

---

---

**EDUKASI KESEHATAN TERHADAP KEPATUHAN DIET DIABETES MELITUS  
DI PUSKEMAS WARA BARAT TAHUN 2018**

---

---

*Health Education On Compliance Diet Diabetes Melitus in West Public Health Center Wara  
Year 2018*

---

**Sumarlan**

Prodi D III Kebidanan STIKES Bhakti Pertiwi Luwu Raya Palopo

\*E-mail: [alangi@ymail.com](mailto:alangi@ymail.com)

---

**ABSTRAK**

Edukasi atau Pendidikan kesehatan adalah proses perubahan perilaku secara terencana pada diri individu, kelompok atau masyarakat untuk dapat lebih mandiri dalam mencapai tujuan sehat, tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh pendidikan kesehatan terhadap kepatuhan diet diabetes melitus di puskesmas Wara Barat tahun 2018. Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah *case control*. Sampel dalam penelitian ini adalah pasien atau klien yang menderita penyakit diabetes melitus di puskesmas Wara Barat sebanyak 22 orang dengan metode penarikan sampel dengan teknik *Total sampling*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada perbedaan tingkat kepatuhan pada kelompok eksperimen sebelum dan sesudah pendidikan kesehatan dengan kelompok kontrol pre dan post test tentang diet diabetes melitus dengan nilai  $p$  pada kelompok eksperimen sebesar  $= (0.000)$  ( $\alpha < 0.05$ ) dan pada kelompok kontrol sebesar  $= (0,341)$  ( $\alpha > 0,05$ ) berarti ada pengaruh pendidikan kesehatan terhadap kepatuhan diet diabetes melitus di puskesmas Wara Barat. Diharapkan pada instansi terkait untuk meningkatkan komunikasi dan memberikan informasi yang lengkap dan jelas pada klien tentang penyakit Diabetes Melitus dan kepatuhan menjalani diet Diabetes Melitus.

**Kata kunci:** Edukasi kesehatan, kepatuhan diet Diabetes Melitus.

---

**ABSTRACT**

*Health education is a process of behavioral change planned in individual, group or community to be more mandiri in achieving healthy goals, the purpose of this study to determine the effect of health education on the unity of diabetes mellitus diet at the West Wara health center in 2018. Type of research used in this research is case control. Sampel in this study were patients or clients who suffered from diabetes mellitus at Wara Barat Public Health Center as many as 22 people with sampling method with total sampling technique. The results showed that there was a difference of adherence level in the experimental group before and after the adjacent education with the pre and posttest control group on the diabetes mellitus diet with  $p$  value in the experimental group  $= (0.000)$  ( $\alpha < 0.05$ ) and in the control group  $= 0,341$  ( $\alpha > 0,05$ ) mean there is influence of health education to diabetes mellitus diet unit at Wara Barat health center. It is hoped that the related institutions will improve communication and provide complete and clear information to clients about Diabetes Mellitus disease and adherence to the Diabetes Mellitus diet.*

**Keywords :** Health education, Diabetes Mellitus diet adherence.

---

© 2019 Jurnal Kesehatan Luwu Raya

**Correspondence Address:**

LP2M STIKes Bhakti Pertiwi Luwu Raya, Kota Palopo Indonesia

Email: [lp2mstikesluwuraya@gmail.com](mailto:lp2mstikesluwuraya@gmail.com)

DOI: -

p-ISSN : 2356-198X

e-ISSN : -

## PENDAHULUAN

Angka diabetes di dunia pada tahun 2015 sebanyak 415 juta jiwa dan diperkirakan akan meningkat menjadi 464 juta jiwa pada tahun 2040 (WHO, 2015).

Data dari berbagai studi global menyebutkan bahwa penyakit DM adalah masalah kesehatan yang besar. Hal ini dikarenakan adanya peningkatan jumlah penderita diabetes dari tahun ke tahun. Pada tahun 2015 menyebutkan sekitar 415 juta orang dewasa memiliki diabetes, kenaikan 4 kali lipat dari 108 juta di tahun 1980-an. Apabila tidak ada tindakan pencegahan maka jumlah ini akan terus meningkat tanpa ada penurunan. Diperkirakan pada tahun 2040 meningkat menjadi 642 juta penderita (IDF, 2015).

Pada tahun 2015, Indonesia menempati peringkat ke tujuh dunia untuk prevalensi penderita penyakit diabetes tertinggi di dunia bersama dengan Cina, India, Amerika Serikat, Brasil, Rusia, dan Meksiko dengan jumlah estimasi orang dengan diabetes sebesar 10 juta (IDF Atlas 2015).

