

P-ISSN: 2774-4574 ; E-ISSN: 363-4582
TRILOGI, 5(3), Juli-Sep 2024 (417-426)
©2020 Lembaga Penerbitan, Penelitian,
dan Pengabdian kepada Masyarakat (LP3M)
Universitas Nurul Jadid Paiton Probolinggo
DOI: [10.33650/trilogi.v5i3.8921](https://doi.org/10.33650/trilogi.v5i3.8921)

TRILOGI
Jurnal Ilmu Teknologi, Kesehatan, dan Humaniora

Kepatuhan Diet pada Penyandang Diabetes Mellitus di Puskesmas Simpang IV Sipin Kota Jambi

Julia Saputri

Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Harapan Ibu, Jambi, Indonesia
juliasaputri290@gmail.com

Ani Astuti

Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Harapan Ibu, Jambi, Indonesia
astutiastuti89@gmail.com

Diah Merdekawati

Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Harapan Ibu, Jambi, Indonesia
zelvyeliva@gmail.com

Abstract

Diabetes mellitus has become a global health threat. Diabetes mellitus patients need to understand the importance of meal schedule consistency, food type, and caloric intake to prevent complications. Many factors influence dietary compliance in diabetes mellitus patients, including social support, information exposure, and comorbidities. This study aims to identify the factors associated with dietary compliance among diabetes mellitus patients. This is a quantitative study with a cross-sectional design. The population consisted of all diabetes mellitus patients visiting Simpang IV Sipin Health Center in 2021, totaling 1,543 patients. A sample of 91 respondents was selected using accidental sampling. The study was conducted from June 15 to July 12, 2023, at Simpang IV Sipin Health Center, Jambi City. Data were collected using questionnaires and analyzed univariately and bivariate using the chi-square statistical test. The univariate analysis results showed that most respondents had good social support, were exposed to information about diabetes mellitus diets, had comorbidities, and exhibited high dietary compliance. The bivariate analysis revealed a significant relationship between social support and comorbidities with dietary compliance, but no relationship was found between information exposure and dietary compliance in diabetes mellitus patients at Simpang IV Sipin Health Center, Jambi City.

Keywords: Diabetes mellitus; social support; comorbidities; dietary compliance.

Abstrak

Diabetes mellitus saat ini menjadi salah satu ancaman kesehatan global. Pasien diabetes mellitus perlu diberikan pemahaman tentang pentingnya keteraturan jadwal makan, jenis makanan, dan jumlah kalori yang dikonsumsi untuk mencegah komplikasi. Banyak faktor yang mempengaruhi kepatuhan diet diabetes mellitus, di antaranya dukungan sosial, paparan informasi, dan adanya penyakit penyerta. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan kepatuhan diet pada pasien diabetes mellitus. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain cross-sectional. Populasi penelitian adalah seluruh pasien diabetes mellitus yang berkunjung ke Puskesmas

Simpang IV Sipin pada tahun 2021, yang berjumlah 1.543 penderita. Sampel diambil menggunakan teknik accidental sampling, sebanyak 91 responden. Penelitian ini dilaksanakan pada 15 Juni hingga 12 Juli 2023 di Puskesmas Simpang IV Sipin, Kota Jambi. Pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner dan dianalisis secara univariat dan bivariat menggunakan uji statistik chi-square. Hasil analisis univariat menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki dukungan sosial yang baik, mendapatkan paparan informasi terkait diet diabetes mellitus, memiliki penyakit penyerta, dan memiliki tingkat kepatuhan diet yang tinggi. Hasil analisis bivariat menunjukkan adanya hubungan antara dukungan sosial dan penyakit penyerta dengan kepatuhan diet diabetes mellitus, namun tidak ditemukan hubungan antara paparan informasi dengan kepatuhan diet diabetes mellitus di Puskesmas Simpang IV Sipin, Kota Jambi.

Kata kunci: Diabetes mellitus; dukungan sosial; penyakit penyerta; kepatuhan diet.

1 Pendahuluan

Diabetes melitus merupakan penyakit kronis yang kompleks dan memerlukan perawatan medis berkelanjutan dengan strategi pengurangan risiko multi faktor di luar kendali glikemik (*American Diabetes Association*, 2019). Berbagai penelitian epidemiologi menunjukkan adanya kecenderungan peningkatan angka insidensi dan prevalensi diabetes mellitus tipe 2 di berbagai penjuru dunia (PERKENI, 2021)

Menurut *International Diabetes Federation* (IDF) pada tahun 2021 diabetes mempengaruhi sekitar 537 juta orang berusia 20-79 tahun di dunia. Populasi diabetes secara global diperkirakan akan meningkat menjadi 643 juta pada tahun 2030 dan 783 juta pada tahun 2045 (IDF, 2021).

Prevalensi di Indonesia menurut Data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018 menunjukkan bahwa data diabetes mellitus berdasarkan pemeriksaan darah pada umur ≥ 15 tahun pada tahun 2013 terdapat 6,9% kemudian meningkat pada tahun 2018 menjadi 8,5%, dengan prevalensi tertinggi yaitu 3,4% di DKI Jakarta dan provinsi jambi menempati urutan ke-5 dengan jumlah 1,4% dari jumlah penderita diabetes mellitus di seluruh Indonesia (Kemenkes RI, 2018). Prevalensi diabetes mellitus di Indonesia berdasarkan diagnosis dokter pada umur 15 tahun sebesar 2%. Angka ini menunjukkan peningkatan dibandingkan prevalensi diabetes melitus pada penduduk 15 tahun pada hasil Riskesdas 2013 sebesar 1,5%. Namun prevalensi diabetes melitus menurut hasil pemeriksaan gula darah meningkat dari 6,9% pada 2013 menjadi 8,5% pada tahun 2018. Angka ini menunjukkan bahwa baru sekitar 25% penderita diabetes yang mengetahui bahwa dirinya menderita diabetes (Kemenkes RI, 2021).

