

## FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN KEPATUHAN DIET DIABETES MELITUS PADA LANSIA

**Rosdiana<sup>1</sup>**

<sup>1</sup>Prodi Kesehatan Masyarakat, Universitas Widya Gama  
anahanur@gmail.com

**\*Karera Aryatika<sup>2</sup>**

<sup>2</sup>Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Mulawarman  
\* karera15@farmasi.unmul.ac.id

**Windu Unggun Cahya Jalu Putra<sup>3</sup>**

<sup>3</sup>Fakultas Kedokteran, Universitas Tadulako  
windukusuma70@gmail.com

**Amos Lellu<sup>4</sup>**

<sup>4</sup>Prodi Ners, STIKes Bhakti Pertiwi Luwu Raya  
amospusing@rocketmail.com

*Coresspondence Author:* Karera Aryatika; karera15@farmasi.unmul.ac.id

**Abstract:** *Based on an initial survey, that DM patients who do outpatient care at RSUD Dr. Sayidiman Magetan in 2021 amounted to 264 cases, in 2022 amounted to 656 cases and in 2023 alone amounted to 772 cases. The purpose of the study was to determine the factors associated with diabetes mellitus diet compliance in the elderly. The research design used in this study was cross sectional. The research was conducted at Dr. Sayidiman Magetan Hospital. The research was conducted in July 2024. The population was all outpatients with Diabetes Mellitus in the polyclinic of RSUD dr Sayidiman Magetan totaling 65 patients. The sample amounted to 56 respondents. The sampling technique used in this study was purposive sampling. Data analysis was performed univariate and bivariate. The results of the study there is a relationship between attitude (p value: 0.020) and health worker support (p value: 0.045). It is recommended that hospitals can create peer groups, improve therapeutic communication, and carry out counseling activities using audio visuals regarding the importance of adherence to a diabetes mellitus diet. As well as increasing the role of the family in patient assistance so that complications of diabetes mellitus can be prevented.*

**Keywords:** *Health worker support, diabetes, attitude.*

**Abstrak:** Berdasarkan survei awal, bahwa penderita DM yang melakukan rawat jalan di RSUD dr Sayidiman Magetan pada tahun 2021 sebesar 264 kasus, pada tahun 2022 sebesar 656 kasus dan pada tahun 2023 sendiri sebesar 772 kasus. Tujuan penelitian adalah untuk mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan kepatuhan diet diabetes melitus pada lansia. Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah *cross sectional*. Penelitian dilakukan di RSUD dr. Sayidiman Magetan. Penelitian dilakukan pada bulan Juli tahun 2024. Populasi merupakan seluruh pasien Rawat jalan dengan Diabetes Mellitus di poliklinik RSUD dr Sayidiman Magetan sejumlah 65 pasien. Sampel berjumlah 56 responden. Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah Purposive Sampling. Analisis data dilakukan secara univariat dan bivariat. Hasil penelitian ada hubungan sikap (p value: 0,020) dan dukungan petugas kesehatan (p value: 0,045). Disarankan Rumah sakit dapat membuat peer-group, meningkatkan komunikasi terapeutik, dan melaksanakan kegiatan penyuluhan menggunakan audio visual mengenai pentingnya kepatuhan dalam menjalani diet diabetes melitus. Serta meningkatkan peran keluarga dalam pendampingan pasien sehingga komplikasi diabetes mellitus dapat dicegah.

**Kata Kunci :** Dukungan Petugas Kesehatan, Diabetes, Sikap.

## A. Pendahuluan

Diabetes melitus (DM) merupakan salah satu penyakit tidak menular yang terjadi akibat kadar gula darah yang sangat tinggi (IDF, 2021). Perubahan gaya hidup yang cepat, dimana manusia semakin mengutamakan kenyamanan dan serba instan, serta berkurangnya aktivitas fisik, telah menjadi faktor utama yang mendorong meningkatnya angka kejadian diabetes melitus di berbagai belahan dunia. Dalam beberapa dekade terakhir, prevalensi penyakit ini semakin meningkat, seiring dengan perubahan pola makan dan gaya hidup modern yang kurang sehat.

