

**ANALISA HUBUNGAN TERAPI DIET TERHADAP PERUBAHAN KADAR GULA
DARAH PADA PASIEN DIABETES MELLITUS DI RUANG RAWAT
INAP RS. BHAYANGKARA BRIMOB KELAPA
DUA DEPOK**

Rima Oktafiana^{1*}, Abdul Khamid²

¹⁻²Program Studi Sarjana Keperawatan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Abdi
Nusantara Jakarta

Email Korespondensi: rimaoktafiana16@gmail.com

Disubmit: 01 Februari 2024

Diterima: 27 Oktober 2024

Diterbitkan: 01 November 2024

Doi: <https://doi.org/10.33024/mnj.v6i11.14093>

ABSTRACT

Diabetes Mellitus (DM) is the third highest cause of death in Indonesia. Patients who adhere to the diet have better control of blood sugar levels. Bhayangkara Brimob Hospital Kelapa Dua Depok every year the number of DM patients increases and they are given diet therapy in addition to drug therapy in the hope that blood sugar levels will return to normal. To analyze the relationship between adherence to diet therapy and changes in blood sugar levels in diabetes mellitus patients in hospital inpatient rooms. Bhayangkara Brimob Kelapa Dua Depok. This research is a quantitative analytical research with a cross sectional design. The sample in this study was 32 diabetes mellitus patients who had been treated for three days in the Inpatient Room in December using a total sampling technique. The research instrument used observation sheets and questionnaires. The data is secondary data and primary data was analyzed using the square test. The results of univariate analysis showed that the majority of DM patients were non-compliant with diet therapy, 71.9% and had abnormal changes in blood sugar levels, 78.1%. The results of the bivariate analysis showed that there was a relationship between diet therapy and changes in blood sugar levels in diabetes mellitus patients with a p value of 0.010. There is a relationship between diet therapy and changes in blood sugar levels in diabetes mellitus patients. Diabetes mellitus patients are expected to adhere to diet therapy in addition to using drug therapy in order to lower blood sugar levels and prevent irreversible complications.

Keywords: Diet Therapy, Blood Sugar Levels, Diabetes Mellitus Patients

ABSTRAK

Diabetes Mellitus (DM) merupakan penyebab kematian tertinggi ketiga di Indonesia. Pasien yang patuh pada diet mempunyai kontrol kadar gula darah yang lebih baik. RS Bhayangkara Brimob Kelapa Dua Depok setiap tahunnya jumlah pasien DM mengalami peningkatan dan diberikan terapi diet selain terapi obat dengan harapan kadar gula darah menjadi normal. Mengetahui analisa hubungan kepatuhan terapi diet terhadap perubahan kadar gula darah pada pasien diabetes mellitus di Ruang Rawat Inap RS. Bhayangkara Brimob Kelapa Dua Depok. Penelitian ini merupakan penelitian analitik kuantitatif dengan rancangan *cross*

sectional. Sampel dalam penelitian ini adalah pasien diabetes mellitus yang sudah dirawat tiga hari di Ruang Rawat Inap pada bulan Desember sebanyak 32 responden dengan teknik *total sampling*. Instrumen penelitian menggunakan lembar observasi dan kuesioner. Data merupakan data sekunder dan data primer dianalisis menggunakan uji *uji square*. Hasil analisis univariat diketahui sebagian besar pasien DM tidak patuh dalam melakukan terapi diet 71,9% dan perubahan kadar gula darah abnormal 78,1%. Hasil analisis bivariat diketahui bahwa ada hubungan terapi diet dengan perubahan kadar gula darah pada pasien diabetes mellitus dengan nilai *p value* 0,010. Ada hubungan terapi diet dengan perubahan kadar gula darah pada pasien diabetes mellitus. Pasien diabetes mellitus diharapkan dapat patuh melakukan terapi diet selain menggunakan terapi obat agar dapat menurunkan kadar gula darah dan mencegah terjadinya komplikasi yang tidak dapat disembuhkan.

Kata Kunci: Terapi Diet, Kadar Gula Darah, Pasien Diabetes Mellitus

PENDAHULUAN

Diabetes melitus (DM) merupakan penyakit gangguan metabolisme kronis yang ditandai peningkatan glukosa darah (hiperglikemia), disebabkan karena ketidakseimbangan antara suplai dan kebutuhan insulin. Berkurang atau tidak adanya insulin menjadi glukosa tertahan di dalam darah dan menimbulkan peningkatan gula darah, sementara sel menjadi kekurangan glukosa yang sangat dibutuhkan dalam kelangsungan dan fungsi sel (Hasdianah, 2021)