Diabetes Mellitus merupakan gangguan metabolik yang ditandai oleh hiperglikemia

(kenaikan kadar glukosa serum) akibat kurangnya hormon insulin, menurunnya efek insulin atau keduanya (Kowalak, 2020). Hiperglikemia yang berkepanjangan akan mempengaruhi sistem pembuluh atau pembuluh darah kecil pada mata, ginjal dan saraf serta arteri yang lebih besar mengarah pada percepatan terjadinya aterosklerosis. Diabetes mellitus juga merupakan penyebab kebutaan paling sering pada kelompok usia produktif, sehingga dibutuhkan pengelolaan yang baik bagi pasien (Rudy & Richard, 2018).

Menurut Konsensus Perkumpulan Endokrinologi Indonesia (PERKENI) tahun 2021, pengelolaan dan penatalaksanaan diabetes mellitus pada dasarnya terdiri atas empat bagian yaitu meliputi edukasi, terapi nutrisi medis (TNM) atau diet, latihan fisik dan terapi farmakologi.

Diet merupakan dasar dari penatalaksanaan diabetes mellitus. Pengaturan pola makanan menyesuaikan dengan kebutuhan kalori yang dibutuhkan oleh penderita diabetes (Kemenkes RI, 2020). Salah satu tujuan umum pada penatalaksanaan kepatuhan diet diabetes mellitus yaitu kadar glukosa darah menjadi normal (Ikatan Dokter Indonesia, 2015).

Kadar gula darah normal merupakan kepatuhan. Banyak faktor yang mempengaruhi kepatuhan diet diabetes mellitus, salah satunya yaitu dukungan sosial. Dukungan sosial sangat diperlukan oleh setiap manusia. Individu yang termasuk dalam memberikan dukungan sosial meliputi pasangan, orang tua, anak, sanak keluarga, teman, tim kesehatan, atasan dan konselor. Dukungan sosial mempengaruhi kesehatan (Setyawan, 2019).

Selain itu, beberapa faktor yang mempengaruhi keberhasilan/ kepatuhan diet adalah faktor penyakit (Sutrisna, 2017). Kalau sudah terjadi penyulit, usaha untuk menyembuhkan melalui pengontrolan kadar gula darah dan pengobatan penyakit tersebut kearah

normal sulit, kerusakan yang sudah terjadi umumnya akan menetap (Waspadji, 2017).

Berdasarkan hasil survey awal yang dilakukan kepada 10 responden yang memiliki kadar gula darah >200 mg/dl, 6 responden mengatakan tidak mengikuti aturan diet makanan yang telah diberikan oleh petugas kesehatan dengan kadar gula darah lebih tinggi yaitu ≥ 250 mg/dl dibandingkan yang mengikuti aturan diet yang rata-rata kadar gula darah 200-220 mg/dl dan 4 responden melakukan diet. Ke 6 responden tersebut mengatakan sering makan malam, makan dalam porsi besar dan kadang-kadang memakan makanan yang menjadi pantangan pasien diabetes mellitus. Terdapat 4 dari 6 responden yang tidak mengikuti aturan diet tersebut sudah mendapat paparan informasi namun informasi yang diberikan tidak mendalam dan hanya bersifat larangan dalam mengonsumsi makanan yang manis dan terdapat 5 responden tersebut mengatakan jarang diantarkan keluarga jika berobat ke Puskesmas dan teman tidak mengingatkan jika mengonsumsi makanan manis. Dari ke 10 responden yang menderita diabetes mellitus, terdapat 5 responden memiliki penyakit penyerta lain seperti hipertensi.

Berdasarkan latar belakang diatas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul "faktor-faktor yang berhubungan dengan kepatuhan diet diabetes mellitus di Puskesmas Simpang IV Sipin Kota Jambi".

2 Metode

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain penelitian *cross sectional* yang bertujuan untuk mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan kepatuhan diet diabetes mellitus di Puskesmas Simpang IV Sipin Kota Jambi Tahun 2023. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh pasien diabetes mellitus yang berkunjung ke Puskesmas Simpang IV Sipin pada Tahun 2021 sebanyak 1.543 penderita dan pengambilan sampel dilakukan dengan menggunakan teknik *accidental sampling* sebanyak 91 orang. Sampel dipilih sesuai dengan criteria inklusi dan eksklusi. Kriteria inklusinya yaitu pasien diabetes mellitus yang berkunjung ke Puskesmas Simpang IV Sipin Kota Jambi, pasien yang telah menderita diabetes mellitus ≥ 5 tahun dan penderita diabetes melitus tipe 2 yang tidak memiliki komplikasi akut serius (stroke, hipertensi, gangren/ulkus diabetikum, gagal ginjal kronis, *Congestive Heart Failure* (CHF)). Kriteria eksklusi

dalam penelitian ini yaitu pasien DM yang baru terdiagnosa DM. Penelitian ini sudah melalui uji etik pada lembaga etik Poltekkes Kemenkes Jambi yang berlaku selama kurun waktu 10 Juni 2023 s/d 10 Juni 2024 dengan No. LB.02.06/2/244/2023.

Instrumen penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan lembar kuesioner. Kepatuhan diet menggunakan instrument *Perceived dietary adherence questionnaire* (PDAQ), yang terdiri dari 9 pertanyaan. Sebagai alat ukur untuk penelitian kuesioner instrument *Perceived dietary adherence questionnaire* (PDAQ) telah dilakukan uji validitas dan realibititas didapatkan hasil bahwa nilai Cronbach's alpha sebesar 0,78 di Posbindu PTM Puskesmas Ulee Kareng. Pada variabel paparan informasi terdiri dari 2 pertanyaan dengan pilihan jawaban ya dan tidak. Kerahasiaan informasi, hasil pemeriksaan hanya disampaikan kepada responden dan untuk keperluan peneliti selama penelitian, dan hasil penelitian.

