

KEPATUHAN DIET PADA PASIEN DIABETES MELITUS RAWAT INAP DI RUMAH SAKIT UMUM DAERAH KOTA MAKASSAR TAHUN 2022

Elyanovianti^{1*}, Andi Asliana Sainal², Firdaus Fitra Ramadhan³

Program Studi S1 Kesehatan Masyarakat, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Yapika Makassar^{1,2,3}

*Corresponding Author : elya151196@gmail.com

ABSTRAK

Diabetes melitus (DM) adalah penyakit *Degenerative* pada sistem metabolisme yang ditandai dengan kenaikan kadar gula darah. Modifikasi diet adalah salah satu strategi dalam perencanaan perubahan pola makanan biasa (normal) untuk penyandang diabetes melitus. Penerapan perencanaan diet mungkin terlihat mudah, namun kenyataannya banyak penderita diabetes melitus yang mengalami kesulitan. Salah satu faktor yang mengganggu adalah pola makan yang tidak tepat dapat berkontribusi pada kegagalan dalam pengelolaan kondisi ini. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran kepatuhan diet pasien diabetes melitus pada pasien Diabetes Melitus rawat inap di RSUD Kota Makassar. Desain penelitian ini menggunakan penilaian deskriptif dengan metode survey di RSUD Kota Makassar. Populasi dalam penelitian ini adalah pasien diabetes melitus yang sedang di rawat inap di RSUD Kota Makassar sebanyak 24 orang dengan menggunakan teknik penentuan total sampling, dimana seluruh jumlah populasi dijadikan sebagai sampel penelitian. Hasil penelitian diperoleh peneliti dari data kepatuhan diet dari hasil wawancara dan recall 24 jam yang dilakukan selama tiga hari. Analisis recall diolah menggunakan nutrisurvey. Analisis data diolah secara deskriptif. Hasil penelitian menunjukkan kepatuhan responden berdasarkan jumlah makanan sebanyak 3.5%, untuk jenis makanan 50.0%, untuk jadwal makanan 54.2%, sedangkan persentase responden yang tidak patuh berdasarkan jumlah makanan sebanyak 62.5%, untuk jenis makanan 50.0%, dan untuk jadwal makanan 45.8%. Hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa sebagian besar responden tidak patuh terhadap jumlah makanan dan jenis makanan. Petugas kesehatan diharapkan menyusun strategi dan upaya penerapan perencanaan asupan makanan yang baik disesuaikan dengan kondisi pasien dan untuk meningkatkan edukasi tentang kepatuhan diet pada pasien diabetes .

Kata kunci : diabetes melitus, kepatuhan diet

ABSTRACT

Diabetes mellitus (DM) is a degenerative disease of the metabolic system characterized by increased blood sugar levels. Diet modification is one strategy in planning changes in normal eating patterns for people with diabetes mellitus. Implementing diet planning may seem easy, but in reality many people with diabetes mellitus experience difficulties. This study aims to determine the description of dietary compliance of diabetes mellitus patients in hospitalized Diabetes Mellitus patients at the Makassar City Hospital. The design of this study uses a descriptive assessment with a survey method at the Makassar City Hospital. The population in this study were 24 patients with diabetes mellitus who were being treated at the Makassar City Hospital using a total sampling technique, where the entire population was used as a research sample. The results of the study were obtained by researchers from dietary compliance data from interviews and 24-hour recalls conducted for three days. Recall analysis was processed using nutrisurvey. Data analysis was processed descriptively. The results showed that respondent compliance based on the amount of food was 3.5%, for the type of food 50.0%, for the food schedule 54.2%, while the percentage of respondents who were not compliant based on the amount of food was 62.5%, for the type of food 50.0%, and for the food schedule 45.8%. The results of the study can be concluded that most respondents were not compliant with the amount of food and type of food. Health workers are expected to develop strategies and efforts to implement good food intake planning adjusted to the patient's condition and to improve education about dietary compliance in diabetes patients.

