

HUBUNGAN AKTIFITAS PROLANIS DENGAN KEPATUHAN DIET PASIEN DIABETES MELLITUS

ESTI NUR JANAH¹, RINDU², YENNYKA DWI AYU³, PUTRI RAHMAH ALAMSYAH⁴, KHARTINI KALUKU⁵

¹Prodi DIII Keperawatan, Akademi Keperawatan Al Hikmah 2 Brebes, ²Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Indonesia Maju*, ³Prodi S1 Keperawatan, ³Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Mitra Keluarga, ⁴Prodi S1 Gizi, Universitas Aisyah Pringsewu, ⁵Prodi Gizi, Poltekkes Kemenkes Maluku

estiNJ@gmail.com, rindualghie@gmail.com*, yennykadwiayu@gmail.com, putri_rahma1059@yahoo.com, khartinikaluku@poltekkes-maluku.ac.id

Coresspondence Author: Rindu; rindualghie@gmail.com

Abstract: *One indicator of success in maintaining stable blood sugar levels in diabetics is dietary adherence. Dietary adherence is essential to successfully control blood sugar levels. Patient non-compliance with diet can have a negative impact on the severity of diabetes experienced, thus requiring a longer treatment process. Based on an initial survey of around 210 patients recorded as participating in PROLANIS throughout 2022, only 30 people have routinely participated since the pandemic began in December 2021 at Puskesmas Simpang Tiga. This study aims to determine the relationship between prolanis activities and dietary compliance of patients with diabetes mellitus. This type of research is quantitative with a cross sectional approach. The research was conducted in 2023 at the Simpang Tiga Health Center. The research sample amounted to 138 respondents. Data collection tools using a research questionnaire. Data analysis was carried out univariate and bivariate. The results showed that there was a relationship between medical consultation (p value 0.000) and group education (p value 0.000) with dietary compliance in the prolanis program. This study recommends that Puskesmas Simpang Tiga, especially Puskesmas officers, organize the PROLANIS program in improving health monitoring for diabetes mellitus respondents and encourage respondents to attend PROLANIS activities via SMS gateway or Whatsapp group in order to help improve compliance.*

Keywords: *Education, Prolanis, Health Center.*

Abstrak: Salah satu indikator keberhasilan dalam menjaga kestabilan kadar gula darah pada penderita diabetes adalah kepatuhan terhadap diet. Kepatuhan diet sangat penting untuk berhasil mengontrol kadar gula darah. Ketidakpatuhan pasien terhadap diet dapat berdampak negatif pada tingkat keparahan diabetes yang dialami, sehingga memerlukan proses pengobatan yang lebih panjang. Berdasarkan survei awal dari sekitar 210 pasien yang tercatat mengikuti PROLANIS sepanjang tahun 2022 hanya 30 orang yang rutin berpartisipasi sejak pandemi dimulai pada Desember 2021 di Puskesmas Simpang Tiga. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan aktifitas prolanis dengan kepatuhan diet pasien diabetes mellitus. Jenis penelitian ini yaitu kuantitatif dengan pendekatan *cross sectional*. Penelitian dilaksanakan pada tahun 2023 di Puskesmas Simpang Tiga. Sampel penelitian berjumlah 138 responden. Alat pengumpulan data menggunakan kuesioner penelitian. Analisis data dilakukan secara univariat dan bivariat. Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan antara konsultasi medis (p value 0,000) dan edukasi kelompok (p value 0,000) dengan kepatuhan diet pada program prolanis. Penelitian ini merekomendasikan kepada Puskesmas Simpang Tiga khususnya petugas puskesmas menyelenggarakan program PROLANIS dalam meningkatkan pemantauan kesehatan bagi responden diabetes melitus serta mendorong responden hadir dalam aktifitas PROLANIS melalui SMS gateway atau grup Whatsapp dalam rangka membantu meningkatkan kepatuhan diet yang dijalannya.

Kata kunci : Edukasi, Prolanis, Puskesmas

A. Pendahuluan

Program pengelolaan penyakit kronis (PROLANIS) merupakan sistem pelayanan kesehatan yang mengadopsi pendekatan proaktif dan terintegrasi, melibatkan peserta, Fasilitas Kesehatan Tingkat Pertama (FKTP), serta Badan Penyelenggara Jaminan Kesehatan (BPJS) Kesehatan. Program ini bertujuan untuk memelihara kesehatan peserta BPJS yang menderita penyakit kronis, guna mencapai kualitas hidup yang optimal dengan biaya pelayanan yang efektif dan efisien. Salah satu penyakit kronis yang termasuk dalam program ini adalah Diabetes Mellitus (BPJS Kesehatan, 2014).