Penelitian ini telah dilakukan pada tanggal 15 Juni s/d 12 Juli Tahun 2023 di Puskesmas Simpang IV Sipin Kota Jambi. Pengumpulan data dilakukan dengan kuesioner dan hasil penelitian ini dianalisis secara univariat dan bivariat menggunakan uji statistik *chi-square*.

3 Hasil dan Pembahasan

Penelitian ini telah dilakukan di Puskesmas Simpang IV Sipin Kota Jambi dengan hasil yaitu :

Tabel 1. Analisa Univariat

Variabel	Jumlah Responden	Persentase (%)
Kepatuhan Diet		
Rendah	29	31.9
Tinggi	62	68.1
Dukungan Sosial		
Baik	49	53.8
Kurang Baik	42	46.2
Paparan Informasi		
Mendapatkan	89	97.8
Tidak Mendapatkan	2	2.2
Penyakit Penyerta		
Memiliki	58	63.7
Tidak Memiliki	33	36.3

Sumber: Terolah Tahun 2023

Berdasarkan tabel 1 diketahui bahwa terdapat 62 (68,1%) responden memiliki

kepatuhan diet tinggi, terdapat sebanyak 49 (53,8%) responden memiliki dukungan sosial baik, terdapat sebanyak 89 (97,8%) responden mendapatkan paparan informasi terkait diet diabetes mellitus dan terdapat 58 (63,7%) responden memiliki penyakit penyerta.

Tabel 2. Analisa Bivariat

Variabel	Kepatuhan Diet				P-Value
	Rendah		Tinggi		
	n	%	n	%	
Dukungan Sosial					
Kurang Baik	22	52,4	20	47,6	0,000
Baik	7	14,3	42	85,7	
Paparan Informasi					
Tidak	2	100	0	0	0,186
Mendapatkan	27	30,3	62	69,7	
Penyakit Penyerta					
Memiliki	4	6,9	54	93,1	0,000
Tidak	25	75,8	8	24,2	
Memiliki					

Berdasarkan tabel 2 diatas diketahui bahwa terdapat hubungan antara dukungan sosial ($p=0,000$) dan penyakit penyerta ($0,000$) dengan kepatuhan diet diabetes mellitus di Puskesmas Simpang IV Sipin Kota Jambi 2023, namun tidak terdapat hubungan antara paparan informasi dengan kepatuhan diet diabetes mellitus di Puskesmas Simpang IV Sipin Kota Jambi 2023 ($p=0,186$).

Penelitian ini sejalan dengan penelitian (Ramadhina, 2022) yang menunjukkan bahwa mayoritas responden patuh terhadap diet DM sebanyak 36 orang (54,5%). Penelitian (Delima, 2020) dipeoleh hasil bahwa sebagian besar responden patuh terhadap diet diabetes mellitus yaitu sebanyak 58,2% responden.

Diet merupakan dasar dari penatalaksanaan diabetes mellitus. Pengaturan pola makanan menyesuaikan dengan kebutuhan kalori yang dibutuhkan oleh penderita diabetes. Pengaturan pola makanan menyesuaikan dengan kebutuhan kalori yang dibutuhkan oleh penderita diabetes. Pengaturan meliputi kandungan, kuantitas, dan waktu asupan makanan (3 J – Jenis, Jumlah, dan Jadwal) agar penderita diabetes memiliki berat badan yang ideal dan gula darah dapat terkontrol dengan baik (Kemenkes RI, 2020). Diet juga merupakan pengaturan pola makan, konsumsi makan dan minuman yang dilarang, dibatasi jumlahnya, dimodifikasi atau diperoleh dengan jumlah tertentu untuk tujuan terapi penyakit yang diderita (Sandjaja, 2015).

Penatalaksanaan diabetes mellitus tipe 2 melalui 4 pilar pengelolaan yang meliputi

edukasi, diet, olah raga dan terapi pengobatan. Bagi orang yang menderita penyakit diabetes mellitus harus melaksanakan diet karbohidrat dengan cara 3 J: Jumlah, Jadwal, Jenis. Jika orang yang menderita penyakit diabetes mellitus tipe 2 tidak melaksanakan diet diabetes mellitus, kadar gula dalam darah menjadi sangat tinggi setelah makan dan turun bila sedang puasa (Arifin & Damayanti, 2018).

Kepatuhan diet sangat mempengaruhi dalam proses penyembuhan penyakit diabetes melitus, faktor yang mempengaruhi kepatuhan diet diantaranya adalah pengetahuan, sikap dan dukungan keluarga. Penderita DM perlu diberikan penekanan mengenai pentingnya keteraturan pola makan seperti jadwal makan, jumlah makanan dan jenis makanan. Penderita diabetes melitus sangat dianjurkan untuk makan secara teratur dengan porsi yang tepat, jadwal makan pada penderita diabetes melitus harus selalu diperhatikan, oleh karena itu penyandang diabetes melitus bisa makan sebanyak 6 kali, yaitu : 3 kali makan utama dan 3 kali makan selingan.

