

## Hubungan Tingkat Pengetahuan dengan Kepatuhan Diet pada Penderita Diabetes Mellitus Tipe II di Wilayah Kerja UPT Puskesmas Kayon Kota Palangka Raya

### *Correlation Between Knowledge Level and Dietary Compliance in Type II Diabetes Mellitus Patients in the Work of the UPT Kayon Health Center Palangka Raya*

Mayna Maria Rosalina <sup>1\*</sup>

Rizki Muji Lestari <sup>2</sup>

Eva Prilelli Baringbing <sup>3</sup>

STIKES Eka Harap, Palangka Raya, Kalimantan Tengah, Indonesia

\*email:

[maymaria55@gmail.com](mailto:maymaria55@gmail.com)

#### Abstrak

Salah satu yang bisa dilakukan pada penderita diabetes mellitus adalah memperhatikan pola makan, misalnya dengan melakukan diet diabetes mellitus dengan menjaga pola makan, mengatur jumlah makanan yang di konsumsi. Agar gula darah lebih stabil maka perlu dilakukan pengendalian kadar gula darah pada penderita diabetes mellitus dengan memperhatikan diet. Untuk mengetahui Hubungan Tingkat Pengetahuan Dengan Kepatuhan Diet Pada Penderita Diabetes Mellitus Tipe II Diwilayah Kerja UPT Puskesmas Kayon Kota Palangkaraya. Menggunakan deskriptif analitik dengan rancangan cross sectional. Penelitian ini dilakukan pada 52 penderita diabetes mellitus tipe II di Puskesmas Kayon yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi dengan menggunakan teknik purposive sampling. Analisis data menggunakan uji chi square. Uji chi square ( $p$  value = 1.000 > 0,05 yang artinya tidak ada hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan dengan kepatuhan diet pada penderita diabetes mellitus tipe II di wilayah kerja Puskesmas Kayon. Tidak ada hubungan pengetahuan dengan kepatuhan diet responden dalam menjalankan diet diabetes mellitus tipe II diwilayah kerja Puskesmas Kayon, hal tersebut dikarenakan faktor yang berperan dalam meningkatkan kepatuhan diet adalah pendidikan pengetahuan, persepsi, motivasi diri, kepercayaan diri, lama menderita diabetes melitus, dukungan keluarga dan petugas kesehatan.

#### Kata Kunci:

Pengetahuan  
Kepatuhan Diet  
Diabetes Mellitus Tipe II

#### Keywords:

Knowledge  
Diet Compliance  
Diabetes Mellitus Type II

#### Abstract

*One thing that can be done for people with diabetes mellitus is to pay attention to diet, for example by doing a diabetes mellitus diet by maintaining a diet, adjusting the amount of food consumed. In order for blood sugar to be more stable, it is necessary to control blood sugar levels in people with diabetes mellitus by paying attention dietary. To find out the relationship between knowledge level and dietary compliance in patients with type II diabetes mellitus in the working area of the Kayon Health Center, Palangkaraya. Using descriptive analytic with cross sectional design. This research was conducted on 52 people with type II diabetes mellitus at the Kayon Health Center who met the inclusion and exclusion criteria using a purposive sampling technique. Data analysis used the chi square test. Chi square test ( $p$  value = 1,000 > 0.05, which means that there is no significant relationship between the level of knowledge and dietary compliance in type II diabetes mellitus sufferers in the work area of the Kayon Health Center. There is no relationship between knowledge and dietary adherence of respondents in carrying out a type II diabetes mellitus diet in the working area of the Kayon Health Center, this is because the factors that play a role in increasing dietary adherence are knowledge education, perception, self-motivation, self-confidence, duration of diabetes mellitus, family support and health workers.*



© 2024 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.v10i3.9035>.

## PENDAHULUAN

Diabetes menjadi salah satu masalah kesehatan yang umum terjadi sekarang. Keturunan dan gaya hidup yang tidak sehat menjadi faktor utama penyebab penyakit mengerikan ini. Diabetes mellitus adalah suatu kelompok penyakit metabolik dengan karekteristik

hiperglikemia yang terjadi karena kelainan sekresi insulin, kinerja insulin atau kedua (Restyana, 2015). Diabetes mellitus adalah penyakit yang tersembunyi sebelum muncul gejala seperti mudah lapar, haus dan sering buang air kecil. Gejala tersebut sering kali disadari Ketika pasien sudah merasakan keluhan, sehingga disebut dengan the silent killer (Isnaini, 2018).

Salah satu yang bisa dilakukan pada penderita diabetes mellitus adalah memperhatikan pola makan, misalnya dengan melakukan diet diabetes mellitus dengan menjaga pola makan, mengatur jumlah makanan yang dikonsumsi, tetapi kenyataan saat ini masih banyak penderita diabetes mellitus yang tidak merubah gaya hidupnya karena masih banyak yang makan makanan yang tinggi lemak, garam dan gula, keseringan menghadiri resepsi/pesta, mengakibatkan masyarakat cenderung mengkonsumsi makanan secara berlebihan, selain itu pola makan makanan yang serba instan yang saat ini memang sangat disukai oleh sebagian masyarakat seperti gorengan, jenis makanan murah meriah dan mudah didapat karena banyak ditemukan dipinggir jalan rasanya memang enak, tetapi dapat meningkatkan kadar gula darah. Agar gula darah lebih stabil maka perlu dilakukan pengendalian kadar gula darah pada penderita diabetes mellitus dengan memperhatikan diet.

