

## **PERANAN KONSELING GIZI DALAM PENINGKATAN PENGETAHUAN GIZI DAN KEPATUHAN DIET PASIEN DM**

**Asmarudin Pakhri<sup>1</sup>, Astanti Widiastuti<sup>2</sup>, Manjilala<sup>1</sup>**

<sup>1</sup>Jurusan Gizi, Politeknik Kesehatan Kemenkes, Makassar

<sup>2</sup>Petugas Gizi, RS. Tenriawaru Kab. Bone

Korespondensi : [asmarudinpakhri@poltekkes-mks.ac.id](mailto:asmarudinpakhri@poltekkes-mks.ac.id)

### **ABSTRACT**

Diabetes Mellitus (DM) is a chronic metabolic disorder due to the pancreas not producing enough insulin or the body cannot use insulin produced effectively. National Riskesdas 2018 results show the prevalence of DM has increased from 6.3% in 2013 to 8.5% in 2018. This study used a pre-experimental method to determine the effectiveness of nutritional counseling on nutritional knowledge and diet compliance of DM patients, with the design of the One Group Pretest - Posttest Design. Samples were adult DM patients who were treated in the inpatient room of Tenriawaru Bone Regional General Hospital who were selected by purposive sampling with a total of 20 DM patients hospitalized and who met the criteria. The results showed the majority of the sample of women (75.0%), aged 41-50 years (35.0%), had a history of past elementary education (60.0%) and did not work ie as an IRT (70.0%), the majority of samples suffer from DM for less than 1 year (35.0%). Nutrition knowledge of good category samples by 8 patients (40.0%) increased to 16 patients (80.0%) after being given nutritional counseling and compliant dietary diet compliance as many as 11 patients (55.0%) increased to 16 patients (80, 0%) after being given nutritional counseling ... There is a significant effect of nutritional counseling on nutritional knowledge and diet compliance of DM patients. It is expected that the hospital will place a nutritionist in each inpatient care room so that each patient can be given nutritional counseling

*Keywords: Nutritional Counseling, Knowledge, Diet Compliance and Diabetes Mellitus,*

### **PENDAHULUAN**

Diabetes Mellitus (DM) merupakan gangguan metabolik menahun akibat pankreas tidak memproduksi cukup insulin atau tubuh tidak dapat menggunakan insulin yang diproduksi secara efektif. Insulin adalah hormon yang mengatur keseimbangan kadar gula darah. Akibatnya terjadi peningkatan glukosa didalam darah (hiperglikemia) (Kemenkes RI, 2014).

Prevalensi penderita Diabetes Melitus terus meningkat menempati urutan

keempat terbesar di dunia setelah India, China dan Amerika Serikat. Hasil Riskesdas 2018 secara nasional jumlah penderita DM pada tahun 2013 mencapai 6,3% atau sekitar 8,5 juta penduduk dengan rentang usia 20-79 tahun dan tahun 2018 prevalensi DM mengalami peningkatan menjadi 8,5%.

Penderita DM di lokasi penelitian juga terus meningkat. Hasil pengambilan data awal di RSUD Tenriawaru Bone menunjukkan bahwa prevalensi pasien DM

rawat inap pada tahun 2016 1,03% mengalami peningkatan menjadi 1,42% pada tahun 2017 yang disertai dengan penyakit komplikasi lainnya.

Di Indonesia prevalensi DM tipe 1 masih jarang. Lain halnya DM tipe 2 meliputi 90 % lebih dari semua populasi diabetes. DM tipe 2 disebabkan oleh kegagalan relative sel *B* dan resistensi insulin sehingga berkurang kemampuan insulin merangsang penggunaan glukosa. Adapun faktor resiko DM tipe 2 meliputi riwayat keluarga, obesitas, hipertensi dan kolesterol tinggi (Hardinsyah & Supariasa, 2017).

Salah satu faktor risiko utama yang mempengaruhi terjadinya DM adalah pola makan yang tidak sehat dimana mereka cenderung terus menerus mengkonsumsi karbohidrat dan makanan sumber glukosa secara berlebihan, sehingga dapat menaikkan kadar glukosa darah sehingga perlu adanya pengaturan diet bagi pasien DM dalam mengkonsumsi makanan dan diterapkan dalam kebiasaan makan sehari-hari sesuai kebutuhan tubuh (Indarwati dkk, 2012).