Jumlah makanan yang boleh dikonsumsi dalam sehari ditentukan oleh seberapa besar energi yang diperlukan oleh tubuh. Kebutuhan energi setiap orang berbeda-beda tergantung pada usia, jenis kelamin, aktifitas sehari-hari, serta kondisi atau kebutuhan khusus. Pada dasarnya penderita diabetes melitus boleh memakan semua jenis makanan penghasil energi, asalkan jumlahnya seimbang dan sesuai dengan kebutuhan tubuh. Untuk penderita diabetes melitus ada baiknya memilih jenis makanan dengan mempertimbangkan faktor indeks glikemik, karena setiap jenis makanan mempunyai kecepatan (efek langsung) terhadap kadar gula darah. Makanan dengan indeks glikemik tinggi sangat mudah dan cepat terurai menjadi gula kemudian masuk kedalam darah, contohnya : seperti gula, madu, sirup, roti, mie dan lain-lain.

Dari hasil penelitian di peroleh hasil yaitu sebanyak 31,9% responden mendapat skor 7 atau selalu mengkonsumsi makanan yang mengandung protein seperti telur sesuai anjuran dokter dan sebanyak 24,9% responden mengkonsumsi makanan yang banyak mengandung minyak / tinggi lemak seperti makanan siap saji, gorengan, usus dan hati dalam seminggu terakhir.

Lemak termasuk sumber energi terbesar yang dapat mengakibatkan obesitas. Sel-sel lemak pada obesitas akan menghasilkan zat adipositokin yang dapat menyebabkan resistensi terhadap insulin. Oleh karena terjadi resistensi

insulin mengakibatkan glukosa darah akan sulit masuk ke dalam sel sehingga kadar glukosa darah menjadi tinggi (Suiraoaka, 2012).

Untuk itu dibutuhkan kepatuhan diet pada penderita diabetes mellitus Tipe II. Kepatuhan diet diabetes mellitus dipengaruhi oleh beberapa factor yaitu salah satunya factor tingkat pendidikan responden. diketahui bahwa sebagian besar responden memiliki pendidikan terakhir SMA yaitu sebanyak 53 (58,9%) responden. Penelitian Isnaeni (2018) diperoleh sebanyak 57.7% subjek penelitian tergolong patuh terhadap diet dan sekitar 57.7% subjek memiliki tingkat pendidikan tinggi. Penelitian yang dilakukan oleh (Hestina, 2017) diperoleh pendidikan tinggi dengan kepatuhan tinggi sebanyak 61,1% responden.

Menurut teori yang dikemukakan oleh (Pakpahan, 2021) Pendidikan memberikan pengaruh besar pada perilaku masyarakat. Pendidikan sangat diperlukan dan sekolah merupakan sarana yang baik bagi pendidikan kesehatan serta merupakan perpanjangan tangan pendidikan kesehatan bagi keluarga. Oleh karena itu lingkungan sekolah, baik lingkungan fisik atau lingkungan sosial yang sehat, akan sangat memengaruhi terhadap perilaku sehat seseorang. Makin tinggi pendidikan seseorang semakin mudah menerima informasi sehingga semakin banyak juga pengetahuan yang dimiliki maka akan semakin patuh terhadap diet diabetes mellitus.

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa sebagian besar responden memiliki dukungan sosial dalam kategori baik. Penelitian ini sejalan dengan penelitian (Nuha, 2023) diperoleh hasil bahwa sebagian besar mendapatkan dukungan sosial dalam kategori baik. Penelitian yang dilakukan oleh (Khasanah, 2022)) menunjukkan bahwa sebagian besar mendapatkan dukungan sosial yang baik yaitu sebanyak 55 (53,92%) responden.

Dukungan sosial (*social support*) didefinisikan sebagai informasi verbal atau non verbal, saran, bantuan yang nyata atau tingkah laku yang diberikan oleh orang-orang yang akrab dengan subyek di dalam lingkungan sosialnya atau yang berupa kehadiran dan hal-hal yang dapat memberikan keuntungan emosional atau berpengaruh pada tingkah laku (Irwan, 2017).

Menurut (Sarafino, 2011) dukungan sosial mengacu pada pemberian kenyamanan pada orang lain, merawatnya atau menghargainya. Dukungan sosial dapat berupa informasi, bantuan, tingkah laku ataupun materi yang didapat hubungan sosial akrab yang membuat individu merasa diperhatikan bernilai dan dicintai.

Dukungan sosial bagian penting dalam manajemen diabetes, karena anggota keluarga, teman dapat ikut serta dalam banyak aspek aktivitas wajib perawatan kesehatan pasien. Dukungan sosial merupakan suatu bentuk dukungan keluarga baik secara material maupun non material yang diberikan kepada penderita diabetes mellitus tipe 2 dalam lingkungan masyarakat. Salah satu hal yang dapat dilakukan untuk mengatasi penderita diabetes yang melanggar diet adalah dengan cara keluarga yang memberikan dukungan secara psikologis. Dukungan psikologis yang diberikan oleh keluarga dan teman kepada pasien sangat mempengaruhi proses penyembuhan lewat pemberian perhatian, rasa dicintai, dihargai dapat menjadi dukungan yang besar untuk patuh dalam menjalankan diet. Dukungan psikologis yakni ditunjukkan dengan memberikan perhatian dan kasih peneliting pada anggota keluarga, memberikan rasa aman, membantu menyadari, dan memahami tentang identitas. Selain itu meminta pendapat atau melakukan diskusi, meluangkan waktu bercakap-cakap untuk menjaga komunikasi yang baik dengan intonasi atau nada bicara jelas, dan sebagainya (Asniar, 2023).

Pada hasil penelitian ditemukan bahwa sebanyak 39,6% responden tidak setuju bahwa responden dapat menceritakan masalah peneliti kepada teman- temannya dan sebanyak 61,5% responden setuju bahwa keluarga peneliti selalu berusaha untuk membantu peneliti. Kehadiran dari keluarga dalam perawatan pasien berpengaruh terhadap kondisi responden yang sedang sakit. Pasien diabetes mellitus membutuhkan perhatian dari sosial khususnya keluarga agar memiliki motivasi untuk melakukan pengendalian keehatan sehingga pasien diabetes mellitus cukup mendapat kekuatan untuk menjaga aktivitas diet (Sarafino, 2011).

