

Hubungan Tingkat Pengetahuan dengan Kepatuhan Diet pada Penderita Diabetes Mellitus Di Puskesmas Kereng Bangkirai

The Corellation of Knowledge Level With Diet Compliance in Diabetes Mellitus Patiients at Keeng Bangkirai Puskesmas

Massiani ^{1*}

Rizki Muji Lestari ²

Dita Wasthu Prasida ³

STIKES Eka Harap, Palangka Raya, Kalimantan Tengah, Indonesia

*email: massiani723@gmail.com

Abstrak

Diabetes mellitus atau DM adalah suatu kumpulan gejala yang timbul pada seseorang ditanda dengan adanya peningkatan kadar glukosa darah diatas nilai normal.Indonesia berada di peringkat ke 7 dari 10 negara dengan jumlah penderita terbanyak,yaitu sebesar 11,3%. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan tingkat pengetahuan dengan kepatuhan diet pada penderita diabetes mellitus di Puskesmas Kereng Bangkirai. Deskriptif analitik dengan pendekatan Cross Sectional.populasi dalam penelitian ini Semua penderita DM yang ada di wilayah kerja Puskesmas Kereng Bangkirai berjumlah.Sampel dalam penelitian ini Sebagian penderita DM yang kontrol ke Puskesmas Kereng Bangkirai berjumlah 66 orang dengan teknik samping mengunakan Purposive Samplig.Data penelitian ini diambil dengan menggunakan kuesuoner dan wawancara setelah ditabulasi data yang ada dianalisis dengan menggunakan analisis Uji Chi Square.Hasil penelitian menunjukan Ada Hubungan tingkat pengetahuan dengan kepatuham diet pada penderita diabetes mellitus di Wilayah Puskesmas Kereng Bangkirai.(Dengan nilai p value $0,000 < \alpha < 0,05$) artinya ada hubungan antara pengetahuan dengan tingkat kepatuhan terapi diet pada pasien Diabetes Mellitus. Diharapkan bagi penderita DM agar selalu bias mematuhi diet yang di sarankan dari pihak tenaga kesehatan untuk bias memilah makanan yang bias dimakan atau tidak bagi penderita DM.

Kata Kunci:

Hubungan Tingkat Pengetahuan
Kepatuhan Diet
Diabetes Mellitus

Keywords:

The Relationship Between the
level of Knowledge
Dietary Compliance in Patients
Diabetes Mellitus

Abstract

Diabetes mellitus or DM is a collection of symptoms that arise in a person marked by an increase in blood glucose levels above the normal value. Indonesia is ranked 7th out of 10 countries with the highest number of sufferers, which is 11.3%. The purpose of this study was to determine the relationship between the level of knowledge and dietary compliance in patients with diabetes mellitus at the Kereng Bangkirai Health Center. Analytical descriptive with cross sectional approach. The population in this study were all DM patients in the working area of the Kereng Bangkirai Health Center. The sample in this study were 66 people with DM who were controlled at the Kereng Bangkirai Health Center with a side technique using purposive sampling. The data of this study taken using questionnaires and interviews after tabulating the existing data were analyzed using Chi Square test analysis. The results showed that there was a relationship between the level of knowledge and dietary compliance in patients with diabetes mellitus in the Kereng Bangkirai Health Center area. (With p value $0.000 < \alpha < 0.05$).) means that there is a relationship between knowledge and the level of adherence to diet therapy in Diabetes Mellitus patients. It is hoped that people with diabetes will always be able to adhere to the diet recommended by health workers to be able to sort out foods that can be eaten or not for people with diabetes.



© 2023 The Authors. Published by Institute for Research and Community Services Universitas Muhammadiyah Palangkaraya. This is Open Access article under the CC-BY-SA License (<http://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/>). DOI: <https://doi.org/10.33084/jsm.v9i1.5162>.

PENDAHULUAN

Diabetes mellitus atau DM adalah suatu kumpulan gejala yang timbul pada seseorang ditanda dengan adanya peningkatan kadar glukosa darah diatas nilai normal,yang disebabkan gangguan metabolisme glukosa akibat kekurangan insulin baik secara absolut maupun relative (Nuryanto, 2019).

Ditemukan penyebab yang menjadi kendala utama dalam penanganan diet Hestiana (2017). Kendala tersebut yaitu kejenuhan pasien dalam mengikuti terapi diet yang sebenarnya diperlukan pasien untuk mencapai keberhasilan program dietnya.Salah satu faktor yang dapat mempengaruhi kepatuhan diet pada penderita DM yaitu motivasi (Fatimah, 2015).

Indonesia berada di peringkat ke 7 dari 10 negara dengan jumlah penderita terbanyak, yaitu sebesar 11,3%. (Diabetes Federation International, 2019). Indonesia menjadi satu-satunya negara di Asia Tenggara yang masuk kedalam daftar tersebut, sehingga dapat diperkirakan besarnya kontribusi Indonesia terhadap prevalensi diabetes di Asia Tenggara (Kementrian Kesehatan RI, 2020 hlm 2). Hasil Riskesda 2018 menunjukkan bahwa prevalensi diabetes mellitus di Indonesia berdasarkan diagnosis dokter pada umur ≥ 15 tahun sebesar 2%. Angka ini menunjukkan peningkatan dibandingkan prevalensi diabetes mellitus pada penduduk ≥ 15 tahun hasil Riskesda 2013 sebesar 1,5%. Namun prevalensi diabetes mellitus menurut hasil pemeriksaan gula darah meningkat dari 6,9% pada tahun 2013 menjadi 8,5% pada tahun 2018. Angka menunjukkan bahwa baru sekitar 25% penderita diabetes mellitus yang mengetahui bahwa dirinya menderita diabetes.