Penyakit Tidak Menular (PTM) termasuk diabetes saat ini telah menjadi ancaman serius kesehatan global. Menurut data *World Health Organization* (WHO, 2022), sekitar 422 juta orang di dunia menderita Diabetes Mellitus. Berdasarkan data yang dipublikasikan oleh WHO, diabetes akan menjadi salah satu dari 10 besar penyebab kematian di seluruh dunia pada tahun 2022. Jumlah terbesar orang dengan diabetes diperkirakan berasal dari Asia Tenggara dan Pasifik Barat, terhitung sekitar setengah kasus diabetes di dunia. Diabetes Mellitus (DM) merupakan salah satu masalah kesehatan yang cukup menonjol di Indonesia. Penyakit ini menjadi penyebab kematian tertinggi ketiga

di Indonesia setelah stroke dan jantung. Jumlah penderita diabetes di Indonesia terus meningkat dari 10,7 juta pada tahun 2019 menjadi 19,5 juta pada tahun 2021. Indonesia menduduki peringkat kelima dengan jumlah penderita diabetes terbanyak di dunia (Kemenkes RI, 2022).

Berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018, prevalensi DM di Jawa Barat mencapai 1,74% (diperkirakan 570.611 penderita diabetes). Pada tahun 2021, Dinas Kesehatan Jawa Barat menemukan sejumlah 46.837 orang dengan Diabetes dan 17.379 atau 37,1% di antaranya tidak mendapatkan perawatan kesehatan yang layak sesuai standar pemerintah (Kemenkes RI, 2022). Berdasarkan data di Dinas Kesehatan Kota Depok tahun 2021 menduduki peringkat pertama dengan jumlah penderita diabetes terbanyak sekitar 23.188 orang (16,51%) (Dinas Kesehatan Kota Depok, 2022).

Kondisi yang sama terjadi di RS Bhayangkara Brimob Kelapa Dua Depok menunjukkan bahwa pada tahun 2021 dari 38.749 pasien yang melakukan kunjungan didapatkan 5.109 pasien adalah penderita DM, dan yang melakukan rawat inap

sebanyak 94 orang. Terjadi peningkatan pada tahun 2022 dari 38.772 pasien yang melakukan kunjungan didapatkan 5.228 pasien adalah penderita DM dan yang melakukan rawat inap sebanyak 228 orang (RS Bhayangkara Brimob Kelapa Dua Depok, 2023).

Diabetes melitus memiliki kriteria yaitu ditegakkan apabila kadar gula darah pada saat puasa kurang ≥ 126 mg/dl atau pada glukosa darah 2 jam setelah pembebanan ≥ 200 mg/dl, glukosa darah sewaktu ≥ 200 mg/dl dengan peningkatan nafsu makan, sering buang air kecil, haus dan dalam jumlah banyak serta berat badan menurun adalah tanda dan gejala DM (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2020).

Penyakit degeneratif seperti DM disebut juga dengan *the silent killer* sebab penyakit ini dapat menyerang beberapa organ tubuh dan mengakibatkan berbagai macam keluhan. Dampak yang terjadi jika mengalami diabetes melitus menurut Hastuti (2021) akan menimbulkan terjadinya komplikasi di antaranya penyakit ginjal, kebutaan juga menjadi penyebab terjadinya amputasi. Beberapa faktor yang menyebabkan diabetes melitus menurut Damayanti (2020), yaitu genetik atau faktor keturunan, virus dan bakteri, bahan beracun dan nutrisi.

Hasil penelitian terdahulu dilakukan oleh Nursihhah dan Wijaya (2021) menunjukkan bahwa responden yang patuh diet dan gula darah terkendali (77,3%), sedangkan responden yang tidak patuh diet dan gula darah tidak terkendali (92,9%), hasil uji statistik diperoleh nilai p sebesar $(0,000) < \alpha (0,05)$, artinya ada hubungan yang bermakna antara kepatuhan diet dengan pengendalian kadar gula darah. Begitu juga dengan hasil penelitian Rahmatiah *et al.* (2022) menunjukkan hasil dari 10

jurnal secara keseluruhan terdapat hubungan kepatuhan diet dengan kadar gula darah pada pasien diabetes melitus.

Diet DM merupakan salah satu pilar utama pengelolaan DM, dengan mempertimbangkan jumlah kebutuhan kalori dan keteraturan makan yang dibutuhkan, melalui pengaturan menu makanan. Pengelolaan DM secara holistik dan mandiri selama hidup melalui edukasi berupa penyuluhan dapat meningkatkan kualitas hidup dan mencegah komplikasi akut dan komplikasi kronik yang sering menyebabkan cacat bahkan kematian (Suyono, 2021).

