpulkan bahwa usia responden terbanyak adalah pada usia 51-65 tahun sebanyak 20 orang (45.0%), dan sementara usia responden dengan peresentase paling sedikit adalah usia 45-50 tahun (33.3%).

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Sri Trisnawati dan Dwi Finty pada tahun 2019, mengungkapkan pasien diabetes mellitus tipe II yang lebih banyak terkena diabetes mellitus berumur >50 tahun.

Menurut Damayanti 2017, usia diatas >40 tahun beresiko terkena diabetes mellitus tipe II karena adanya perubahan anatomis, fisiologis, dan biokimia. Perubahan dimulai dari tingkat sel, kemudian berlanjut pada tingkat jaringan dan akhirnya pada tingkat organ yang dapat mempengaruhi homeostatic (kemampuan tubuh untuk beradaptasi dan menjaga keseimbangan kondisi cairan didalam tubuh terhadap perubahan disekitar).

**Tabel 5.2 Distribusi frekuensi karakteristik responden berdasarkan Jenis Kelamin**

Jenis Kelamin Responden	Frekuensi	%
Laki – laki	15	50.0
Perempuan	15	50.0
Total	30	100

*Sumber : Data primer tahun 2023*

Berdasarkan hasil tabel 5.2 diatas dapat disimpulkan bahwa jenis kelamin Laki-laki sebanyak 15 orang(50.0%) dan Perempuan sebanyak 15 orang (50%).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Trisnawati, S.K. and Setyorogo (2017) yang menunjukkan bahwa tidak adanya hubungan antara jenis kelamin dengan kadar gula darah. Hasil penelitian menemukan bahwa berdasarkan analisis antara jenis kelamin dengan kejadian diabetes mellitus tipe II pada perempuan 1,007 kali lebih tinggi daripada laki-laki. Perempuan lebih beresiko mengidap diabetes karena secara fisik perempuan memiliki peluang peningkatan indeks masa tubuh yang lebih besar.

Menurut Tandra (2016), Menyatakan bahwa perempuan memiliki risiko lebih besar untuk menderita diabetes mellitus tipe II dibandingkan laki-laki, berhubungan dengan kehamilan dimana kehamilan merupakan factor risiko untuk terjadinya penyakit diabetes mellitus. Prevelensi kejadian diabetes mellitus tipe II pada perempuan lebih beresiko tinggi daripada laki-laki karena secara fisik perempuan memiliki peluang indeks massa tubuh yang lebih besar.

**Tabel 5.3 Distribusi Frekuensi karakteristik responden berdasarkan Pendidikan**

Pendidikan Responden	Frekuensi	%
Tidak Sekolah	12	40.0
SD	11	36.7
SLTP	7	23.3
Total	30	100

*Sumber : data primer tahun 2023*

Berdasarkan hasil tabel 5.3 diatas dapat disimpulkan bahwa tingkat pendidikan terakhir responden lebih banyak pada responden tidak sekolah sebanyak 12 orang (40.0%), responden pendidikan SD yaitu sebanyak 11 orang (36.7%) sedangkan tingkat pendidikan

responden dengan jumlah paling sedikit terdapat pada pendidikan SLTP yaitu sebanyak 7 orang (23.3%).

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Marshal Edwin Boyah Dkk, yang berjudul hubungan tingkat pengetahuan dengan kepatuhan diet pada penderita diabetes mellitus tipe II di Poliklinik RSUP Prof. Dr. R.D Kandou Manado. Yang mengatakan tingkat pendidikan sangat berpengaruh terhadap kejadian penyakit diabetes mellitus tipe II, orang dengan tingkat pendidikan tinggi biasanya akan memiliki pengetahuan mengenai kesehatan, dan dengan adanya pengetahuan tersebut orang akan memiliki kesadaran dalam menjaga kesehatannya. Kadar gula darah pada pasien diabetes mellitus yang berpendidikan lebih tinggi secara signifikan lebih rendah dibandingkan pasien yang berpendidikan rendah.

Menurut Notoatmodjo 2018, Pengetahuan yang baik akan mempengaruhi pasien melakukan tatalaksana dalam menjalani pengobatan penyakitnya dengan baik pula. Pendidikan juga adalah upaya persuasi atau pembelajaran kepada masyarakat agar masyarakat mau melakukan tindakan-tindakan untuk memelihara, dan meningkatkan taraf kesehatannya. Tingkat pengetahuan yang rendah akan dapat mempengaruhi pola makan sehingga mengakibatkan kenaikan kadar gula darah.

