

## HUBUNGAN TINGKAT KEPATUHAN DIET MAKAN DENGAN TINGKAT KADAR GULA DARAH PASIEN DIABETES MELITUS

Julianto Laia

STIKes Wijaya Husada Bogor

Email : [wijayahusada@gmail.com](mailto:wijayahusada@gmail.com)

### ABSTRAK

Prevalensi diabetes mellitus meningkat di beberapa Negara berkembang hal ini dikarenakan akibat dari peningkatan kemakmuran di Negara bersangkutan. Peningkatan pendapatan per kapita dan perubahan gaya hidup terutama di kota-kota besar, menyebabkan peningkatan prevalensi penyakit degenerative, salah satunya adalah penyakit diabetes mellitus.

Untuk mengetahui hubungan tingkat kepatuhan diet makan dengan tingkat kadar gula darah pasien Diabetes Mellitus di Rumah Sakit Marzoeki Mahdi Bogor Tahun 2020.

Jenis penelitian ini adalah *deskriptif analitik* dengan pendekatan *cross sectional*. Besar sampel yang diperlukan adalah 141 responden, Pengambilan sampel diambil secara *Accidental Sampling* tingkat gula darah baik ada 62 orang dengan diet makan patuh dan tidak patuh 31 orang (50 %), sedangkan sebagian kecil tingkat gula darah buruk 20 orang dengan diet makan patuh 4 orang (20 %) dan diet makan tidak patuh 16 orang (80 %) Nilai hubungan signifikan mendapatkan *P Value*  $0.041 < 0.05$ , maka dapat diartikan  $H_0$  dilolak  $H_a$  diterima, dari nilai tersebut menunjukkan hasil penelitian adanya Hubungan Tingkat Kepatuhan Diet Makan dengan tingkat kadar gula darah pasien diabetes militus di Rumah Sakit Dr. H Marzoeki Mahdi Kota Bogor Tahun 2020.

adanya Hubungan Tingkat Kepatuhan Diet Makan dengan tingkat kadar gula darah pasien diabetes militus di Rumah Sakit Dr. H Marzoeki Mahdi Kota Bogor Tahun 2020.

**Kata kunci** : Kepatuhan, Diet, Gula Darah

### ***CORRELATION LEVEL OF COMPLIANCE WITH THE DIET MEAL BLOOD SUGAR LEVELS IN PATIENTS WITH DIABETES MELITUS***

#### ***ABSTRACT***

*The prevalence of diabetes mellitus is increasing in many developing countries this is because the result of the increasing prosperity in the State concerned. The increase in per capita income and lifestyle changes, especially in big cities, causing an increase in the prevalence of degenerative diseases, one of which is diabetes mellitus.*

*Determine the relationship of the level of compliance with the diet meal blood sugar levels in patients with Diabetes Mellitus Marzoeki Mahdi Hospital Bogor 2020.*

*This research is a descriptive cross sectional analytic approach. The sample size required was 141 respondents, sampling was taken by accidental sampling.*

*Good blood sugar levels, there are 62 people with eating a diet adherent and non-adherent 31 people (50%), while the fraction bad blood sugar levels by diet eating 20 people dutifully 4 people (20%) and diet of non-compliant 16 people (80%) received a significant correlation value *p value*  $0.041 < 0.05$ , it means  $H_0$  is rejected  $H_a$  accepted, the value shows the value shows the results of their research relationship level of compliance with the diet meal blood sugar levels in patients with diabetemellitus hospital Dr. H Marzoeki Mahdi city of bogor in 2020.*

*Correlation with the level of dietary compliance meal blood sugar levels in patients with diabetes mellitus hospital Dr.H Marzoeki Mahdi city of bogor in 2020.*

*Keywords : Compliance, Diet, Blood Sugar*

## **PENDAHULUAN**

Peningkatan pendapatan per kapita dan perubahan gaya hidup terutama di kota-kota besar, menyebabkan peningkatan prevalensi penyakit degenerative, salah satunya adalah penyakit diabetes mellitus (Soegondo et al., 2011).