Prevalensi diabetes mellitus didunia tahun 2015 sebesar 8,8% dengan jumlah penderita sebanyak 415 juta, dan berdasarkan hasil data dunia terbaru diabetes mellitus tahun 2019 terdapat 463 juta orang dewasa berusia desawa 20-79 tahun menderita diabetes mellitus, sekitar 10% dari pengeluaran global kesehatan global dihabiskan untuk diabetes mellitus sebanyak 79% bertempat tinggal dibeberapa negara dengan penduduk ekonomi rendah dan menengah didapatkan 2 dari 3 penderita diabetes mellitus tinggal didaerah perkotaan (310,3 juta) (International Diabetes Federation, 2019). Dan akan terus meningkat pada tahun 2040 mencapai 10,4% dengan jumlah penderita 642 juta.

Prevalensi diabetes diindonesia menunjukkan kecenderungan meningkat. Pada tahun 2000 diabetes yang berusia diatas 20 tahu sebesar 5,6 juta. Pada tahun 2013, angka diabetes pada orang dewasa mencapai 6,9 persen, dan ditahun 2018 angka terus melonjak menjadi 8,5 persen (Riskesda, 2018). Data riset kesehatan dasar yang dilakukan Kementrian Kesehatan RI, penderita diabetes di Indonesia mengalami peningkatan 1,6%

dalam jangka waktu 5 tahun terakhir tercatat dari tahun 2013 hingga 2018 (Kemenkes RI, 2018). Pada tahun 2020 diabetes diperkirakan sebesar 8,2 juta jiwa. Pada tahun 2021 diabetes diperkirakan sebesar 6,3 juta jiwa (Profil Puskesmas, 2021). Tingginya angka kejadian tersebut Indonesia menduduki peringkat keempat di dunia dengan jumlah penderita Diabetes melitus (DM) terbanyak setelah Amerika Serikat, China dan India (PERKENI, 2015). Kasus terbanyak di Indonesia yaitu diabetes melitus tipe 2 sebanyak +12.191.564 jiwa dan mencapai 90% dari populasi diabetes mellitus, secara umum angka prevalensi diabetes mengalami peningkatan cukup signifikan selama lima tahun terakhir.

Jumlah penderita Diabetes Mellitus menurut Badan Pusat Statistik Provinsi Kalimantan Tengah pada tahun 2018-2019, Jumlah penderita Diabetes Mellitus menduduki urutan ke 5 dari 10 penyakit dengan jumlah penderita terbanyak yaitu 7.256 sedangkan pada tahun 2020 Provinsi Kalimantan Tengah memiliki sebanyak 7.254 kasus diabetes mellitus dan diprediksi akan terus bertambah. Untuk di Kota Palangka Raya sendiri menduduki peringkat ke 7 dengan jumlah penderita 4712 orang (Kalteng BPS, 2019). Berdasarkan hasil sensus pada tahun 2020 Provinsi Kalimantan Tengah orang terkena penyakit diabetes mellitus sebesar 7.254 orang, diabetes mellitus tipe 2 merupakan kasus penyakit tertinggi di Kalimantan Tengah dengan urutan no 5 (DinKes Provinsi Kalimantan Tengah, 2019).

Penderita diabetes dikota Palangkaraya pada tahun 2016 dilaporkan sebanyak 1.372 penderita, pada tahun 2017 meningkat tajam sebanyak 3.228 penderita dan tahun 2018 mencapai 3.965 penderita. Dan terjadi penurunan pada tahun 2019 berada diangka 2.732 kasus penderita diabetes mellitus. Pada tahun 2020 terjadi peningkatan kembali secara signifikan di angka 7.615 kasus penderita diabetes mellitus, dan di tahun 2021 terjadi penurunan kembali berada diangka 6.334 kasus penderita diabetes mellitus.

Berdasarkan hasil Praktik Kerja Lapangan didapatkan kasus penderita diabetes mellitus masuk kedalam 10 besar penyakit terbanyak dengan urutan kedua di Puskesmas Kayon. Selain itu berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan pada tanggal 27 April 2023 ditemukan kasus penderita diabetes mellitus di Puskesmas Kayon pada tahun 2021 dengan jumlah penderita diabetes mellitus sebanyak 1176 jiwa dan pada tahun 2022 dengan jumlah penderita 993 jiwa. Data tersebut menunjukkan bahwa terjadi penurunan angka penderita diabetes mellitus pada tahun 2022, tetapi walaupun ada penurunan masih perlu untuk diperhatikan karena dapat menyebabkan penyakit jantung, stroke, penyakit ginjal, kebutaan, dan kerusakan saraf di kaki.

