

STUDI LITERATUR HUBUNGAN KEPATUHAN DIET DENGAN KADAR GULA DARAH PADA PASIEN DIABETES MELLITUS TIPE 2

Literature Study On The Relationship Of Diet Compliance With Blood Sugar Levels In Type 2 Diabetes Mellitus Patients

Sitti Aminah¹, Hartati², Dita Nafira Hidayat³

Poltekkes Kemenkes Makassar

e-mail: sittiaminah@poltekkes-mks.ac.id

Abstrac

Diabetes Mellitus (DM) is a disease that is difficult to cure but can be controlled by managing a healthy lifestyle, regular eating patterns, as well as physical exercise such as exercise, which can control the patient's glucose levels. Aim. The purpose of this study was to identify the relationship between Dietary Compliance with Increased blood sugar levels in patients with Type 2 Diabetes Mellitus. The literature review study method was by taking data through a literature study by tracing the results of scientific publications in the 2013-2020 range using the Google Scholar database. Results. The study showed that there were 13 articles identified and published in 2013-2020. There were 7 articles out of 13 articles that met the inclusion criteria. The study identified the relationship between Dietary Compliance with Blood Sugar Levels in patients with type 2 diabetes mellitus. The conclusion from this study is that diet is one of the five pillars of diabetes mellitus control. Adherence to diet is one of the factors to stabilize blood sugar levels to normal and prevent complications. The factors that make a person disobedient to the diabetes mellitus diet are lack of knowledge about diabetes mellitus, beliefs, and beliefs about diabetes mellitus

Keyword: Diet Adherence, Blood Sugar Level, DM type 2

ABSTRAK

Diabetes Mellitus (DM) adalah penyakit yang sulit disembuhkan tapi dapat dikontrol dengan mengatur pola hidup yang sehat, pola makan yang teratur juga latihan fisik seperti olahraga dapat mengendalikan kadar glukosa pasien. **Tujuan** dari penelitian ini adalah untuk mengidentifikasi hubungan antara Kepatuhan Diet dengan Peningkatan kadar gula darah pada pasien Diabetes Mellitus tipe 2. **Metode studi literature review** yaitu dengan pengambilan data yang dilakukan melalui studi pustaka dengan cara melakukan penelusuran hasil publikasi ilmiah dengan rentang tahun 2013-2020 dengan menggunakan database Google scholar. **Hasil** penelitian menunjukkan terdapat 13 artikel teridentifikasi dan dipublikasikan pada tahun 2013- 2020. Terdapat 7 artikel dari 13 artikel yang memenuhi kriteria inklusi. Penelitian tersebut mengidentifikasi hubungan antara Kepatuhan Diet dengan Kadar Gula Darah pada pasien Diabetes mellitus tipe 2. **Kesimpulan** dari penelitian ini adalah Diet merupakan salah satu dari lima pilar pengendalian diabetes mellitus. Kepatuhan dalam diet merupakan salah satu faktor untuk menstabilkan kadar gula dalam darah menjadi normal dan mencegah komplikasi. Adapun faktor yang membuat seseorang tidak patuh terhadap diet diabetes melitus adalah kurangnya pengetahuan terhadap penyakit diabetes mellitus, keyakinan, dan kepercayaan terhadap penyakit diabetes mellitus.

Kata kunci : Kepatuhan Diet, Kadar Gula Darah, DM type 2

PENDAHULUAN

Diabetes mellitus merupakan penyakit kronis yang membutuhkan kemampuan individu tersebut agar patuh terhadap penatalaksanaan penyakitnya yang telah dianjurkan tenaga medis (Nuari,2017). Seseorang yang menderita diabetes, mengalami gangguan keseimbangan antara transportasi gula menuju sel, gula yang ada di hati dan gula yang di keluarkan dari hati. Sehingga, terjadi peningkatan kadar gula dalam darah. Akibatnya, urine menjadi berlebih juga mengandung gula. Hal ini terjadi karena dua factor. Yang pertama, pankreas tidak dapat memproduksi insulin dan yang kedua sel tidak mampu memberi respon pada kerja insulin sebagai kunci untuk membuka pintu sel agar gula tidak masuk ke dalam sel. (Tandra,2018)