Faktor pengetahuan dan sikap berpengaruh pada kejadian DM. Penelitian Heriansyah (2014) menyatakan pengetahuan responden tentang diet DM pada awalnya rendah yaitu 16,7% namun setelah edukasi meningkat menjadi 91,7%. Dengan peningkatan pengetahuan dan sikap penderita maka kepatuhan diet penderita DM akan meningkat. Penelitian Phitri dkk (2013) tentang hubungan antara pengetahuan dan sikap penderita DM dengan kepatuhan diet DM di RSUD Aji Muhammad Parikesit Samarinda menyatakan bahwa ada hubungan antara pengetahuan dan sikap dengan kepatuhan diet DM.

Apabila pasien patuh dalam pelaksanaan diet maka, penyakit DM dapat terkendali. Konseling gizi pada saat ini dilaksanakan secara konvensional yaitu dengan melakukan anamnesis makanan,

pengkajian masalah gizi, menentukan masalah gizi dan intervensi gizi dengan menentukan jumlah dan jenis makanan yang harus dikonsumsi, kemudian dikomunikasikan kepada klien tanpa memperhatikan kesiapan klien dalam menerima informasi dan intervensi (Citerawati, 2010).

Konseling gizi merupakan proses pemberian dukungan pada penderita yang ditandai hubungan kerjasama antara konselor dengan penderita dalam menentukan prioritas, tujuan, merancang kegiatan dan membimbing kemandirian dalam merawat diri sesuai kondisinya (Hardinsyah dan Supariasa, 2017). Hasil penelitian Talibo dan Leli (2017) Konseling gizi sangat berpengaruh pada penderita DM di RSUD Dr.M.M Dunda Limboto dengan hasil presentase yang baik > 66,7% dari presentase yang telah ditetapkan.

Berdasarkan latar belakang di atas, jumlah penderita DM yang semakin meningkat semakin membuktikan bahwa penyakit DM merupakan masalah kesehatan masyarakat yang serius, maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Pengaruh Pemberian Konseling Gizi terhadap Pengetahuan Gizi dan Kepatuhan Diet Pasien DM di RSUD Tenriawaru Bone”.

## **METODE**

Jenis penelitian ini bersifat pra eksperimen untuk mengetahui efektivitas konseling gizi pada pengetahuan gizi dan kepatuhan diet pasien DM, dengan rancangan *The One Group Pretest – Posttest Design*. Penelitian ini dilaksanakan di RSUD Tenriawaru Bone pada bulan Februari – Mei tahun 2019. Sampel pada penelitian ini adalah pasien DM dewasa yang dirawat di ruang rawat inap RSUD Tenriawaru Bone yang dipilih secara *purposive sampling* dengan jumlah 20 pasien DM rawat inap dan yang memenuhi kriteria.

Pengumpulan data identitas responden, pengetahuan gizi dan kepatuhan diet dengan cara wawancara dengan menggunakan kuesioner yang telah diuji coba. Analisis data secara deskriptif dan analitik dengan menggunakan uji *Wilcoxon* dengan tingkat kepercayaan 95% ( $\alpha = 0,05$ ).

## HASIL

Sampel dalam penelitian ini adalah pasien rawat inap DM tipe 2 dewasa yang belum pernah mendapatkan konseling sebelumnya. Jumlah responden dalam

penelitian ini sebanyak 20 pasien yang dilakukan selama 21 hari. Setiap responden diberikan konseling sebanyak 3 kali dalam jangka waktu 3 hari. Konseling ini menggunakan metode ceramah tanya jawab, dan materi disajikan dalam bentuk leaflet.

Karakteristik sampel pasien DM meliputi jenis kelamin, umur, pendidikan, pekerjaan dan lamanya menderita DM. Jenis kelamin sampel sebagian besar (75,0%) perempuan. Rata umur pasien dapat dilihat pada tabel 1.

Tabel 1  
Distribusi Sampel Berdasarkan Umur Pasien

Umur (Tahun)	n	%
30 – 40	1	5,0
41 – 50	7	35,0
51 – 60	4	20,0
61 – 70	3	15,0
71 – 80	5	25,0
Jumlah	20	100,0

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa sebagian besar sampel berumur 41 – 50 tahun yaitu 7 orang

(35,0%) dan urutan kedua terbesar berumur 71-80 tahun 5 orang (25,0%).