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa hampir seluruhnya mendapatkan paparan informasi terkait diet diabetes mellitus. Penelitian ini sejalaan dengan penelitian (Trisnadewi, 2020) diperoleh dari hasil penelitian bahwa sebanyak 51 orang (63,8%) memperoleh sumber informasi dari petugas kesehatan. Penelitian juga dilakukan oleh (Handayani, 2017) diperoleh hasil bahwa sebagian besar mendapatkan paparan informasi yaitu sebanyak 95,8% responden.

Paparan informasi adalah salah satu yang berpengaruh terhadap tingkat pengetahuan. Pengetahuan merupakan hasil tahu dan ini terjadi setelah orang melakukan pengindraan terhadap suatu obyek tertentu, dari pengalaman dan

penelitian terbukti bahwa perilaku yang didasari oleh pengetahuan akan lebih langgeng dari pada perilaku yang tidak didasari oleh pengetahuan (Asriwati, 2019).

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa, sebagian besar subyek penelitian memiliki penyakit penyerta. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Siwi (2022) ia menyebutkan bahwa sebagian besar responden memiliki penyakit penyerta sebanyak 23 responden (76,67%).

Penyakit penyerta adalah kondisi dimana seseorang memiliki dua atau lebih penyakit pada saat bersamaan dengan penyakit lainnya. Teori yang di kemukakan oleh (ADA, 2019) menyebutkan bahwa 65% pasien DM meninggal karena penyakit jantung atau stroke, selain itu pasien DM dewasa juga berisiko 2-4 kali lebih besar terkena penyakit jantung dibandingkan pasien tanpa DM.

Pada pasien diabetes mellitus tipe 2 yang lama ≥ 10 tahun, dapat menjadi pencetus terjadinya hipertensi. Kondisi hiperglikemia dapat mengakibatkan rusaknya pembuluh darah. Rusaknya pembuluh darah ini terjadi pada beberapa proses diantaranya adalah stres oksidatif, aktivasi protein kinase C, dan reseptor *advanced glycated end product* (RAGE), sehingga dapat menyebabkan vasokonstriksi pada pembuluh darah, peradangan dan trombosis dapat menyebabkan hipertensi.

Berdasarkan hasil penelitian, peneliti berasumsi bahwa penyakit penyerta hipertensi ini disebabkan oleh kondisi hiperglikemia yang berkepanjangan sehingga dapat menyebabkan vasokonstriksi pada pembuluh darah dan menyebabkan hipertensi.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan antara dukungan sosial dengan kepatuhan diet diabetes mellitus di Puskesmas Simpang IV Sipin Kota Jambi Tahun 2023. Penelitian ini sejalan dengan penelitian (Sarpoooshi et al, 2021), hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan yang bermakna antara dukungan sosial dengan perilaku kepatuhan pasien DM ($p=0,031$).

Hasil penelitian sejalan dengan teori menurut (Niven, 2012) yang menyatakan bahwa faktor-faktor yang memengaruhi kepatuhan menjalani diet salah satunya adalah adanya dukungan sosial dalam bentuk emosional, waktu, uang yang diberikan oleh teman-teman di sekitar individu merupakan faktor penting untuk meningkatkan kepatuhan. Dukungan dari teman-teman dapat membantu mengurangi kecemasan yang disebabkan oleh penyakit tertentu, pasien dapat menghilangkan godaan pada

ketidakpatuhan dan dapat menjadi kelompok pendukung untuk mencapai perilaku kepatuhan.

Menurut (Sarafino, 2011) menyatakan bahwa dukungan sosial dapat memberikan kenyamanan, perhatian serta penghargaan yang diterima individu dari individu lain ataupun dari kelompok. Menurut (Efendi, 2013) bahwa dukungan sosial sangat berperan terhadap kepatuhan, yaitu pada klien dengan diabetes yang mendapatkan dukungan sosial akan memiliki percaya diri dan motivasi untuk sembuh. Seseorang dengan dukungan keluarga yang tinggi memungkinkan untuk lebih berhasil menghadapi dan menjalankan program diet dibandingkan dengan yang tidak memiliki dukungan. Hal ini dapat disebabkan karena diabetes mellitus merupakan penyakit kronik yang membutuhkan pengelolaan jangka panjang yang optimal. Sehingga, salah satu tantangan pengelolaan penyakit kronik, yaitu mempertahankan kepatuhan diet.

Dukungan sosial merupakan suatu bentuk dukungan keluarga baik secara material maupun non material yang diberikan kepada penderita diabetes mellitus tipe 2 dalam lingkungan masyarakat. Semakin baik dukungan sosial yang diberikan kepada penderita diabetes mellitus tipe 2, maka semakin tinggi kepatuhan diet pada penderita tersebut. Ini berarti dukungan sosial mempunyai peran penting dalam kepatuhan pasien dalam menjalani diet. Hasil analisis ini didukung dengan hasil penelitian Choirunnisa (2018) mengatakan bahwa dukungan keluarga memiliki andil yang sangat besar dalam meningkatkan kepatuhan pengobatan pasien melalui perannya. Peran keluarga yang baik juga merupakan motivasi atau dukungan yang ampuh dalam mendorong pasien untuk kontrol secara rutin sesuai aturan tenaga kesehatan.