Penelitian Rohmi Fadhli, dkk (2022) tentang “Hubungan Tingkat Pengetahuan Dan Kepatuhan Diet Dengan Kadar Gula Darah Penderita Diabetes Mellitus Tipe II Di Poli Penyakit Dalam Rumah Sakit Sansasi Peka” baru” Didapatkan Hasil menunjukan bahwa ada hubungan antara pengetahuan dan kepatuhan diet dengan kadar gula darah responden secara signifikan, dimana p value < 0,05 yaitu 0,000. Hal ini dikarenakan bahwa tingkat pengetahuan pasien, diabetes mellitus berhubungan dengan tingkat Pendidikan pasien, dimana proses belajar mampu mengubah tingkah laku seseorang untuk mencapai kualitas hidup dan akan lebih mudah dalam menyerap informasi serta mengimplementasikannya dalam perilaku dan gaya hidup sehari-hari khususnya dalam mematuhi pengelolaan diet demi keberhasilan menjalani dietnya. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Wiwin A Muhammad, dkk (2022) tentang “Hubungan Pengetahuan Dengan Kepatuhan Diet Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe II” didapatkan hasil penelitian uji statistic chi-square dengan kemaknaan  $p = (\alpha \leq 0,01)$ . Artinya ada hubungan yang signifikan antara hubungan pengetahuan dengan kepatuhan diet pada pasien diabetes mellitus di RS. Wolter Mongisidi TK II Manado. Penelitian Nada Ishlahati Irning Putri (2021) tentang “Hubungan Antara

Pengetahuan Dan Sikap Dengan Upaya Kepatuhan Diet Pada Penderita Diabetes Mellitus Tipe 2 Di Surakarta” didapatkan hasil ada hubungan antara pengetahuan dan sikap dengan kepatuhan diet diabetes mellitus di Surakarta.

Untuk mencegah terjadinya komplikasi pada penderita diabetes melitus memiliki pengetahuan yang baik memungkinkan penderita dapat mengontrol dirinya dalam mengatasi masalah yang dihadapi dan mematuhi segala apa yang telah dianjurkan oleh petugas kesehatan seperti diet yang telah ditentukan untuk pasien diabetes melitus tersebut. 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 koagulasi darah (Supriyadi, 2017).

Dari latar belakang tersebut penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Pengaruh Tingkat Pengetahuan Terhadap Kepatuhan Diet Pada Penderita Diabetes Mellitus Tipe II Di Wilayah Kerja UPT Puskesmas Kayon Kota Palangkaraya Tahun 2023”.

## METODOLOGI

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kuantitatif dengan menggunakan desain penelitian cross sectional. Desain ini digunakan untuk mengetahui hubungan antara pengetahuan penderita diabetes mellitus tipe II dengan kepatuhan diet di wilayah kerja Puskesmas Kayon Kota Palangkaraya.

Populasi dalam penelitian ini adalah semua penderita diabetes mellitus tipe II di wilayah kerja UPT Puskesmas Kayon yang berjumlah 109 orang. Berdasarkan perhitungan dengan rumus Slovin, maka diperoleh besar sampel penelitian menjadi 52 responden. Sampel penelitian dikumpulkan dengan menggunakan teknik Purposive sampling.

Kuesioner yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner yang di adopsi dari penelitian Alfina Sofiah (2019) dengan jumlah pertanyaan 12 pertanyaan untuk pengetahuan lalu, dengan penjelasan tentang diabetes mellitus dan penatalaksanaan diet DM. Penilaian kuesioner ini menggunakan skala Guttman dengan jawaban “ya” dan “tidak”. Penilaian untuk setiap item pertanyaan nilai 1 untuk jawaban “benar” dan nilai 0 untuk jawaban “salah”. Kuesioner ini menjelaskan dua kategori yaitu baik dan tidak baik. Dikatakan baik apabila responden bisa menjawab pertanyaan  $\geq 50\%$ . Dikatakan tidak baik apabila responden bisa menjawab pertanyaan  $< 50\%$ . Dan kepatuhan diet Kuesioner ini terdiri dari 10 pertanyaan dengan penjelasan tentang jadwal makan, jenis makanan, dan jadwal makan. Penilaian kuesioner ini menggunakan skala Likert. Skor untuk setiap pernyataan positif yaitu “selalu” dengan skor 4, “sering” dengan skor 3, “jarang” dengan skor 2 dan “tidak pernah” dengan skor 1 sedangkan skor untuk setiap pertanyaan negatif yaitu, selalu” dengan skor 1, “sering” dengan skor 2, “jarang” dengan skor 3 dan “tidak pernah” dengan skor 4. Kuesioner ini menjelaskan dua kategori yaitu patuh dan tidak patuh. Dikatakan patuh apabila responden mendapat skor  $\geq 50\%$ . Dikatakan tidak patuh apabila responden mendapat skor  $< 50\%$  Jenis data yang digunakan adalah data primer dan sekunder. Data primer berupa Data primer berupa data hasil observasi dilapangan. Data sekunder berupa data-data pasien Puskesmas Kayon, buku, dan hasil penelitian yang terkait diabetes mellitus.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Karakteristik Responden