Hasil penelitian dengan kategori pengetahuan responden terdapat pada tabel sebagai berikut:

**Tabel 5.4 Distribusi frekuensi responden berdasarkan kategori Pengetahuan Di Puskesmas Cengkareng Jakarta Barat**

Pengetahuan Responden	Frekuensi	%
Baik	3	10.0
Cukup	8	26.7
Kurang	19	63.3
TOTAL	30	100

*Sumber : data primer tahun 2023*

Berdasarkan hasil tabel 5.4 dapat disimpulkan bahwa dari 30 responden pengetahuan kurang baik lebih banyak yaitu sebanyak 19 orang (63.3%), pengetahuan cukup sebanyak 8 orang (26.7%), sedangkan pengetahuan responden yang paling sedikit jumlahnya terdapat pada pengetahuan baik yaitu sebanyak 3 orang (10.0%).

**Tabel 5.5 Distribusi frekuensi responden berdasarkan kategori****Diet di Puskesmas Cengkareng Jakarta Barat**

Diet	Frekuensi	%
Baik	1	3.3
Cukup	20	66.7
Kurang	9	30.0
<b>TOTAL</b>		<b>100</b>

Sumber : data primer tahun 2023

Berdasarkan hasil tabel 5.5 dapat disimpulkan bahwa dari 30 responden patuh diet. Pada diet responden dengan jumlah yang lebih banyak terdapat pada diet cukup yaitu sebanyak 20 orang (66.7%), dan responden kurang baik sebanyak 9 orang (30,0%), Sedangkan diet responden yang paling sedikit jumlahnya terdapat pada diet baik yaitu sebanyak 1 orang (3.3%).

**Analisa Bivariat**

Hubungan Tingkat Pengetahuan dengan Kepatuhan Diet Diabetes Mellitus Tipe II, Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh dapat ditunjukkan melalui tabel dibawah ini:

**Tabel 5.6 Hubungan pengetahuan dengan kepatuhan diet diabetes mellitus tipe****II di Puskesmas Cengkareng Jakarta Barat**

Pengetahuan	Diet Diabetes Mellitus Tipe II						Total	P value
	Baik		Cukup		Kurang			
<i>b</i>	f	%	f	%	F	%	f	%
Baik	1	33.3	2	66.7	0	0	3	100
s Cukup	0	0	6	75.0	2	25.0	8	100
Kurang	0	0	12	63.2	7	36.8	19	100
s Total	1	3.3	20	66.7	9	30.0	30	100

Sumber : hasil analisis spss 2023

Dari uji analisis yang telah dilakukan didapatkan hasil dengan nilai  $p=0,034$  dengan hasil uji menggunakan *Chi-Square*. Berdasarkan hasil tersebut maka distribusi hubungan pengetahuan dengan diet diabetes mellitus tipe II memiliki hubungan yang signifikan yaitu ( $p>0,05$ ).

Hasil penelitian lain yang sejalan dengan penelitian ini. Penelitian lain yang mendukung penelitian ini yang dikemukakan oleh Elang Wibisiana dan Siti Chotimah (2017), yaitu Hubungan Tingkat Pengetahuan dengan Kepatuhan Diet Pada Penderita Diabetes

Mellitus Tipe 2 di RSUD Kabupaten Tangerang dengan hasil uji statistik chi square menunjukkan ada hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan dengan kepatuhan diet dengan p value 0.004 ( $p < 0,05$ ).

Penelitian lain, hasil penelitian Ropika Ningsih, Rahma Deni (2018) yang berjudul Hubungan Tingkat Pengetahuan dengan Kepatuhan Diet Pada Penderita Diabetes Mellitus Tipe II pada tahun 2018, dimana hasil uji chi-square diperoleh nilai p value 0,001 ( $p < 0,05$ ), yaitu terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan dengan kepatuhan diet.