Dukungan sosial adalah bagian penting dalam manajemen diabetes, karena anggota keluarga dan teman dapat ikut serta dalam banyak aspek aktivitas wajib perawatan kesehatan pasien. Salah satu hal yang dapat dilakukan untuk mengatasi penderita diabetes yang melanggar diet adalah dengan cara keluarga dan teman yang memberikan dukungan secara psikologis. Dukungan psikologis yang diberikan oleh keluarga dan teman kepada pasien sangat mempengaruhi proses penyembuhan lewat pemberian perhatian, rasa dicintai, dihargai dapat menjadi dukungan yang besar untuk patuh dalam menjalankan diet. Dukungan psikologis yakni ditunjukkan dengan memberikan perhatian dan kasih peneliting pada anggota keluarga, memberikan rasa aman, membantu menyadari, dan memahami tentang identitas. Selain itu

meminta pendapat atau melakukan diskusi, meluangkan waktu bercakap-cakap untuk menjaga komunikasi yang baik dengan intonasi atau nada bicara jelas, dan sebagainya.

Berdasarkan penjabaran diatas peneliti berasumsi semakin tinggi dukungan sosial yang baik pada pasien DM tipe II, maka akan semakin tinggi pula kepatuhan berobatannya. Sebaliknya, semakin rendah dukungan sosial keluarga maka semakin rendah pula tingkat kepatuhan berobatannya. Untuk itu dukungan sosial diharapkan agar kondisi pasien semakin membaik karena dengan adanya dukungan sosial pasien cenderung patuh dengan aturan diet yang dianjurkan oleh tenaga kesehatan. Pasien akan merasakan kualitas kesehatan maupun kualitas hidup yang meningkat pada saat patuh menjalani diet diabetes mellitus.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa tidak ada hubungan antara paparan informasi dengan kepatuhan diet diabetes mellitus di Puskesmas Simpang IV Sipin Kota Jambi. Penelitian ini sejalan dengan penelitian (Cantaro et al, 2016) diperoleh hasil bahwa tidak ada hubungan antara sumber informasi dan tingkat pengetahuan tentang diabetes pada pasien dengan tipe 2 diabetes dengan p-value 0,073. Penelitian (Febrianti, 2021) didapatkan hasil bahwa faktor dukungan informasi petugas kesehatan tidak berpengaruh terhadap kepatuhan penatalaksanaan diet dengan nilai p value > 0.05 yaitu p = 0.579.

Menurut teori yang di kemukakan oleh (Nugroho, 2021) menyatakan pengetahuan diet terhadap kepatuhan diet bisa saja dipengaruhi oleh seberapa sering melakukan konsultasi dengan tenaga kesehatan, dan penderita lainnya sehingga informasi yang didapatkan juga sudah banyak dari berbagai media maupun penyuluhan kesehatan yang diterima oleh individu. Kemudahan untuk memperoleh suatu informasi dapat membantu mempercepat seseorang memperoleh pengetahuan yang baru. Kepatuhan diet diabetes mellitus dengan tingkat pengetahuan diet diabetes mellitus. Pengetahuan dan paparan informasi terkait diet mempunyai pengaruh terhadap kepatuhan menjalani diet diabetes mellitus tipe II.

Pada paparan informasi diperoleh hasil bahwa hampir seluruhnya mendapatkan paparan informasi dari tenaga kesehatan. Menurut (Mailani, 2022) sebagai tenaga kesehatan harus mampu memberikan informasi yang spesifik yang dapat dipahami oleh pasien dan dapat diaplikasikan manajemen dirinya. Perawat, apoteker dan tenaga kesehatan lainnya juga memiliki fungsi yang sama dan diharapkan

dengan adanya komunikasi dan paparan informasi dapat terjalin rasa nyaman agar pasien dapat mengelola penyakit dan mengetahui dampak dalam kehidupan sehari-hari.

Berdasarkan penjabaran diatas peneliti berasumsi bahwa bila seorang pasien mempunyai paparan informasi dan pengetahuan yang baik tentang risiko terjadinya komplikasi diabetes, maka pasien akan dapat memilih alternatif yang terbaik bagi dirinya dan cenderung memperhatikan hal-hal yang penting tentang perawatan diabetes melitus seperti pasien akan melakukan pengaturan pola makan yang benar. Namun dalam penelitian ini, hampir seluruhnya mendapatkan paparan informasi terkait diet diabetes mellitus, yang artinya walaupun sudah mendapatkan banyak paparan informasi masih ada responden yang tidak patuh terhadap diet hal ini dikarenakan faktor lain yang mempengaruhi kepatuhan diet, sehingga paparan informasi tidak berkaitan erat dengan kepatuhan diet pada penderita diabetes mellitus.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan antara penyakit penyerta dengan kepatuhan diet diabetes mellitus di Puskesmas Simpang IV Sipin Kota Jambi Tahun 2023 dengan nilai p-value 0,000.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Akrom, 2019) diperoleh hasil bahwa rata-rata pasien diabetes mellitus dengan hipertensi mengalami kepatuhan yang tinggi. Diabetes mellitus mempunyai resiko untuk terjadinya penyakit jantung dan pembuluh darah otak dua kali lebih besar dan lima kali lebih mudah menderita ulkus/gangren, tujuh kali lebih mudah mengidap gagal ginjal terminal dan dua puluh kali mengalami kebutaan akibat kerusakan retina daripada pasien non DM. Kalau sudah terjadi penyulit, usaha untuk menyembuhkan melalui pengontrolan kadar gula darah dan pengobatan penyakit tersebut kearah normal sulit, kerusakan yang sudah terjadi umumnya akan menetap (Waspadji, 2017).