Berdasarkan dari data surveilans penyakit tidak menular Bidang P2PL, kasus baru DM di Kota Makassar tahun 2015 yaitu 21.018 kasus (laki-laki:8.457, perempuan:12.561), sedangkan kasus lama yaitu 57.087 (laki-laki:23.395, perempuan :33.692). Adapun kematian akibat DM terdapat 811 (laki-laki :450, perempuan :361) disepanjang tahun 2015. (Profil Kesehatan Kota Makassar 2015, 2016).

Purwandari (2017) dalam Simbolon, dkk (2019) mengatakan Kepatuhan dalam melaksanakan diet dibutuhkan minat atau keinginan bagi penderita diabetes. Minat dan keinginan untuk mendapatkan tubuh yang sehat adalah kekuatan terbesar dari dalam individu untuk melaksanakan diet diabetes mellitus.

METODE

Pada penelitian Studi literatur ini peneliti mengumpulkan beberapa jurnal lalu mengambil jurnal yang sesuai kasus dan terpercaya. Review studi literatur ini dilakukan untuk mengetahui hubungan antara kepatuhan diet dengan kadar gula darah pada pasien diabetes mellitus tipe 2. Kriteria jurnal yang digunakan yaitu berisi tentang kepatuhan diet dan kadar gula darah serta literature berupa studi kualitatif. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan study pustaka yaitu dengan melakukan penelusuran hasil dari publikasi ilmiah terpercaya pada rentang waktu 2013-2020 menggunakan database Google Scholar. Yang hasilnya dari penelusuran dianalisis dan disimpulkan. Variabel penelitian yang digunakan dalam studi literatur ini adalah Variabel Independen yaitu Kepatuhan Diet dan Variabel Dependen yaitu Kadar Gula Darah. Hasil penelitian menunjukkan terdapat 17 artikel teridentifikasi dan dipublikasikan pada tahun 2013- 2020. Terdapat 7 artikel dari 17 artikel yang memenuhi kriteria inklusi. Penelitian tersebut mengidentifikasi hubungan antara Kepatuhan Diet dengan Kadar Gula Darah pada pasien Diabetes mellitus tipe 2

HASIL

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Herni Trilestasi & Edy Suprayitno (2016) pada 62 responden menunjukkan nilai koefisien korelasi Kendall Tau sebesar 0,001. Nilai ($p < 0,05$). Terdapat hubungan antara perilaku diet dengan tingkat kadar gula darah sewaktu pada penderita Diabetes Mellitus di Ambarketawang Yogyakarta.

Hasil penelitian yang dilakukan Sri Linggom M.S & Suriani Ginting (2019) pada 44 responden diperoleh bahwa Ada hubungan yang bermakna antara kepatuhan diet dengan kadar gula darah penderita diabetes mellitus di Puskesmas Rawat-Inap Tanjung Morawa-Kec.Tanjung Morawa di lihat dari hasil uji Spearman Rho didapatkan nilai $p = 0,000$

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Yohanes Wahyu Nugroho & Nugroho Priyo Handono (2016) pada 65 respondent menunjukkan bahwa hasil uji Chi Square didapatkan 43, 384 dengan p-value sebesar 0,000 sehingga dinyatakan terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat kepatuhan diet dengan kadar glukosa darah pada pasien DM di Kelurahan Bulusulur.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Reni Astari,dkk (2016) pada 68 Responden menggunakan uji alternatif Fisher menghasilkan nilai $p = 0,000$ yaitu terdapat hubungan antara kepatuhan terapi diet dan kadar gula darah puasa pada penderita diabetes melitus tipe 2 di wilayah kerja Puskesmas Purnama Pontianak