Data global diabetes mellitus tidak hanya menyebabkan kematian prematur diseluruh dunia penyakit ini juga menjadi penyebab utama kebutaan, penyakit jantung, dan gagal ginjal. Organisasi International Diabetes Federation (IDF) memperkirakan sedikitnya terdapat 463 juta orang pada usia 20-79 tahun di dunia menderita diabetes mellitus pada tahun 2019 atau setara dengan angka prevalensi sebesar 9,3% dari total penduduk pada usia yang sama. Berdasarkan jenis kelamin, IDF memperkirakan prevalensi diabetes di tahun 2019 yaitu 9% pada perempuan dan 9,65% pada laki-laki. Prevalensi diabetes diperkirakan meningkat seiring penambahan umur penduduk menjadi 19,9% atau 111,2 juta orang pada umur 65-97 tahun. Angka diprediksikan terus meningkat hingga mencapai 578 juta di tahun 2030 dan 700 juta di tahun 2045.

Data World Health Organization menyebutkan bahwa tercatat 422 juta orang di dunia menderita diabetes mellitus atau terjadi peningkatan sekitar 8,5% pada populasi orang dewasa dan diperkirakan terdapat 2,2 juta kematian dengan presentase akibat penyakit diabetes mellitus yang terjadi sebelum usia 70 tahun,

khususnya di negara-negara dengan status ekonomi rendah dan menengah. Menurut penelitian dari Trisnadewi et al., (2018) di Tabanan mengenai manajemen DM dengan jumlah sampel 80 orang, mendapatkan hasil bahwa sebanyak 49 orang (61,3%) berpengetahuan kurang tentang pengobatan DM, dikarenakan kurangnya informasi dari petugas kesehatan. Selain itu, menurut responden hanya obat yang dapat mengendalikan kadar gula darah, diet dan melakukan aktivitas fisik dianggap tidak terlalu berperan, hal inilah yang mempengaruhi naiknya kasus DM di Kabupaten Tabanan. Dalam menegakkan diagnosa pada kasus diabetes melitus perlu dilakukan pemeriksaan kadar gula darah di dalam tubuh. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di Puskesmas Tabanan II dengan jumlah sampel 80 orang, status Kadar Gula Darah Antepandial pada penderita diabetes melitus menunjukkan nilai rata-rata dalam kategori buruk (niwayan Trisnadewi & Pramesti, 2020). Selain itu, berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Ari Rasdini yang tertuang dalam jurnal Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Denpasar (2017) dengan jumlah sampel 79 orang pasien diabetes melitus yang dirawat di RSUD Sanglah, Rata-rata nilai kadar gula darah antepandial dan nilai kadar gula darah 2 jam pp juga dalam kategori buruk.

Menurut Arsana (2011) langkah untuk meningkatkan diet Diabetes mellitus, kontrol glikemik pasien sangat dipengaruhi oleh kepatuhan pasien terhadap anjuran diet meliputi, jenis dan jumlah makanan yang dikonsumsi dan ketidakpatuhan merupakan salah satu hambatan untuk tercapainya tujuan pengobatan dan juga akan mengakibatkan pasien memerlukan pemeriksaan atau pengobatan yang sebenarnya tidak diperlukan (Laili dkk, 2012 dalam Jurnal Kesehatan Unair, 2013).

Kepatuhan diet pada penderita diabetes mellitus mempunyai fungsi yang sangat penting yaitu mempertahankan berat badan normal, menurunkan tekanan darah sistolik dan diastolic, menurunkan kadar glukosa darah, memperbaiki profil lipid, meningkatkan

sensitivitas reseptor insulin dan memperbaiki system darah (Supriyadi,2017,hlm 7).

Pengetahuan penderita tentang diabetes mellitus sangat diperlukan dalam proses penyembuhan agar berjalan lancar dengan baik, seseorang dengan pengetahuan yang tinggi akan lebih berhasil menghadapi masalah dibanding dengan tidak memiliki pengetahuan dalam proses penyembuhan, sehingga penyakit diabetes mellitus tidak terkendali dan terjadi komplikasi. Apabila pengetahuan penderita baik maka penderita diabetes mellitus akan patuh dalam melaksanakan proses penyembuhan sehingga penyakit diabetes mellitus dapat terkendali. pengetahuan merupakan hasil dari proses mencari,tahu,dari yang tidak tahu menjadi tahu,dari tidak dapat menjadi dapat untuk proses penyembuhan penderita diabetes mellitus dalam proses mencari tahu ini,mencakup beberapa metode dan konsep-konsep,baik melalui proses pendindikan dan pengalaman (wawan dan dewi 2011 hlm 42).