Penyakit penyerta terbanyak adalah hipertensi. Diabetes melitus dan hipertensi memiliki beberapa mekanisme patofisiologis yang sama, yakni: aktivasi sistem renin angiotensin aldosteron yang tidak memadai; stres oksidatif akibat produksi berlebihan spesies oksigen reaktif; peradangan; gangguan vasodilatasi yang dimediasi insulin; peningkatan aktivasi sistem saraf simpatis; disfungsi respon sistem imun adaptif dan bawaan penanganan natrium ginjal yang abnormal. Obesitas dan peningkatan adipositas visceral merupakan faktor patogenisitas utama di balik koeksistensi diabetes melitus dan hipertensi. Peradangan

kronis tingkat rendah dan stres oksidatif dalam jaringan adiposa menyebabkan peningkatan produksi angiotensinogen dan angiotensin II yang mengakibatkan aktivasi jaringan dan hipertensi (Lestra, 2014).

Pasien DM biasanya diikuti dengan penyakit penyerta, hal ini secara tidak langsung akan memengaruhi jumlah obat yang dikonsumsi dan program diet yang dilakukan sehingga pengobatan menjadi lebih kompleks. Pasien dengan penyakit kronis lebih patuh dengan pelaksanaan diet dibandingkan dengan pasien yang tidak memiliki komplikasi. Secara umum apabila regimen pengobatan pasien semakin kompleks maka semakin kecil kemungkinan pasien untuk mematuhi diet yang diberikan (Coleman et al, 2012). Berdasarkan penjabaran di atas peneliti berasumsi adanya penyakit penyerta pada pasien DM tipe II, maka akan semakin tinggi pula kepatuhan diet. Sebaliknya, tidak adanya penyakit penyerta maka rendah pula tingkat kepatuhan berobatannya. Selain itu faktor dukungan tenaga kesehatan sangat diperlukan untuk meningkatkan kepatuhan, misalnya dengan adanya komunikasi. Hal ini sesuai dengan teori yang ada, dimana petugas kesehatan merupakan orang pertama yang mengetahui tentang kondisi kesehatan penderita sehingga mereka memiliki peran yang besar dalam menyampaikan informasi mengenai kondisi kesehatan dan hal-hal yang harus dilakukan oleh penderita untuk proses kesembuhannya (Hestiana, 2017)

4 Kesimpulan

Kepatuhan diet diabetes mellitus di Puskesmas Simpang IV Sipin Kota Jambi berhubungan erat dengan dukungan sosial dan penyakit penyerta. Sebaiknya pihak puskesmas khususnya petugas kesehatan sebagai ujung tombak pelayanan kesehatan masyarakat perlu mengadakan penyuluhan lebih lanjut mengenai pengaturan makan meliputi jumlah, jenis makanan, dan jadwal makan. Bagi Pasien Diabetes Mellitus, diharapkan bagi pasien diabetes mellitus agar senantiasa menjaga kepatuhan diet seperti menurunkan berat badan, memberikan keuntungan psikologis dan menghambat serta memperbaiki faktor risiko penyakit kardiovaskuler yang banyak terjadi pada penderita diabetes mellitus dan mengontrol gula darah. Bagi Peneliti Selanjutnya, bagi peneliti lain yang hendak melakukan penelitian serupa, diharapkan meneliti variabel lain.

5 Referensi

- Akrom (2019). Adherence and quality of life among diabetic patients with hypertension. *International Journal of Public Health Science (IJPHS)* Vol. 8, No. 1, March 2019, pp. 14~19
- American Diabetes Association, (2019). Standards of medical care in diabetes-2019. [online] Clinical and applied research and education, USA: America Diabetes Association.
- Arifin, & Damayanti, S. (2018). Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kepatuhan Dietdiabetes Melitus Tipe 2 di Poli Penyakit Dalam RSUP Dr. Soeradji Tirtonegoroklaten. *Jurnal Keperawatan Respati*, 2(2), 54–66. Diambil dari <http://nursingjurnal.respati.ac.id/index.php/JKRY/Article/View/174>
- Asniar. (2023). HUBUNGAN DUKUNGAN KELUARGA DENGAN KEPATUHAN DIET PASIEN DIABETES MELLITUS TIPE 2 DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS MALAKA KECAMATAN LALABATA KABUPATEN SOPPENG. *JIMPK : Jurnal Ilmiah Mahasiswa & Penelitian Keperawatan Volume 3 Nomor 5*, 2023
- Asriwati (2019). *Buku Ajar Antropologi Kesehatan dalam Keperawatan*. Yogyakarta : Deepublish Publisher
- Cantaro et al (2016). Association between information sources and level of knowledge about diabetes in patients with type 2 diabetes. 2173-5093/© 2016 SEEN. Published by Elsevier Espana, ~ S.L.U. All rights reserved
- Coleman CI, Limone B, Sobieraj DM, Soyon L, Roberts MS, Kaur R. (2012). Dosing frequency and medication adherence in chronic disease. *Journal of Managed Care.*; (18)7:527-39. <https://doi.org/10.18553/jmcp.2012.18.7.527>
- Delima (2020). Faktor Yang Berhubungan Dengan Kepatuhan Diet Diabetes Mellitus Pada Pasien Diabetes Mellitus Di Rsud Kota