Hasil dari penelitian awal di RS. Bhayangkara Brimob Kelapa Dua Depok pada bulan Agustus tahun 2023 dari 47 pasien yang melakukan kunjungan, 32 pasien dilakukan rawat inap karena hasil kadar gulanya meningkat tajam sehingga diperlukan perawatan. Salah satu upaya dilakukannya perawatan sebagai upaya mendidik pasien dalam melakukan terapi diet, memberikan pengobatan dan memantau kadar gula darah secara rutin, Hasil observasi dari 5 pasien diabetes melitus, 3 diantaranya tidak mematuhi aturan diet DM yang telah diberikan oleh dokter ataupun petugas kesehatan lainnya seperti jadwal makan, jumlah, dan jenis (3J)

Berdasarkan studi pendahuluan tersebut peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul “Analisa Hubungan Kepatuhan Terapi Diet terhadap Perubahan Kadar Gula Darah pada Pasien Diabetes Mellitus di Ruang Rawat Inap RS. Bhayangkara Brimob Kelapa Dua Depok”

TINJAUAN PUSTAKA

Pelaksanaan diet Diabetes Melitus hendaknya disertai dengan latihan jasmani dan perubahan perilaku tentang makanan. Adapun tujuan diet Diabetes Melitus adalah membantu pasien memperbaiki kebiasaan makan dan olahraga untuk mendapatkan kontrol metabolik yang lebih baik dengan cara (Hendro, 2017):

- a. Mempertahankan kadar glukosa darah supaya mendekati normal dengan menyeimbangkan asupan makanan dengan insulin (endogenous atau exogenous), dengan obat penurun glukosa oral, dan aktivitas fisik.
- b. Mencapai dan mempertahankan kadar lipida serum normal.
- c. Memberi cukup energi untuk mempertahankan atau mencapai berat badan normal.
- d. Menghindari atau menangani komplikasi akut pasien yang menggunakan insulin seperti hipoglikemia, komplikasi jangka pendek, dan jangka lama serta masalah yang berhubungan dengan latihan jasmani.
- e. Meningkatkan derajat kesehatan serta keseluruhan melalui gizi yang optimal.

Cara Pengaturan Makanan Bagi Penderita Diabetes. Jumlah kalori yang dibutuhkan seseorang ditentukan menurut umur, jenis kelamin, berat badan, tinggi badan, dan aktivitas orang tersebut. Makanan yang dianjurkan untuk penderita diabetes adalah sebagai berikut (Putra, 2015):

- a. Sumber protein hewani yang dianjurkan diantaranya: ayam tanpa kulit, ikan, putih telur, daging tidak berlemak.
- b. Sumber protein nabati yang dianjurkan diantaranya:

tempe, tahu, kacang hijau, kacang merah, kacang tanah, kacang kedelai.

- c. Sumber sayuran yang dianjurkan diantaranya: kangkung, daun kacang, oyong, ketimun, tomat, labu air, kembang kol, lobak, sawi, selada, seledri, terong, buncis.
- d. Buah-buahan seperti jeruk, apel, pepaya, jambu air, salak, dan belimbing diperbolehkan untuk dikonsumsi.
- e. Semua jenis karbohidrat seperti nasi, bubur, roti, mie, kentang, singkong, ubi, sagu, gandum, pasta, jagung, talas, havermout, sereal dan kentang diperbolehkan namun dibatasi sesuai kebutuhan.
- f. Hindari penggunaan sumber karbohidrat sederhana/mudah diserap seperti gula pasir, gula jawa, sirup, selai, manisan, buah-buahan, susu kental manis, minuman botol ringan, dodol, es krim, kue-kue manis, bolu, tarcis, abon, dendeng, dan sarden.

Tips sukses menjalankan diet ini adalah :

- a. Selalu mengonsumsi makanan dengan pola gizi seimbang menggunakan prinsip piring makan model T untuk makanan utama dan mengutamakan konsumsi buah-buahan untuk makanan selingan.
- b. Batasi makanan yang mengandung banyak gula sederhana, mengandung banyak lemak, dan mengandung banyak natrium.
- c. Jika ingin mengganti gula pasir, gula aren/jawa dan gula batu dengan gula alternatif maka gunakanlah dalam jumlah terbatas. Gula alternative yang dimaksud antara lain: fruktosa, gula alcohol berupa sorbitol, mannitol dan silitol,

aaspartame dan sakarin. Untuk mengetahuinya dapat dengan membaca table pada kemasan.