**Tabel I.** Karakteristik Responden Berdasarkan Umur

No	Umur	Jumlah	
		Total	Persentase (%)
1	20-30 Tahun	4	7.7
2	31-40 Tahun	14	26.9

3	41-50 Tahun	21	40.4
4	51-65 Tahun	13	25.0
<b>Jumlah</b>		<b>52</b>	<b>100.0</b>

Berdasarkan tabel I menunjukkan hasil penelitian yang dilakukan di Puskesmas Kayon, menunjukkan bahwa pasien diabetes mellitus tipe II lebih didominasi penderita yang paling banyak berumur dari 41-50 tahun yaitu sebanyak 21 responden (40.4%) dan yang paling sedikit berumur dari 20-30 Tahun yaitu sebanyak 4 responden (7.7%) .

**Tabel II.** Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

No	Jenis Kelamin	Jumlah	
		Total	Persentase (%)
1	Laki-laki	30	57.7
2	Perempuan	22	42.3
<b>Jumlah</b>		<b>52</b>	<b>100.0</b>

Berdasarkan tabel 2 menunjukkan hasil penelitian yang dilakukan di Puskesmas Kayon, bahwa pasien diabetes mellitus tipe II lebih di dominasi penderita paling banyak berjenis kelamin laki-laki yaitu sebanyak 30 responden (57.7%), dan yang paling sedikit yaitu perempuan sebanyak 22 responden (42.3%).

**Tabel III.** Karakteristik Responden Berdasarkan Pendidikan

No	Jenis Kelamin	Jumlah	
		Total	Persentase (%)
1	SD	4	7.7
2	SMP	6	11.5
3	SMA	24	46.2
4	D3	8	15.4
5	LAINNYA	7	13.5
6	TIDAK SEKOLAH	3	5.8
<b>Jumlah</b>		<b>52</b>	<b>100.0</b>

Berdasarkan tabel 3 menunjukkan hasil penelitian yang dilakukan di Puskesmas Kayon, bahwa pasien diabetes mellitus tipe II lebih di dominasi dengan tingkat Pendidikan paling banyak yaitu SMA sebanyak 24

responden (46,2%), dan yang paling sedikit Tidak sekolah sebanyak 3 responden (5.8%).

**Tabel IV.** Karakteristik Responden Berdasarkan Pendidikan

No	Jenis Kelamin	Jumlah	
		Total	Persentase (%)
1	Pegawai	12	23.1
2	Swasta	16	30.8
3	Pengusaha	6	11.5
4	IRT	6	11.5
5	Petani	3	5.8
6	Tidak Bekerja	9	17.3
	Jumlah	<b>52</b>	<b>100.0</b>

Berdasarkan tabel 4 menunjukkan hasil penelitian yang dilakukan di puskesmas kayon, bahwa penderita diabetes mellitus tipe II di dominasi oleh pekerjaan yang paling banyak adalah swasta sebanyak 16 responden (30.8%) dan yang paling sedikit pengusaha dan IRT sebanyak 6 responden (11.5%).

**Analisis Univariat**

**Tabel V.** Tabel Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Tingkat Pengetahuan Di wilayah Kerja Puskesmas Kayon

No	Pengetahuan	Jumlah	
		Total	Persentase (%)
1	Baik	36	69.2
2	Kurang	16	30.8
	Jumlah	<b>52</b>	<b>100.0</b>

Berdasarkan tabel 4.5 dapat diketahui distribusi frekuensi tingkat pengetahuan dari jumlah responden yang terkumpul 52 responden, terdapat sebanyak 36 responden (69.2%) yang berpengetahuan baik dan yang berpengetahuan kurang sebanyak 16 responden (30.8%).

**Tabel VI.** Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Kepatuhan Diet Diwilayah Kerja Puskesmas Kayon

No	Kepatuhan Diet	Jumlah	
		Total	Persentase (%)
1	Patuh	16	30.8
2	Tidak Patuh	36	62.2
	Jumlah	<b>52</b>	<b>100.0</b>

Berdasarkan tabel 4.6 dapat diketahui distribusi frekuensi kejadian hipertensi dari jumlah responden yang terkumpul 52 responden, yang tidak patuh terhadap diet diabetes mellitus sebanyak 36 orang (69.2%).

**Analisis Bivariat**

**Tabel VII.** Tabulasi Silang Hubungan Tingkat Pengetahuan Dengan Kepatuhan Diet Pada Penderita Diabetes Mellitus Tipe II Di wilayah Kerja Puskesmas Kayon

No	Tingkat Pengetahuan	Kepatuhan Diet				Total	Exact Sig (2-Sided)	
		Patuh		Tidak Patuh				
		f	%	f	%			
1	Baik	11	30.6	25	69.4	36	100.0	1,000 <sup>**</sup>
2	Kurang	5	31.3	11	68,8	16	100.0	
	Total	16	30.8	36	69.2	52	100.0	

Berdasarkan tabel 4.7 dari 52 responden menunjukkan bahwa responden dengan tingkat pengetahuan baik sebanyak 36 responden (%), dari responden yang patuh sebanyak 11 responden (30.6%), dan responden yang tidak patuh sebanyak 25 (69,4%). Dari responden yang berpengetahuan kurang sebanyak 16 responden (%) dari responden yang patuh sebanyak 5 responden (31.3%) dan yang tidak patuh sebanyak 11 responden (68.8%).