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Reni Febriana,dkk (2013) kepatuhan diit pasien diabetes

mellitus tipe 2 tergolong tidak patuh ada 71 orang dan patuh 25 orang. Hasil uji statistik menggunakan uji chi-square didapatkan nilai probabilitasnya ($p=0,001$). Terdapat hubungan antara kepatuhan diit dengan kadar gula darah sewaktu pada pasien diabetes melitus tipe 2 di rawat inap RSUD Sukoharjo.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Lisa Astuti & Ruhana (2018) didapatkan ada hubungan antara kepatuhan diet DM dengan tingkat kadar gula darah ($r = -0,421$.) uji statistik menunjukkan nilai signifikan dari pengukuran minggu pertama hingga keempat ($p=0,021$). Negatif artinya, semakin patuh pasien terhadap diet DM, maka dapat menjaga kadar gula darahnya atau terkontrol. Hubungan negative itu dikatakan signifikan karena mempunyai nilai $sig < 0,05$

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Priharyanti W, dkk (2017) menunjukkan bahwa Karakteristik umur responden sebagian besar umur 36-40 tahun sebanyak 15 (48,4%), pendidikan SMA sebanyak 10 (32,3%), pekerjaan swasta sebanyak 11 (35,5%). Kepatuhan diit kategori tidak patuh sebanyak 17 (54,8%), gula darah sewaktu kategori buruk sebanyak 23 (74,2%), sehingga didapatkan nilai koefisien korelasi $\rho = 0,575$ p value = 0,001 < 0,05. Kesimpulan: H_a diterima, H_0 ditolak, sehingga ada hubungan kepatuhan diit dengan kadar gula darah sewaktu pada pasien diabetes mellitus tipe 2.

PEMBAHASAN

Penderita DM harus menjaga glukosa didalam darah tetap seimbang agar tidak terjadi hipoglikemi atau hiperglikemi. Keadaan kadar glukosa dalam darah rendah dapat menyebabkan hipoglikemi dan koma. risiko kematian bisa terjadi apabila keadaan ini tidak segera diobati. Keadaan hipoglikemi yang lebih berat dapat menyebabkan berkurangnya pasokan glukosa ke otak yang akan menyebabkan pusing, bingung, lelah, lemah, sakit kepala, tidak mampu berkonsentrasi, gangguan penglihatan, kejang dan koma. Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui hubungan perilaku diet dengan tingkat kadar gula darah sewaktu pada penderita Diabetes Mellitus tipe II di Ambarketawang Yogyakarta. Populasi dalam penelitian ini adalah penderita DM tipe II yang bertempat tinggal di Ambarketawang yang berjumlah 163 orang. Penelitian ini menggunakan sampel penderita DM tipe II yang bertempat tinggal di Ambarketawang. Cara pengambilan sampel yang akan dilakukan oleh peneliti adalah teknik non-probability sampling dengan model sampling purposive. Analisis data menggunakan Kendall Tau. Hasil penelitian menunjukkan nilai koefisien korelasi Kendall Tau sebesar 0,001. Nilai ($p < 0,05$). Terdapat hubungan antara perilaku diet dengan tingkat kadar gula darah sewaktu pada penderita Diabetes Mellitus di Ambarketawang Yogyakarta. (Herni Trilestari & Edy Suprayitno , 2016)

Dengan adanya kerjasama antar anggota keluarga maka ketaatan terhadap program-program medis menjadi lebih tinggi termasuk didalamnya kepatuhan diet. Tujuan menjalankan perilaku patuh terhadap diet yaitu membiasakan diri untuk makan tepat waktu agar tidak terjadi perubahan pada kadar glukosa darah. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan kepatuhan diet dengan kadar gula darah sewaktu pada pasien diabetes melitus tipe 2 di rawat inap RSUD Sukoharjo. Metode penelitian ini yaitu cross sectional analitik observasional dilakukan di rawat inap RSUD Sukoharjo pada bulan Oktober – November 2013. Subjek penelitian adalah pasien diabetes melitus tipe 2 yang di rawat inap di RSUD Sukoharjo. Hasil penelitian yaitu Kepatuhan diet pasien diabetes melitus tipe 2 tergolong tidak patuh ada 71 orang dan patuh 25 orang. Hasil uji statistik menggunakan uji chi-square didapatkan nilai probabilitasnya ($p=0,001$). Kesimpulannya terdapat hubungan antara kepatuhan diet dengan kadar gula darah sewaktu pada pasien diabetes melitus tipe 2 di rawat inap RSUD Sukoharjo. (Reni Febriana, Dkk 2013)