Prinsip pengaturan makan pada pasien DM pada dasarnya hampir sama dengan anjuran makan untuk masyarakat umum, yaitu makanan yang seimbang dan sesuai dengan kebutuhan kalori dan zat gizi masing-masing individu. Hanya pasien DM perlu lebih diberikan penekanan mengenai pentingnya keteraturan jadwal makan, jenis dan jumlah kandungan kalori, terutama pada mereka yang menggunakan obat yang meningkatkan sekresi insulin atau terapi insulin itu sendiri. Terapi nutrisi medis merupakan bagian penting dari penatalaksanaan DM secara komprehensif. Kunci keberhasilannya adalah keterlibatan secara menyeluruh dari anggota tim (dokter, ahli gizi, petugas kesehatan lain serta pasien dan keluarganya (Nurshihah, 2021).

METODOLOGI PENELITIAN

Desain penelitian ini merupakan penelitian analitik kuantitatif dengan rancangan *cross sectional*. Waktu penelitian dilaksanakan pada bulan Waktu penelitian dilaksanakan pada tgl 1 - 31 Desember 2023. Tempat penelitian dilakukan di Ruang Rawat Inap RS. Bhayangkara Brimob Kelapa Dua Depok. Populasi dalam

penelitian adalah seluruh pasien *diabetes mellitus* yang berada di Ruang Rawat Inap RS. Bhayangkara Brimob Kelapa Dua Depok pada bulan Desember 2023 sebanyak 32 responden. Sampel dalam penelitian ini sebanyak 32 responden pasien di RS. Bhayangkara Brimob Kelapa Dua Depok menggunakan pengambilan sampel *Total Sampling* dengan kriteria inklusi dan eksklusi. Variabel bebas dalam penelitian ini adalah terapi diet. Variabel terikat pada penelitian ini adalah perubahan kadar gula darah pada pasien diabetes mellitus.

Data primer yang peneliti dapatkan dari kepatuhan responden dalam melakukan terapi diet, sedangkan data sekunder peneliti dapatkan dari hasil GDP. Peneliti menentukan hasil gula darah berdasarkan gula darah puasa, karena dari GDP maka keseluruhan responden dianjurkan untuk puasa terlebih dahulu selama 8 jam pada malam hari, dan diharapkan keakuratan dari kadar gula darah tersebut lebih tinggi. Adapun melihatnya berdasarkan data rekam medis, hal ini berkaitan dengan proses pengambilan darah dilakukan oleh laboran dengan jadwal yang sudah ditentukan. Pengolahan data dilakukan secara univariat dan bivariat dengan uji *Chi Square* menggunakan program SPSS.

HASIL PENELITIAN

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Terapi Diet pada Pasien Diabetes Mellitus

Terapi Diet	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Patuh	9	28,1
Tidak Patuh	23	71,9
Jumlah	32	100

Berdasarkan hasil penelitian pada tabel 1 diketahui dari 32 pasien diabetes mellitus sebagian besar

tidak patuh dalam melakukan terapi diet sebanyak 23 orang (71,9%).

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Perubahan Kadar Gula Darah pada Pasien Diabetes Mellitus

Perubahan Kadar Gula Darah	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Normal	7	21,9
Abnormal	25	78,1
Jumlah	32	100

Berdasarkan hasil penelitian pada tabel 2 diketahui dari 32 pasien diabetes mellitus sebagian besar

dengan perubahan kadar gula darah abnormal sebanyak 25 orang (78,1%).

Tabel 3. Hubungan Terapi Diet terhadap Perubahan Kadar Gula Darah pada Pasien Diabetes Mellitus

Terapi Diet	Perubahan Kadar Gula Darah				Jumlah		P value	OR CI (95%)
	Normal		Abnormal					
	f	%	f	%	f	%		
Patuh	5	55,6	4	44,4	9	100	0,010	13,125 (1,853- 92,958)
Tidak Patuh	2	8,7	21	91,3	23	100		
Total	7	21,9	25	78,1	32	100		

Berdasarkan tabel 3 menunjukkan bahwa dari 9 pasien diabetes mellitus yang patuh dalam melakukan terapi diet terdapat 5 (55,6%) dengan perubahan kadar gula darah normal, sedangkan dari 23 pasien diabetes mellitus yang tidak patuh dalam melakukan terapi diet terdapat 21 (91,3%) dengan perubahan kadar gula darah abnormal. Hasil uji *Chi-Square* didapatkan nilai $p = 0,010 < 0,05$ yang berarti ada hubungan yang

signifikan terapi diet terhadap perubahan kadar gula darah pada pasien diabetes mellitus di ruang rawat inap RS. Bhayangkara Brimob Kelapa Dua Depok. Nilai OR sebesar 13,125, sehingga dapat dinyatakan bahwa pasien diabetes mellitus yang patuh dalam melakukan terapi diet berpeluang 13,125 kali dengan perubahan kadar gula darah normal dibandingkan pasien diabetes mellitus yang tidak patuh dalam melakukan terapi diet.