Berdasarkan hasil analisis uji statistic chi square diperoleh nilai p value = 1.000 > 0,05 yang artinya tidak ada hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan

dengan kepatuhan diet pada penderita diabetes mellitus tipe II di wilayah kerja Puskesmas Kayon.

## **PEMBAHASAN**

### **Tingkat Pengetahuan**

Penelitian yang telah dilakukan pada penderita diabetes melitus tipe II di wilayah kerja Puskesmas Kayon dan menunjukkan hasil penelitian pada 52 responden didapatkan 36 (69.2%) responden yang berpengetahuan baik dan 16 (30.8%) responden yang berpengetahuan kurang, didapatkan responden lebih didominasi berpengetahuan baik.

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, 2016). Sedangkan menurut Notoatmodjo, 2018 pengetahuan adalah merupakan hasil “tahu” dan ini terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Penginderaan terjadi melalui panca indra manusia, yakni indera penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa dan raba menurut Bachtiar yang dikutip dari. Pengetahuan sangat erat hubungannya dengan pendidikan, dimana diharapkan bahwa dengan pendidikan yang tinggi maka orang tersebut akan semakin luas pula pengetahuannya. Akan tetapi perlu ditekankan, bukan berarti seseorang yang berpendidikan rendah mutlak berpengetahuan rendah pula. Pengetahuan seseorang tentang suatu objek mengandung dua aspek yaitu aspek positif dan aspek negatif. Kedua aspek ini akan menentukan sikap seseorang, semakin banyak aspek positif dan objek yang diketahui, maka akan menimbulkan sikap positif terhadap objek tertentu.

Latar belakang pendidikan pada penelitian ini mayoritas responden SMA sebanyak 24 (46,2%) diketahui

pengetahuan responden yang baik dipengaruhi oleh banyak faktor, misalnya pendidikan, pengalaman, serta sarana informasi (Notoatmojo, 2018). Pengetahuan tidak hanya didapat secara formal melainkan juga melalui pengalaman, semakin banyak informasi yang dijumpai dan semakin banyak hal yang dikerjakan sehingga menambah pengetahuannya terutama terpaparnya informasi dari pendidikan informal dari petugas kesehatan mengenai penyakitnya. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Wiwin A Muhammad, dkk (2022) menyimpulkan bahwa faktor pendidikan merupakan salah satu variabel yang memiliki hubungan yang signifikan dengan pengetahuan penderita diabetes melitus.

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 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 faktor pendidikan dan usia responden dapat mempengaruhi pengetahuan seseorang. Karena Pendidikan yang dianggap 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 41 – 50 tahun yaitu berjumlah 21 responden (40,4%). 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). Hal tersebut dikarenakan penderita DM sering terlambat terdiagnosis dan baru terdiagnosis saat rentang usia tersebut. Selain itu juga 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 (Notoatmodjo, 2018). Berdasarkan karakteristik demografi jenis kelamin, penelitian ini didominasi oleh responden yang berjenis kelamin laki-laki yaitu berjumlah 30 responden (57,7%). Seperti yang dilakukan penelitian oleh Fonte VRV et al (2018) mengidentifikasi bahwa laki-laki memiliki tingkat pengetahuan yang lebih tinggi dibandingkan wanita. Hal ini disebabkan karena adanya perbedaan minat yang dimiliki dalam mendapatkan informasi, selain itu adanya ketidaksetaraan program berdasarkan jenis kelamin berkontribusi dalam pengetahuan. Tingkat pengetahuan yang tinggi pada laki-laki kemungkinan disebabkan karena tingkat ketertarikan laki-laki yang lebih tinggi terhadap kesehatan. Berdasarkan karakteristik demografi pekerjaan, penelitian ini didominasi oleh responden yang pekerjaannya swasta yaitu berjumlah 16 responden (30,8%). Hal tersebut dikarenakan lingkungan pekerjaan dapat membuat seseorang memperoleh pengalaman dan pengetahuan baik secara langsung maupun tidak langsung. Frekuensi kesakitan dan kematian terkait erat dengan jenis pekerjaan.