Untuk mencegah terjadinya komplikasi dari diabetes mellitus, diperlukan pengontrolan yang teratur melalui perubahan gaya hidup pasien DM yang tepat, tegas dan permanen. Pengontrolan diabetes mellitus diantaranya adalah pembatasan diet, peningkatan aktivitas fisik, regimen pengobatan yang tepat, kontrol medis teratur dan pengontrolan metabolik secara teratur melalui pemeriksaan laboratorium Kepatuhan pasien DM terhadap terhadap terapi yang telah diindikasikan dan diresepkan oleh dokter akan memberikan efek terapeutik yang positif (therapeutic compliance). Pasien DM yang mengikuti regimen yang telah diindikasikan dapat menimbulkan kegagalan 4 pelaksanaan terapi (noncompliance) seperti keterlambatan terapi, menghentikan terapi dan tidak mengikuti terapi dengan tepat (Golien C.E et al dalam Ronquillo et al, 2003 Hlm 4).

Menurut Arsana (2011) langkah untuk meningkatkan diet Diabetes mellitus , kontrol glikemik pasien sangat dipengaruhi oleh kepatuhan pasien terhadap anjuran diet meliputi, jenis dan jumlah makanan yang dikonsumsi

dan ketidakpatuhan merupakan salah satu hambatan untuk tercapainya tujuan pengobatan dan juga akan mengakibatkan pasien memerlukan pemeriksaan atau pengobatan yang sebenarnya tidak diperlukan (Laili dkk, 2012 dalam Jurnal Kesehatan Unair, 2013).

Kepatuhan diet pada penderita diabetes mellitus mempunyai fungsi yang sangat penting yaitu mempertahankan berat badan normal, menurunkan tekanan darah sistolik dan diastolic, menurunkan kadar glukosa darah, memperbaiki profil lipid, meningkatkan sensitivitas reseptor insulin dan memperbaiki system darah (Supriyadi,2017,hlm 7).

Pengetahuan penderita tentang diabetes mellitus sangat diperlukan dalam proses penyembuhan agar berjalan lancar dengan baik, seseorang dengan pengetahuan yang tinggi akan lebih berhasil menghadapi masalah dibanding dengan tidak memiliki pengetahuan dalam proses penyembuhan, sehingga penyakit diabetes mellitus tidak terkendali dan terjadi komplikasi. Apabila pengetahuan penderita baik maka penderita diabetes mellitus akan patuh dalam melaksanakan proses penyembuhan sehingga penyakit diabetes mellitus dapat terkendali. pengetahuan merupakan hasil dari proses mencari,tahu,dari yang tidak tahu menjadi tahu,dari tidak dapat menjadi dapat untuk proses penyembuhan penderita diabetes mellitus dalam proses mencari tahu ini,mencakup beberapa metode dan konsep-konsep,baik melalui proses pendindikan dan pengalaman (wawan dan dewi 2011 hlm 42).

Untuk mencegah terjadinya komplikasi dari diabetes mellitus, diperlukan pengontrolan yang teratur melalui perubahan gaya hidup pasien DM yang tepat, tegas dan permanen. Pengontrolan diabetes mellitus diantaranya adalah pembatasan diet, peningkatan aktivitas fisik, regimen pengobatan yang tepat, kontrol medis teratur dan pengontrolan metabolik secara teratur melalui pemeriksaan laboratorium Kepatuhan pasien DM terhadap terhadap terapi yang telah diindikasikan dan diresepkan oleh dokter akan memberikan efek terapeutik yang positif (therapeutic compliance). Pasien

DM yang mengikuti regimen yang telah diindikasikan dapat menimbulkan kegagalan 4 pelaksanaan terapi (noncompliance) seperti keterlambatan terapi, menghentikan terapi dan tidak mengikuti terapi dengan tepat (Golien C.E et al dalam Ronquillo et al, 2003 Hlm 4).

METODOLOGI

Jenis penelitian ini adalah metode analitik korelasi dengan rancangan cross sectional. Cross sectional adalah suatu penelitian untuk mempelajari kolerasi antara faktor-faktor resiko dengan cara pendekatan atau pengumpulan data sekaligus pada satu saat tertentu saja. Populasi pada penelitian ini adalah seluruh ibu yang memiliki balita berjumlah 146 orang di wilayah kerja Puskesmas Kereng Bangkirai. Teknik yang dilakukan pada pengambilan sampel penelitian ini dengan cara adalah Purposive Sampling.

Cara pengumpulan dalam penelitian ini menggunakan data primer. Data kemudian dikumpulkan dengan menggunakan kuesioner dan wawancara yang berisikan karakteristik responden. Data selanjutnya dianalisis untuk melihat distribusi frekuensi dari semua variabel, data crosstab untuk mengetahui hubungan antara variabel independen dengan dependen. Analisis data menggunakan uji chi- square.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini dilaksanakan untuk mengetahui Hubungan tingkat pengetahuan dengan kepatuhan diet pada penderita diabetes mellitus di Puskesmas Kereng Bangkirai. Data primer yang dikumpulkan melalui angket selanjutnya diolah dan dianalisis secara univariat dan bivariate dengan bantuan Computer.