Diabetes kini menjadi salah satu penyebab kematian terbesar di Indonesia. *Data Sample Registration Survey* menunjukkan bahwa Diabetes merupakan penyebab kematian terbesar nomor 3 di Indonesia dengan persentase sebesar 6,7%, setelah Stroke (21,1%) dan penyakit Jantung Koroner (12,9%). Bila tak ditanggulangi, kondisi ini dapat menyebabkan penurunan produktivitas, disabilitas, dan kematian dini (*International Diabetes Federation* tahun 2015).

## BAHAN DAN METODE

Desain penelitian merupakan keseluruhan dari perencanaan untuk menjawab pertanyaan penelitian dan mengantisipasi beberapa kesulitan yang mungkin timbul selama proses penelitian. Desain penelitian yang digunakan yaitu penelitian kuantitatif berbentuk eksperimen dengan pendekatan *case control* yang bertujuan untuk mengidentifikasi hubungan sebab akibat dari salah satu atau lebih variabel terikat dengan melakukan manipulasi

variabel bebas pada suatu keadaan yang terkendali (variabel control).

## HASIL PENELITIAN

Penelitian ini bertujuan untuk melihat pengaruh pendidikan kesehatan terhadap kepatuhan diet diabetes melitus. Pengumpulan data dilakukan pada bulan Mei 2018. Data yang dikumpulkan adalah data primer yang didapat langsung dari responden dan data primer yang di peroleh dari Puskesmas Wara Barat. Hasil dari penelitian tersebut adalah sebagai berikut.

**Tabel 1.** Distribusi Frekuensi Berdasarkan Umur

Umur	frekuensi	%
20-44	5	22,7
45-79	17	77,3
<b>Total</b>	<b>22</b>	<b>100</b>

Berdasarkan tabel 1 diatas menunjukkan bahwa jumlah responden yang berumur 20-44 tahun sebanyak 5 orang (22,7 %), yang berumur 45-79 sebanyak 17 orang (77,3%).

**Tabel 2.** Distribusi Kepatuhan Diet DM Sebelum dan Setelah Edukasi Kesehatan

Kepatuhan Diet Sebelum	frekuensi	%
Tidak Patuh	10	90,9
Patuh	1	9,1
<b>Total</b>	<b>11</b>	<b>100</b>
Kepatuhan Diet Setelah		
Tidak patuh	11	100
Patuh	0	0
<b>Total</b>	<b>11</b>	<b>100,0</b>

Dari tabel 2 yaitu distribusi frekuensi berdasarkan kepatuhan diet DM berdasarkan pre test terdapat 1 orang (9,1%) yang memenuhi kriteria tidak patuh dan terdapat 10 orang (90,9%) yang memenuhi kriteria tidak patuh. Sedangkan pada post test terdapat 0 orang (0%) patuh dan 11 orang (100,0%) yang tidak patuh.

**Tabel 2.** Pengaruh Edukasi Kesehatan Terhadap Kepatuhan Diet DM Sebelum dan Setelah Edukasi Kesehatan

Kepatuhan Diet	Mean	SD	P
Klp Perlakuan			
Sebelum	1,18	0,40	0,000
Setelah	2,00	0,00	
Klp Kontrol			
Sebelum	1.09	0,30	0,341
Setelah	1.00	0,00	

Hasil analisis menunjukkan bahwa terdapat perbedaan tingkat kepatuhan antara kelompok eksperimen sebelum dan setelah di berikan Edukasi kesehatan dengan kelompok kontrol pre dan post test dengan nilai  $p = 0,000$  lebih kecil dari 0,05 sedangkan pada kelompok kontrol dengan nilai  $p = 0,341$  lebih besar dari 0,05, maka dapat diambil kesimpulan terdapat perbedaan yang signifikan pengaruh pendidikan kesehatan terhadap kepatuhan diet diabetes melitus pada kelompok eksperimen sebelum dan sesudah Edukasi dengan kelompok kontrol pre dan post dimana skor pada kelompok eksperimen lebih tinggi dari kelompok kontrol.