Insidensi diabetes secara global diperkirakan akan meningkat dari 366 juta menjadi 552 juta orang pada tahun 2030, yang akan menjadi tantangan kesehatan utama, sebagaimana ditunjukkan oleh data global mengenai DM (Shaw, Sicre, & Zimmet, 2010). Berdasarkan data dari International Diabetes Federation (IDF) pada tahun 2015, prevalensi diabetes di dunia mencapai 8,8% dengan 415 juta penderita, dan diperkirakan akan meningkat menjadi 10,4% dengan 642 juta penderita pada tahun 2040 (IDF, 2015). Pada tahun 2015, IDF melaporkan bahwa Indonesia menduduki peringkat ketujuh dengan jumlah penderita diabetes terbanyak di dunia (IDF, 2015).

PROLANIS adalah suatu sistem pelayanan kesehatan yang dilakukan dengan melibatkan peserta, fasilitas kesehatan dan BPJS Kesehatan dalam rangka pemeliharaan kesehatan bagi peserta BPJS Kesehatan yang menderita penyakit kronis untuk mencapai kualitas hidup yang optimal dengan biaya pelayanan kesehatan yang efektif dan efisien. Tujuan dari kegiatan program pengelolaan penyakit kronis adalah untuk mendorong peserta penyandang penyakit kronis khususnya diabetes melitus mencapai kualitas hidup yang optimal dengan indikator 75% peserta terdaftar yang berkunjung ke fasilitas tingkat pertama memiliki hasil baik pada pemeriksaan spesifik terhadap Diabetes Melitus dan Hipertensi sesuai dengan panduan klinis terkait sehingga dapat mencegah timbulnya komplikasi penyakit (BPJS, 2014).

Salah satu indikator keberhasilan dalam menjaga kestabilan kadar gula darah pada penderita diabetes adalah kepatuhan terhadap diet. Kepatuhan diet sangat penting untuk berhasil mengontrol kadar gula darah. Ketidakepatuhan pasien terhadap diet dapat berdampak negatif pada tingkat keparahan diabetes yang dialami, sehingga memerlukan proses pengobatan yang lebih panjang (Rudini, 2018).

Berdasarkan survei awal yang dilakukan oleh peneliti melalui wawancara dengan penanggung jawab PROLANIS pada Selasa, 16 Maret 2022 di Puskesmas Simpang Tiga, kegiatan PROLANIS di Puskesmas tersebut sebelum pandemi Covid-19 mencakup konsultasi medis, edukasi kelompok, reminder melalui SMS gateway, dan kunjungan rumah yang dilakukan empat kali dalam sebulan. Namun, sejak pandemi Covid-19, kunjungan rumah dihentikan dan pelaksanaan PROLANIS dikurangi menjadi satu kali sebulan. Dari sekitar 210 pasien yang tercatat mengikuti PROLANIS sepanjang tahun 2022 hanya 30 orang yang rutin berpartisipasi sejak pandemi dimulai pada Desember 2021. Setelah melakukan wawancara dengan penanggung jawab PROLANIS dan mendapatkan nomor telepon pasien, peneliti mewawancarai tiga pasien PROLANIS melalui telepon. Ditemukan bahwa faktor-faktor seperti kesibukan, rasa malas, dan kekhawatiran terhadap penularan Covid-19 menjadi alasan rendahnya partisipasi. Selain itu, penderita diabetes yang telah menjalankan program diet belum berhasil mengendalikan kadar glukosa darah mereka dengan baik, yang terlihat dari kadar glukosa harian yang tetap tinggi.

Tujuan umum penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan aktifitas prolanis dengan kepatuhan diet pasien diabetes mellitus.

