



**PENGARUH PENDIDIKAN KESEHATAN TERHADAP KEPATUHAN
DIET DIABETES MELLITUS DI WILAYAH KERJA
PUSKESMAS WARABARAT KOTA PALOPO**

The Influence Of Health Education On Compliance With Diet Diabetes Mellitus In The Working Area Of Wara Barat Health Community Center, Palopo

Andi Silfiana¹, Riska Purnamasari²

¹ Prodi S1 Keperawatan STIKES Bhakti Pertiwi Luwu Raya Palopo*

² Prodi D3 Farmasi STIKES Bhakti Pertiwi Luwu Raya Palopo

*E-mail: andisilfiana2007@gmail.com

ABSTRAK

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 Kota Palopo. Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah *case control*. Sampel dalam penelitian ini adalah pasien atau klien yang menderita penyakit diabetes melitus tipe 2 di puskesmas Wara Barat sebanyak 40 orang dengan metode penarikan sampel dengan teknik *random sampling*. Dari hasil penelitian dapat dilihat bahwa terdapat peningkatan nilai rata – rata (mean) kepatuhan diet setelah diberikan pendidikan kesehatan yaitu dari 56,45 menjadi 69,25. Berdasarkan hasil analisis menggunakan uji *paired sample t test* didapatkan nilai *p* yaitu $0.000 < 0.05$ maka dapat disimpulkan bahwa Hipotesis diterima yang artinya ada pengaruh antara pendidikan kesehatan dengan kepatuhan diet. 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: Pendidikan kesehatan, Kepatuhan diet, Diabetes Melitus

ABSTRACT

Health education is a planned behavior change in individuals, groups or communities to be more self-reliant in achieving healthy goals, the purpose of this study is to see the effect of health education on diabetes mellitus diet unity at Wara Barat Community Health Center, Palopo City. This type of research used in this study is *case control*. The sample in this study were 40 patients or clients suffering from type 2 diabetes mellitus at Wara Barat Public Health Center. The sampling method was *random sampling*. From the research results, it can be seen that the increase in the average value (mean) of the diet after being given health education is from 56.45 to 69.25. Based on the results of the analysis using *paired test*, the *t test* sample got a *p* value of $0.000 < 0.05$, it can be concluded that the hypothesis is accepted, which means that there is an influence between health education and diet. It is hoped that the related institutions will improve communication and provide complete and clear information to clients about Diabetes Mellitus and undergoing the Diabetes Mellitus diet.

Keywords : Health education, Diabetes Mellitus, diet adherence

© 2021 Jurnal Kesehatan Luwu Raya

✉ **Correspondence Address:**

LP2M STIKes Bhakti Pertiwi Luwu Raya, Kota Palopo Indonesia

Email: lp2mstikesluwuraya@gmail.com

DOI: -

p-ISSN 2356-198X

e-ISSN 2747-2655

PENDAHULUAN

Diabetes melitus merupakan salah satu penyebab tersering terjadinya hiperglikemi. Pada diabetes melitus gula menumpuk dalam darah sehingga gagal masuk ke dalam sel. Kegagalan tersebut terjadi akibat hormon insulin jumlahnya kurang atau cacat fungsi. Hormon insulin merupakan hormon yang membantu masuknya gula darah (WHO, 2016).

Angka diabetes di dunia pada tahun 2015 sebanyak 415 juta jiwa dan diperkirakan akan meningkat menjadi 464 juta jiwa pada tahun 2040 (WHO, 2015). Pada tahun 2015, Indonesia menempati peringkat ke tujuh dunia (IDF Atlas 2015).

Selain ditingkat dunia di Indonesia peningkatan kejadian DM juga tercermin di tingkat provinsi khususnya provinsi Sulawesi Selatan, dimana jumlah penderita DM pada tahun 2014, sebanyak 16,99%. Berdasarkan survei Bidang (P2PL Dinas Kesehatan Prov.Sulsel, 2014).

Sedangkan data dari Dinas Kesehatan Kota Palopo menunjukkan bahwa terdapat kenaikan jumlah penderita diabetes melitus tiap tahunnya. Pada tahun 2016 terdapat 4.310 jiwa dan tahun 2017 terdapat 5.961 jiwa dan meningkat hingga 9.660 jiwa pada tahun 2018 (Dinkes Kota Palopo) Berdasarkan data yang diperoleh dari Puskesmas Wara Barat pada tahun 2018 penderita DM tipe 2 berjumlah 40 orang.

Dengan banyaknya kasus DM dengan kontrol yang kurang baik serta banyaknya informasi dari berbagai media yang peneliti baca menunjukkan bahwa tingkat kesembuhan dan penurunan resiko infeksi dan kronis pada penderita DM tergantung dari pola makan dan pengaturan diet dan itu dapat di peroleh dari edukasi pendidikan kesehatan . Oleh sebab itu peneliti tertarik Untuk mengetahui pengaruh pendidikan kesehatan terhadap kepatuhan diet DM di Puskesmas Wara Barat.

Adapun tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh pendidikan kesehatan terhadap kepatuhan diet pada klien diabetes mellitus tipe 2 di Puskesmas Wara Barat Kota Palopo.