Kepatuhan dalam diet merupakan salah satu faktor untuk menstabilkan kadar gula dalam darah menjadi normal dan mencegah komplikasi. Adapun faktor yang mempengaruhi seseorang tidak patuh terhadap diet diabetes melitus adalah kurangnya pengetahuan terhadap penyakit diabetes melitus, keyakinan, dan kepercayaan terhadap

penyakit diabetes mellitus. Metode penelitian ini adalah kuantitatif deskriptif korelasional, dengan menggunakan pendekatan cross sectional, dan menggunakan teknik sampling accidental sampling. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan kepatuhan diet dengan kadar gula darah sewaktu. Hasil penelitian menunjukkan bahwa Karakteristik umur responden sebagian besar umur 36-40 tahun sebanyak 15 (48,4%), pendidikan SMA sebanyak 10 (32,3%), pekerjaan swasta sebanyak 11 (35,5%). Kepatuhan diet kategori tidak patuh sebanyak 17 (54,8%), gula darah sewaktu kategori buruk sebanyak 23 (74,2%), sehingga didapatkan nilai koefisien korelasi $\rho = 0,575$ $p \text{ value} = 0,001 < 0,05$. Kesimpulannya H_a diterima, H_0 ditolak, sehingga ada hubungan kepatuhan diet dengan kadar gula darah sewaktu pada pasien diabetes mellitus tipe 2. (Priharyanti W dkk, 2017)

KESIMPULAN

Diet merupakan salah satu dari lima pilar pengendalian diabetes mellitus. Kepatuhan dalam diet merupakan salah satu faktor untuk menstabilkan kadar gula dalam darah menjadi normal dan mencegah komplikasi. Faktor yang membuat seseorang tidak patuh terhadap diet diabetes melitus adalah kurangnya pengetahuan terhadap penyakit diabetes mellitus, keyakinan, dan kepercayaan terhadap penyakit diabetes mellitus.

DAFTAR PUSTAKA

- Almaini & Heriyanto. 2019. Pengaruh Kepatuhan Diet, Aktivitas Fisik dan Pengobatan dengan Perubahan Kadar Gula Darah pada Pasien Diabetes Mellitus Suku Rejang. *[Jurnal] Poltekkes Kemenkes Bengkulu*.
- Astari, Rani dkk (2016). Hubungan Antara Kepatuhan Terapi Diet dan Kadar Gula Darah Puasa Pada Penderita Diabetes Mellitus Tipe 2 di Wilayah Kerja Puskesmas Purnama Pontianak *[Jurnal] Fakultas Kedokteran Universitas Tanjung Pura*
<https://media.neliti.com/media/publications/194084-ID-hubungan-antara-kepatuhan-terapi-diet-da.pdf>
- Astuti, Lisa & Ruhyana (2018). Hubungan Kepatuhan Diet dengan Kadar Gula Darah Pasien DM Kelompok persadia RS PKU Muhammadiyah Gamping Yogyakarta. *[Jurnal] Studi Ilmu Keperawatan UNISA Yogyakarta*
<http://digilib.unisayogya.ac.id/3945/1/NASPUB%20lisa.pdf>
- Buchbinder & Shanks. (2017). *Buku Ajar Manajemen Pelayanan Kesehatan*. Jakarta : EGC
- David, Dkk .2018. Hubungan Antara Status Gizi, Kepatuhan Diet DM dengan Kadar Glukosa darah pada Penderita Diabetes Mellitus di RSUD Kota Makassar. *[Jurnal] Stikes Nani Hasanuddin Makassar*
- Dinas kesehatan provinsi Sulawesi Selatan Makassar, 2018." *Profil Kesehatan Provinsi Sulawesi Selatan*" Hal 66-72
- Donsu, J, D, T. (2016). *Metodologi Penelitian Keperawatan*. Yogyakarta : Pustaka Baru Press
- Dorland, W.A Newman (2010). *Kamus Kedokteran Dorland Ed.31 (Alih Bahasa: Albertus Agung Mahode)*. Jakarta : EGC
- Febriana, Reni, dkk (2014). Hubungan Kepatuhan Diet dengan Kadar Gula Darah Sewaktu Pada Pasien Diabetes Mellitus tipe 2 di Rawat INAP RSUD Sukoharjo. *[Jurnal] Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Surakarta* http://eprints.ums.ac.id/28060/1/NASKAH_PUBLIKASI.pdf