Analisis Univariat

Distribusi Frekuensi Karakteristik responden

Analisis univariat dilakukan untuk mendeskripsikan karakteristik responden, pengetahuan serta kepatuhan diet pada penderita diabetes mellitus di Wilayah Kerja

UPT Puskesmas Kereng Bangkirai. Adapun hasil analisis sebagai berikut:

Tabel I. Distribusi Frekuensi Responden berdasarkan Umur

Karakteristik	F	%
Umur		
≤ 20 Tahun	4	6,1
21-30 Tahun	9	13,6
31-40 Tahun	18	27,3
41 - 50 Tahun	15	22,7
51-60 tahun	16	24,2
> 60 Tahun	4	6,1
Total	66	100

Tabel II. Distribusi Frekuensi Responden berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	F	%
Perempuan	20	30,3
Laki-laki	46	69,7
Total	66	100

Tabel III. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Umur

Pendidikan	F	%
Tidak sekolah	2	3
SD	4	6,1
SMP	20	15,2
SMA	33	50
Perguruan Tinggi	17	25,8
Total	66	100

Tabel IV. Distribusi Frekuensi Responden berdasarkan Pekerjaan

Pekerjaan	F	%
PNS	4	6,1
Swasta	31	47
Wiraswasta	11	16,7
Tidak Bekerja	20	30,3
Total	66	100

Berdasarkan tabel di atas karakteristik responden berdasarkan usia tertinggi pada kelompok usia 31-40 tahun yaitu 18 responden (27,3%) dan terendah < 20 tahun dan > 60 tahun masing-masing 4 responden (6,1%); jenis kelamin tertinggi pada kategori laki-laki yaitu sebanyak 46 responden (69,7%). sedangkan

perempuan sebanyak 20 responden (30,3%); pendidikan tertinggi adalah pendidikan SMA yaitu 33 responden (50%) dan yang terendah tidak sekolah yaitu 2 responden (3%); serta pekerjaan tertinggi pada kategori swasta yaitu 31 responden (47%) sedangkan yang terendah bekerja sebagai PNS sebanyak 4 responden (6,1%).

Distribusi frekuensi pengetahuan dan Kepatuhan diet

Tabel V. Distribusi frekuensi pengetahuan responden dan kepatuhan diet responden penderita diabetes mellitus Di Wilayah Kerja Puskesmas Kereng Bangkirai Tahun 2022

Variabel	F	%
Pengetahuan		
Baik	21	31,8
Cukup	27	40,9
Kurang	18	27,3
Total	66	100
Kepatuhan diet		
Patuh	46	69,7
Tidak patuh	20	30,3
Total	66	100

Berdasarkan tabel di atas pengetahuan responden tertinggi pada kategori cukup baik yaitu 27 responden (40,9%) dan terendah pada kategori pengetahuan kurang sebanyak 18 responden (27,3%). Sedangkan pada variable kepatuhan diet tertinggi pada kategori patuh yaitu 46 responden (69,7%) dan yang terendah yaitu pada kategori tidak patuh sebanyak 20 responden (30,3%).

Analisis Bivariat

Analisis bivariat bertujuan untuk mengetahui hubungan tingkat pengetahuan dengan kepatuhan diet pada penderita diabetes mellitus di Wilayah Puskesmas Kereng Bangkirai. Adapun hasil analisis sebagai berikut:

Tabel V. hubungan tingkat pengetahuan dengan kepatuhan diet pada penderita diabetes mellitus di Wilayah Puskesmas Kereng Bangkirai

Pengetahuan	Kepatuhan Diet		Total	P Value	
	Patuh	Tidak Patuh			
	f	%	f	%	
Baik	14	66,7	7	33,3	0,000
Cukup	27	100	0	0	
Kurang	4	27,8	13	72,2	
Total	46	69,7	20	30,3	

Berdasarkan tabel di atas dari 21 responden yang berpengetahuan baik mayoritas kepatuhan diet pada kategori patuh yaitu 14 responden (55,7%), dari 27 responden yang berpengetahuan cukup mayoritas kepatuhan diet pada kategori patuh sebanyak 27 responden (100%) dan dari 18 responden yang berpengetahuan kurang mayoritas kepatuhan diet pada kategori tidak patuh yaitu 13 responden (72,2%). Hasil uji statistik dengan uji Chi-Square diperoleh nilai p value 0,000 (< a 0,05) artinya ada hubungan tingkat pengetahuan dengan kepatuhan diet pada penderita diabetes mellitus di Wilayah Puskesmas Kereng Bangkirai.

PEMBAHASAN

I. Tingkat pengetahuan penderita diabetes mellitus di Puskesmas Kereng Bangkirai.

Berdasarkan hasil peneliti pengetahuan responden tertinggi pada kategorik cukup baik yaitu 27 responden (40,9%) dan terendah pada kategorik pengetahuan kurang sebanyak 18 responden (27,3%).

Pengetahuan atau knowledge adalah hasil penginderaan manusia atau hasil tahu seseorang terhadap suatu objek melalui pancaindra yang dimilikinya. Pancaindra manusia guna penginderaan terhadap objek yakni penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa dan perabaan. Pada waktu penginderaan untuk menghasilkan pengetahuan tersebut dipengaruhi oleh intensitas perhatian dan persepsi terhadap objek (Budiman and Agus, 2013).

Hasil penelitian ini tidak terdapat adanya kesenjangan antara teori dan fakta. Hal ini disebabkan karna pengetahuan responden didukung dengan pendidikan mayoritas SMA. Tingkat pendidikan akan mempengaruhi daya tangkap seseorang terhadap informasi yang diterima karena tingkat pendidikan ini menentukan mudah tidaknya seseorang menyerap dan memahami pengetahuan yang didapat yaitu mengenai nutrisi masa nifas. Pada umumnya semakin tinggi pendidikan responden maka, semakin baik pula pengetahuannya. Begitu juga dengan usia, hasil penelitian menunjukkan bahwa usia responden berada pada rentang usia 20-55 tahun pada usia ini dianggap usia matang secara psikologis. Karena semakin tua umur seseorang maka proses-proses perkembangan mentalnya bertambah baik, sehingga dapat mempengaruhi pada pertambahan pengetahuan yang diperoleh sebelumnya.

