

INFORMASI ARTIKEL

Received: August, 29, 2019

Revised: September, 21, 2021

Available online: September, 21, 2021

at : <http://ejournalmalahayati.ac.id/index.php/holistik>

Kepatuhan mengikuti program pengelolaan penyakit kronis (Prolanis) dengan stabilitas gula darah pada penderita diabetes melitus

Dimas Ning Pangesti¹, Andoko², Umi Romayati Keswara², Ibnu Samsul Bahri^{3*}

¹Akademi Keperawatan Baitul Hikmah Bandar Lampung

²Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Malahayati, Bandar Lampung

³Puskesmas Rawat Inap Banjarsari Metro

Korespondensi Penulis: Ibnu Samsul Bahri.*Email: ibnusamsulbahri98@gmail.com

Abstract

Compliance with the chronic disease management program with blood sugar stability in people with diabetes mellitus

Background: according to Basic Health Research (2013), the numbers of diabetes mellitus (DM) patients in Indonesia were +12,191,564. The DM prevalence in Lampung province was 0.7% or 38,923 case. Prevalence of DB in Metro was 1.2% or 1,564 cases (Office Health in Metro, 2018) and it belonged to first rank in Lampung province. Banjar sari public health center in Metro had a chronic disease management program (Prolanis) with 51 members. The observation result from 16 DM patients measured for their blood pressures showed that 5 patients (31.25%) had blood sugar level > normal and 11 patients (68.75%) had normal blood sugar level.

Purpose: To find out the correlation of Compliance with the chronic disease management program with blood sugar stability in people with diabetes mellitus

Method: A quantitative research by using cross sectional approach. Population was 36 DM patients in chronic disease management program in Banjarsasri public health center in Metro. Data were collected with questionnaires and analyzed by using chi square test.

Results: there were 19 respondents (52.8%) with not normal blood sugar level and 21 respondents (58.3%) were obedience to diet pattern. There was a correlation of diet obedience to sugar blood level of patients with diabetes mellitus in chronic disease management program (p-value 0.015; OR 8.0).

Conclusion: there was a correlation of diet obedience to sugar blood level of patients with diabetes mellitus in chronic disease management program. The researcher suggests public health center to limit food intake according to suggested diet pattern.

Keywords: Compliance; Chronic disease management program; Blood sugar stability; Diabetes mellitus

Pendahuluan: Menurut Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas, 2013), jumlah penderita DM Di Indonesia yaitu +12.191.564 jiwa. Prevalensi penderita DM di Provinsi Lampung yaitu 0,7% dengan jumlah penderita 38.923 jiwa. Prevalensi diabetisi di Kota Metro adalah 1,2 % dengan jumlah kasus 1.564 jiwa menurut (Dinkes Metro 2018) menempati peringkat 1 di Provinsi Lampung. Puskesmas Rawat Inap Banjarsari Metro memiliki program Prolanis dengan jumlah peserta 51 orang. Hasil pengamatan menunjukkan hanya sebanyak 16 penderita DM yang melakukan pengukuran kadar gula darah dengan hasil 5 orang (31,25%) kadar gula darah > normal dan 11 orang (68,75%) kadar gula darah dalam kategori normal.

Kepatuhan mengikuti program pengelolaan penyakit kronis (Prolanis) dengan stabilitas gula darah pada penderita diabetes mellitus

Tujuan: Diketahui hubungan Kepatuhan mengikuti program pengelolaan penyakit kronis (Prolanis) dengan stabilitas gula darah pada penderita diabetes mellitus.

Metode: Penelitian kuantitatif, menggunakan pendekatan *cross sectional*. Populasi pada penelitian ini adalah seluruh Penderita DM Peserta Prolanis di Puskesmas Rawat Inap Banjarsari Metro pada saat penelitian dilaksanakan sejumlah 36 orang. Sampel 36 responden. Teknik pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan kuesioner. Uji statistik yang digunakan adalah uji *Chi Square*.

Hasil: Pada penelitian menunjukan distribusi frekuensi responden yang memiliki kadar gula darah tidak normal sebanyak 19 responden (52.8%), responden yang patuh terhadap diet sebanyak 21 (58.3%). Adahubungan kepatuhan terhadap diet dengan kadar gula darah pada Penderita DM Peserta Prolanis (p value 0,015 dan OR 8,0).

Simpulan: Ada hubungan kepatuhan terhadap diet dengan kadar gula darah pada penderita DM peserta prolanis. Saran dalam penelitian ini diharapkan penderita DM dapat membatasi asupan makanan sesuai dengan diet yang dianjurkan.