Hasil penelitian ini tidak terdapat adanya kesenjangan antara teori dan fakta. Hal ini disebabkan karna pengetahuan responden didukung dengan pendidikan

mayoritas SMA. Tingkat pendidikan yang tinggi akan mempengaruhi daya tangkap seseorang terhadap informasi yang diterima karena tingkat pendidikan ini menentukan mudah tidaknya seseorang menyerap dan memahami pengetahuan yang didapat. 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 41-50 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 penambahan pengetahuan yang diperoleh sebelumnya. Dan dilihat dari jenis kelamin tingkat pengetahuan yang tinggi pada laki-laki kemungkinan disebabkan karena tingkat ketertarikan laki-laki yang lebih tinggi terhadap kesehatan daripada perempuan. Serta dalam lingkungan pekerjaan juga dapat membuat seseorang memperoleh pengalaman dan pengetahuan baik secara langsung maupun tidak langsung. Frekuensi kesakitan dan kematian terkait erat dengan jenis pekerjaan. 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 Diet**

Berdasarkan hasil penelitian dapat diketahui bahwa dari total 52 responden sebagian besar responden mempunyai kepatuhan diet yang tidak patuh yaitu sebanyak 36 (69.2%) dan yang patuh sebanyak 16 (30.8%), didapatkan responden didominasi tidak patuh. Kepatuhan diet merupakan usaha yang dilakukan responden untuk mengatur porsi dan jenis makanan yang dikonsumsi. Kepatuhan diet yang paling tinggi pada jenis makanan karena makanan penderita diabetes mellitus sama dengan orang yang tidak diabetes mellitus, yaitu makanan dengan gizi seimbang (Sutrisno, 2012). 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 melitus 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). Hal yang serupa dari hasil penelitian yang dilakukan Ridianti (2010) menunjukkan kepatuhan paling banyak adalah kategori cukup, karena kepatuhan merupakan tahap pertama dari perubahan perilaku dimana tahap ini masih perlu pengawasan. Perencanaan makanan itu penting untuk mencegah hiperglikemia, hipoglikemia, dan mempertahankan keseimbangan metabolik.

Mayoritas responden pada penelitian ini berada pada rentang usia 41-50 tahun dengan jumlah responden 21 (40,4%) dan berlatar belakang pendidikan pada penelitian ini mayoritas responden SMA sebanyak 24 (46,2%) Kepatuhan diet dapat dipengaruhi oleh usia responden dan pendidikan, semakin tua usia dan semakin tinggi pendidikan seseorang maka lebih bijaksana dalam mencari memperoleh dan mengolah informasi yang diberikan kepadanya. Dengan demikian akan membentuk perilaku positif responden dalam menentukan tindakan untuk mengatasi penyakitnya seperti mengatur pola makan. Pengaruh kematangan usia dalam perilaku patuh semakin dewasa maka aspek psikologis dan mental seseorang serta kemampuan berpikir sudah matang, sehingga untuk berperilaku patuh menjadi lebih baik.

Berdasarkan karakteristik jenis kelamin, penelitian ini didominasi oleh responden yang berjenis kelamin laki-laki yaitu berjumlah 30 responden (57,7%). Hasil penelitian ini tidak sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Ressa Andriyani Utami (2020) bahwa tingkat kepatuhan melaksanakan protokol kesehatan

COVID berdasarkan jenis kelamin perempuan lebih patuh dibandingkan oleh laki-laki (Utami et al., 2020), lalu pada penelitian yang dilakukan oleh Ilham Mirzaya dikatakan bahwa masyarakat berjenis kelamin Wanita cenderung lebih mematuhi (Putra, 2020). Kejadian ini dapat didasari adanya perbedaan sifat pada setiap gender. Sedangkan karakteristik pekerjaan pada penelitian ini didominasi oleh responden yang pekerjaannya swasta yaitu berjumlah 16 responden (30,8%). Bekerja lebih patuh dibandingkan dengan yang tidak bekerja. Sementara itu, jumlah tertinggi untuk masyarakat yang bekerja sebagai wiraswasta/karyawan swasta. Jenis pekerjaan tersebut memiliki lingkungan pekerjaan yang kondusif dan mendukung dalam sikap kepatuhan sebab terjadi karena kebiasaan kepatuhan dalam bekerja.

Dari hasil penelitian didapatkan adanya kesenjangan antara teori dan fakta pada kepatuhan diet yang didapatkan adalah mayoritas responden tidak patuh. Hal ini dipengaruhi oleh faktor usia responden dengan mayoritas 41-50 Tahun, tidak patuh dalam pelaksanaan diet dikarenakan dalam melaksanakan program diet penderita diabetes mellitus sering mengabaikan pola konsumsi makanan yang telah dianjurkan petugas kesehatan. Selain itu jenis kelamin yang didominasi oleh laki-laki menjadi salah satu faktor tidak patuh sebab masyarakat berjenis kelamin wanita cenderung lebih mematuhi daripada laki-laki, sedangkan dalam hal pekerjaan dalam penelitian ini mayoritas swasta yang seharusnya memiliki kebiasaan patuh dalam bekerja tetapi hal itu tidak dapat memicu kepatuhan dalam pola kesehatan tetapi faktanya responden kurang patuh. Walaupun dalam penelitian ini responden mayoritas pendidikan tinggi ternyata hal tersebut tidak menjadi patokan kepatuhan masyarakat faktanya banyak presentase tidak patuh daripada patuh dalam mematuhi program diet penderita diabetes mellitus.



## Hubungan Tingkat Pengetahuan Dengan Kepatuhan Diet Pada Penderita Diabetes Mellitus Tipe II

Berdasarkan hasil penelitian yang didapatkan dengan analisis statistik chi square diperoleh nilai exact sig = 1,000 > 0,05 maka dapat disimpulkan tidak ada hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan dengan kepatuhan diet pada penderita diabetes mellitus tipe II di wilayah kerja Puskesmas Kayon.