Tabel 2  
Distribusi Sampel Berdasarkan Pendidikan Pasien DM

Pendidikan	n.	%
SD	12	60,0
SMP	2	10,0
SMA	4	20,0
Sarjana	2	10,0
Jumlah	20	100,0

Pendidikan terakhir sampel pada tabel 2, pada umumnya masih kurang yaitu

sebagian besar (60,0%) tamat SD, lainnya tamat SMP dan SMA.

Tabel 3  
Distribusi Sampel Berdasarkan Pekerjaan Pasien

Pekerjaan	n.	%
PNS/POLRI	2	10,0
Wiraswasta	2	10,0
Petani	2	10,0
Ibu rumah tangga	14	70,0
Jumlah	20	100,0

Tabel 3 terlihat pekerjaan sampel sebagian besar (70,0%) tidak bekerja yaitu petani dan wiraswasta.

sebagai Ibu Rumah Tangga dan beberapa sebagai

Tabel 4  
Distribusi Pasien Berdasarkan Lamanya Menderita DM

Lama Menderita	n.	%
< 1 tahun	7	35,0
1 – 4 Tahun	5	25,0
5 - 9 Tahun	4	20,0
➤ 9 Tahun	4	20,0
Jumlah	20	100,0

Berdasarkan hasil penelitian diketahui pada table 4 bahwa sebagian besar sampel menderita Diabetes Melitus <

1 tahun yaitu 7 pasien (35,0%) dan yang kedua terbesar lama menderita 1-4 tahun yaitu 5 pasien atau 25 %.

Tabel 5  
Pengetahuan Gizi Pasien Sebelum dan Sesudah Konseling Gizi

Pengetahuan	Sebelum		Sesudah		Nilai <i>p</i>
	n	%	n.	%	
Baik	8	40,0	16	80,0	0,002
Kurang	12	60,0	4	20,0	
Jumlah	20	100	20	100	

Pada tabel 5 menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan sampel sebelum dilakukan konseling gizi pada kategori kurang sebanyak 12 pasien (60,0%) menurun menjadi 4 pasien (20,0%) setelah diberikan konseling gizi. Sedangkan, pengetahuan gizi responden kategori baik sebanyak 8 pasien (40,0%) meningkat menjadi 16 pasien (80,0%) setelah diberikan konseling gizi.

Hasil analisis uji statistik dengan uji Wilcoxon menunjukkan nilai  $p = 0,002$ . Artinya ada perbedaan yang signifikan pengetahuan gizi pasien DM sebelum dan sesudah diberikan konseling gizi atau dengan kata lain konseling gizi dapat meningkatkan pengetahuan gizi pasien DM.

Tabel 6  
Kepatuhan Diet Pasien Sebelum dan Sesudah Konseling Gizi

Kepatuhan diet	Sebelum		Sesudah		Nilai <i>p</i>
	n	%	n.	%	
Patuh	11	55,0	16	80,0	0,003
Tidak patuh	9	45,0	4	20,0	
Jumlah	20	100	20	100,0	

Pada tabel 6 menunjukkan bahwa kepatuhan diet sampel sebelum dilakukan konseling gizi pada kategori tidak patuh sebanyak 9 pasien (45,0%) menurun menjadi 4 pasien (20,0%) setelah diberikan konseling gizi. Sedangkan, kepatuhan diet sampel yang patuh sebanyak 11 pasien (55,0%) meningkat menjadi 16 pasien (80,0%) setelah diberikan konseling gizi.

Hasil analisis uji statistik dengan uji Wilcoxon menunjukkan nilai  $p = 0,003$ . Artinya ada perbedaan yang signifikan kepatuhan diet pasien DM sebelum dan sesudah diberikan konseling gizi atau dengan kata lain konseling gizi dapat meningkatkan kepatuhan diet pasien DM.

## PEMBAHASAN

Berdasarkan data yang diperoleh di RSUD Tenriawaru Bone diketahui bahwa responden yang memiliki pengetahuan yang baik sebelum diberikan konseling gizi yaitu sebanyak 40,0% dan meningkat menjadi 80,0% setelah diberikan konseling gizi. Peningkatan yang terjadi pada responden disebabkan karena mereka mampu memahami materi konseling yang telah disampaikan, ditandai dengan cara merespon yang baik.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Rahayu H, dkk (2018), yang mengatakan ada perbedaan yang signifikan tingkat pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan konseling gizi dengan rata-rata nilai sebelum konseling gizi yaitu 71,6 meningkat menjadi 74,63 setelah konseling gizi.