Kata Kunci: Kepatuhan; Program Pengelolaan Penyakit Kronis (Prolanis); Stabilitas gula darah; Penderita; Diabetes mellitus

PENDAHULUAN

Diabetes Mellitus merupakan penyakit gangguan metabolik menahun akibat pankreas tidak memproduksi cukup insulin atau tubuh tidak dapat menggunakan insulin yang diproduksi secara efektif. Terdapat beberapa jenis dari diabetes mellitus (DM) yaitu diabetes mellitus tipe 1, diabetes tipe 2, diabetes mellitus tipe gestasional, dan diabetes mellitus tipe lainnya (Atlas, 2015). Jenis diabetes yang paling banyak diderita oleh masyarakat adalah Diabetes mellitus tipe 2 (American Diabetes Association, 2013; Primahuda & Sujianto, 2016).

Selain merupakan penyakit metabolik, DM juga merupakan penyakit *global endemic*. Insidensi diabetes secara global diperkirakan meningkat dari 366 juta jiwa menjadi 552 juta jiwa pada 2030 dan akan muncul dengan sendirinya sebagai tantangan (Persatuan Endokrin Indonesia, 2011; Ahmad & Munir, 2018). Salah satu pencegahan komplikasi adalah dengan menjaga stabilitas gula darah pada diabetisi. Pencegahan komplikasi kronik tidak hanya dengan pengendalian kadar glukosa darah saja tetapi diperlukan pengendalian diabetes yang baik. Pengendalian diabetes harus secara dilakukan secara menyeluruh, termasuk kadar glukosa darah, *HbA1c*, kadar lipid (kolesterol *Low Density Lipoprotein* (LDL), *High Density Lipoprotein* (HDL), dan trigliserida (Semiardji,

2003). Oleh karena itu, pengembangan strategi baru untuk meningkatkan pengendalian diabetes dan komplikasinya akan sangat bermanfaat (Bianchi, Miccoli, Daniele, Penno, & Del Prato, 2009). Melalui BPJS, pemerintah memberikan pelayanan untuk membantu menjaga stabilitas gula darah dengan membentuk PROLANIS untuk diabetes mellitus.

Program Prolanis yang dilaksanakan bagi penderita DM tipe 2 memiliki 4 pilar penatalaksanaan pengendalian gula darah, antara lain edukasi, Terapi Nutrisi Medis (TNM), latihan jasmani, dan intervensi farmakologis (Khomimah, Waspadji, Yunir, & Abdullah, 2014; Primahuda & Sujianto, 2016). Melalui pengelolaan perencanaan makan (diet) akan mempengaruhi jumlah kadar gula darah dalam tubuhnya normal dan terkontrol, hal itu bisa menghindarkan dari komplikasi (Suyono, 2015). Kepatuhan perencanaan makanan jangka panjang oleh penderita DM (diet) salah satu aspek yang mendukung dan berpengaruh dalam penatalaksanaan DM. Hasil dari penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Linggar lestari di poli penyakit dalam RSUD Cibabat Cimahi menunjukkan bahwa sebagian besar (56,7%) tidak patuh dalam menjalankan program dietnya dan sebagian kecil (43,3%) patuh dalam program dietnya.

Dimas Ning Pangesti¹, Andoko², Umi Romayati Keswara², Ibnu Samsul Bahri^{3*}

¹Akademi Keperawatan Baitul Hikmah Bandar Lampung

²Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Malahayati, Bandar Lampung

³Puskesmas Rawat Inap Banjarsari Metro

Korespondensi Penulis: Ibnu Samsul Bahri.*Email: ibnusamsulbahri98@gmail.com

Kepatuhan mengikuti program pengelolaan penyakit kronis (Prolanis) dengan stabilitas gula darah pada penderita diabetes mellitus

Kepatuhan pada penatalaksanaan diet DM bertujuan untuk mempertahankan kadar gula darah dalam agar tetap normal dan memperbaiki kualitas hidup penderita DM (Nuhamara, 2004; Shofiah & Kusuma, 2014). Peran dan fungsi keluarga sangat berpengaruh dalam setiap tahapan perawatan kesehatan, berawal dari tahapan perbaikan tingkat kesehatan, pencegahan penyakit maupun pengobatan kesehatan sampai dengan rehabilitatif.

Banyak penderita DM Tipe 2 tidak memahami dan menyadari kalau kadar gula darahnya sudah tinggi. Hal ini disebabkan oleh beberapa faktor, diantaranya asupan makan terutamakarbohidrat, lemak dan protein, asupan obat, perilaku merokok, stres, dukungan keluarga, dan aktivitas fisik. Menurut Fox, ada beberapa hal yang menyebabkan gula darah naik, yaitukurang berolah raga, bertambahnya jumlah makanan yang dikonsumsi, meningkatnya stres dan faktor emosi, penambahan berat badan dan usia,serta dampak perawatan dari obat, misalnya steroid (Nababa, Saraawati & Muniroh, 2018).