Penelitian ini sesuai dengan Teori Waspadji, Pengetahuan penderita tentang diabetes mellitus tipe II merupakan sarana yang dapat membantu penderita menjalankan penanganan diabetes selama hidupnya, sehingga semakin banyak dan semakin baik penderita mengerti tentang penyakitnya semakin mengerti bagaimana harus mengubah perilakunya dan mengapa hal itu diperlukan. Penatalaksanaan diabetes mellitus untuk pengendalian kadar gula darah salah satunya adalah terapi diet.

Terapi diet merupakan aspek kedua setelah edukasi dalam penatalaksanaan diabetes mellitus, maka peran terapi gizi sangat penting bagi penderita diabetes mellitus, oleh sebab itu kepatuhan untuk menjalankan program terapi diet sangat berkaitan dengan kadar gula darah (PERKENI, 2017).

## **KESIMPULAN DAN SARAN**

### **Kesimpulan**

Berdasarkan hasil uji chi square diperoleh  $p < 0,05$  hipotesis diterima karena  $p < 0,05$  dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara tingkat pengetahuan dengan kepatuhan diet pada penderita diabetes mellitus tipe II di Puskesmas Cengkareng Jakarta Barat.

### **Saran**

Penelitian ini dapat menjadi masukan bagi peneliti selanjutnya dimana Kepatuhan dalam diet dan aktivitas fisik yang cukup bagus, hendaknya lebih ditingkatkan lagi dalam mematuhi aturan diet dan aktivitas yang disarankan petugas kesehatan agar kadar gula darah dapat terkontrol sehingga terhindar dari komplikasi. Sert diharapkan tetap terus memberikan motivasi dan edukasi kepada penderita diabetes mellitus mengenai penyakit diabetes dan kepatuhan diet dalam mengontrol pola makan, aktivitas fisik, dan minum obat melalui kegiatan pelayanan diluar gedung seperti kegiatan posbindu, posyandu, dan home visit.

## DAFTAR PUSTAKA

- Cahyati., O.P.N/, 2019. Gambaran Kepatuhan Manajemen Diabetes Mellitus Tipe II di Puskesmas Ngoresan Jebres. Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Darmawan, D. (2016) Metode Penelitian Kuantitatif. Bandung: Remaja Rosdakarya
- Fatimah, R.N. (2015). Diabetes Mellitus Tipe II. J Majority, 93-101 Infodatin, (2019)
- Husnah, Zufry, H, and Maisura (2017). Hubungan Pengetahuan Dengan Kepatuhan Diet Pada Penderita Diabetes Mellitus Tipe II Dalam Menjalani Terapi di RSUD DR. Zainoel Abidin Banda Aceh. Jurnal Kedokteran Syiah Kuala, 14(2) pp. 62-66
- Ilmah, F. and Thinni, N.R., (2016).Kepatuhan Pasien Rawat Inap Diabetes Mellitus Tipe II Berdasarkan Teori Kepatuhan Niven. Jurnal Administrasi Kesehatan Indonesia, 3(1), pp.60-69
- Masturoh, I. and Anggita, N.,(2018). Mettodologi Penelitian Kesehatan.Jakarta : Kementerian Kesehatan RI
- Mildawati, Diani, N. and Wahid, A., (2019). Hubungan Usia, Jenis Kelamin, dan Lama Menderita Diabetes Mellitus Dengan Kejadian Neuropati Perifer Diabetik. Caring Nursing Journal (CNJ), 3(2), pp.31-37
- Notoatmodjo, S (2016). Ilmu Perilaku Kesehatan. Jakarta : Rineka Cipta
- Notoatmodjo, S (2016). Promosi Kesehatan Teori dan Aplikasi.Jakarta : Rineka Cipta
- Nurhidayat, I. (2017). Faktor-Faktor yang Berhubungan Dengan Kepatuhan Pelaksanaan Diet Pasien Diabetes Mellitus (Karya Tulis Ilmiah). Universitas Muhammadiyah Yogyakarta
- Perkeni.(2015). Konsesnsus Pengelolaan dan Pencegahan Diabetes Mellitus Tipe 2 Indonesia.Jakarta : Perkumpulan Endokronologi Indonesia
- Sutrisno, M (2016). Hubungan Tingkat Pengetahuan Pasien Dengan Kepatuhan Diet Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe II di Unit Perawatan Umum Rumah Sakit Pusat Angkatan Darat Gatot Soebroto Jakarta 2016 (Skripsi). Universitas Esa Unggul, Jakarta