Pengetahuan juga dipengaruhi oleh pengalaman, lingkungan dan sosial budaya. Pengalaman diperoleh dipersepsikan, diyakini, sehingga menimbulkan motivasi, niat untuk bertindak dan akhirnya menjadi perilaku kepatuhan. Penderita diabetes yang memiliki pengetahuan baik serta memiliki sikap positif dapat mencegah komplikasi penyakit diabetes. Oleh karena itu pengetahuan terhadap diet diabetes sangat penting untuk kedisiplinan dalam menjalankan pola hidup sehat dan terbebas dari komplikasi. Semakin baik pengetahuan seseorang maka semakin baik pula perilaku kesehatannya (Hassan, 2013). Hal ini juga didukung dengan penelitian Bistara (2018) menunjukkan bahwa kepatuhan penderita diabetes mellitus dalam menjalankan diet sebagian adalah baik. Kepatuhan diet diabetes mellitus mengandung arti bahwa penderita telah mengambil keputusan, meyakini dan menjalankan rekomendasi diet diabetes mellitus 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.

Hasil penelitian yang dilakukan di lapangan 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 koktail, minuman bersoda, minuman berenergi, dan alkohol. Oleh karena itu pentingnya kesadaran masyarakat untuk melakukan cek kadar gula darahnya dan melakukan olahraga dan bisa memilih makanan yang bisa

menyebabkan diabetes. Sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh melalui mata dan telinga. Pengetahuan membantu seseorang mengembangkan cakrawala berpikir 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 terdapat kesenjangan antara teori dan fakta karena menurut peneliti, salah satu yang dapat mempengaruhi kepatuhan seseorang adalah pengetahuan. Semakin baik pengetahuan seseorang akan patuh dalam pencegahan penyakit. Tetapi hasil dalam penelitian ini pengetahuan mayoritas baik tetapi masyarakat mayoritas tidak patuh. Penderita diabetes mellitus yang memiliki pengetahuan baik tentang diet diabetes mellitus menjadi faktor pendukung menuju perilaku kepatuhan dan mudah mengikuti anjuran dari petugas kesehatan. Pengetahuan mengenai manajemen diabetes merupakan komponen yang dibutuhkan untuk memperoleh kesuksesan dalam pengelolaan diabetes. Kepatuhan penderita diabetes mellitus sangat dipengaruhi oleh pengetahuan, dalam hal ini pengetahuan penderita tentang penyakit diabetes mellitus sangatlah penting karena pengetahuan ini akan membawa penderita diabetes mellitus untuk menentukan sikap, berpikir dan berusaha untuk tidak terkena penyakit atau dapat mengurangi kondisi penyakitnya. Apabila pengetahuan penderita diabetes mellitus baik, maka sikap terhadap diet diabetes mellitus semestinya dapat mendukung terhadap kepatuhan diet diabetes mellitus itu sendiri tetapi faktanya dalam penelitian ini masyarakat cenderung tidak patuh. Hasil penelitian ini tidak sejalan 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 ternyata perilaku yang didasari oleh pengetahuan akan lebih baik kepatuhannya 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 tidak sejalan dengan penelitian ini menunjukkan bahwa penderita diabetes mellitus yang memiliki pengetahuan diet baik sebagian besar kepatuhan dietnya juga baik. Hasil analisis didapatkan  $p$ -value 0,000 artinya ada hubungan antara pengetahuan dengan kepatuhan diet pada penderita diabetes mellitus, dengan tingkat keeratan 0,154 ( $0,00 < |r| \leq 0,20$ ) yang menunjukkan sangat rendah atau lemah sekali. Pengetahuan tentang penatalaksanaan diabetes mellitus bagi penderita diabetes mellitus 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 diabetes mellitus dapat mengembangkan perilaku hidup sehat dan terbebas dari komplikasi penyakit diabetes mellitus. Namun penderita diabetes yang berpengetahuan baik belum tentu memiliki sikap yang positif untuk mencegah komplikasi penyakit. Pengetahuan kurang tentang diet diabetes mellitus juga belum tentu menjadi penghambat timbulnya perilaku kepatuhan untuk tidak patuh mengikuti anjuran dari petugas kesehatan. Selain itu menurut asumsi peneliti tidak adanya hubungan pengetahuan responden dengan kepatuhan menjalankan diet diabetes mellitus menunjukkan bahwa pengetahuan yang dimiliki responden tidak cukup kuat untuk merubah perilaku hidup sehat melalui diet namun karena gaya hidup atau kebiasaan dalam mengatur pola makan yang masih tidak tepat. Selain itu faktor usia responden

juga sangat berpengaruh terhadap kepatuhan dikarenakan rentang usia 41-50 tahun masyarakat pada penderita DM sering terlambat terdiagnosis dan baru terdiagnosis saat rentang akhir usia tersebut. Dan juga 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. Faktor yang tidak kalah penting juga pekerjaan, hal tersebut dikarenakan lingkungan pekerjaan dapat membuat seseorang memperoleh pengalaman dan pengetahuan baik secara langsung maupun tidak langsung. Frekuensi kesakitan dan kematian terkait erat dengan jenis pekerjaan. Faktor-faktor lain yang berperan dalam meningkatkan kepatuhan diet selain faktor yang telah dibahas adalah persepsi, motivasi diri, kepercayaan diri, lama menderita diabetes melitus, dukungan keluarga dan petugas kesehatan.