Saat ini, diperkirakan terdapat sekitar 422 juta orang di seluruh dunia yang menderita diabetes melitus, sebuah angka yang menunjukkan betapa besarnya dampak penyakit ini terhadap kesehatan global. Bahkan, Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) mencatat bahwa setiap tahunnya, sekitar 1,5 juta kematian terkait langsung dengan diabetes melitus (WHO, 2021). Angka kematian yang tinggi ini mencerminkan bahayanya diabetes melitus apabila tidak dikelola dengan baik, mengingat penyakit ini dapat menyebabkan berbagai komplikasi serius, seperti kerusakan jantung, ginjal, mata, dan saraf. Dengan demikian, diabetes melitus bukan hanya menjadi masalah kesehatan individu, tetapi juga tantangan besar bagi sistem kesehatan global yang perlu segera ditangani melalui upaya pencegahan dan pengelolaan yang lebih baik.

Berdasarkan laporan Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018, menunjukkan prevalensi DM sebesar 8,5% menurut pemeriksaan gula darah di Indonesia tahun 2018, namun mengalami penurunan menjadi 2,2% di tahun 2023 (Kemenkes RI, 2024). Banten termasuk provinsi dengan peningkatan DM tertinggi dari tahun 2013 hingga 2018 yaitu sebesar 0,9% (Kemenkes RI, 2018).

Berdasarkan Konsensus Pengelolaan dan Pencegahan Diabetes Mellitus (DM) di Indonesia tahun 2006, terdapat empat pilar utama yang menjadi landasan dalam penatalaksanaan penyakit diabetes mellitus. Keempat pilar tersebut mencakup: edukasi pasien, terapi gizi medis (diet khusus untuk penderita diabetes), aktivitas fisik atau latihan jasmani secara teratur, serta intervensi farmakologis yang mencakup penggunaan obat-obatan baik oral maupun insulin. Keempat pilar ini saling melengkapi dan berperan penting dalam menjaga kestabilan kadar gula darah dalam tubuh, agar tetap berada pada rentang normal dan mencegah kondisi yang berbahaya seperti hipoglikemia (kadar gula darah terlalu rendah) maupun hiperglikemia (kadar gula darah terlalu tinggi). Tujuan utama dari pelaksanaan empat pilar ini adalah untuk mencegah terjadinya komplikasi jangka panjang yang sering kali menyertai penyakit diabetes yang tidak terkontrol. Apabila penderita diabetes tidak mematuhi tata laksana yang dianjurkan—misalnya dengan tidak mengikuti pola makan yang dianjurkan, tidak rutin melakukan aktivitas fisik, tidak menjalani pengobatan sebagaimana mestinya, serta tidak memahami pentingnya pengelolaan diabetes—maka kadar gula darah cenderung menjadi tidak stabil dan tidak terkontrol. Kondisi ini dalam jangka waktu tertentu dapat menyebabkan berbagai komplikasi serius, antara lain stroke, penyakit jantung koroner, gagal ginjal, kerusakan retina yang berujung pada kebutaan, dan luka kronis pada ekstremitas yang berisiko tinggi berujung pada amputasi, terutama jika luka tersebut sulit sembuh atau tidak dapat mengering dengan baik akibat buruknya sirkulasi darah dan gangguan saraf.

Kepatuhan dalam menjalankan diet merupakan harapan dari setiap penderita diabetes mellitus. Hal ini berarti bahwa setiap penderita diabetes mellitus harus mampu menjalankan anjuran dokternya agar penyakit diabetes mellitus tetap terkontrol. Ketidakepatuhan diet merupakan masalah yang sangat berat. Karena ketidakepatuhan diet, kadar gula darah akan meningkat. Untuk itu, bagi penderita diabetes mellitus dianjurkan untuk mematuhi terapi diet yang disingkat 3J yaitu tepat jadwal, tepat jumlah dan tepat jenis.

Berdasarkan survei awal, bahwa penderita DM yang melakukan rawat jalan di RSUD dr Sayidiman Magetan pada tahun 2021 sebesar 264 kasus, pada tahun 2022 sebesar 656 kasus dan pada tahun 2023 sendiri sebesar 772 kasus (Rekam Medik RSUD dr. Sayidiman Magetan).

Tujuan umum penelitian ini adalah untuk mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan kepatuhan diet diabetes melitus pada lansia.

### B. Metodologi Penelitian

Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah *cross sectional*. Penelitian dilakukan di RSUD dr. Sayidiman Magetan. Penelitian dilakukan pada bulan Juli tahun 2024. Populasi merupakan seluruh pasien Rawat jalan dengan Diabetes Mellitus di poliklinik RSUD dr Sayidiman Magetan sejumlah 65 pasien. Sampel berjumlah 56 responden. Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Purposive Sampling*. Analisis data dilakukan secara univariat dan bivariat.