Hal ini juga didukung dengan penelitian Bistara (2018) menunjukkan bahwa sebagian besar (66,7 %) penderita DM memiliki pengetahuan baik. Pengetahuan tersebut berkaitan dengan penatalaksanaan DM meliputi keterlibatan dalam kegiatan penyuluhan, melakukan latihan fisik atau olah raga, pengobatan, dan diet "3J" yang terdiri dari jenis makanan, jumlah dan jadwal makan serta komplikasi DM. Pengetahuan tersebut diharapkan dapat diimplementasikan dalam kehidupan sehari-hari bagi penderita DM sehingga penderita DM dapat mengatasi bila ada gejala dan keluhan, mempertahankan rasa nyaman, pengendalian gula darah dan mencegah komplikasi. Pengetahuan tentang penatalaksanaan DM bagi penderita DM merupakan salah satu factor penting terbentuknya perilaku kepatuhan. Pengetahuan adalah seluruh konsep, gagasan, ide, kemampuan yang dimiliki seseorang dan diungkapkan dalam bentuk jawaban baik lisan maupun tertulis. Dengan memiliki ide, gagasan dan kemampuan maka penderita DM dapat

mengembangkan perilaku hidup sehat dan terbebas dari komplikasi penyakit DM. Selain itu faktor pendidikan dan usia responden dapat mempengaruhi pengetahuan seseorang. Karena Pendidikan yang di anggap tinggi adalah Pendidikan SMA dan PT, semakin tinggi Pendidikan seorang akan mempermudah seseorang dalam menerima atau menangkap informasi. Sedangkan pada usia > 20 tahun dianggap cukup matang untuk memikirkan hal baik bagi diri sendiri.

Berdasarkan karakteristik demografi usia, penelitian ini di dominasi oleh responden dengan usia 51 – 60 tahun yaitu berjumlah 22 responden (36,7%). Hal ini sesuai dengan penelitian sebelumnya dimana didapati jumlah pasien DM dengan rentang usia 51-60 tahun berjumlah 66 orang dari total 88 orang (Kistianita, 2018).³⁷ Hal tersebut dikarenakan penderita DM sering terlambat terdiagnosis dan baru terdiagnosis saat rentang usia tersebut. Berdasarkan karakteristik demografi jenis kelamin, penelitian ini didominasi oleh responden yang berjenis kelamin perempuan yaitu berjumlah 33 responden (55,0%).

Berdasarkan lama menderita DM, penelitian ini didominasi oleh responden yang menderita DM sudah selama 1-5 tahun berjumlah 16 responden (26,7%). Hal ini tidak sesuai dengan penelitian sebelumnya dimana dalam penelitian tersebut didominasi oleh responden yang menderita DM sudah selama 6-10 tahun berjumlah 31 responden (58,49%) dari total 53 responden (Hidayah, 2011).³⁶ Hal tersebut dikarenakan terdapat perbedaan jumlah sampel, waktu dan tempat penelitian. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan berada pada kategori cukup baik dengan jumlah 33 responden (55,0%). Hal ini sesuai dengan penelitian sebelumnya dimana paling banyak dijumpai pada kategori cukup baik dengan jumlah 29 responden (54,71%) dari total 53 responden (Hidayah, 2011). ³⁶ Hal tersebut

dikarenakan terdapat perbedaan jumlah sampel, waktu dan tempat penelitian. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan berada pada kategori cukup baik dengan jumlah 33 responden (55,0%). Hal ini sesuai dengan penelitian sebelumnya dimana paling banyak dijumpai pada kategori cukup baik dengan jumlah 29 responden (54,71%) dari total 53 responden (Hidayah, 2011). Ada beberapa faktor yang berhubungan dengan tingkat pengetahuan seseorang diantaranya yaitu pendidikan, pendidikan mempengaruhi proses belajar, makin tinggi pendidikan seseorang semakin mudah orang tersebut menerima informasi. Tingkat pendidikan turut pula menentukan mudah tidaknya seseorang menyerap dan memahami pengetahuan yang mereka peroleh, pada umumnya semakin tinggi pendidikan seseorang makin semakin baik pula pengetahuannya. Selanjutnya adalah pekerjaan, lingkungan pekerjaan dapat membuat seseorang memperoleh pengalaman dan pengetahuan baik secara langsung maupun tidak langsung. Frekuensi kesakitan dan kematian terkait erat dengan jenis pekerjaan. Terakhir adalah usia, makin tua umur seseorang maka proses-proses perkembangan mentalnya bertambah baik, akan tetapi pada umur tertentu, bertambahnya proses perkembangan mental ini tidak secepat seperti ketika berumur belasan tahun. Dari uraian ini maka dapat kita simpulkan bahwa bertambahnya umur seseorang dapat berpengaruh pada penambahan pengetahuan yang diperolehnya, akan tetapi pada umur- umur tertentu atau menjelang usia lanjut kemampuan penerimaan atau mengingat suatu pengetahuan akan berkurang (Budiman & Agus, 2013; Notoatmodjo, 2012).