## KESIMPULAN

Dari 52 responden dengan karakteristik seperti kategori umur 41-50 Tahun lebih banyak yaitu sebanyak 21 (40.4%), kategori jenis kelamin lebih didominasi laki-laki yaitu sebanyak 30 (57.7%), kategori tingkat pendidikan paling banyak yaitu SMA yaitu sebanyak 24 (46,2%), serta kategori pekerjaan paling banyak adalah swasta sebanyak 16 (30.8%). Tingkat pengetahuan responden diwilayah kerja Puskesmas Kayon Kota Palangka Raya mayoritas pada kategori baik yaitu sebanyak 36 responden (69.2%) dan Kepatuhan Diet yaitu terdapat 36 responden (69.2%) yang tidak patuh menjalankan diet diabetes mellitus tipe II. Tidak ada hubungan pengetahuan dengan kepatuhan diet responden dalam menjalankan diet diabetes mellitus tipe II diwilayah kerja Puskesmas Kayon didapatkan analisis uji statistic diperoleh nilai Exact Sig = 1.000 > 0,05, hal tersebut dikarenakan faktor yang berperan dalam meningkatkan kepatuhan diet adalah pendidikan pengetahuan, persepsi, motivasi diri, kepercayaan diri,

lama menderita diabetes melitus, dukungan keluarga dan petugas kesehatan. Diharapkan peneliti selanjutnya untuk mengkaji lebih dalam tentang variabel-variabel lain yang dapat berpengaruh terhadap kepatuhan diet pada penderita diabetes mellitus, misalnya dukungan keluarga terhadap menjalankan diet diabetes mellitus tipe II.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Puji syukur peneliti panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, karena atas berkat dan rahmat-Nya, peneliti dapat menyelesaikan Skripsi ini. Peneliti menyadari bahwa, tanpa bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak pada penyusunan Skripsi ini, sangatlah sulit bagi peneliti untuk menyelesaikan Skripsi ini. Oleh karena itu, peneliti mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang terlibat dan tidak bisa peneliti sebutkan satu persatu.

## REFERENSI

- Dinas Kesehatan, 2019.. Profil Kesehatan Provinsi Kalimantan Tengah. Kalimantan Tengah: Dinas Kesehatan Kota Palangkaraya.
- Dinas Kesehatan, 2021.. Profil Kesehatan Provinsi Kalimantan Tengah. Kalimantan Tengah: Dinas Kesehatan Kota Palangkaraya.
- Fadhli, R., Turcia, R. Y., & Ekaputri, M. 2022. Hubungan Tingkat Pengetahuan Dan Kepatuhan Diet Dengan Kadar Gula Darah Penderita Diabetes Mellitus Tipe II Di Poli Penyakit Dalam Rumah Sakit Sansani Pekanbaru. *Jurnal Ilmu Keperawatan (Journal of Nursing Sciences)*, 11, 178–188.
- Isnaini, N., & Ratnasari, R. 2018. Faktor risiko mempengaruhi kejadian Diabetes mellitus tipe dua. *Jurnal Kebidanan Dan Keperawatan Aisyiyah*, 14(1), 59–68. <https://doi.org/10.31101/jkk.550>
- Islahati, N. I. P. 2021. Hubungan Antara Pengetahuan Dan Sikap Dengan UpayaKepatuhan Diet Pada Penderita Diabetes Mellitus Tipe 2 DiSurakarta. *Hubungan Antara Pengetahuan Dan Sikap Dengan Upaya Kepatuhan Diet Pada Penderita Diabetes Mellitus Tipe 2 Di Surakarta*, 1–21.
- Kementrian Kesehatan RI, Hasil Utama Riskesdas Tentang Prevalensi Diabetes Mellitus di

Indonesia. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2018.

- Notoatmodjo. 2018. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta
- Perkeni, Konsensus Pengelolaan dan Pencegahan Diabetes Mellitus Tipe 2 di Indonesia. Jakarta: Perkumpulan Endokrinologi Indonesia, 2015.
- Restyana N.R. 2015. *Diabetes Mellitus Tipe 2*. Artikel. Medical Faculty. Lampung University.
- Riset Kesehatan Dasar. 2018. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, Kementerian Kesehatan Republik Indonesia
- Wiwin A Muhammad, Nelfa Fitria Takahepis, & Nurlela Hi Baco. 2022. Hubungan Pengetahuan Dengan Kepatuhan Diet Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe II. *Jurnal Rumpun Ilmu Kesehatan*, 2(1), 58–71. <https://doi.org/10.55606/jrik.v2i1.528>