### C. Hasil dan Pembahasan

**Tabel 1. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Kepatuhan Diet, Sikap dan Dukungan Petugas Kesehatan**

No	Variabel	Frekuensi (f)	Persentase (%)
<b>Kepatuhan Diet</b>			
1	Tidak Patuh	19	34
2	Patuh	37	66
<b>Total</b>		<b>56</b>	<b>100,0</b>
<b>Sikap</b>			
1	Negatif	21	37,5
2	Positif	35	62,5
<b>Total</b>		<b>56</b>	<b>100,0</b>
<b>Dukungan Petugas Kesehatan</b>			
1	Kurang Baik	17	30
2	Baik	39	70
<b>Total</b>		<b>56</b>	<b>100,0</b>

Berdasarkan tabel 1 dapat dilihat bahwa terdapat 19 responden (34%) yang tidak patuh dalam diet. Adapun menurut sikap, terdapat 21 responden (37,5%) sikap negatif dengan responden yang menyatakan dukungan petugas kesehatan yang kurang baik berjumlah 17 responden (30%).

**Tabel 2. Hasil Analisis Bivariat Sikap Terhadap Kepatuhan Diet**

Sikap	Kepatuhan Diet				Total		P value
	Tidak Patuh		Patuh				
	n	%	n	%	n	%	
Negatif	14	67	7	33	21	100	0,020
Positif	5	14	30	86	35	100	
Jumlah	19	34	37	66	56	100	

Tabel di atas menunjukkan, dari 21 responden dengan sikap negatif, terdapat 14 responden (67%) tidak memiliki kepatuhan diet. Adapun dari 35 responden dengan sikap positif, terdapat 5 responden (14%) tidak memiliki kepatuhan diet. Hasil uji statistik menggunakan *chi square* diperoleh nilai  $p\ value = 0,020 < \alpha 0,05$ , maka  $H_0$  diterima dan  $H_a$  ditolak, dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara sikap terhadap kepatuhan diet.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Dwibarto (2022) yang melakukan penelitian terkait faktor yang mempengaruhi kepatuhan penderita diabetes. Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan sikap terhadap kepatuhan penderita diabetes. Merujuk hasil penelitian, sikap merupakan salah satu faktor penyebab kepatuhan diet pada penderita diabetes. Sikap merupakan suatu bentuk kesiapan internal yang melibatkan kondisi mental dan saraf

seseorang, yang terbentuk dan berkembang melalui berbagai pengalaman hidup yang dialaminya. Kesiapan ini tidak muncul secara tiba-tiba, melainkan merupakan hasil dari proses pembelajaran dan interaksi individu dengan lingkungannya selama kurun waktu tertentu. Sikap memainkan peranan penting dalam menentukan bagaimana seseorang merespons suatu objek, peristiwa, atau situasi tertentu. Respon yang muncul pun bersifat dinamis dan cenderung terarah, karena dipengaruhi oleh pola pikir, perasaan, serta pengalaman sebelumnya yang telah membentuk persepsi individu terhadap hal-hal di sekitarnya. Pada penelitian ini menunjukkan, responden yang memiliki sikap negatif, cenderung tidak patuh dalam diet makanan. Sikap yang baik cenderung lebih patuh dari pada dengan sikap yang buruk. karena sikap yang baik didapatkan dari pengalaman sehingga memberikan pengaruh perilaku terhadap masing-masing individu. Sikap seseorang melakukan pengontrolan diri membutuhkan pemantauan akan pada diri seseorang, evaluasi diri dan penghargaan diri sendiri sehingga akan menumbuhkan sikap pasien yang mempunyai perilaku sehat yang dipengaruhi oleh kebiasaan tersebut seperti membatasi makanan yang manis dan berkalori tinggi dan olahraga secara teratur (Hidayat, 2021).

**Tabel 3. Hasil Analisis Bivariat Dukungan Petugas Kesehatan Terhadap Kepatuhan Diet**

Dukungan Petugas Kesehatan	Kepatuhan Diet				Total		P value
	Tidak Patuh		Patuh				
	n	%	n	%	n	%	
Kurang Baik	9	53	8	47	17	100	0,045
Baik	10	26	29	74	39	100	
Jumlah	19	34	37	66	56	100	

Tabel di atas menunjukkan, dari 17 responden dengan dukungan petugas kesehatan yang kurang baik, terdapat 9 responden (53%) tidak memiliki kepatuhan diet. Adapun dari 39 responden dengan dukungan petugas kesehatan yang baik, terdapat 5 responden (14%) tidak memiliki kepatuhan diet. Hasil uji statistik menggunakan *chi square* diperoleh nilai  $p\ value = 0,045 < \alpha 0,05$ , maka  $H_0$  diterima dan  $H_a$  ditolak, dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara dukungan petugas kesehatan terhadap kepatuhan diet.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Dwi (2020) yang melakukan penelitian terkait hubungan dukungan petugas kesehatan terhadap kepatuhan diet penderita diabetes. Hasil penelitian menunjukkan ada hubungan antara dukungan petugas kesehatan terhadap kepatuhan diet penderita diabetes dengan  $p\ value 0,007$ .