- Kendari Tahun 2018. Jurnal Gizi dan Kesehatan Indonesia. Vol1, No.1
- Efendi, dan Makhfudli. (2013). Keperawatan Kesehatan Komunitas Teori dan Praktik dalam keperawatan. Jakarta : Salemba medika
- Febriyanti (2021). Faktor Yang Berhubungan Dengan Kepatuhan Pasien Diabetes Melitus Dalam Diit. Jurnal Menara Medika Vol 3 No 2 Maret 2021
- Handayani (2017). Hubungan Tingkat Pengetahuan Dandukungan Keluarga Terhadap Kepatuhan Diet Pasien Diabetes Mellitus Di Klinik Bhakti Husada Purwakarta. *Journal of Holistic and Health Sciences* Vol. 1, No. 1, Januari - Juni 2017
- Herman (2022). Pendidikan Kesehatan Peningkatan Pengetahuan dan Kepatuhan Diet Pasien Diabetes Mellitus. Pekalongan : PT Nasya Exoanding Management
- Hestiana, Dita Wahyu. (2017). "Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kepatuhan Dalam Pengelolaan Diet pada Penderita Rawat Jalan Diabetes Mellitus Tipe 2 Di Kota Semarang". *Journal of Health* 2 (2): 138-145
- Hurst, Marlene. (2016). Keperawatan Medikal Bedah. Jakarta : EGC
- IDF. (2021). Diabetes Worldwide In 2021. In Interntional Diabetes Federation. https://Diabetesatlas-Org.Translate.Goog/?_X_Tr_Sl=En&_X_Tr_Tl=Id&_X_Tr_Hl=Id&_X_Tr_Pto=Sc
- Ikatan Dokter Indonesia. (2015). Konsensus Nasional Pengelolaan Diabetes Melitus Tipe-2 Pada Anak Dan Remaja. Jakarta : UKK Endokrinologi Anak dan Remaja
- Irwan. (2017). Etika dan Perilaku Kesehatan. Yogyakarta : CV. Absolute Media
- Isnaeni (2018). Tingkat Pendidikan, Pengetahuan Gizi Dan Kepatuhan Diet Pada Pasien Diabetes Mellitus (Dm) Rawat Jalan Di Rsud Karanganyar. *MPPKI (Mei, 2018)* 40-45 Vol. 1. No. 2
- Kemenkes RI. (2018). Hasil Utama Riskesdas 2018. Jakarta: Kemenkes Ri
- Kemenkes RI. (2020). Tata Laksana Diabetes Melitus Tipe 2 Dewasa. Jakarta : Kemenkes RI
- Khasanah (2022). Hubungan Dukungan Keluarga Terhadap Kepatuhan Penatalaksanaan Pengelolaan Diabetes Mellitus Pada Lansia Klub Prolanis Di Puskesmas Kecamatan Ciracas Jakarta Timur. *Indonesian Journal of Nursing Sciences and Practice*, Vol.3, No.1
- Kowalak (2020). Buku Ajar Patofisiologi. Alih bahasa Oleh. Andry Hartono. Jakarta: EGC
- Lastra, G., Syed, S., Kurukulasuriya, L. R., Manrique, C., & Sowers JR. (2014). Type 2 diabetes mellitus and hypertension: An Updat *Endocrinol Metab Clin North Am.* 2014;43(1):103-122
- Mailani (2022). Pengetahuan, Self-Management dan Self Efficacy. Indramayu : CV Adanu Abimata
- Niven. (2012). Psikologi Kesehatan : Pengantar untuk perawat dan tenaga kesehatan profesional lain. Jakarta: EGC
- Nugroho. (2021). Diabetes Self Management Education (DSME) . Bandung : Media Sains Indonesia
- Nuha (2023). Hubungan Antara Dukungan Sosial Keluarga Dan Motivasi Dengan Kepatuhan Berobat Pasien Diabetes Mellitus (Dm) Tipe Ii Di Wilayah Kerja Puskesmas X Gresik. *Jurnal Psikologi Poseidon* Volume 6, Nomor 1, 2023
- Pakpahan (2021). Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan. Jakarta : Yayasan Kita Menulis
- PERKENI. (2021). Pedoman Pengelolaan Dan Pencegahan Diabetes Melitus Tipe 2 Dewasa Di Indonesia (1st Ed.). Pb. Perkeni. <https://Pbperkeni.Or.Id/Unduhan>
- Ramadhina (2022). Kepatuhan Diet Diabetes Melitus (Dm) Dengan Kadar Glukosa Darah Pada Pasien Dm Di Rs Islam Sultan Agung Semarang. *Jurnal Ilmiah Sultan Agung*

- Universitas Islam Sultan Agung Semarang,
10 September 2022 Issn: 2963-2730
- Rudy, Bilous MD & Donnelly, Richard MD. (2018).
Buku pegangan diabetes. Edisi ke 4.
Jakarta: Bumi Medika
- Sandjaja, (2015). Kamus Gizi. Jakarta : Penerbit
Kompas
- Sarafino, Edward.P., & Smith, Timothy. (2011).
Health Psychology Biopsychosocial
Interactions: Stress, Biopsychosocial
Factors, and Illness. 7th Edition. Canada:
John Wiley & Sons, Inc
- Sarpooshi et al (2021). The relationship between
social support and self-care behavior in
patients with diabetes mellitus. Family
Medicine & Primary Care Review 2021;
23(2). Vol.3, No.2
- Setyawan. (2019). Pendekatan Pelayanan
Kesehatan Dokter Keluarga. Malang :
Zifatama Jawara
- Sudoyo Aru. W. (2017). Buku Ajar Ilmu Penyakit
Dalam Jilid I. Vi. Jakarta: Interna
publishing
- Suiraoaka, I. (2012). Penyakit degenerative
(Mengenai, Mencegah dan Mengurangi
Faktor Resiko 9 Penyakit Degeneratif).
Yogyakarta: Nuha Medika
- Sutrisna. (2017). Dasar-Dasar Terapi Rasional.
Surakarta : Muhamadiyah University Press
- Trisnadewi (2020). Gambaran Pengetahuan
Pasien Diabetes Mellitus (Dm) Dan
Keluarga Tentang Manajemen Dm Tipe 2.
Jurnal Wira Medika, Vol.2, No.1
- Waspadji. (2017). Ilmu Penyakit Dalam jilid II.
Jakarta: Penerbit FKUI