B. Metodologi Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif analitik observasional dengan desain *cross sectional*. Lokasi penelitian dilaksanakan di wilayah kerja Puskesmas Simpang Tiga pada tahun 2022. Populasi dalam penelitian ini semua penderita DM yang mengikuti program pengelolaan penyakit kronis tercatat di Puskesmas Simpang Tiga. Sampel merupakan penderita DM yang mengikuti program pengelolaan penyakit kronis tercatat di Puskesmas Simpang Tiga berjumlah 138 orang. Teknik pengambilan sampel dengan cara *purposive*

sampling. Teknik pengumpulan data menggunakan kuesioner penelitian. Analisis data dilakukan secara univariat dan bivariat menggunakan program SPSS.

C.Hasil dan Pembahasan

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Kepatuhan Diet, Konsultasi Medis dan Edukasi Kelompok

No	Variabel	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Kepatuhan Diet			
1	Tidak Patuh	32	23,2
2	Patuh	106	76,8
Total		138	100,0
Konsultasi Medis			
1	Tidak Aktif	60	43,5
2	Aktif	78	56,5
Total		138	100,0
Edukasi Kelompok			
1	Tidak Aktif	52	37,7
2	Aktif	86	62,3
Total		138	100,0

Berdasarkan tabel 1 diatas diketahui terdapat responden yang tidak patuh dalam kepatuhan diet yang berjumlah 32 orang (23,2%). Adapun konsultasi medis, diketahui terdapat responden yang tidak aktif berjumlah 60 orang (43,5%). Sementara itu terdapat responden yang tidak aktif dalam edukasi kelompok berjumlah 52 orang (37,7%).

Tabel 2. Hasil Analisis Bivariat Hubungan Konsultasi Medis dengan Kepatuhan Diet Peserta Prolanis

Konsultasi Medis	Kepatuhan Diet Peserta Prolanis						P value
	Tidak Patuh		Patuh		Total		
	n	%	n	%	n	%	
Tidak Patuh	26	18,8	34	24,6	60	100	0,000
Patuh	6	4,3	72	52,2	78	100	
Jumlah	32	23,2	106	76,8	138	100	

Berdasarkan tabel tersebut, hasil uji chi square diperoleh P value 0,000 dari continuity correction asymptotic significance (2-sided) lebih kecil dari 0,05 ($0,000 < 0,05$) sehingga Ha diterima, artinya ada hubungan yang signifikan antara aktifitas PROLANIS berdasarkan aspek konsultasi medis terhadap kepatuhan diet pada responden diabetes mellitus di Puskesmas Simpang Tiga Kota Pekanbaru.

Tabel 3. Hasil Analisis Bivariat Hubungan Edukasi Kelompok Prolanis dengan Kepatuhan Diet Peserta Prolanis

Edukasi Kelompok	Kepatuhan Diet Peserta Prolanis						P value
	Tidak Patuh		Patuh		Total		
	n	%	n	%	n	%	
Tidak Patuh	19	13,8	33	23,9	52	100	0,000
Patuh	13	9,4	73	52,9	86	100	
Jumlah	32	23,2	106	76,8	138	100	

Berdasarkan tabel tersebut, hasil uji chi square diperoleh P value 0,000 dari continuity correction asymptotic significance (2-sided) lebih kecil dari 0,05 ($0,000 < 0,05$) sehingga Ha diterima, artinya ada hubungan yang signifikan antara aktifitas PROLANIS berdasarkan aspek konsultasi medis terhadap kepatuhan diet pada responden diabetes mellitus di Puskesmas Simpang Tiga Kota Pekanbaru.

1. Hubungan Aktifitas Prolanis Berdasarkan Aspek Konsultasi Medis dengan Kepatuhan Diet

Konsultasi medis adalah proses komunikasi antara seorang pasien dengan tenaga medis, baik dokter maupun tenaga medis lainnya. Konsultasi dengan dokter sangat penting karena melalui konsultasi, pasien akan memperoleh informasi yang lebih lengkap tentang penyakit dan pengobatannya. Komunikasi yang baik antara pasien dan dokter diharapkan dapat membuat konsultasi berjalan dengan lancar. Konsultasi yang efektif memungkinkan informasi dari dokter disampaikan dengan jelas sehingga pasien dapat lebih mudah memahaminya. Konsultasi yang baik juga akan berdampak positif pada kepuasan dan ketaatan pasien.