Merujuk hasil penelitian, dukungan petugas kesehatan merupakan faktor penyebab kepatuhan diet pada penderita diabetes. Pada hasil penelitian, dari 17 responden yang menyatakan kurang baik dukungan petugas kesehatan, terdapat 9 responden yang tidak patuh dalam diet. Dukungan petugas kesehatan pada pasien sangat dibutuhkan sebagai bentuk penyemangat dan membuat pasien lebih nyaman saat berobat kerumah sakit dan mendapat informasi yang jelas terkait keadaan pasien (Suhartatik, 2022). Menurut Febriyanti (2021). Dukungan dari petugas kesehatan memegang peranan yang sangat penting dalam upaya meningkatkan kepatuhan pasien terhadap pengobatan maupun anjuran medis. Salah satu bentuk dukungan yang paling efektif adalah melalui penerapan teknik komunikasi yang baik dan empatik. Hal ini disebabkan karena petugas kesehatan, seperti dokter, perawat, atau tenaga medis lainnya, merupakan pihak pertama yang mengetahui secara langsung kondisi kesehatan pasien, baik dari hasil pemeriksaan fisik, laboratorium, maupun observasi klinis.

#### D. Penutup

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, maka didapatkan kesimpulan terdapat hubungan antara sikap dan dukungan petugas kesehatan terhadap kepatuhan diet pada penderita diabetes. Disarankan Rumah sakit dapat membuat peer-group, meningkatkan komunikasi terapeutik, dan melaksanakan kegiatan penyuluhan menggunakan audio visual mengenai pentingnya kepatuhan dalam menjalani diet diabetes melitus. Serta meningkatkan peran keluarga dalam pendampingan pasien sehingga komplikasi diabetes mellitus dapat dicegah.

#### Daftar Pustaka

- Dwi, S, A., Rahayu, S. (2020). *Faktor-Faktor yang Berhubungan Dengan Kepatuhan Diet Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe II*. *Jurnal Ilmiah Keperawatan*. Vol 15. No. 1.
- Dwibarto, R., Anggoro, S. (2022). *Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kepatuhan Penderita Diabetes Mellitus dalam Melaksanakan Diet dan Terapi Olahraga Diabetes Mellitus*. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Masyarakat*. Vol 14. No. 3.
- Fadhlah, S., Sucipto, A., Aryanto, A. (2020). *Faktor-Faktor yang Berhubungan Dengan Kepatuhan Diet Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe II*. *Jurnal Ilmiah Keperawatan*. Vol 15. No. 1.
- Febriyanti., Yusri, V. (2021). *Faktor Yang Berhubungan Dengan Kepatuhan Pasien Diabetes Melitus Dalam Diet Selama Masa Pandemi Covid 19*. *Jurnal Menara Medika*. Vol 3. No. 2.
- Hidayat, N., Sugiman., Marsiyah, M. (2021). *Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Penderita Diabetes Mellitus Dengan Kepatuhan Diet Diabetes Mellitus Di Rsud Sleman*. *Majalah Ilmu Keperawatan dan Kesehatan Indonesia*. Vol 12. No. 2.
- Laurensius Arliman S et-all, *Legal Assistance for The Poor To Reach Justice*, *Jurnal Cendekia Hukum*, Volume 7, Nomor 2, 2022 .
- Maria Magareta Hutajulu, *Ilmu Untuk Ilmu Dan Ilmu Untuk Pemecahan Masalah*, *Ensiklopedia Of Journal*, Vol. 6 No. 3 Edisi 1. 2024
- Maria Margareta Hutajulu, *Space Occupying Lesion*, *Ensiklopedia of Journal*, Volume 1, Nomor 1, 2018.
- Suhartatik, S. (2022). *Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Tingkat Kepatuhan Diet Penderita Diabetes Mellitus*. *Healthy Tadulako Journal*. Vol 8. No. 2.