Keywords : diet compliance, diabetes mellitus

PENDAHULUAN

Diabetes melitus (DM) adalah penyakit *Degenerative* pada sistem metabolisme yang ditandai dengan kenaikan kadar gula darah. Laporan *World Health Organization (WHO)* dan *International Diabetes Federation (IDF)* menunjukkan bahwa jumlah penderita diabetes melitus (DM) di seluruh dunia meningkat pesat, terutama pada tahun 2021. Data menunjukkan 537 juta orang dewasa menderita diabetes pada tahun 2021, dan diperkirakan akan meningkat menjadi 643 juta pada tahun 2030 dan 783 juta pada tahun 2045 (Gambaran global - IDF DIABETES ATLAS - Rak Buku NCBI n.d.) Data berasal dari *International Diabetes Federation (IDF)* pada tahun 2021, prevalensi diabetes melitus di Indonesia diperkirakan mencapai 19,5 juta orang, menjadikannya negara dengan jumlah penderita diabetes terbesar kelima di dunia. yang juga memperkirakan prevalensi ini akan terus meningkat hingga 28,6 juta pada tahun 2045 (Gambaran global - IDF DIABETES ATLAS - Rak Buku NCBI n.d.).

Laporan Kementerian Kesehatan (Kemenkes) RI tahun 2021 di RSUD Kota Makassar mengenai diabetes melitus (DM) menunjukkan bahwa DM menduduki posisi kedua sebagai penyakit terbanyak, dengan 7.982 kasus (43,51%). Prevalensi DM yang terdiagnosis bervariasi di seluruh wilayah, termasuk di Kota Makassar, dengan peningkatan rata-rata prevalensi penderita DM yang terdiagnosis di tingkat kabupaten dari 6,3% pada tahun 2004 menjadi 8,3% pada tahun 2021 (Kemenkes RI 2021). Berdasarkan pola pertumbuhan penduduk, pada awal tahun 2020 jumlah penduduk di Indonesia yang berusia di atas 20 tahun sekitar 178 juta jiwa dan akan terjadi kenaikan prevalensi kejadian Diabetes Melitus (DM) sekitar 8,2 juta jiwa (Giajati and Kusumaningrum 2020).

Menurut giajati, modifikasi diet adalah salah satu strategi untuk merencanakan perubahan dalam pola makanan normal pada pasien diabetes. Perubahan dalam pola pemberian makan yang konsisten akan meningkatkan atau mengurangi nilai energi, membatasi jenis kandungan makanan, komposisi nutrisi (protein, lemak, karbohidrat, cairan, dan nutrisi lainnya) dan mengubah jumlahnya (Giajati and Kusumaningrum 2020). Diet ini didasarkan pada jenis pemilihan makanan yang tepat, dan persiapan asupan makanan untuk orang dengan DM termasuk karbohidrat, lemak, protein, buah -buahan dan sayuran. Hasil dari penelitian Khasanah, dkk menunjukkan jenis makanan sudah banyak melakukan diet dengan tepat jenis yaitu sebanyak 36 atau 70,6% (Khasanah, Ridlo, and Putri 2021).

Menurut Khasanah, dkk dalam merancang susunan menu untuk perencanaan makan, kerjasama dengan seorang ahli gizi akan membantu menghasilkan pilihan yang lebih mendekati kebiasaan makan sehari-hari. Menu tersebut akan sederhana, bervariasi, mudah dilaksanakan, seimbang, dan disesuaikan dengan kebutuhan individu (Khasanah, Ridlo, and Putri 2021) Jadwal makan yang tepat adalah selang waktu yang baik 3 jam antara makanan utama dan makanan selingan. Waktu makan utama ditentukan pada pukul 07:00, 12:00, dan 18:00, sedangkan makanan selingan dapat diambil pada pukul 09:00 dan 15:00. Pengaturan pola makan seperti ini sangat penting bagi penderita diabetes melitus (DM). Dengan membagi waktu makan menjadi porsi kecil namun lebih sering, karbohidrat dapat dicerna dan diserap dengan lebih lambat dan stabil (Khasanah, Ridlo, and Putri 2021).

Selain itu, metode recall 24 jam adalah teknik yang digunakan untuk mencatat jenis dan jumlah makanan yang dikonsumsi seseorang dalam periode 24 jam terakhir. Dengan menggunakan metode ini, kita dapat mengidentifikasi pola dari asupan gizi harian individu, baik makronutrien maupun mikronutrien. Konsistensi dalam asupan gizi harian dapat lebih jelas terlihat ketika metode ini diterapkan secara berulang (Giajati and Kusumaningrum 2020). Adapun pasien diabetes melitus yang sedang dirawat inap di RSUD Kota Makassar sebanyak 24 orang. Berdasarkan uraian latar belakang di atas mengingat betapa pentingnya kepatuhan diet pada pasien diabetes mellitus untuk menunjang keberhasilan perawatannya di rumah sakit.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran kepatuhan diet pasien diabetes melitus pada pasien Diabetes Melitus rawat inap di RSUD Kota Makassar.