Hasil penelitian ini menunjukkan adanya hubungan signifikan antara aktivitas PROLANIS, khususnya aspek konsultasi medis, dengan kepatuhan diet pada responden diabetes mellitus di Puskesmas Simpang Tiga Kota Pekanbaru (p value = $0,000 < 0,05$). Temuan ini konsisten dengan penelitian oleh Ahmad, Rachmawaty, Sjattar, & Yusuf (2017), yang juga menemukan hubungan signifikan antara konsultasi medis dan kepatuhan diet pada responden diabetes mellitus (p value = $0,031 < 0,05$). Hal ini disebabkan oleh responden yang secara aktif berkonsultasi dengan tenaga kesehatan seperti dokter untuk pemeriksaan rutin, yang mempengaruhi perilaku mereka dalam mengatur pola diet untuk mengendalikan diabetes mellitus.

Berdasarkan teori perilaku kesehatan, kebiasaan, model, dan dukungan lingkungan, termasuk fasilitas pelayanan kesehatan, membentuk sikap positif pada individu. Perilaku positif yang diharapkan dari penderita diabetes mellitus mencakup kesadaran akan pentingnya menjaga pola makan, pengendalian pengobatan, aktivitas fisik yang teratur, dan konsultasi medis, yang semuanya dapat dicapai jika peserta aktif mengikuti kegiatan PROLANIS (Putra & Toonsiri, 2017). Selain itu, konsep teoritis yang mendukung hasil penelitian ini menyatakan bahwa perilaku individu dipengaruhi oleh beberapa faktor predisposisi, pendukung, dan penguat. Faktor predisposisi mencerminkan karakteristik responden, faktor pendukung digambarkan dari dukungan sarana dan prasarana dalam pelaksanaan PROLANIS, dan faktor penguat tercermin dari sikap dan perilaku petugas Puskesmas yang menjadi model pelaksanaan PROLANIS. Gaya hidup yang baik akan meningkatkan status kesehatan individu (Ahmad, 2017). Status kesehatan yang dimaksud mencakup pengendalian kadar gula darah dan pengurangan risiko terjadinya komplikasi.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa 52,2% responden yang patuh terhadap diet diabetes mellitus aktif menjalani konsultasi medis. Hal ini menyebabkan sebagian besar responden dengan kadar gula darah tinggi telah melakukan kontrol kesehatan dengan baik dan mengikuti diet diabetes. Ini berarti bahwa semakin aktif responden berkonsultasi dengan tenaga medis, semakin tinggi kepatuhan mereka terhadap diet diabetes.

Peneliti berasumsi bahwa responden yang aktif dalam kegiatan PROLANIS, dengan menunjukkan upaya mencari informasi kesehatan melalui konsultasi dengan tenaga medis, mampu mengontrol kadar gula darah mereka, yang berdampak pada kepatuhan diet mereka. Konsultasi medis dan kepatuhan diet berperan penting dalam memperbaiki kadar gula darah, sehingga membantu proses penyembuhan diabetes mellitus. Kepatuhan diet yang baik akan memperbaiki kebiasaan makan dan minum penderita diabetes mellitus, yang pada gilirannya dapat meningkatkan kadar gula darah mereka.

2. Hubungan Aktifitas Prolanis Berdasarkan Aspek Edukasi Kelompok

Hasil penelitian ini menunjukkan adanya hubungan antara edukasi kelompok PROLANIS dan kepatuhan diet pada responden diabetes mellitus di Puskesmas Simpang Tiga Kota (p value = $0,007 < 0,05$). Temuan ini sejalan dengan penelitian oleh Raviola, Muhsina, dan Gumayesty (2021) yang juga menemukan hubungan antara edukasi kelompok PROLANIS dan kepatuhan diet (p value = $0,028 < 0,05$). Hal ini disebabkan oleh keaktifan responden dalam klub PROLANIS yang diadakan oleh Puskesmas, yang memungkinkan mereka memperoleh informasi kesehatan yang mendorong pengendalian kebiasaan makan. Selain itu, aktivitas fisik seperti senam yang dilakukan juga membantu membakar kalori, sehingga mengendalikan kadar gula darah pada responden diabetes mellitus.