Keberhasilan proses kontrol terhadap penyakit DM salah satunya ditentukan oleh kepatuhan pasien dalam mengelola pola makan atau diet sehari-hari. Hal ini agar mencegah timbulnya komplikasi dari penyakit DM. Pengaturan makan pada penderita DM, prinsipnya hampir sama dengan anjuran makan untuk masyarakat umum yaitu makan yang seimbang dan sesuai dengan kebutuhan kalori dan zat gizi masing-masing individu. Penderita DM perlu ditekankan pentingnya keteraturan makan berdasarkan jadwal makan, jenis makan dan jumlah makanan, terutama pada mereka yang menggunakan obat penurun glukosa darah atau insulin. Pada penanganan diet DM yang menjadi kendala utama adalah kejenuhan pasien dalam mengikuti terapi diet yang sangat diperlukan untuk mencapai keberhasilan. Meskipun diperlukan pola makan atau diet yang sesuai dengan perintah dokter, namun kenyataannya tingkat kepatuhan penderita dalam menjalankan program manajemen penyakit tidak cukup baik (Hestiana, 2017).

Hasil penelitian menunjukkan ada hubungan yang kuat antara pola makan dengan kadar gula darah apabila pola makan yang tidak baik seperti

yang dianjurkan prinsip 3J maka akan terjadi ketidakstabilan kadar gula darah (Susanti, & Bistara, 2018). Selain itu penelitian menunjukkan ada hubungan yang signifikan antara pola makan dengan kadar gula darah penderita diabetes melitus tipe II di Puskesmas 7 Ulu Kota Palembang (Firmasyah, 2017)

Puskesmas Rawat Inap Banjarsari Metro memiliki program Prolanis dengan jumlah peserta 51 orang, yang terdiri dari 16 orang penderita DM, 20 orang penderita DM + Hipertensi dan 15 orang penderita Hipertensi. Hasil pengamatan menunjukkan hanya sebanyak 16 penderita DM yang melakukan pengukuran kadar gula darah dengan hasil 5 orang (31,25%) kadar gula darah > normal dan 11 orang (68,75%) kadar gula darah dalam kategori normal.

Berdasarkan hasil wawancara diketahui bahwa sebanyak 10 orang (66,7%) tidak patuh terhadap pembatasan asupan kalori, baik dari segi jumlah ataupun jenis makanan yang dikonsumsi penderita tidak sesuai dengan diet yang ditetapkan, pasien yang memiliki kadar gula lebih dari normal diketahui bahwa mereka tidak mau diet, mereka anggap tidak perlu karena mereka sudah tua.

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan menggunakan rancangan *survey analitik*, penelitian dan pengambilan data dilakukan, rancangan penelitian *Analitik Observasional* dengan menggunakan metode pendekatan *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh Penderita DM Peserta Prolanis pada saat penelitian dilaksanakan sejumlah 36 orang. Teknik sampling yang digunakan adalah *Total Sampling* adalah mengambil responden seluruh populasi.

Untuk mendapatkan data tentang kepatuhan diet pada pasien diabetes melitus alat ukur menggunakan kuesioner dengan jumlah soal 10 pertanyaan diambil dari peneliti yang mengenai kepatuhan diet pada pasien diabetes melitus dengan penilaian jawaban Ya= 1 dan Tidak= 0. Dikatakan Patuh jika skor >50%, dan Tidak patuh jika skor ≤ 50% sudah diuji validitas. Analisa univariat ini dilakukan untuk memperoleh

Dimas Ning Pangesti¹, Andoko², Umi Romayati Keswara², Ibnu Samsul Bahri^{3*}

¹Akademi Keperawatan Baitul Hikmah Bandar Lampung

²Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Malahayati, Bandar Lampung

³Puskesmas Rawat Inap Banjarsari Metro

Korespondensi Penulis: Ibnu Samsul Bahri.*Email: ibnusamsulbahri98@gmail.com

Kepatuhan mengikuti program pengelolaan penyakit kronis (Prolanis) dengan stabilitas gula darah pada penderita diabetes mellitus

gambaran distribusi frekuensi subyek penelitian dan distribusi rasio prevalensi peningkatan kadar gula darah sewaktu menurut masing-masing variabel *independent* yang diteliti. Analisa bivariat

digunakan untuk mengetahui hubungan yang sekaligus menguji hipotesis penelitian dengan menggunakan uji Chi-Square (Kumala, 2018).