Kemudian, berdasarkan data yang diperoleh di RSUD Tenriawaru Bone diketahui bahwa responden yang memiliki tingkat kepatuhan diet yang patuh sebelum diberikan konseling gizi yaitu sebanyak 55,0% meningkat menjadi 80,0% setelah diberikan konseling gizi. Responden yang sudah diberikan konseling gizi namun tetap tidak patuh sebanyak 20,0%, disebabkan karena pasien menganggap makanan rumah sakit dapat memicu kadar gula darah semakin tinggi dan juga disebabkan karena kondisi fisiologis responden yang semakin menurun disertai mual muntah dan nafsu makan yang kurang.

Hal ini sejalan dengan hasil penelitian Nurjannah I, dkk (2017), yang mengatakan ada perubahan yang signifikan kepatuhan pasien sebelum dan sesudah konseling gizi dengan tingkat kepatuhan 20,0% meningkat menjadi 76% di Poli Gizi RSUD Sidoarjo.

Berdasarkan hasil uji statistik dengan menggunakan uji Wilcoxon menunjukkan nilai  $p = 0,002$  yang berarti  $< 0,05$  maka  $H_0$  ditolak sehingga ada perbedaan pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan konseling gizi. Hal ini menunjukkan ada pengaruh pemberian konseling gizi terhadap pengetahuan gizi pasien DM di RSUD Tenriawaru Bone.

Dari penelitian yang dilakukan, responden dengan pengetahuan kurang setelah diberikan konseling gizi sebagian besar belum memahami tentang penatalaksanaan DM dan prinsip diet Diabetes yaitu 3 J (tepat jumlah, jadwal, dan jenis makanan) terutama dalam

pemilihan jenis makanan yang tepat bagi penderita DM. Hal ini juga disebabkan karena pasien menganggap bahwa kadar gula tinggi merupakan kelebihan gula dalam tubuh yang disebabkan oleh sering mengkonsumsi makanan yang manis tanpa mengetahui jenis-jenis makanan sumber karbohidrat yang dapat menaikkan gula darah dengan cepat.

Hal ini sejalan dengan penelitian Haryono S, dkk (2018) menunjukkan pengaruh yang signifikan pendidikan kesehatan tentang diet DM terhadap tingkat pengetahuan responden dengan rata-rata skor pengetahuan sebelum intervensi sebesar 9 meningkat menjadi 14 setelah setelah intervensi. Penelitian ini juga mendukung hasil penelitian Heriansyah (2014) menyatakan ada pengaruh antara edukasi dengan pengetahuan responden baik pada saat pretest sebesar 16,7% dan posttest sebesar 91,7% dengan pendekatan prinsip *Diabetes self-management education* terhadap peningkatan pengetahuan responden.

Kemudian, berdasarkan hasil uji statistik dengan menggunakan uji *Wilcoxon* menunjukkan nilai  $p$  0,003 yang berarti  $<0,05$  maka  $H_0$  ditolak sehingga ada perbedaan tingkat kepatuhan diet sebelum dan sesudah diberikan konseling gizi. Hal ini menunjukkan ada pengaruh pemberian konseling gizi terhadap kepatuhan diet pasien DM di RSUD Tenriawaru Bone.

Hal ini sejalan dengan penelitian Heriansyah (2014) yang menyatakan bahwa ada pengaruh pendidikan kesehatan terhadap kepatuhan pasien DM dengan rata-rata skor responden yang mendapat pendidikan kesehatan 71,05 dibandingkan rata-rata skor responden yang tidak mendapat pendidikan kesehatan sebesar 61,03 dengan nilai  $p$  value = 0,000.

Penelitian yang dilakukan peneliti di RSUD Tenriawaru Bone menyatakan bahwa konseling gizi sangat bermanfaat bagi pasien penderita DM tipe 2

dikarenakan sebagian besar responden mampu memahami materi yang diberikan mengenai diet DM, akan tetapi hal ini juga disesuaikan dengan kondisi fisiologis pasien. Pada dasarnya pengetahuan dan kepatuhan pasien sangat berkaitan satu sama lain, karena semakin tinggi tingkat pengetahuan seseorang maka akan berdampak pada sikap atau kepatuhannya itu sendiri.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Parman DH & Hadriana (2018) yang menyatakan ada hubungan antara tingkat pengetahuan tentang diet DM dengan kepatuhan klien menjalani diet di Ruang Poliklinik Endokrin RSUP DR. Wahidin Sudirohusodo Makassar.