## PEMBAHASAN

Hasil analisa statistik menggunakan *paired samples t-test* menunjukkan bahwa nilai  $p$  ( $0,000$ )  $< 0,05$  berarti  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima yang berarti ada pengaruh pendidikan kesehatan terhadap kepatuhan diet diabetes melitus di puskesmas Wara Barat.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Herlena Essy Phitri (12) dengan judul hubungan antara pengetahuan dan sikap penderita diabetes melitus dengan kepatuhan diet diabetes melitus di RSUD AM.PARIKESIT kalimantan timur dengan hasil uji statistik nilai  $P$  Value  $0,003 < 0,05$  sehingga dapat dikatakan bahwa ada hubungan pengetahuan dan sikap terhadap kepatuhan diet diabetes melitus di RSUD AM.PARIKESIT.

Serta hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian Tri Susilaningsih dengan judul pengaruh pendidikan kesehatan dengan media

video terhadap tingkat kepatuhan diet pada penderita diabetes melitus di puskesmas Gamping 1 Sleman Yogyakarta dengan hasil uji statistik dengan nilai  $p$  value sebesar 0,016. Nilai  $p$  value dari uji *Mc Nemar*  $p < 0,05$ , berarti ada pengaruh pemberian pendidikan kesehatan dengan media video terhadap tingkat kepatuhan diet pada penderita diabetes mellitus.

Hasil penelitian ini jg sejalan dengan Teori Notoadmodjo (2010), mengatakan bahwa ada hubungan pengetahuan yang tinggi akan meningkatkan derajat kesejahteraan seseorang dengan melaksanakan perawatan yang tepat sesuai dengan kondisi dirinya sendiri.

Hasil penelitian dari Purwanto (2013), didapatkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara pengetahuan tentang diet diabetes mellitus dengan kepatuhan pelaksanaan diet pada penderita diabetes mellitus.

## SIMPULAN DAN SARAN

### Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan terhadap kepatuhan diet pada kelompok perlakuan dengan nilai  $p = 0,000$ , sedangkan kelompok control tidak terdapat pengaruh yang signifikan dengan nilai  $p = 0,341$ .

### Saran

Disarankan kepada pemerintah khususnya dinas kesehatan agar meningkatkan Edukasi atau pendidikan kesehatan tentang diabetes melitus agar masyarakat dapat berperilaku hidup sehat dengan cara konsumsi makanan yang seimbang.

## DAFTAR RUJUKAN

- American Diabetes Association (ADA). 2014. *Diagnosis and Classification Of Diabetes Mellitus*.
- Anderson, D.W.; Vault V.D.; & Dickson, C.E. (2016). *Problems and Prospects for the Decades Ahead: Competency Based Teacher Education*. Berkeley: McCutchan Publishing Co.

- Fauzi,I. (2014). *Buku Pintar Deteksi Dini Gejala & Pengobatan Asam Urat,Diabetes & Hipertensi*. Yogyakarta : ARASKA
- Nur Lailatul Lathifah, 2013. “Hubungan Durasi Penyakit Dan Kadar Gula Darah Dengan Keluhan Subyektif Penderita Diabetes Melitus”. *Jurnal Berkala Epidemiologi*, Volume 5 Nomor 2, surabaya.
- Hasdianah. 2012. *Pemanfaatan Gizi, Diet, dan Obesitas*. Nuha Medika
- Hasdianah dan hidaya (2012). *Mengenal Diabetes Mellitus Pada Orang Dewasa dan Anak –Anak Dengan Solusi Herbal*. Yogyakarta.
- Hartono. 2008. *Gizi Kesehatan Masyarakat*. Jakarta.EGC.
- Krisnatuti, dkk. (2014). *Diet Sehat Untuk PenderitaDiabetes Mellitus*. Jakarta.
- Krisnatuti dkk. 2014. *Diet Sehat Untuk Penderita Diabetes Melitus*. Yogyakarta.
- Profil Dinas Kesehatan Sulawesi Selatan. 2016. <https://dinkes.sulselprov.go.id/>. (Diakses tanggal 27 Maret 2018)
- Pranadji, 2013. *Perencanaan menu untuk penderita diabetes melitus*. Jakarta Pusat.
- Syauqy. 2015. *Perbedaan Kadar Glukosa Darah Puasa Pasien Diabetes Melitus Berdasarkan Pengetahuan Gizi, Sikap, dan Tindakan di Poli Penyakit Dalam Rumah Sakit Islam Jakarta*. Jurnal Gizi Indonesia.
- Suzanne. 2013. *Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah*. Jakarta: EGC
- V. Wiratna Sujarweni. 2014. *Metodologi Penelitian Keperawatan*. Yogyakarta.