HASIL

Tabel Data Demografi Responden N=36

Variabel	Hasil	p-value	OR
Data Demografi	(47.19±5.70)		
Usia (Mean±SD) (Rentang)(Tahun)	(37-57)		
Jenis Kelamin (n/%)			
- Laki-laki	25/69,4		
- perempuan	11/30,6		
Kadar Gula Darah(n/%)			
- Normal	17/47,2		
- Tidak Normal	19/52,8		
Kepatuhan Diet(n/%)			
- Patuh	21/58,3	0.015	8 (1,7-37,9)
- Tidak Patuh	15/31,7		

Berdasarkan tabel diatas usia rata-rata 47,19 standar deviasi 5,70 rentang 37-57 tahun, jenis kelamin laki-laki 25 (69,4%) responden, kadar gula darah tidak normal 19 (52,8%) responden, kepatuhan diet patuh 21 (58,3%)responden.

Hubungan antara kadar gula darah dengan kepatuhan minum obat (p-value 0,015) , dengan OR 8 (1,7-37,9%), artinya responden yang patuh terhadap dietberpeluang 8, kali lebih besar untukmemiliki kadar gula darah normal dibandingkan dengan responden yang tidak patuh terhadap diet.

PEMBAHASAN

Kadar Gula Darah

Berdasarkan tabel. diketahui bahwa dari 36 responden, yang memiliki kadar gula darah tidak normal sebanyak 19 responden (52.8%),sedangkan yang memiliki kadar gula darah normal sebanyak 17 (47,2%).

Gula darah merupakan istilah yang mengacu pada kadar atau banyaknya kandungan gula di dalam sirkulasi darah di dalam tubuh. Gula di dalam tubuh sebenarnya terdapat dalam beberapa bentuk.Gula yang ada di dalam darah disebut

glukosa, yakni bentuk gula yang paling sederhana. Kadar glukosa darah adalah jumlah atau konsentrasi glukosa yang terdapat dalam darah. Faktor yang mempengaruhi perubahan kadar gula darah ada 2 yaitu faktor internal dan eksternal. Pada faktor internal meliputi penyakit dan stress, obesitas, makanan, latihan atau olahraga, konsumsi OHO dan Insulin, pemantauan kadar gula darah serta usia. Serta factor eksternalnya meliputi pendidikan dan pengetahuan. Diketahui bahwa responden dengan tingkat kadar gula darah baik dipengaruhi oleh usia serta tingkat pendidikan

Dimas Ning Pangesti¹, Andoko², Umi Romayati Keswara², Ibnu Samsul Bahri^{3*}

¹Akademi Keperawatan Baitul Hikmah Bandar Lampung

²Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Malahayati, Bandar Lampung

³Puskesmas Rawat Inap Banjarsari Metro

Korespondensi Penulis: Ibnu Samsul Bahri.*Email: ibnusamsulbahri98@gmail.com

dan pengetahuan mengenai penanganan penyakit diabetes mellitus (Qurratuaeni, 2009 ; Rahayu, 2017).

Penelitian ini sesuai dengan teori yang dikemukakan bahwa setelah seseorang mencapai umur 30 tahun, maka kadar glukosa darah naik 1-2%, tiap tahun saat puasa dan akan naik 6-13% pada 2 jam setelah makan, berdasarkan hal tersebut bahwa umur merupakan faktor utama terjadinya kenaikan relevansi diabetes serta gangguan toleransi glukosa (Sudoyo, 2009).

Hasil penelitian ini sesuai dengan yang menyatakan bahwa (38,9%) pasien Diabetes Mellitus tipe 2 dengan tingkat kadar gula darah baik, kemudian tingkat kadar gula darah sedang (25%), tingkat kadar gula darah buruk (36,1%) (Aulia & Sulaiman, 2016).

Menurut peneliti terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi kadar gula responden, antara lain stres, jenis kelamin yaitu pada wanita yang telah menopause lebih mudah mengalami peningkatan kadar gula darah, kurangnya aktivitas fisik, karena pada beberapa responden telah memasuki masa pensiun, sehingga aktivitas fisiknya berkurang.

Kepatuhan terhadap diet

Berdasarkan tabel 2.diketahui bahwa dari 36 responden yang patuh terhadap diet sebanyak 21 (58.3%), sedangkan yang tidak patuh terhadap diet sebanyak 15 (41.7%).

Rendahnya kepatuhan pasien juga didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh dukungan keluarga dan kerabat terdekat sangat dibutuhkan dalam hal ini seperti mengontrol kebiasaan pasien dan keluarga sesekali ikut kebiasaan pasien dalam diet DM sehingga pasien merasa termotivasi dalam melakukan diet DM (Astuti & Ruhyana, 2018).