PEMBAHASAN

Distribusi Frekuensi Terapi Diet pada Pasien Diabetes Mellitus di Ruang Rawat Inap RS. Bhayangkara Brimob Kelapa Dua Depok

Berdasarkan hasil penelitian ditemukan bahwa pasien diabetes mellitus sebagian besar tidak patuh dalam melakukan terapi diet sebanyak 23 orang (71,9%).

Sejalan dengan hasil penelitian Nursihhah dan Wijaya (2021) menunjukkan hasil sebagian besar

responden tidak patuh dalam melakukan terapi diet sebesar 69,2%. Begitu juga dengan hasil penelitian Indriyani (2021) menunjukkan hasil bahwa sebagian besar responden tidak patuh dalam melakukan terapi diet sebanyak 58,7%. Begitu juga dengan hasil penelitian Jayanti (2019) menunjukkan hasil 63% tidak patuh dalam melakukan terapi diet.

Diet diabetes melitus adalah diet yang diberikan kepada penyandang diabetes melitus, dengan tujuan membantu memperbaiki kebiasaan makan untuk mendapatkan control metabolik yang lebih baik dengan cara menyeimbangkan asupan makanan dengan obat penurun glukosa oral ataupun insulin dan aktivitas fisik untuk mencapai kadar gula darah normal, mencapai dan mempertahankan kadar lipida dalam normal (Rudini dan Sulistiawan, 2019). Tujuan diet diabetes melitus adalah mempertahankan atau mencapai berat badan ideal, mempertahankan kadar glukosa darah mendekati normal, mencegah komplikasi akut dan kronik serta meningkatkan kualitas hidup (Hasdianah, 2021).

Menurut Krisnatuti dkk (2021) syarat umum yang harus dipenuhi dalam penyusunan menu, diantaranya kebutuhan kalori disesuaikan dengan keadaan metabolik, umur, berat badan dan aktivitas tubuh; jumlah kalori disesuaikan dengan kesanggupan tubuh dalam menggunakannya; cukup protein, mineral dan vitamin dalam makanan; dan menggunakan bahan makanan yang mempunyai indeks glikemik rendah. Menurut Dewi *et al.* (2019) pola 3J (jadwal, jumlah dan jenis makanan) harus diingat bagi penderita diabetes dalam mengatur pola makan sehari-hari. Makanan yang berindeks glikemik lebih rendah adalah makanan yang kaya dengan serat, contohnya sayuran dan buah-buahan. Faktor-faktor kepatuhan menurut Fauzia *et al.* (2020) antara lain faktor intrinsik diantaranya motivasi, keyakinan dan kepribadian, faktor pengetahuan dan faktor sikap. Faktor ekstrinsik diantaranya faktor dukungan keluarga, dan faktor dukungan tenaga kesehatan.

Peneliti berasumsi sebagian besar responden tidak patuh terhadap terapi diet, hal ini disebabkan oleh karena kurangnya motivasi untuk melakukan terapi tersebut yang disebabkan oleh karena adanya kebiasaan terhadap pola makan sehari-hari dengan porsi banyak, tanpa memandang jumlah kalori yang dikonsumsi sehingga pada saat dilakukannya terapi diet menjadikan tindakan tersebut sulit untuk dilakukan. Apalagi jenis makanan yang banyak disukai oleh penderita DM yaitu makanan yang manis-manis dengan porsi banyak, makanan yang mengandung banyak lemak. Sementara itu buah-buahan dan sayur-sayuran jarang dikonsumsi. Meskipun dari pihak rumah sakit memberikan makanan sesuai dengan terapi diet, akan tetapi pasien menambahnya dengan makanan yang didapat dari rumah dengan alasan masih lapar dan badan masih terasa lemas.

Distribusi Frekuensi Perubahan Kadar Gula Darah pada Pasien Diabetes Mellitus di Ruang Rawat Inap RS. Bhayangkara Brimob Kelapa Dua Depok

Berdasarkan hasil penelitian ditemukan bahwa pasien diabetes mellitus sebagian besar dengan perubahan kadar gula darah abnormal sebanyak 25 orang (78,1%).

Sejalan dengan hasil penelitian Nursihhah dan Wijaya (2021) menunjukkan hasil sebagian besar responden dengan kadar gula darah tidak normal sebanyak 71,3%. Begitu juga dengan hasil penelitian Indriyani (2021) menunjukkan hasil bahwa sebagian besar responden dengan kadar gula darah tidak normal sebanyak 83.3% dengan hasil rata-rata 223,4mg/dL. Begitu juga dengan hasil penelitian Jayanti (2019) menunjukkan hasil bahwa sebagian besar gula darah responden tidak normal sebesar 70,4%.