- Haryono,dkk. 2018. Pendidikan Kesehatan tentang Diet Terhadap Kepatuhan Pasien Diabetes Mellitus. *[Jurnal Keperawatan Poltekkes Kemenkes Jakarta III]*
- Hestiana,D,W. 2017. Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Kepatuhan Dalam Pengelolaan Diet Pada Pasien Rawat Jalan Diabetes Mellitus Tipe 2 Di Kota Semarang. *[Jurnal]*
- Novitasari,Retno. (2017). *Diabetes Mellitus*. Yogyakarta : Nuha Medika
- Nugroho Priyo (2016). Hubungan Kepatuhan Diet Terhadap Kadar Glukosa Darah pada Penderita Diabetes Mellitus di Kelurahan Bulusur. *[Jurnal] Akper Giri Satria Husana Wonogiri*.
<http://journal.akpergshwng.ac.id/index.php/gsh/article/view/39/34>
- Profil Kesehatan Kota Makassar,2015 "Penyakit Tidak Menular Bidang P2PL. Hal.59
- Siahan, Sri Linggom Martaul & Ginting,Suriani (2019) Hubungan Kepatuhan Diet dengan Kadar Gula Darah Penderita Diabetes Melitus di Puskesmas Rawat-Inap Tanjung Moraw-Kec Tanjung Morawa. *[jurnal Program Diploma DIII Keperawatan Poltekkes Medan]*
<http://repo.poltekkesmedan.ac.id/jspui/bitstream/123456789/2178/1/JURNAL%20SRI%20LINGGOM.pdf>
- Simbolo, dkk. 2019. Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kepatuhan Diet pada Penderita Diabetes Mellitus Tipe 2 di Puskesmas Kecamatan Pasar Minggu Tahun 2018. *[jurnal] Universitas Indonesia*
- Soegondo,dkk. (2019). *Penatalaksanaan Diabetes Mellitus Terpadu*. Jakarta : Balai Penerbit FKUI
- Sugiyono.(2016). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung : Alva Beta CV
- Syamsiah,Nur. (2017). *Berdamai dengan Diabetes*. Jakarta : Bumi Medika
- Tandra,Hans. (2018). *Segala Sesuatu yang Harus Anda Ketahui tentang Diabetes*. Jakarta : PT. Gramedia Pustaka Utama
- Trilestari, Herni & Suprayitno, Edy (2016). Hubungan Perilaku Diet dengan Tingkat Kadar Gula Darah Sewaktu pada Penderita Diabetes Mellitus Tipe 2 di Ambarketawang Yogyakarta *[Jurnal] Studi Ilmu Keperawatan. Universitas Aisyiyah Yogyakarta*
[http://digilib2.unisayogya.ac.id/xmlui/bitstream/handle/123456789/2173/NASKAH%20PUBLIKASI%20HERNI%20TRILESTARI\(201210201103\).pdf?sequence=1](http://digilib2.unisayogya.ac.id/xmlui/bitstream/handle/123456789/2173/NASKAH%20PUBLIKASI%20HERNI%20TRILESTARI(201210201103).pdf?sequence=1)
- Wulandari,P dkk (2017). Hubungan Kepatuhan Diet dengan Kadar Gula Darah Sewaktu pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 di Ruang Anggrek RSUD Tugurejo Semarang. *[Jurnal] Stikes Widya Husada Semarang*
<http://stikeswh.ac.id:8082/journal/index.php/jners/article/download/144/135>