2. Kepatuhan diet pada penderita diabetes mellitus di Wilayah Puskesmas Kereng Bangkirai.

Berdasarkan hasil penelitian, kepatuhan diet tertinggi pada kategorik patuh yaitu 46 responden

(69,7%) dan yang terendah yaitu pada kategorik tidak patuh sebanyak 20 responden (30,3%).

Kepatuhan diet penderita diabetes militus mempunyai fungsi yang sangat penting yaitu mempertahankan berat badan normal, menurunkan tekanan darah sistolik dan diastolic, menurunkan kadar glukosa darah, memperbaiki profil lipid, meningkatkan sensitivitas reseptor insulin dan memperbaiki system koagulasi darah (Supriyadi, 2017),

Semakin baik pengetahuan seseorang akan kesehatan maka semakin baik pula perilaku dalam pencegahan penyakit seperti kepausan dalam mengkonsumsi makanan pada penderita diabetes melitus. Pengetahuan merupakan hasil dari tahu, dan ini terjadi setelah orang melakukan pengindraan terjadi melalui panca indra manusia, yakni indra penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa, dan raba. Sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh melalui mata dan telinga. Pengetahuan merupakan pedoman dalam membentuk tindakan seseorang (over behavior). Berdasarkan pengalaman dan penelitian diperoleh bahwa perilaku yang didasari pengetahuan lebih langgeng dari pada perilaku yang tidak didasari pengetahuan. Selain itu faktor Pendidikan juga mempengaruhi proses belajar, makin tinggi pendidikan seseorang semakin mudah orang tersebut menerima informasi. Tingkat pendidikan turut pula menentukan mudah tidaknya seseorang menyerap dan memahami pengetahuan yang mereka peroleh, pada umumnya semakin tinggi pendidikan seseorang makin semakin baik pula pengetahuannya (Budiman; Riyanto, 2013 & Notoatmodjo, 2012). Hasil penelitian ini tidak terdapat adanya kesenjangan antara teori dan fakta. Kepatuhan diet DM mengandung arti bahwa penderita telah mengambil keputusan, meyakini dan menjalankan rekomendasi diet DM yang diberikan oleh petugas kesehatan. Rekomendasi yang diberikan oleh

petugas kesehatan dalam hal ini ahli gizi difokuskan pada pengaturan jenis makanan, jumlah dan jadwal makan dalam rangka untuk menurunkan kadar gula darah. Semakin baik pengetahuan seseorang maka semakin baik pula perilaku kesehatannya. Hal ini juga didukung dengan penelitian Bistara (2018) menunjukkan bahwa kepatuhan penderita DM dalam menjalankan diet sebagian adalah baik. Pengetahuan juga dipengaruhi oleh pengalaman, lingkungan dan sosial budaya. Pengalaman diperoleh dipersepsikan, diyakini, sehingga menimbulkan motivasi, niat untuk bertindak dan akhirnya menjadi perilaku. Penderita diabetes yang memiliki pengetahuan baik serta memiliki sikap positif dapat mencegah komplikasi penyakit DM. Oleh karena itu pengetahuan terhadap diet diabetes sangat penting untuk kedisiplinan dalam menjalankan pola hidup sehat dan terbebas dari komplikasi.

Kepatuhan adalah kemauan individu untuk melaksanakan perintah yang disarankan oleh orang yang berwenang, disini adalah dokter, perawat dan petugas kesehatan lainnya (Heryati, 2014). Kepatuhan didefinisikan sebagai keterlibatan pasien yang bersifat aktif, sukarela dan kolaboratif dalam menerima perilaku untuk mencapai hasil yang terapeutik. Kepatuhan dimaknai sebagai perilaku seseorang dalam meminum obat, mengikuti anjuran diet dan atau melakukan perubahan gaya hidup yang sesuai dengan rekomendasi dari tenaga kesehatan profesional. Kepatuhan merupakan suatu perilaku dalam bentuk respon atau reaksi terhadap stimulus atau rangsangan dari luar organisme. Respon sangat bergantung pada karakteristik atau faktor-faktor lain. Perilaku seseorang dipengaruhi oleh tiga faktor yaitu faktor predisposisi, faktor kemungkinan dan faktor penguat.

Kepatuhan secara umum didefinisikan sebagai tingkatan perilaku seseorang yang mendapatkan pengobatan, mengikuti diet, dan melaksanakan gaya hidup sesuai dengan rekomendasi pemberi

pelayanan kesehatan (Soelistijo dkk.,2015). Kepatuhan adalah tingkat perilaku pasien yang tertuju terhadap intruksi atau petunjuk yang diberikan dalam bentuk terapi apapun yang ditentukan, baik diet, latihan, pengobatan atau menepati janji pertemuan dengan dokter (Bertalina & Purnama, 2016).

Kepatuhan diet penderita diabetes mellitus mempunyai fungsi yang sangat penting yaitu mempertahankan berat badan normal, menurunkan tekanan darah sistolik dan diastolic, menurunkan kadar glukosa darah, memperbaiki profil lipid, meningkatkan sensitivitas reseptor insulin dan memperbaiki system koagulasi darah (Supriyadi, 2017).

3. Hubungan Tingkat Pengetahuan dengan Kepatuhan diet pada penderita diabetes mellitus di Wilayah Puskesmas Kereng Bangkirai.