Kadar gula darah yaitu terbentuknya karbohidrat pada makanan yang kemudian disimpan sebagai glikogen pada hati serta otot rangka. Orang yang terkena diabetes melitus ditandai dengan kadar gula darah pada saat puasa diatas atau sama dengan 126 mg/dL. Menurut WHO, kadar gula darah normal ketika puasa 72-126 mg/dl, 90 menit setelah makan: 10 mmol/l atau 180 mg/dl, malam hari : 8 mmol/l atau 144 mg/dl (Suyono, 2021). Faktor yang mempengaruhi kadar gula darah adalah pola makan yang salah, kurangnya aktivitas fisik, stress dan obesitas (Simatupang, 2021).

Peneliti berasumsi sebagian besar responden dengan kadar gula darah tidak normal (abnormal), di mana berdasarkan hasil ditemukan sebagian besar responden dengan kadar gula darah > 126mg/dL. Hal ini disebabkan oleh karena terjadi resistensi insulin yang merupakan turunya kemampuan insulin untuk merangsang pengambilan glukosa oleh jaringan perifer dan untuk menghambat produksi glukosa oleh hati, hal ini menyebabkan terjadinya kadar gula dalam darah pasien meningkat. Beberapa faktor penyebab terjadinya kadar gula dalam darah pasien meningkat disebabkan oleh adanya pola makan yang salah yaitu tingginya karbohidrat yang dikonsumsi, sementara itu aktivitas fisik yang dilakukan kurang, faktor lainnya adalah responden mengalami stress dan adanya obesitas.

Hubungan Terapi Diet terhadap Perubahan Kadar Gula Darah pada Pasien Diabetes Mellitus di Ruang Rawat Inap RS. Bhayangkara Brimob Kelapa Dua Depok

Berdasarkan penelitian menunjukkan nilai $p = 0,010 < 0,05$ yang berarti ada hubungan yang signifikan terapi diet terhadap perubahan kadar gula darah pada

pasien diabetes mellitus di ruang rawat inap RS. Bhayangkara Brimob Kelapa Dua Depok. Nilai OR sebesar 13,125, sehingga dapat dinyatakan bahwa pasien diabetes mellitus yang patuh dalam melakukan terapi diet berpeluang 13,125 kali dengan perubahan kadar gula darah normal dibandingkan pasien diabetes mellitus yang tidak patuh dalam melakukan terapi diet.

Sejalan dengan hasil penelitian widodo (2019) menunjukkan bahwa ada hubungan antara kepatuhan diet dengan kadar gula darah dengan p value 0,000. Hasil penelitian yang sama dilakukan oleh Rahmatiah *et al* (2022) dalam penelitiannya menunjukkan bahwa dari 10 jurnal yang diteliti secara keseluruhan terdapat hubungan antara kepatuhan diet dengan kadar gula darah. Begitu juga dengan hasil penelitian Nursihah dan Wijaya (2021) menunjukkan hasil ada hubungan antara kepatuhan diet dengan kadar gula darah dengan p value 0,000.

Kepatuhan diet adalah ketaatan terhadap makanan dan minuman yang dikonsumsi pasien DM setiap hari untuk menjaga kesehatan dan mempercepat proses penyembuhan. Melaksanakan diet harus sesuai dengan ketentuan yang ada yang sudah ditentukan dari program diet tersebut seperti membatasi dan mengurangi makanan dan minuman yang mengandung banyak gula dan tinggi karbohidrat, makan sesuai dengan jadwal, dan makanan yang masuk harus tepat jumlahnya (Damayanti, 2020). Pengobatan utama diabetes melitus yaitu dengan diet, penderita diabetes melitus harus mengikuti diet yang tepat untuk menghindari komplikasi akut dan kronis.

Pasien tidak akan mengalami komplikasi kronis maupun akut jika mengikuti diet yang benar dan tepat. Komplikasi yang berujung pada

kematian tidak akan terjadi jika pasien mengikuti pola makan dengan benar (Rudini & Sulistiawan, 2019). Niven (2020) mengatakan pasien yang patuh akan mempunyai kontrol glikemik yang lebih baik, dengan kontrol glikemik yang baik dan terus menerus akan dapat mencegah komplikasi akut dan mengurangi resiko komplikasi jangka panjang. Perbaikan kontrol glikemik berhubungan dengan penurunan resiko retinopati, nefropati, dan neuropati. Sebaliknya, bagi pasien yang tidak patuh akan mempengaruhi kontrol glikemiknya menjadi kurang baik bahkan tidak terkontrol, hal ini akan mengakibatkan komplikasi yang mungkin timbul tidak dapat dicegah.