Hal ini sejalan dengan penelitian yang menyatakan dukungan pasangan sangat dibutuhkan untuk menjaga pasien agar tetap patuh terhadap diet DM. Yang perlu diperhatikan dalam kepatuhan diabetes meliputi asupan nutrisi NIDDM/DM tipe 2 yaitu Asupan Zat Gizi dan Serat bagi penderita penyakit diabetes mellitus pada masyarakat dianjurkan untuk menerapkan pola makan yang sehat supaya terhindar dari DM terutama DM tipe 2 dengan cara mengonsumsi

makanan secara seimbang terutama mengonsumsi lemak dan karbohidrat cukup serta meningkatkan konsumsi serat, selain melakukan aktifitas fisik atau olah raga secara teratur. Terkait dengan makanan yang dikonsumsi, sejumlah faktor mempengaruhi respon glikemia terhadap makanan. Faktor tersebut meliputi jumlah karbohidrat, jenis gula, sifat pati, cara memasak dan mengolah makanan serta bentuk makanannya, disamping komponen pangan lainnya (Anggita, 2015).

Pada pengukuran di atas dapat terlihat bahwa kepatuhan pasien terhadap diet DM adalah kurang patuh dan hasil tersebut sesuai dengan peneliti bahwa kepatuhan pasien yang rendah karena kurangnya dukungan keluarga dan kegiatan diet yang bersifat monoton sehingga pasien merasa bosan dengan berbagai aturan makanan dan saran lainnya yang diberikan oleh dokter sehingga pasien sesekali melakukan pelanggaran terhadap diet DM (Susanti & Sulistyarni 2013; Astuti & Ruhyana 2018) .

Menurut peneliti masih tingginya responden yang tidak patuh terhadap diet yaitu sebanyak 15 (41.7%). Disebabkan karena faktor usia, dalam penelitian ini sampel yang digunakan adalah peserta prolanis yang telah berusia > 50 tahun, sehingga mengalami penurunan fungsi kognitif, sehingga terdapat beberapa responden yang sangat membutuhkan dukungan keluarganya untuk menyiapkan bahan makanan yang akan dikonsumsinya. Serta ketidak tahuan responden tentang jenis, jumlah dan waktu makan yang diajarkan.

Keberhasilan proses kontrol terhadap penyakit DM salah satunya ditentukan oleh kepatuhan pasien dalam mengelola pola makan atau diet sehari-hari. Hal ini agar mencegah timbulnya komplikasi dari penyakit DM. Pengaturan makan pada penderita DM, prinsipnya hampir sama dengan anjuran makan untuk masyarakat umum yaitu makanan yang seimbang dan sesuai dengan kebutuhan kalori dan zat gizi masing-masing individu. Penderita DM perlu ditekankan pentingnya keteraturan makan berdasarkan jadwal makan, jenis makan dan jumlah makanan, terutama pada mereka yang menggunakan obat

Dimas Ning Pangesti¹, Andoko², Umi Romayati Keswara², Ibnu Samsul Bahri^{3*}

¹Akademi Keperawatan Baitul Hikmah Bandar Lampung

²Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Malahayati, Bandar Lampung

³Puskesmas Rawat Inap Banjarsari Metro

Korespondensi Penulis: Ibnu Samsul Bahri.*Email: ibnusamsulbahri98@gmail.com

Kepatuhan mengikuti program pengelolaan penyakit kronis (Prolanis) dengan stabilitas gula darah pada penderita diabetes mellitus

penurun glukosa darah atau insulin. Pada penanganan diet DM yang menjadi kendala utama adalah kejenuhan pasien dalam mengikuti terapi diet yang sangat diperlukan untuk mencapai keberhasilan. Meskipun diperlukan pola makan atau diet yang sesuai dengan perintah dokter, namun kenyataannya tingkat kepatuhan penderita dalam menjalankan program manajemen penyakit tidak cukup baik (Hestiana, 2017).

Hasil penelitian Susanti menunjukkan ada hubungan yang kuat antara pola makan dengan kadar gula darah apabila pola makan yang tidak baik seperti yang dianjurkan prinsip 3J maka akan terjadi ketidakstabilan kadar gula darah. Selain itu penelitian menunjukkan ada hubungan yang signifikan antara pola makan dengan kadar gula darah penderita diabetes mellitus tipe II di Puskesmas 7 Ulu Kota Palembang (Firmasyah, 2015).

Penekanan tujuan perencanaan gizi pada diabetes mellitus tipe II terdapat pada pengendalian glukosa, lipid dan hipertensi. Penurunan berat badan dan diet hipokalori (pada pasien yang gemuk) biasanya memperbaiki kadar glikemik jangka pendek dan mempunyai potensi meningkatkan kontrol metabolik jangka lama. Diet dengan kalori yang sangat rendah pada umumnya tidak efektif untuk mencapai penurunan berat jangka lama, dalam hal ini perlu ditekankan bahwa tujuan diet adalah pada pengendalian glukosa dan lipid (Weng, Soegondo, Schnell, Sheu, Grzeszczak, Watada, & Kalra, 2015; Astuti & Ruhjana, 2018).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang berjudul "Faktor Risiko Perilaku yang Berhubungan dengan Kadar Gula Darah pada Penderita Diabetes Mellitus Tipe 2 di RSUD Kabupaten Karanganyar" menunjukkan bahwa faktor perilaku yang berhubungan dengan kadar gula darah salah satunya adalah praktik diet (Dewi & Wirajaya, 2013).