Berdasarkan hasil penelitian dari 21 responden yang berpengetahuan baik mayoritas kepatuhan diit pada kategori patuh yaitu 14 responden (55,7%), dari 27 responden yang berpengetahuan cukup mayoritas kepatuhan diit pada kategori patuh sebanyak 27 responden (100%) dan dari 18 responden yang berpengetahuan kurang mayoritas kepatuhan diit pada kategori tidak patuh yaitu 13 responden (72,2%). Hasil uji statistik dengan uji Chi-Square diperoleh nilai p value 0,000 ($< \alpha$, 0,05) artinya ada hubungan tingkat pengetahuan dengan kepatuhan diet pada penderita diabetes mellitus di Wilayah Puskesmas Kereng Bangkirai.

Hasil penelitian yang dilakukan dilapangan responden yang Menderita penyakit diabetes disebabkan karena mereka yang salah satunya yakni pemilihan menu makanan yang salah seperti makanan tinggi karbohidrat, sumber lemak trans dan jenuh, buah kering dan kokktail, minuman bersoda, munuman berenergi, dan alkohol. Oleh karena itu pentingnya kesadaran masyarakat untuk

melakukan cek kadar gula darahnya dan melakukan olahraga dan bias memilah makanan yang bias menyebabkan diabetes. Pengetahuan merupakan dan ini setelah orang melakukan penginderaan terhadap objek tertentu. Penginderaan terjadi melalui panca indra manusia yakni indra penciuman, rasa dan raba. Sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh melalui mata dan telinga. Pengetahuan membantu seseorang mengembangkan cakrawala berfikir sehingga mudah baginya untuk menentukan suatu sikap. Oleh karena itu kemampuan seseorang untuk melakukan sesuatu tergantung pada pengetahuan yang dia miliki. Dengan adanya pengetahuan, akan membawa seseorang untuk memahami sekaligus menerapkan apa yang ia ketahui dalam kehidupan sehari-hari (Notoatmodjo, 2012).

Hasil penelitian ini tidak terdapat adanya kesenjangan antara teori dan fakta karena menurut peneliti, salah satu yang dapat mempengaruhi perilaku seseorang adalah pengetahuan. Semakin baik pengetahuan seseorang akan kesehatan maka semakin baik pula perilaku dalam pencegahan

penyakit. Penderita DM yang memiliki pengetahuan kurang tentang diet DM menjadi faktor penghambat menuju perilaku kepatuhan dan sulit mengikuti anjuran dari petugas kesehatan. Pengetahuan mengenai manajemen diabetes merupakan komponen yang dibutuhkan untuk memperoleh kesuksesan dalam pengelolaan diabetes. Hasil penelitian ini juga didukung dengan penelitian yang dilakukan oleh Ningsih (2018) hasil uji statistik dengan analisa chi-square didapatkan nilai $p = 0,001 (p < 0,05)$, artinya ada hubungan antara pengetahuan dengan tingkat kepatuhan terapi diet pada pasien Diabetes Mellitus Tipe 2. Pengetahuan atau kognitif merupakan hal yang sangat penting untuk terbentuknya tindakan seseorang (overt behavior). Dari pengalaman dan penelitian ternyata perilaku yang didasari oleh pengetahuan akan lebih

langgeng dari pada perilaku yang tidak didasari oleh pengetahuan. Pengetahuan didefinisikan sebagai proses belajar manusia mengenai kebenaran atau jalan yang benar secara mudahnya mengetahui apa yang harus diketahui untuk dilakukan.

Penelitian lainnya oleh Bistara (2018) juga menunjukkan bahwa penderita DM yang memiliki pengetahuan diet baik sebagian besar kepatuhan diet nya juga baik. Hasil analisis didapatkan p-value 0,000 artinya ada hubungan antara pengetahuan dengan kepatuhan diet pada penderita DM, dengan tingkat keeratan $0,154 (0,00 < |r| \leq 0,20)$ yang menunjukkan sangat rendah atau lemah sekali. Pengetahuan tentang penatalaksanaan DM bagi penderita DM merupakan salah satu faktor penting terbentuknya perilaku kepatuhan. Pengetahuan adalah seluruh konsep, gagasan, ide, kemampuan yang dimiliki seseorang dan diungkapkan dalam bentuk jawaban baik lisan maupun tertulis. Dengan memiliki ide, gagasan dan kemampuan maka penderita DM dapat mengembangkan perilaku hidup sehat dan terbebas dari komplikasi penyakit DM.

Selain itu penelitian lainnya oleh Wardhani (2021) juga menunjukkan Hasil uji statistik Spearman α 0,05 maka dengan demikian dapat disimpulkan bahwa H_a diterima dan H_0 ditolak yang berarti ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan dengan kepatuhan diet pada penderita diabetes melitus. Penderita diabetes yang berpengetahuan baik tentu memiliki sikap yang positif untuk mencegah komplikasi penyakit. Pengetahuan terhadap kedisiplinan dalam menjalankan pola hidup sehat dan terbebas dari. Penderita Diabetes Melitus berpengetahuan kurang tentang diet DM menjadi penghambat timbulnya perilaku kepatuhan sehingga mereka cenderung tidak mau mengikuti anjuran dari petugas kesehatan.

KESIMPULAN

Hasil penelitian ini dapat disimpulkan, sebagai berikut: Pengetahuan responden tertinggi pada kategori cukup baik yaitu 27 responden (40,9%) dan terendah pada kategori pengetahuan kurang sebanyak 18 responden (27,3%); Kepatuhan diit tertinggi pada kategori patuh yaitu 46 responden (69,7%) dan yang terendah yaitu pada kategori tidak patuh sebanyak 20 responden (30,3%); Ada hubungan tingkat pengetahuan dengan kepatuhan diet pada penderita diabetes mellitus di Wilayah Puskesmas Kereng Bangkirai.