Peneliti berasumsi adanya hubungan antara terapi diet dengan perubahan kadar gula darah pasien DM, hal ini dapat dilihat dari hasil bahwa pasien yang tidak patuh dalam melakukan terapi diet sebagian besar kadar gula darahnya tidak normal, sedangkan pasien yang patuh dalam melakukan terapi diet sebagian besar kadar gula darahnya normal. Terjadi demikian disebabkan oleh karena pasien yang patuh menandakan taat terhadap aturan yang dianjurkan dalam asupan makanan maupun minuman yang harus dikonsumsi. Mereka memiliki motivasi yang tinggi dengan harapan agar cepat sembuh dan segera pulang. Mereka hanya mengkonsumsi makanan yang diberikan oleh pihak rumah sakit sesuai dengan jenis, jumlah, dan jadwal yang ditentukan sehingga terapi diet sesuai dengan aturan.

Lain halnya pada pasien yang tidak patuh dalam melakukan terapi diet, mereka akan menambah asupan makanan yang didapat dari rumah dengan jenis makanan yang manis-manis dan porsi yang banyak sehingga menjadikan kadar gula darah responden menjadi tidak

stabil. Perlu adanya kepatuhan dalam melakukan terapi diet, hal ini disebabkan oleh karena jika tidak patuh dalam melakukan terapi diet maka akan berdampak pada meningkatnya kadar gula darah. Hal ini akan menimbulkan terjadinya komplikasi yang mungkin timbul dan tidak dapat dicegah seperti retinopati, nefropati, dan neuropati.

Salah satu upaya untuk meningkatkan kepatuhan dalam melakukan terapi diet adalah dengan meningkatkan motivasi dalam diri pasien itu sendiri untuk melakukan terapi tersebut dengan harapan agar kadar gula darah dalam tubuh menjadi normal. Upaya lainnya adalah dukungan dari keluarga untuk memberikan motivasi dengan cara mendampingi, memberikan nasehat dan membantu pasien dalam meningkatkan kepercayaan diri bahwa pasien mampu untuk patuh dalam melakukan terapi diet, tidak lupa dukungan dari tenaga kesehatan dalam melakukan pemantauan secara terus-menerus dan memberikan pendidikan kesehatan kepada pasien serta keluarganya dengan harapan agar kadar gula darah pasien menjadi stabil sehingga tidak menimbulkan terjadinya komplikasi.

KESIMPULAN

Sebagian besar pasien diabetes mellitus di ruang rawat inap RS. Bhayangkara Brimob Kelapa Dua Depok tidak patuh dalam melakukan terapi diet sebanyak 71,9%. Sebagian besar pasien diabetes mellitus di ruang rawat inap RS. Bhayangkara Brimob Kelapa Dua Depok dengan perubahan kadar gula darah abnormal sebanyak 78,1%. Ada hubungan terapi diet dengan perubahan kadar gula darah pada pasien diabetes mellitus di ruang rawat inap RS. Bhayangkara Brimob

Kelapa Dua Depok dengan nilai *p value* 0,010.

Saran

Tenaga kesehatan diharapkan dapat menjalin komunikasi terapeutik pada pasien dan keluarganya agar dapat meningkatkan motivasi dalam upaya melakukan terapi diet tersebut sehingga dengan adanya dukungan dari tenaga kesehatan diharapkan dapat menurunkan kadar gula darah pada pasien diabetes melitus.

Pasien diabetes melitus diharapkan dapat patuh melakukan terapi diet, disamping itu diharapkan keluarga dapat memberikan dukungan pada pasien dalam meningkatkan motivasi pasien agar patuh dalam melakukan terapi diet selain menggunakan terapi obat sehingga dapat menurunkan kadar gula darah dan mencegah terjadinya komplikasi yang tidak dapat disembuhkan.

Peneliti selanjutnya diharapkan dapat mengkaji lebih banyak faktor yang berhubungan dengan terjadinya peningkatan kadar gula darah pada pasien DM dengan variabel yang berbeda dan jumlah sampel yang lebih banyak sehingga dapat dijadikan sebagai panduan dalam penelitian berikutnya.