Menurut peneliti hasil penelitian yang menunjukkan ada hubungan antara kepatuhan terhadap diet dengan kadar gula darah sewaktu penderita DM dikarenakan dengan mengkonsumsi terlalu banyak karbohidrat sederhana dapat menyebabkan gula darah meningkat tajam, yang

akan menyebabkan tubuh memproduksi hormon insulin. Fungsi utama insulin adalah menurunkan gula darah, dan membawa lemak keseluruh tubuh. Hal lain yang berpengaruh yaitu prinsip diet diabetes berupa "3J" yaitu tepat jumlah, jadwal dan jenis. Hal ini bisa terjadi karena beberapa sebab; kemungkinan besar sebagian responden masih tidak patuh pada prinsip diet yang diberikan, atau pengetahuan tentang prinsip diet masih sangat rendah sehingga jumlah makanan yang dikonsumsi tidak sesuai dengan status gizi responden, bisa kelebihan atau kekurangan, jadwal makan yang tidak tepat karena kesibukan atau hal lain yang dapat berpengaruh pada kadar glukosa darah, dan masih banyak mengkonsumsi jenis makanan pantangan, terutama makanan yang tinggi karbohidrat

Berdasarkan hasil kepatuhan diet, responden masih memiliki kadar glukosa darah tidak normal padahal patuh terhadap diet sejumlah 7 responden (33,3%). Hal ini disebabkan karena banyak faktor yang menyebabkan peningkatan kadar gula darah, antara lain tingkat stres. Stres merupakan faktor yang berpengaruh penting bagi penyandang diabetes peningkatan hormon stres diproduksi dapat menyebabkan Kadar Gula Darah menjadi meningkat. Kondisi yang rileks dapat mengembalikan kotra-regulasi hormon stres dan memungkinkan tubuh untuk menggunakan insulin lebih efektif. Pengaruh stres terhadap peningkatan kadar gula darah terkait dengan sistem neuroendokrin yaitu melalui jalur Hipotalamus-Pituitary-Adrenal.

Hal sebaliknya yaitu terdapat responden yang tidak patuh dalam diet dan memiliki kadar gula darah yang normal sejumlah 3 responden (20,0%). Menurut peneliti hal ini dapat disebabkan karena aktivitas responden yang tinggi. Saat aktivitas fisik, otot menggunakan glukosa yang disimpannya sehingga glukosa yang tersimpan akan berkurang sehingga menyebabkan kadar gula darah terkontrol pada penderita DM tipe II. Beberapa aktivitas fisik seperti jogging, dilakukan selama 30-40 menit dapat meningkatkan pemasukan glukosa ke dalam sel sebesar 7-20 kali dibandingkan dengan tidak melakukan aktivitas tersebut.

Dimas Ning Pangesti¹, Andoko², Umi Romayati Keswara², Ibnu Samsul Bahri^{3*}

¹Akademi Keperawatan Baitul Hikmah Bandar Lampung

²Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Malahayati, Bandar Lampung

³Puskesmas Rawat Inap Banjarsari Metro

Korespondensi Penulis: Ibnu Samsul Bahri.*Email: ibnusamsulbahri98@gmail.com

Kepatuhan mengikuti program pengelolaan penyakit kronis (Prolanis) dengan stabilitas gula darah pada penderita diabetes mellitus

SIMPULAN

Berdasarkan hasil diatas usia rata-rata 47,1944, jenis kelamin laki-laki 69,4% responden, kadar gula darah tidak normal 52,8% responden, kepatuhan diet patuh 58,3% responden.

Dari semua variabel usia, jenis kelamin kadar gula darah ,yang menjadi salah 1 variabel yang berhubungan dengan kadar gula darah yaitu kepatuhan diet. Artinya ada hubungan antara kadar gula darah dengan kepatuhan minum obat (p-value 0,015) , dengan OR 8(1,7-37,9%), artinya responden yang patuh terhadap dietberpeluang 8, kali lebih besar untukmemiliki kadar gula darah normal dibandingkan dengan responden yang tidak patuh terhadap diet.

SARAN

Diharapkan penderita DM dapat membatasi asupan makanan sesuai dengan diet yang dianjurkan, selain tetap menjalankan program yang lain seperti olah raga jogging yang dilakukan selama 30-40 menit setiap hari dan penggunaan Obat Hipoglikemik Oral (OHO) sesuai dosis.

Diharapkan pada penderita dapat melakukan manajemen stres dengan tepat sehingga dapat mengatasi stres yang dialaminya.Diharapkan penelitian berikutnya mampu menggali tentang faktor lain yang berhubungan dengan kadar gula darah penderita DM, seperti aktivitas fisik, konsumsi obat, dan edukasi, serta meneliti peran keluarga terhadap kepatuhan penderita DM pada regimen terapi yang diperoleh.