Kegiatan PROLANIS, seperti penyuluhan dan edukasi bagi responden diabetes, yang meliputi informasi tentang diabetes, risiko komplikasi, nutrisi, serta senam, dapat meningkatkan kualitas hidup responden (BPJS, 2014). Kegiatan fisik dilaksanakan secara mingguan, sementara penyuluhan tentang diet dan pengobatan diabetes dilakukan minimal dua kali sebulan, yang terbukti efektif dalam menurunkan kadar gula darah responden diabetes (Ahmad, Rachmawaty, Sjattar & Yusuf, 2017). Dalam kegiatan edukasi, pendistribusian buku pemantauan status kesehatan kepada peserta PROLANIS juga dilakukan, membantu responden dalam memantau status kesehatan mereka (BPJS, 2014). Ketersediaan buku pemantauan dalam edukasi PROLANIS dari BPJS Kesehatan mempermudah proses skrining masyarakat terhadap risiko komplikasi dan pengendalian penyakit yang mereka derita (Samiaty & Qomariah, 2019).

Dari hasil penelitian, ditemukan bahwa 52,9% responden diabetes melitus yang patuh dalam menjalankan diet aktif terlibat dalam edukasi kelompok peserta PROLANIS di Puskesmas Simpang Tiga Kota Pekanbaru. Temuan ini konsisten dengan penelitian yang dilakukan oleh Aristya (2018), yang mengindikasikan bahwa semakin lama seorang penderita diabetes menjadi anggota PROLANIS dan menerima edukasi yang lebih banyak, semakin meningkatkan kepatuhan mereka terhadap diet.

Peneliti mengasumsikan bahwa partisipasi dalam edukasi kelompok PROLANIS oleh responden diabetes memiliki peran penting dalam meningkatkan pengetahuan mereka tentang faktor risiko komplikasi, upaya pencegahan, serta informasi tentang gaya hidup sehat yang dapat diterapkan dalam berbagai kelompok usia, terutama pada usia lanjut. Informasi tersebut dapat menjadi referensi bagi mereka dalam mengatur kadar glukosa darah mereka.

D. Penutup

Berdasarkan hasil penelitian, didapatkan kesimpulan bahwa terdapat hubungan antara Konsultasi Medis dan Edukasi Kelompok terhadap kepatuhan diet peserta PROLANIS. Disarankan bagi Puskesmas Simpang Tiga khususnya petugas puskesmas menyelenggarakan program PROLANIS dalam meningkatkan pemantauan kesehatan bagi responden diabetes melitus serta mendorong responden hadir dalam aktifitas PROLANIS melalui SMS gateway atau grup *Whatsapp* dalam rangka membantu meningkatkan kepatuhan diet yang dijalaninya.

Daftar Pustaka

- BPJS. 2019. panduan praktis PROLANIS (Program Pengelolaan Penyakit Kronis). Jakarta. BPJS.
- Balitbang Kemenkes RI. 2018. Riset Kesehatan Dasar; RISKESDAS. Jakarta: Balitbang Kemenkes RI.
- Imelda, S. I. (2019). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Terjadinya diabetes Melitus di Puskesmas Harapan Raya Tahun 2018. *Scientia Journal*, 8(1), 28–39. <https://doi.org/10.35141/scj.v8i1.406>.
- International Diabetes Federation (IDF) (2017). *Diabetes Atlas*. 8th Edition, International Diabetes Federation, Brussels.
- Isnaini, N & Ratnasari. (2018). Faktor risiko mempengaruhi kejadian diabetes mellitus tipe dua. *Jurnal Keperawatan dan Kebidanan Aisyiyah*. 14(1), 59-68. <http://dx.doi.org/10.31101/jkk.550>.
- Manurung, R.D., Panjaitan, C. (2020). Gambaran karakteristik penderita diabetes mellitus yang berobat jalan ke poli interna RSUP H. Adam Malik Medan tahun 2019. Mildawati, Diani, N & Wahid, A. (2019). Hubungan usia, jenis kelamin dan lama menderita diabetes dengan kejadian neuropati perifer diabetik. *Caring Nursing Journal [CNJ]*. 3(2). journal.umbjm.ac.id/index.php/caring-nursing.
- Nobel Bistara, D., & Ainiyah, N. (2018). Hubungan Pengetahuan Dengan Kepatuhan Diet Pada Penderita Diabetes Mellitus Di Posyandu Lansia Cempaka Kelurahan Tembok Dukuh Kecamatan Bubutan Surabaya. *Journal of Health Sciences*, 11(1), 51–57. <https://doi.org/10.33086/jhs.v11i1.117>.
- Notoadmodjo, S. (2018). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Cetakan Ketiga. PT. Rineka Cipta.