Diabetes mellitus merupakan salah satu masalah kesehatan yang berdampak pada produktivitas dan dapat menurunkan sumber daya manusia. Penyakit ini tidak hanya berpengaruh secara individu, tetapi system kesehatan suatu Negara (Soelistijo et al., 2015). Berdasarkan pola pertumbuhan penduduk saat ini di perkirakan jumlah penderita diabetes melitus di dunia tahun 2025 sebanyak 306 juta jiwa. Di negara ASEAN terdapat 19,4 juta pada tahun 2013 dan di Indonesia pada tahun 2015 berjumlah 8,4 juta jiwa dan di perkirakan pada tahun 2030 dapat mencapai 21,3 juta jiwa yang menderita diabetes mellitus (KEMENKES, 2018).

Perserikatan bangsa-bangsa membuat perkiraan bahwa pada tahun 2000 jumlah pengidap diabetes di atas umur 20 tahun berjumlah 150 juta orang dan dalam kurang waktu 25 tahun kemudian, pada tahun 2025, jumlah itu akan membengkak menjadi 300 juta orang. Selain itu, berdasarkan data departemen kesehatan jumlah pasien diabetes mellitus rawat inap maupun

rawat jalan di rumah sakit menempati urutan pertama dari seluruh penyakit endokrin dan 4% wanita hamil menderita diabetes gestasional (WHO, 2018). Panduan federasi diabetes internasional (IDF) tentang pengelolaan gula darah sesudah makan merekomendasikan pasien diabetes untuk menjaga kadar gulanya tidak lebih dari 140 mg/dL pada jam sesudah makan. Patokan ini dipublikasikan pertama kali pada September 2007 di Amsterdam, belanda. Rekomendasi ini lebih kecil disbanding patokan sebelumnya, yang di batas 200 mg/dL, panduan IDF ini menekankan pentingnya menjaga gula darah sesudah makan agar terhindar dari resiko komplikasi diabetes (Federation, 2017).

Cara menjaga kadar gula darah tetap terkontrol, antara lain yaitu dengan diet yang tepat, olahraga teratur, dan mengkonsumsi obat jika diperlukan (Bi et al., 2017). Modalitas utama dalam pengaturan diabetes mellitus terdiri dari terapi nonfarmakologis yang meliputi perubahan gaya hidup dengan melakukan pengaturan pola makan yang dikenal sebagai terapi gizi medis (Tri Diani Agustuti & Yufi Aliyupiudin, 2020). Terapi gizi medis ini pada dasarnya adalah melakukan pengaturan pola makan yang didasarkan pada kebutuhan individual. Salah satu cara untuk mencegah komplikasi tersebut

adalah memberikan pengetahuan awal tentang upaya pencegahan sekunder pada klien DM (Darliana, 2017).

Menurut Fauzia et al., (2015), ada beberapa faktor yang mempengaruhi kepatuhan dalam melaksanakan program diet pada pasien diabetes melitus yaitu tentang pemahaman instruksi, kualitas interaksi, dukungan sosial keluarga, serta keyakinan, sikap dan kepribadian pasien (Fauzia et al., 2015)

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan tingkat kepatuhan diet makan dengan tingkat kadar gula darah pasien Diabetes Mellitus di Rumah Sakit Marzoeki Mahdi Bogor.

### **METODE PENELITIAN**

Jenis Penelitian yang digunakan adalah deskriptif analitik dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi responden pada penelitian ini adalah klien rawat jalan di Poliklinik Penyakit Dalam RS. Dr. H Marzoeki Mahdi Bogor, yang berjumlah 500 orang dalam 1 bulan terakhir yaitu bulan oktober. Jumlah sampel minimal yang digunakan adalah 141 orang dengan pengambilan sampel secara *Accidental Sampling* dengan menggunakan uji statistic *Chi-square*.

### **HASIL PENELITIAN**

Tabel 1 Distribusi frekuensi Tingkat Kepatuhan Diet Makan Klien Diabetes Melitus di RS Dr. H. Marzoeki Mahdi Bogor

No	Tingkat	Frekuensi	Presentase
----	---------	-----------	------------

Kepatuhan		(%)	
1	Patuh	56	39,7
2	Tidak Patuh	85	60,3
Total		141	100

Berdasarkan tabel 1 diatas diketahui tingkat kepatuhan diet makan sebagian besar tidak patuh 85 orang (60.3 %) sedangkan sebagian kecil patuh 56 orang (39.7 %).

Tabel 2 Distribusi frekuensi Tingkat Kadar Gula Darah Klien Diabetes Melitus di RS Dr. H. Marzoeki Mahdi Bogor.