DAFTAR PUSTAKA

Ahmad, M., & Munir, N. (2018). Kolerasi Antara Pelaksanaan Prolanis Dengan Pengendalian Kadar Gula Darah Penderita Dm Tipe 2 Di Puskesmas Antang Dan Pampang Kota Makasar. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Diagnosis*, 12(3), 339-345

American Diabetes Association (2013). Standard Of Medical Care In Diabetes. [Http://Care.Diabetesjournals.Org/Content/36/Supplement_1/S11.Full.Pdf](http://Care.Diabetesjournals.Org/Content/36/Supplement_1/S11.Full.Pdf)

Anggita, F. N. (2015). A Sociolinguistic Analysis Of Taboo Words In Bad Teacher Movie. *Sastra Inggris-Quill*, 4(1), 62-69.

Astuti, L., & Ruhyana, M. A. N. (2018). Hubungan Kepatuhan Diet Dengan Kadar Gula Darah Pasien Dm Kelompok Persadia Rs Pku Muhammadiyah Gamping Yogyakarta (Doctoral Dissertation, Universitas' Aisyiyah Yogyakarta).

Atlas, I. D. (2015). International Diabetes Federation, 2013. *Isbn 2930229853*, 7

Aulia, S. A., Sukati, I., & Sulaiman, Z. (2016). A Review: Customer Perceived Value And Its Dimension. *Asian Journal Of Social Sciences And Management Studies*, 3(2), 150-162.

Bianchi, C., Miccoli, R., Daniele, G., Penno, G., & Del Prato, S. (2009). Is There Evidence That Oral Hypoglycemic Agents Reduce Cardiovascular Morbidity/Mortality? *Yes. Diabetes Care*, 32(Suppl 2), S342-S348.

Dewi, A. S. M., & Wirajaya, A. (2013). Pengaruh Struktur Modal, Profitabilitas Dan Ukuran Perusahaan Pada Nilai Perusahaan. *E-Jurnal Akuntansi*, 358-372.

Dinas Kesehatan Kota Metro.(2018). Profil Dinas Kesehatan Kota Metro. (2018). Diunduh Dari http://www.dinkeskotametro.com/download.php?file=profil_kesehatan_2013%20dinkes%20kota%20metro.pdf.

Firmansyah, M. R. (2017, December). Hubungan Pola Makan Dan Aktivitas Fisik Dengan Kadar Gula Darah Penderita Diabetes Melitus Tipe Ii Di Puskesmas 7 Ulu Kota Palembang. In *Seminar Nasional Keperawatan (Vol. 1, No. 1, Pp. 269-272)*.

Dimas Ning Pangesti¹, Andoko², Umi Romayati Keswara², Ibnu Samsul Bahri^{3*}

¹Akademi Keperawatan Baitul Hikmah Bandar Lampung

²Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Malahayati, Bandar Lampung

³Puskesmas Rawat Inap Banjarsari Metro

Korespondensi Penulis: Ibnu Samsul Bahri.*Email: ibnusamsulbahri98@gmail.com

Kepatuhan mengikuti program pengelolaan penyakit kronis (Prolanis) dengan stabilitas gula darah pada penderita diabetes mellitus