METODE

Penelitian ini menggunakan deskriptif dengan metode survey yang menggambarkan ciri-ciri populasi atau fenomena yang diteliti. Sehingga metode penelitian yang satu ini fokus utamanya adalah menjelaskan objek penelitian. Data kepatuhan diet diperoleh peneliti dari hasil wawancara dan *recall* 24 jam. Penelitian ini dilaksanakan di RSUD Kota Makassar pada bulan Juni-Juli tahun 2022. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh pasien diabetes melitus rawat inap yang ada di RSUD Kota Makassar sebanyak 24 pasien. Banyaknya sampel pada penelitian ini menggunakan teknik *total sampling* yaitu 24 sampel.

HASIL

Pengumpulan data dilakukan di kantor RSUD Kota Makassar dan berlangsung selama kurang lebih 4 minggu terhitung dari bulan juni sampai Juli 2022. Wawancara dan recall 24 jam yang dilakukan selama tiga hari . Mengenai mengetahui hubungan diet dengan asupan makanan pasien diabetes melitus pada rawat inap di RSUD Kota Makassar.

Analisis Univariat

Tabel 1. Distribusi Responden

Karakteristik		Frequency	Percent
Jenis Kelamin	Laki-laki	10	41,7
	Perempuan	14	58,3
Umur	< 45 tahun	8	33,3
	> 45 tahun	16	66,7
Pekerjaan	Buruh	5	20,8
	Ibu rumah tangga	6	25,0
	Pensiun	3	12,5
	Karyawan Swasta	7	29,2
	PNS	3	12,5

Berdasarkan tabel 1, menunjukkan bahwa lebih dari separuh responden berjenis kelamin perempuan (58,3%), kurang dari separuh responden memiliki umur >45 tahun (66,7%) dan berdasarkan pekerjaan yaitu buruh sebanyak 5 orang (20,8%), ibu rumah tangga sebanyak 6 orang (25,0%), pensiunan sebanyak 3 orang (12,5%), karyawan swasta 7 orang (29,2%), PNS sebanyak 3 orang (12,5%).

Distribusi Responden Berdasarkan pernyataan Pasien Diabetes Melitus RSUD Kota Makassar

Berdasarkan tabel 2, diketahui bahwa sebagian besar responden (62,5%) tidak patuh terhadap jumlah makanan sesuai diet pasien Diabetes Melitus di RSUD Kota Makassar Tahun 2022. Pasien dengan kepatuhan jenis makan sesuai standar diet penderita diabetes melitus di RSUD Kota Makassar Tahun 2022 mempunyai jumlah yang sama pada kategori patuh dan tidak patuh yaitu (50,0%). Sedangkan kepatuhan berdasarkan jadwal makanan menunjukkan bahwa sebagian besar responden (54,2%) patuh terhadap jadwal makanan sesuai diet pasien diabetes melitus di RSUD Kota Makassar Tahun 2022.

Tabel 2. Distribusi Responden Berdasarkan Pernyataan Pasien Diabetes Melitus RSUD Kota Makassar Dalam Penelitian Ini Mencakup Variable yang Diteliti

	Variabel Penelitian	Frequency	Percent
Jumlah Makanan	Patuh	9	37,5
	Tidak Patuh	15	62,5
Jenis Makanan	Patuh	12	50.0
	Tidak Patuh	12	50.0
Jadwal Makanan	Patuh	13	54,2
	Tidak Patuh	11	45.8