UCAPAN TERIMA KASIH

Puji syukur Peneliti panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, karena atas berkat dan rahmat-Nya, Peneliti dapat menyelesaikan penelitian ini. Oleh karena itu, Peneliti mengucapkan terima kasih kepada: Maria Adelheid Ensia, S.Pd, M.Kes. Selaku Ketua STIKES Eka Harap Palangka Raya; Lensi Natalia Tambunan, SST, M.Kes Selaku Ketua Program Studi Sarjana Kesehatan Masyarakat STIKES Eka Harap Palangka Raya; Fitriani Ningsih, STT., M.Kes Selaku sebagai Penguji; Rizki Muji Lestari, SST, M.Kes selaku Pembimbing I dan Anggota Tim Penguji; Dita Wasthu Prasida, SKM, M.Kes (Epid) Selaku Pembimbing 2 dan Anggota Tim Penguji; Hellyana, S.kep. Selaku kepala UPT Puskesmas Kereng Bangkirai; Seluruh Staf UPT Puskesmas Kereng Bangkirai; Seluruh Dosen Program Studi SI Kesehatan Masyarakat yang sudah memberikan saya ilmu- ilmu yang bermanfaat; Kepada Orang tua saya yang tak henti-hentinya selalu mendoakan dan memotivasi untuk senantiasa bersemangat dan tak mengenal putus asa; Kepada Teman-teman satu almamater dan seperjuangan khususnya kelas SI Kesehatan Masyarakat angkatan 2018 STIKes Eka Harap Palangka Raya.

REFERENSI

- Amaliyah, R. 2016. Hubungan Tingkat Pengetahuan dan tingkat pendidikan dengan kepatuhan Diet pada pralansia penderita Diabetes Mellitus. perpustakaan Univertitas Airlangga.
- Angelina. 2009. Hubungan sikap pasien penderita dengan kepatuhan diet diabetes mellitus di RSUD Temanggung. *Jurnal Ilmiah Kesehatan: Vol II. No 2.* Surabaya
- Anggaraini, N. 2018. Hubungan Tingkat Pengetahuan Diet Diabetes Melitus Dengan Kepatuhan Diet Pada Penderita Diabetes Melitus.
- Bistara, dan Ainiyah. 2017. Hubungan pengetahuan dengan kepatuhan diet pada penderita Diabetes Mellitus di Posyandu lansia Cempaka Kelurahan Tembok Dukuh Kecamatan Bubutan Surabaya. *Jurnal Ilmiah Kesehatan: Vol 13. No 1.* Surabaya
- Dwipayanti. 2017. Hubungan pengetahuan tentang diet diabetes mellitus dengan kepatuhan pelaksanaan diet pada penderita diabetes mellitus di Ruang Interna RSUD dr. H Moh Anwar Sumenep. *Jurnal Ilmiah Kesehatan: Vol II. No 2.* Surabaya
- Essy Phitri, H., Program Sarjana, A., Karya Husada Semarang, S., & Program Sarjana, D. 2013. Hubungan Antara Pengetahuan Dan Sikap Penderita Diabetes Mellitus Dengan Kepatuhan Diet Diabetes Mellitus di RSUD Am. Parikesit Kalimantan Timur. Mei, 1(1), 58–74.
- Fajrina, D. 2016. Hubungan Pengetahuan dan Sikap Dengan Pelaksanaan Lima Pilar Manajemen Diabetes Mellitus Oleh Penderita Diabetes Mellitus di Wilayah Kerja Puskesmas Pauh Padang. Fakultas Keperawatan Universitas Andalas.
- Insiyah, & Hastuti, R. T. 2016. Tingkat Pengetahuan Dan Kepatuhan Tentang DIIT Diabetes Mellitus Pada Pasien Diabetes Mellitus Di Puskesmas Sibela Kota Surakarta.
- Kunaryanti, Andriyani, A., & Wulandari, R. 2018. Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Diabetes Mellitus Dengan Perilaku Mengontrol Gula Darah Pada Pasien Diabetes Mellitus Rawat Jalan Di Rsud Dr. Moewardi Surakarta..
- Riyambodo, B. 2017. Hubungan Antara Tingkat Pengetahuan Dengan Tingkat Distres pada

Pasien Diabetes Melitus di RSUD Dr. Moewardi Surakarta. Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta, 17.

Sembihingang, F., Kalengkongan, D. J., & Tooy, G. C. 2017. Gambaran Pengetahuan tentang Diet diabetes mellitus di wilayah kerja Puskesmas Siloam Tamako. Program Studi Keperawatan, 31–37.

Triana, R. D. 2015. Hubungan Tingkat Pengetahuan Pasien Diabetes Melitus Tentang Penyakit Dan Diet Dengan Kepatuhan Dalam Menjalankan Diet Diabetes Mellitus.

Yulisetyaningrum, Mardiana, S. S., & Susanti, D. 2018. Hubungan Tingkat Pendidikan Dan Pengetahuan Tentang Diet DM Dengan Kepatuhan Diet Pasien Diabetes Mellitus Di RSUD R.A Kartini Jepara.