BAHAN DAN METODE

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif. Jenis penelitian ini menggunakan *case control*. Proses pengumpulan data diawali dengan pengambilan data sekunder dan data primer yang di mana data sekunder di peroleh dari data rekam medik puskesmas Wara Barat dan data primer di peroleh saat proses penelitian berlangsung. Analisa data menggunakan Uji *paired sample T-test*.

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh penderita Diabetes Mellitus di Puskesmas Wara Barat dengan jumlah populasi adalah 40 orang dengan Diabetes Mellitus. Teknik Sampling yang digunakan pada penelitian ini adalah *Random Sampling*.

Pada penelitian ini terdapat dua kelompok yaitu kelompok eksperimen dan kelompok control yang masing-masing kelompok terdiri dari 20 orang. Kelompok eksperimen yaitu kelompok dengan pemberian pendidikan kesehatan dengan edukasi media leaflet dan flip chart dengan metode ceramah dan sharing, sedangkan kelompok kontrol yaitu kelompok yang tidak diberikan intervensi kecuali pengukuran menggunakan kuesioner.

HASIL PENELITIAN

Hasil penelitian diperoleh dari pengumpulan data dan proses analisis data yang akan ditampilkan pada bab ini. Karakteristik responden meliputi umur, jenis kelamin, pendidikan terakhir dan hasil analisis data dari variable yang diteliti.

Tabel 1. Distribusi Responden Berdasarkan Kelompok Umur

Kelompok Usia	N	%
30 – 37 tahun	1	2,5
38 – 45 tahun	4	10
46 – 53 tahun	16	40
54 – 61 tahun	8	20
62 – 69 tahun	8	20
70 – 77 tahun	3	7,5
Total	40	100

Tabel ini menunjukkan bahwa pada umumnya responden terbanyak pada kelompok umur 46 - 53 tahun yaitu sebanyak 16 responden (40%) dan responden yang paling sedikit pada kelompok usia 30 - 37 tahun yaitu sebanyak 1 responden (2,5%).

Tabel 2. Distribusi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	N	%
Laki - Laki	15	37,5
Perempuan	25	62,5
Total	40	100

Tabel ini menunjukkan bahwa responden terbanyak adalah berjenis kelamin perempuan yaitu sebanyak 25 orang (62,5%).

Tabel 3. Distribusi Responden Berdasarkan Pendidikan Terakhir

Pendidikan Terakhir	N	%
>SMA	23	57,5
<SMA	17	42,5
Total	40	100

Tabel ini menunjukkan bahwa umumnya pendidikan terakhir responden terbanyak adalah >SMA yaitu sebanyak 23 responden atau 57,5%.

Pembahasan ini menerangkan tentang pengaruh pendidikan kesehatan terhadap kepatuhan diet pada klien diabetes mellitus. Hasil analisis dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

Tabel 5. Kepatuhan Diet Sebelum Diberikan Pendidikan Kesehatan

Kepatuhan Diet	N	Min	Max	Mean	St D
Kelompok Kontrol	20	40	70	56,25	9,618
Kelompok Eksperimen	20	40	73	56,45	9,976

Berdasarkan tabel diatas, dapat dilihat bahwa kepatuhan diet kelompok kontrol memiliki

nilai minimal 40, nilai maksimal 70, dan nilai rata – rata yaitu 56,25. Sedangkan pada kelompok eksperimen memiliki nilai minimal 40, nilai maksimal 73 dan nilai rata – rata yaitu 56,45. Hal ini dapat dijelaskan bahwa antara kelompok kontrol dan kelompok eksperimen memiliki rerata kepatuhan diet yang tidak jauh berbeda.

Tabel 6. Kepatuhan Diet Setelah Diberikan Pendidikan Kesehatan

Kepatuhan Diet	N	Min	Max	Mean	St D
Kelompok Kontrol	20	43	76	56,65	9,981
Kelompok Eksperimen	20	53	87	69,25	10,959

Berdasarkan tabel diatas, dapat dilihat bahwa kepatuhan diet pada kelompok kontrol memiliki nilai minimal 40, nilai maksimal 73, dan nilai rata – rata yaitu 56,45. Sedangkan pada kelompok eksperimen memiliki nilai minimal 53, nilai maksimal 87 dan nilai rata – rata yaitu 69,25. Hal ini dapat dilihat bahwa terjadi perbedaan antara kepatuhan diet kelompok kontrol dan kelompok eksperimen setelah diberikan pendidikan kesehatan.

Tabel 7. Pengaruh pendidikan kesehatan terhadap kepatuhan diet

Kepatuhan Diet	N	Min	Max	Mean	St D	P value
Kelompok Kontrol	20					0.000
Pre Test		40	70	56,25	9,618	
Post Test		43	76	56,65	9,981	
Kelompok Eksperimen	20					0.000
Pre Test		40	73	56,45	9,976	
Post Test		53	87	69,25	10,959	

Berdasarkan tabel diatas, dapat dilihat bahwa pada kelompok kontrol, terdapat perubahan nilai minimum dari 40 menjadi 43, nilai maksimum dari 70 menjadi 76 dan rata – rata (mean) dari 56,25 menjadi 56,65.