PEMBAHASAN

Hasil Univariat

Hasil penelitian menunjukkan lebih dari separuh responden pasien berjenis kelamin perempuan (58,3%). Jenis kelamin merupakan salah satu faktor risiko diabetes melitus yang tidak dapat dimodifikasi disamping faktor umur dan riwayat diabetes melitus dalam keluarga. Hasil penelitian menunjukkan hasil bahwa Sebagian besar pasien diabetes melitus di RSUD Kota Makassar berumur > 45 tahun yaitu sebesar 66,7% dibanding yang berumur < 45 tahun (33,3%). Hasil ini sejalan dengan penelitian Lathifah, 2017 mendapatkan 52% responden penderita DM Tipe 2 berumur > 58 tahun, Teori yang ada mengatakan bahwa factor degenerative yaitu menurunnya fungsi tubuh terjadinya pada seseorang pada umur > 45 tahun sehingga dapat mengalami peningkatan risiko intoleransi glukosa dan diabetes melitus khususnya karena penurunan kemampuan dari sel β pabcreas untuk memproduksi insulin (Lathifah 2017). Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian nanang, pramayudi (2021) diperoleh informasi bahwa sebagian besar pasien DM Tipe 2 di Puskesmas Poto Tano berumur > 45 tahun yaitu sebesar 85,1 % (nanang, pramayudi 2021).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa lebih dari separuh responden (62,5%) tidak patuh terhadap jumlah makanan sesuai diet pasien Diabetes Melitus di RSUD Kota Makassar. Penelitian ini sejalan dengan penelitian Made Fira dkk (2024) yang berjudul “Kepatuhan Diet Pada Pasien Rawat Inap Penyayang Diabetes Mellitus Tipe 2 di RSUD Undata Palu” dimana berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa tingkat ketidak patuhan yang tinggi berada pada item jumlah makanan yang dikonsumsi responden yaitu sebanyak (60 %) (Made Fira Hartini et al. 2024). Jumlah dan kualitas makanan yang direkomendasikan dalam makanan pasien diabetes berdasarkan rekomendasi dari *Diabetes Nutrition Study Group* (DNSG) meliputi asupan protein 10% hingga 20% dari asupan energi (E%) atau sekitar 0,8 hingga 1,3 g / kg berat badan pada orang di bawah usia 65 tahun, dan 15% hingga 20% E% pada orang di atas usia 65 tahun tampak aman dalam kondisi berat stabil (Pfei, A. F. H., Pedersen, E., Schwab, U., Ris, U., & Aas 2020).

Asumsi peneliti bahwa pasien diabetes mellitus di RSUD Kota Makassar tidak patuh dalam jumlah makanannya karena mereka tidak mengikuti takaran makanan yang direkomendasikan dalam makanan pasien diabetes berdasarkan rekomendasi dari *Diabetes Nutrition Study Group* (DNSG). Pasien tidak menghabiskan makanan yang telah disediakan oleh layanan gizi di rumah sakit yang telah dibuat sesuai dengan takaran dalam setiap kondisi pasien. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pasien dengan kepatuhan jenis makan sesuai standar diet penderita diabetes melitus di RSUD Kota Makassar Tahun 2022 mempunyai jumlah yang sama pada kategori patuh dan tidak patuh yaitu (50,0%). Penelitian ini sejalan dengan penelitian Made Fira dkk (2024) dengan hasil bahwa kepatuhan jenis makan sesuai standar diet penderita diabetes melitus tipe 2 di RSUD Undata Palu Tahun 2023 mempunyai jumlah yang sama pada kategori patuh dan tidak patuh yaitu sebanyak 15 responden (50,0%)

(Made Fira Hartini et al. 2024). Berbeda dengan penelitian yang dihasilkan oleh nanang, pramayudi (2021) hasil penelitiannya menunjukkan bahwa lebih dari separuh responden (50,7%) tidak patuh terhadap jenis makanan sesuai diet pasien Diabetes Melitus tipe 2 di Puskesmas Poto Tano Kabupaten Sumbawa Barat karena kurangnya kesadaran tentang pemilihan jenis makanan yang benar sesuai dimana masih ada banyak responden yang tidak memahami jenis makanan yang dapat menyebabkan komplikasi diabetes mellitus pedoman (nanang, pramayudi 2021).. Fadhli, rohmi dkk (2022) dalam penelitiannya menunjukkan bahwa masih banyak responden yang berjumlah 53,6% orang yang masih kurang mengerti tentang jenis makanan yang harus dikonsumsi dikarenakan sering mengonsumsi makanan dan minuman yang terasa manis (Fadhli, Rizka Yuliana Turcia, and Mersi Ekaputri 2022).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden (54,2%) patuh terhadap jadwal makanan sesuai diet pasien diabetes melitus di RSUD Kota Makassar Tahun 2022. Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan Ni Made Fira dkk (2024) bahwa lebih dari separuh responden (56,7%) makan tepat waktu sesuai diet pasien diabetes mellitus tipe 2 di RSUD Undata (Made Fira Hartini et al. 2024). Hal ini tidak sejalan dengan penelitian Fadhli,Rohmi dkk (2022) pada analisis item kuesioner pengetahuan didapatkan bahwa skor terendah pada pernyataan benar dengan skor 36 (52,2%) Pernyataannya yaitu “Waktu makan yang baik dalam sehari adalah 3 kali yakni sarapan, makan siang, dan makan malam”. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden belum mengetahui tentang jadwal makan yang baik bagi penderita DM (Fadhli, Rizka Yuliana Turcia, and Mersi Ekaputri 2022).