DAFTAR PUSTAKA

- Damayanti, S. (2020). *Diabetes Melitus Dan Penatalaksanaan Keperawatan*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Dewi, T., Amir, A., & Sabir, M. (2019). Kepatuhan Diet Pasien Dm Berdasarkan Tingkat Pengetahuan Dan Dukungan Keluarga. *Media Gizi Pangan*, 25(1), 55-63.
- Dinas Kesehatan Kota Depok. (2022). *Buku Saku Profil Kesehatan Kota Depok Tahun 2021*. Dinas Kesehatan Kota Depok.
- Fauzia, Y., Sari, E., Artini, B. (2020). Gambaran Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kepatuhan Diet Penderita Diabetes Mellitus Di Wilayah Puskesmas Pakis Surabaya. *Jurnal Keperawatan*, 4(2).
- Hasdianah. (2021). *Mengenal Diabetes Mellitus Pada Orang Dewasa Dan Anak Anak Dengan Solusi Herbal*. Yogyakarta : Nuha Medika
- Hastuti, R.T. (2021) *Penatalaksanaan Diabetes Mellitus Terpadu*. Jakarta: Balai Penerbit Fkui
- Hendro, A. P. W. (2017). *Hubungan Antara Kepatuhan Diet Dengan Perubahan Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Melitus Yang Berobat Ke Puskesmas Tawangrejo Kota Madiun* (Doctoral Dissertation, Stikes Bhakti Husada Mulia).
- Indriyani. M. (2021). Hubungan Kepatuhan Diet Dengan Kadar Gula Darah Pada Penderita Diabetes Melitus Di Wilayah Kerja Puskesmas Mranggen 1. *Skripsi*. Prodi S1 Keperawatan Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Islam Sultan Agung Semarang.
- Jayanti. D. P. (2020). Hubungan Kepatuhan Diet Terhadap Kadar Gula Darah Penderita Diabetes Melitus Di Posbindu Wilayah Kerja Puskesmas Sukamerindu Kota Bengkulu. *Skripsi*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia Politeknik Kesehatan Kemenkes Bengkulu Jurusan Gizi Program Studi Diploma Iv.
- Kemenkes Ri P2ptm. (2022). *Cegah, Cegah Dan Cegah: Suara Dunia Perangi Diabetes*. Jakarta: Direktorat Pencegahan Dan Pengendalian Penyakit Tidak Menular Direktorat Jenderal

- Pencegahan Dan Pengendalian Penyakit. Kabupaten Nagara Batin
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2020). *Tetap Produktif, Cegah Dan Atasi Diabetes Mellitus*. Jakarta: Pusat Data Dan Informasi Kementerian Kesehatan Ri.
- Krisnatuti, D., Yenrina, R & Rasjmida, D. (2021). *Diet Sehat Untuk Penderita Diabetes Mellitus*. Jakarta : Penebar Swadaya.
- Niven, N. (2020). *Psikologi Kesehatan: Pengantar Untuk Perawat Dan Tenaga Kesehatan Profesional Lain*. Jakarta: Egc.
- Nursihhah M, Wijaya Ds. (2021). Hubungan Kepatuhan Diet Terhadap Pengendalian Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2. *Jurnal Medika Hutama (Jmh)*. Volume 2 No 3.
- Nursihhah, M. (2021). Hubungan Kepatuhan Diet Terhadap Pengendalian Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2. *Jurnal Medika Hutama*, 2(03 April), 1002-1010.
- Putra, I. W. A., & Berawi, K. N. (2015). Empat Pilar Penatalaksanaan Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2. *Jurnal Majority*, 4(9), 8-12.
- Rahmatiah. S., Basri. M., Baharuddin. K., Khaerunnisa., Yakub. A. S. (2023). Literature Review : Hubungan Kepatuhan Diet Dengan Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Melitus. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Diagnosis*. Vol. 17 (2) Pp. 40-45. Eissn : 2302-2531.
- Rosalina, R. (2019). Peran Informal Keluarga Dalam Pengendalian Kadar Glukosa Darah Pada Penderita Diabetes Mellitus. *Jurnal Ilmu Keperawatan Komunitas*, 1(2).
- Rs Bhayangkara Brimob Kelapa Dua Depok. (2023). *Data Penderita Diabetes Melitus Tahun 2021-2022*. Rs Bhayangkara Brimob Kelapa Dua Depok.
- Rudini D, Sulistiawan, A. (2019). Analisis Pengaruh Kepatuhan Pola Diet Dm Terhadap Kadar Gula Darah Dm Tipe Ii. *Jurnal Ilmu Keperawatan Komunitas*, 1(2).
- Simatupang, R. (2021). *Pedoman Diet Penderita Diabetes Melitus*. Banten: Yayasan Pendidikan Dan Sosial Indonesia Maju (Ypsim).
- Suyono, S. (2021). *Diabetes Mellitus Penatalaksanaan Terpadu*. Jakarta: Fkui
- Widodo. H. A. P. (2019). Hubungan Antara Kepatuhan Diet Dengan Perubahan Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Melitus Yang Berobat Ke Puskesmas Tawangrejo Kota Madiun. *Skripsi*. Prodi Keperawatan Stikes Bhakti Husada Mulia Madiun.
- World Health Organization (Who). (2022). *Diabetes Type 1 And Type 2*. <https://www.who.int/health-topics/diabetes>