## KESIMPULAN

Pengetahuan gizi pasien DM tipe 2 di ruang rawat inap RSUD Tenriawaru Bone meningkat dari (40,0%) menjadi (80,0%) setelah diberi konseling gizi. Kepatuhan diet pasien DM tipe 2 di ruang rawat inap RSUD Tenriawaru Bone meningkat dari (55,0%) menjadi (80,0%) setelah diberi konseling gizi. Ada Pengaruh yang signifikan antara konseling gizi terhadap tingkat pengetahuan gizi pasien DM tipe 2 di ruang rawat inap RSUD Tenriawaru Bone (Nilai  $p$  = 0,002). Ada Pengaruh yang signifikan antara konseling gizi terhadap tingkat kepatuhan diet pasien DM tipe 2 di ruang rawat inap RSUD Tenriawaru Bone (Nilai  $p$  = 0,003).

## SARAN

Diharapkan agar pihak rumah sakit menempatkan ahli gizi di setiap ruang perawatan rawat inap di RSUD Tenriawaru Bone sehingga setiap pasien dapat diberikan konseling gizi dan pihak Instalasi Gizi Rumah Sakit agar menyiapkan media leaflet yang lebih menarik.

**DAFTAR PUSTAKA**

- Citerawati YW. (2010). *Penyuluhan dan Konseling Gizi*. Jakarta, PT.Abadi.
- Kemkes RI. (2018). *Laporan Hasil Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018*. Jakarta.
- Hardinsyah & Supriasa, 2017. *Ilmu Gizi, Teori dan Aplikasi*. Jakarta, EGC.
- Haryono S, Suryati ES dan Maryam RS. (2018). Pendidikan Kesehatan Terhadap Kepatuhan Pasien Diabetes Melitus di RSUD Bekasi. *ejournal.poltekkes-smg.ac.id*.
- Heriansyah. (2014). Pengaruh Edukasi Dengan Pendekatan Prinsip Diabetes Self Management Education (DSME) Terhadap Kepatuhan Diet Penderita Diabetes Mellitus Type 2. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Diagnosis Vol 4/ 4*.
- Hiswani. (2010) *Peranan Gizi Dalam Diabetes Mellitus*. Skripsi Fakultas Kedokteran Univer Sumut (Diunduh Pada 19 Desember 2018).
- Indarwati D, Riskiana, Rusmariana A dan Hartanti RD. (2012). Hubungan Motivasi dengan Kepatuhan Diet pada Pasien DM di Desa Tangkil Puskesmas Kedungwuni II Pekalongan. *Keprwt STIKES Pekajangan*.
- Kemkes RI. (2014). *Situasi dan Analisis Diabetes*. Kemkes RI: Jakarta.
- Nurjannah I, Ani I dan Bambang GR. (2017). Pengaruh Konseling Gizi Terhadap Kepatuhan Diet Pasien DM Tipe 2 Di Poli Gizi RSUD Sidoarjo. *Journal.poltekkesdepkes-sby.ac.id*.
- Parman, DH dan Hadriana. (2018). Pengetahuan Tentang Diet Diabetes Melitus Berpengaruh Terhadap Kepatuhan Klien Menjalani Diet. Tarakan. *Journal of Borneo Holistik Health, Vol 1/1 Juni 2018*.
- Phitri HE dan Widyaningsih. (2013). Hubungan Antara Pengetahuan dan Sikap dengan Kepatuhan Diet Diabetes Melitus di RSUD AM. Parikesit Samarinda. *Jurnal Keperaw Medikal Bedah. Journal.unimus.ac.id 2103*.
- Rahayu A, Iriyani K dan Dina Lusiana S. (2018). Pengaruh Konseling Gizi Terhadap Pengetahuan dan Pola Asuh Ibu Balita Gizi Kurang. Puskesmas Rapak Tenggara. *Faletehan Health Journal, Maret 2018*.
- Talibo, S.D dan Leli IL. (2017). Gambaran Kosenling Gizi Pada Penderita Diabetes Melitus di RSUD Dr.M.M Dunda Limboto.Gorontalo. *Health and Nutritional Journal Vol. 3 No. 2 Th 2017*.