No	Tingkat Kadar Gula Darah	Frekuensi	Presentase (%)
1	Baik	62	44
2	Sedang	59	41,8
3	Buruk	20	14,2
Total		141	100

Berdasarkan tabel 2 di atas diketahui sebagian besar tingkat kadar gula darah baik 62 orang (44.0 %), sedangkan sebagian kecil tingkat kadar gula darah buruk 20 orang (14.2 %).

Tabel 3 Hubungan Tingkat Kepatuhan Diet Makan dengan tingkat kadar gula darah pasien diabetes melitus di Rumah Sakit Dr. H Marzoeki Mahdi Kota Bogor

		Gula_Darah			Total	P Value
		Baik	sedang	Buruk		
Diet_Makan	Patuh	31	21	4	56	0.041
		55,4%	37,5%	7,1%	100,0%	
	tidak patuh	31	38	16	85	
		36,5%	44,7%	18,8%	100,0%	
Total		62	59	20	141	
		44,0%	41,8%	14,2%	100,0%	

Data analisa bivariat diatas menunjukkan dari 56 responden diet makan patuh dengan gula darah baik 31 responden (55.4%) dan gula darah sedang 21 responden (37.5%) dan gula darah buruk 4 responden (7.1%) ,sedangkan dari 85 responden diet makan tidak patuh dengan gula darah baik 31 responden (36.5%), gula darah sedang 38 responden (44.7%) dan gula darah buruk 16 responden (18.8%) Nilai hubungan signifikan mendapatkan *P Value*  $0.041 < 0.05$ , maka dapat diartikan  $H_0$  dilolak  $H_a$  diterima, dari nilai tersebut menunjukkan hasil penelitian adanya Hubungan Tingkat Kepatuhan Diet Makan dengan tingkat kadar gula darah pasien diabetes militus di Rumah Sakit Dr. H Marzoeeki Mahdi Kota Bogor.

## PEMBAHASAN

### 1. Tingkat Kepatuhan Diet Makan

Data penelitana menunjukkan tingkat kepatuhan diet makan sebagian besar tidak patuh 85 orang (60.3 %) sedangkan sebagian kecil patuh 56 orang (39.7 %). Data ini menunjukkan bahwa banyak nya orang yang tidak patuh dengan diet makannya, padahal

diet makan sangat penting terhadap kesehatan pasien diabetes dan mencegah komplikasi DM dan mereka memiliki perilaku kurang dengan ketentuan yang di berikan kesehatan.

Kepatuhan adalah sejauh mana perilaku pasien sesuai dengan ketentuan yang di berikan kesehatan (Syamsiyah Nur, 2017).

Menurut Fauzia et al., (2015), salah satu cara untuk mencegah komplikasi tersebut adalah memberikan pengetahuan awal tentang upaya pencegahan sekunder pada klien DM. Ada beberapa faktor yang mempengaruhi kepatuhan dalam melaksanakan program diet pada pasien diabetes melitus yaitu tentang pemahaman instruksi, kualitas interaksi, dukungan sosial keluarga, serta keyakinan, sikap dan kepribadian pasien (Fauzia et al., 2015).

### 2. Tingkat Gula Darah

Dengan jumlah responden 141 orang didapatkannya data sebagian besar tingkat kadar gula darah baik 62 orang (44.0 %), sedangkan sebagian kecil tingkat kadar gula darah buruk 20 orang (14.2 %). Data tersebut menunjukkan bahwa bsebagian besar responden memilki kadar gula yang baik dikarenakan mereka sering mengontrol kadar gulanya, menjaga berat badan ideal dan diet makan yang seimbang.

Kadar gula darah dapat dikontrol dengan 3 cara yakni menjaga berat badan ideal, diet makanan seimbang dan melakukan olah raga/ latihan fisik.

Kadar gula darah mungkin tidak terkontrol dengan baik. Pada keadaan ini dapat diperlukan obat anti diabetes (OAD). Jadi pada dasarnya obat baru diperlukan jika dengan cara diet dan olahraga gula darah belum terkontrol dengan baik (Hardika, 2018).