- Hestiana, D. W. (2017). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kepatuhan Dalam Pengelolaan Diet Pada Pasien Rawat Jalan Diabetes Mellitus Tipe 2 Di Kota Semarang. *Journal Of Health Education*, 2(2), 137-145.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2013). *Riset Kesehatan Dasar 2013*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI. Diakses dari: <http://kesqa.kemkes.go.id/images/pedoman/Dat a%20Risesdas%202013.pdf>
- Khomimah, K., Waspadji, S., Yunir, E., & Abdullah, M. (2014). Perubahan Kendali Glikemik Dan Plasminogen Activator Inhibitor-1 (Pai-1) Pada Penyandang Diabetes Melitus Tipe-2 Yang Berpuasa Ramadhan Di Rsupn Cipto Mangunkusumo. *Jurnal Penyakit Dalam Indonesia*, 1(1), 53-63.
- Kumala, R. N. (2018). Hubungan Komunikasi Terapeutik Perawat Dengan Kepatuhan Diet Pada Pasien Diabetes Melitus Di Poli Penyakit Dalam Rsud Jombang (Doctoral Dissertation, Stikes Insan Cendekia Medika Jombang).
- Nababan, B. B., Saraswati, L. D., & Muniroh, M. (2018). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kadar Gula Darah Pada Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 Di Rsud Krmt Wongsonegoro Semarang. *Jurnal Kesehatan Masyarakat (E-Journal)*, 6(1), 200-206. Di Akses Dari <https://ejournal3.undip.ac.id/index.php/jkm/article/viewfile/19866/18783>
- Nuhamara, S. (2004). Pendekatan Pemecahan Masalah Masyarakat Berbasis Masyarakat (A Community Based Approach To Solving Community Problems), 1(2).
- Persatuan Endokrin Indonesia. (2011). Konsensus Pengendalian Dan Pencegahan Diabetes Melitus Tipe 2 Di Indonesia (The Consensus Of Control And Prevention Of Type 2 Diabetes Mellitus). Jakarta: Perkeni (Indonesian Society Of Endocrinology).
- Primahuda, A., & Sujianto, U. (2016). Hubungan Antara Kepatuhan Mengikuti Program Pengelolaan Penyakit Kronis (Prolanis) Bpjs Dengan Stabilitas Gula Darah Pada Penderita Diabetes Melitus Di Puskesmas Babat Kabupaten Lamongan (Doctoral Dissertation, Faculty Of Medicine).
- Quarratuaeni. (2009). Faktor-faktor yang berhubungan dengan terkontrolnya kadar gula darah pada pasien diabetes mellitus di rumah sakit umum pusat (RSUP). Fatmawati Jakarta
- Semiardji, G. (2003). Penyakit Kelenjar Tiroid. Gejala, Diagnosis Dan Pengobatan.
- Shaw Je, Sicree Ra, Zimmet Pz. (2010). Global Estimates Of The Prevalence Of Diabetes For 2010 And 2030. *Diabetes Research And Clinical Practice* 87. P 4-14. [Www.Elsevier.Com/Locate/Diabres](http://www.elsevier.com/locate/diabres)
- Ahmad, M., & Munir, N. (2018). Kolerasi Antara Pelaksanaan Prolanis Dengan Pengendalian Kadar Gula Darah Penderita Dm Tipe 2 Di Puskesmas Antang Dan Pampang Kota Makasar. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Diagnosis*, 12(3), 339-345.
- Shofiyah, S., & Kusuma, H. (2014). Hubungan Antara Pengetahuan Dan Dukungan Keluarga Terhadap Kepatuhan Penderita Diabetes Melitus (Dm) Dalam Penatalaksanaan Di Wilayah Kerja Puskesmas Sronol Kecamatan Banyumanik Semarang. In *Prosiding Seminar & Internasional* (Vol. 2, No. 1).
- Sudoyo, A. W., Setiyohadi, B., Alwi, I., Simadibrata, M., & Setiati, S. (2009). *Buku Ajar Ilmu Penyakit Dalam Jilid Ii Edisi V*. Jakarta: Interna Publishing, 310, 1973-1982.
- Susanti, M. L., & Sulistyarini, T. (2013). Dukungan Keluarga Meningkatkan Kepatuhan Diet Pasien Diabetes Mellitus Di Ruang Rawat Inap Rs. Baptis Kediri. *Jurnal Stikes*, 6(1), 1-10.

Dimas Ning Pangesti¹, Andoko², Umi Romayati Keswara², Ibnu Samsul Bahri^{3*}

¹Akademi Keperawatan Baitul Hikmah Bandar Lampung

²Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Malahayati, Bandar Lampung

³Puskesmas Rawat Inap Banjarsari Metro

Korespondensi Penulis: Ibnu Samsul Bahri.*Email: ibnusamsulbahri98@gmail.com

Kepatuhan mengikuti program pengelolaan penyakit kronis (Prolanis) dengan stabilitas gula darah pada penderita diabetes mellitus

Susanti, S., & Bistara, D. N.(2018). Hubungan Pola Makan Dengan Kadar Gula Darah Pada Penderita Diabetes Mellitus. *Jurnal Kesehatan Vokasional*, 3(1), 29-34.

Suyono, N. A. (2015). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kepatuhan Membayar Pajak Di Kantor Pelayanan Pajak Wonosobo. *Jurnal Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat Unsiq*, 3(1), 1-10.

Weng, J., Soegondo, S., Schnell, O., Sheu, W. H. H., Grzeszczak, W., Watada, H., & Kalra, S. (2015). Efficacy of acarbose in different geographical regions of the world: analysis of a real-life database. *Diabetes/metabolism research and reviews*, 31(2), 155-167.

Dimas Ning Pangesti¹, Andoko², Umi Romayati Keswara², Ibnu Samsul Bahri^{3*}

¹Akademi Keperawatan Baitul Hikmah Bandar Lampung

²Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Malahayati, Bandar Lampung

³Puskesmas Rawat Inap Banjarsari Metro

Korespondensi Penulis: Ibnu Samsul Bahri.*Email: ibnusamsulbahri98@gmail.com

DOI: <https://doi.org/10.33024/hjk.v15i2.1774>