PEMBAHASAN

Dari hasil penelitian dapat dilihat bahwa pada kelompok kontrol sebagian besar memiliki pendidikan terakhir >SMA, sehingga memiliki pengetahuan yang cukup baik mengenai diet diabetes mellitus. Namun dapat dilihat juga bahwa pada kelompok kontrol terdapat perubahan rata – rata mengenai kepatuhan diet akan tetapi tidak terlalu besar. Sedangkan pada kelompok eksperimen dapat dilihat bahwa setelah diberikan pendidikan kesehatan terdapat peningkatan pada nilai minimum dari 40 menjadi 53, peningkatan nilai maksimum dari 73 menjadi 87 dan juga rata – rata (mean) dari 56,45 menjadi 69,25.

Dari hasil penelitian dapat dilihat bahwa terdapat peningkatan nilai rata – rata (mean) kepatuhan diet yang cukup besar dari responden setelah diberikan pendidikan kesehatan. Berdasarkan hasil analisis menggunakan uji *paired sample t test* didapatkan nilai *p* yaitu $0.000 < 0.05$ maka dapat disimpulkan bahwa Hipotesis diterima yang artinya ada pengaruh antara pendidikan kesehatan dengan kepatuhan diet.

Menurut Notoadmojo, S(2003) metode pendidikan kesehatan pada hakikatnya adalah suatu kegiatan atau usaha untuk menyampaikan pesan kesehatan kepada masyarakat, kelompok atau individu. Dengan harapan dengan adanya pesan tersebut, masyarakat, kelompok atau individu dapat memperoleh pengetahuan tentang kesehatan yang lebih baik. Dengan kata lain, dengan adanya pendidikan tersebut diharapkan dapat membawa akibat terhadap perubahan sikap sasaran. Dan salah satu tujuannya yaitu untuk meningkatkan kepatuhan terhadap sesuatu

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Dari hasil penelitian dapat dilihat bahwa ada pengaruh antara pendidikan kesehatan dengan kepatuhan diet pada klien diabetes mellitus tipe 2 di Puskesmas Wara Barat Kota Palopo.

Saran

Diharapkan pada instansi terkait untuk meningkatkan komunikasi dan memberikan informasi yang semakin lengkap dan jelas

secara berkala pada klien tentang penyakit Diabetes Melitus dan kepatuhan dalam menjalani diet Diabetes Melitus.

DAFTAR RUJUKAN

- American Diabetes Association (ADA). 2014. *Diagnosis and Classification Of Diabetes Mellitus*.
- Hartono. 2014. *Gizi Kesehatan Masyarakat*. Jakarta. EGC.
- 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.
- Kemendes RI. 2015. *Profil Kesehatan Indonesia*.
<http://www.depkes.go.id/resources/download/pusdatin/profil-kesehatan-indonesia/profil-kesehatan-Indonesia-2015.pdf><http://www.depkes.go.id/resources/download/pusdatin/profil-kesehatan-indonesia/profil-kesehatan-Indonesia-2015.pdf> (diakses tanggal 30 Maret 2019)
- IDF Diabetes Atlas. 2017. <http://www.google.co.id>.
- Krisnatuti dkk. 2014. *Diet Sehat Untuk Penderita Diabetes Melitus*. Yogyakarta
- Notoadmojo. 2012. *Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta. Rineka. Cipta
- Murjayanah. (2010). *Faktor-Faktor Risiko yang Berhubungan dengan Kejadian Gastritis (Studi di RSUD dr. R. Soetrasno Rembang Tahun 2010)*. Fakultas Kesehatan Masyarakat : Universitas Negeri Semarang. (Online) <http://uap.unnes.ac.id> Diakses 4 April 2013.
- Profil Dinas Kesehatan Sulawesi Selatan. 2016. <https://dinkes.sulselprov.go.id/>. (Diakses tanggal 27 Maret 2019)
- Pranadji, 2013. *Perencanaan menu untuk penderita diabetes melitus*. Jakarta Pusat.
- Puri dkk. (2012). *Hubungan Faktor Stres dengan Kejadian Gastritis pada Mahasiswa Poltekkes Kemenkes Tanjung Karang*. Jurnal Keperawatan, Volume VIII, NO.1, April 2012. ISSN 1907-0357.

- Rahma dkk. (2012). *Faktor Risiko Kejadian Gastritis Di Wilayah Kerja Puskesmas Kampili Kabupaten Gowa*.
- 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.
- Wahyudi, dkk. (2018). *Hubungan Antara Kebiasaan Mengonsumsi Minuman Keras (Alkohol) Dengan Kejadian Gastritis Pada Remaja Akhir (18-21 Tahun) Di Asrama Putra Papua Kota Malang*. Jurnal Nursing News. Volume 3, Nomor 1.
- Widiyanto, dkk. (2014). *Hubungan Antara Tingkat Stress Dengan Kejadian Gastritis : Study di Puskesmas Harapan Raya Pekanbaru*. Jurnal Photon. Volume 5, Oktober 201