KESIMPULAN

Dalam penelitian ini di dapatkan hasil bahwa sebagian besar responden (62,5%) tidak patuh terhadap jumlah makanan sesuai diet pasien Diabetes Melitus di RSUD Kota Makassar Tahun 2022. setengah responden tidak patuh terhadap jenis makanan (50.0%). sebagian besar responden (54.2%) patuh terhadap jadwal makanan. Hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa sebagian besar responden tidak patuh terhadap jumlah makanan dan jenis makanan. Petugas kesehatan diharapkan menyusun strategi untuk meningkatkan pelayanan kesehatan serta memberikan edukasi tentang kepatuhan diet pada pasien diabetes dan perlu adanya minat atau keinginan dari penderita untuk melakukan diet. Minat atau keinginan untuk mendapatkan tubuh yang sehat merupakan kekuatan terbesar dari dalam individu untuk melakukan diet pada penderita diabetes mellitus.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terimakasih kepada Pihak RSUD Kota Makassar atas kerjasamanya dan pihak-pihak yang telah berkontribusi dalam kelancaran artikel ini. Penulis menyadari masih banyak kekurangan sehingga saran dan kritik yang membangun sangat diperlukan. Semoga artikel ini dapat bermanfaat bagi para pembaca.

DAFTAR PUSTAKA

- Fadhli, Rohmi, Rizka Yuliana Turcia, and Mersi Ekaputri. 2022. “Hubungan Tingkat Pengetahuan Dan Kepatuhan Diet Dengan Kadar Gula Darah Penderita Diabetes Mellitus Tipe Ii Di Poli Penyakit Dalam Rumah Sakit Sansani Pekanbaru.” *Al-Asalmiya Nursing: Jurnal Ilmu Keperawatan (Journal of Nursing Sciences)* 11(2): 178–88. doi:10.35328/keperawatan.v11i2.2287.
- Gambaran Global - IDF DIABETES ATLAS - Rak Buku NCBI.

- Giajati, Sukma Anggraeni, and Niken Safitri Dyan Kusumaningrum. 2020. "Konsumsi Gizi Pada Penyandang Diabetes Mellitus Di Masyarakat." *Journal of Nutrition College* 9(1): 38–43. doi:10.14710/jnc.v9i1.26424.
- Kemkes RI. 2021. "Laporan Kinerja Kementerian Kesehatan 2021." *Kementrian Kesehatan RI*: 23. https://e-renggar.kemkes.go.id/file_performance/1-131313-1tahunan-314.pdf.
- Khasanah, Juan Farustine, Muhamad Ridlo, and Gusrina Komara Putri. 2021. "Gambaran Pola Diet Jumlah, Jadwal, Dan Jenis (3J) Pada Pasien Dengan Diabetes Melitus Tipe 2." *Indonesian Journal of Nursing Scientific* 1(1): 18–27.
- Lathifah, Nur Lailatul. 2017. "The Relationship Between Duration Disease and Glucose Blood Related to Subjective Compliance in Diabetes Mellitus." *Jurnal Berkala Epidemiologi* 5(2): 218. doi:10.20473/jbe.v5i22017.218-230.
- Made Fira Hartini, Ni, Putu Candriasih, Fahmi Hafid, and Elvyrah Faisal. 2024. "Kepatuhan Diet Pada Pasien Rawat Inap Penyandang Diabetes Melitus Tipe 2." *Svasta Harena : Jurnal Ilmiah Gizi* 4(2): 59–65. <https://jurnal.poltekkespalu.ac.id/index.php/SHJIG/article/view/3098/1070>.
- Pfei, A. F. H., Pedersen, E., Schwab, U., Ris, U., & Aas, A. 2020. "Nutrients The E Ff Ects Of Di Ff Erent Quantities And Qualities Of Protein Intake In People With Diabetes Mellitus." : 1–12.