### **3. Hubungan Tingkat Kepatuhan Diet Makan dengan tingkat kadar gula darah**

Data analisa bivariat menunjukkan, sebagian besar tingkat gula darah baik ada 62 orang dengan diet makan patuh 31 orang dan tidak patuh 31 orang (50 %), sedangkan sebagian kecil tingkat gula darah buruk 20 orang dengan diet makan patuh 4 orang (20 %) dan diet makan tidak patuh 16 orang (80 %) Nilai hubungan signifikan mendapatkan *P Value* 0.041 < 0.05, maka dapat diartikan  $H_0$  dilolak  $H_a$  diterima, dari nilai tersebut menunjukkan hasil penelitian adanya Hubungan Tingkat Kepatuhan Diet Makan dengan tingkat kadar gula darah pasien diabetes melitus di Rumah Sakit Dr. H Marzoeki Mahdi Kota Bogor.

Cara menjaga kadar gula darah tetap terkontrol, antara lain yaitu dengan diet yang tepat, olahraga teratur, dan mengkonsumsi obat jika diperlukan dan modalitas utama dalam pengaturan diabetes mellitus terdiri dari terapi nonfarmakologis yang meliputi perubahan gaya hidup dengan melakukan pengaturan pola makan yang dikenal sebagai terapi gizi medis. Terapi gizi medis ini pada dasarnya adalah melakukan pengaturan pola makan yang

didasarkan pada kebutuhan individual (Darliana, 2017).

### **SIMPULAN**

Ada Hubungan Tingkat Kepatuhan Diet Makan dengan tingkat kadar gula darah pasien diabetes melitus di Rumah Sakit Dr. H Marzoeki Mahdi Kota Bogor.

### **DAFTAR PUSTAKA**

- Bi, X., Lim, J., & Henry, C. J. (2017). Spices in the management of diabetes mellitus. In *Food Chemistry*.  
<https://doi.org/10.1016/j.foodchem.2016.08.111>
- Darliana, D. (2017). Manajemen asuhan keperawatan pada pasien diabetes melitus: nursing care management of diabetes mellitus patients. *Jurnal PSIK-FK Unsyiah Vol. II No. 2*.
- Fauzia, Y., Sari, E., & Artini, B. (2015). Gambaran Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kepatuhan Diet Penderita Diabetes Mellitus Di Wilayah Puskesmas Pakis Surabaya. *Jurnal Keperawatan*.  
<https://doi.org/10.47560/kep.v4i2.147>
- Federation, I. D. (2017). IDF Diabetes Atlas Eighth edition 2017. In *International Diabetes Federation. IDF Diabetes Atlas, 8th edn. Brussels, Belgium: International Diabetes Federation, 2017*.  
<http://www.diabetesatlas.org>.  
[https://doi.org/http://dx.doi.org/10.1016/S0140-6736\(16\)31679-8](https://doi.org/http://dx.doi.org/10.1016/S0140-6736(16)31679-8).
- Hardika, B. D. (2018). Penurunan gula darah pada pasien diabetes melitus tipe II melalui senam kaki diabetes.

*MEDISAINS.*

<https://doi.org/10.30595/medisains.v16i2.2759>

- KEMENKES. (2018). Hasil Utama Riskesdas Tentang Prevalensi Diabetes Mellitus di Indonesia 2018. *Hasil Utama Riskesdas Tentang Prevalensi Diabetes Melitus Di Indonesia 2018.*
- Soegondo, S., Soewondo, P., & Subekti, I. (2011). Penatalaksanaan Diabetes Melitus Terpadu Bagi Dokter Maupun Edukator Diabetes. In *Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia.*
- Soelistijo, S. A., Novida, H., Rudijanto, A., Soewondo, P., Suastika, K., Manaf, A., Sanusi, H., Lindarto, D., Shahab, A., Pramono, B., Langi, Y. A., Purnamasari, D., Soetedjo, N. N., Saraswati, M. R., Dwipayana, M. P., Yuwono, A., Sasiarini, L., Sugiarto, Sucipto, K. W., & Zufry, H. (2015). Konsensus Pengendalian dan Pencegahan Diabetes Melitus Tipe 2 di Indonesia 2015. In *Perkeni.* <https://doi.org/10.1017/CBO9781107415324.004>
- Syamsiyah Nur. (2017). Berdamai Dengan Diabetes. In *Bumi Medika.*
- Tri Diani Agustuti, T., & Yufi Aliyupiudin, Y. (2020). The Relationship Of Modern Dressing Care Methods With Patient Satisfaction In Caring Diabetes Melitus At Pmi Hospital Bogor. *Jurnal Ilmiah Wijaya.* <https://doi.org/10.46508/jiw.v11i1.42>
- WHO. (2018). Diabetes Programme. *World Health Organization.*