

MANAJEMEN KEPATUHAN DIET GUNA MENINGKATKAN KUALITAS HIDUP PASIEN DIABETES MELLITUS TIPE 2

Titis Nurhidayah, Noor Diani, Rismia Agustina

Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Lambung Mangkurat, Jl A. Yani Km 36, Banjarbaru, 70714

Email Korespondensi: titisnurhidayah96@gmail.com

ABSTRAK

Diabetes mellitus tipe 2 adalah terjadinya hiperglikemi akibat resistensi insulin, tujuan utama pengobatan diabetes mellitus adalah untuk mengendalikan glukosa darah, dan salah satu caranya yaitu dengan kepatuhan diet. Kualitas hidup adalah hal yang penting dalam kesehatan, dan sebagai tujuan akhir dari intervensi kesehatan. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan kepatuhan diet dengan kualitas hidup pasien diabetes mellitus tipe 2. Desain penelitian ini adalah korelasi. Sampel diambil sebanyak 37 responden dengan *accidental sampling*, kemudian dilakukan analisis data menggunakan uji *chi-square*. Instrumen penelitian menggunakan kuesioner kepatuhan diet dan WHOQOL-BREF. Hasil analisis menunjukkan nilai signifikan $p=0,028 < 0,05$ sehingga H_0 ditolak. Artinya ada hubungan antara kepatuhan diet dan kualitas hidup pasien diabetes mellitus tipe 2. Hal ini menunjukkan tingkat kepatuhan diet dapat mempengaruhi kualitas hidup pasien diabetes mellitus tipe 2 di RSUD Ratu Zaalecha Martapura.

Kata kunci: diabetes mellitus tipe 2, kepatuhan diet, kualitas hidup

ABSTRACT

Diabetes mellitus type 2 is the occurrence of hyperglycemia due to insulin resistance, the primary goal of treatment is through dietary adherence. The quality of life is important in health, and as the ultimate goal of health intervention. The aim of this study to analyze the relationship between diet compliance and the quality of life diabetes mellitus type 2 in Ratu Zalecha Hospital Martapura. The design of this study was correlation. There were 37 respondents took as samples with accidental sampling, then the data analysis was done by using chi-square test. The study instrument used dietary compliance questionnaires and WHOQOL-BREF. The result analysis obtained significant value $p=0,028 < 0,005$, so H_0 rejected. Furthermore, there was a relationship between quality of life and dietary adherence of diabetes mellitus type 2. This was indicates that the level of dietary adherence can effect quality of life the patients diabetes mellitus type 2 in Ratu Zalecha Hospital Martapura.

Keywords: diabetes mellitus type 2, diet compliance, quality of life

PENDAHULUAN

Diabetes mellitus terjadi ketika karbohidrat, protein, dan metabolisme lemak terganggu akibat resistensi insulin, hal itu dikategorikan ke dalam diabetes mellitus tipe 2, sedangkan jika terjadi defisiensi insulin, maka hal tersebut dikategorikan diabetes mellitus tipe 1, hal tersebut karena tidak dapat digunakannya glukosa sebagai energi dan juga tidak bisa berakumulasi di dalam darah, kemudian mengarah kepada *hyperglycemia* dan juga mengakibatkan terjadinya *glikosuria*¹. Diabetes mellitus mengalami peningkatan yaitu 2,1% dibandingkan dengan kasus diabetes mellitus pada tahun 2007 yaitu 1,1%, sedangkan di Provinsi Kalimantan Selatan prevalensi diabetes mellitus menjadi urutan kedua yaitu 1,4% di Pulau Kalimantan².

Penyakit diabetes mellitus tipe 2 menjadi penyebab hingga 70-80% resiko komplikasi dan kematian jika tidak ditangani dengan baik, sehinggakunciutamadari penanganan diabetes mellitus, terutama diabetes mellitus tipe 2 yaitu terapi diet dan modifikasi gaya hidup lain, yang bertujuan untuk mengurangi berat badan pada pasien obesitas dan juga meningkatkan control gula darah³. Didapatkan juga data dari *Diabetes Control and Complication Trial* (DCCT) bahwa komplikasi kronik pada penyakit diabetes mellitus akan mengalami penurunan berkisar antara 20-30% dengan cara pengendalian diabetes mellitus yang baik yaitu dengan olahraga, edukasi, kepatuhan pengobatan, dan juga diet⁴. Pengelolaan diet diabetes mellitus tidak akan tercapai tanpa disertai kepatuhan pasien, sehingga perilaku

patuh tersebut akan berdampak pada kualitas hidup yang baik dibandingkan dengan pasien diabetes mellitus yang kurang patuh⁵. Kualitas hidup penderita diabetes mellitus secara umum adalah perasaan puas dan bahagia akan hidup⁶. Penderita diabetes mellitus perlu dilakukan pengukuran kualitas hidup karena salah satu tujuan perawatan merupakan kualitas hidup, karena kualitas hidup yang rendah mengakibatkan terjadinya komplikasi yang semakin parah sehingga⁷ terjadi kecacatan hingga kematian⁷. Komplikasi juga diabetes mellitus sangat mempengaruhi kualitas hidup⁸.

METODE PENELITIAN

Desain penelitian ini adalah korelasi. Sampel diambil sebanyak 37 responden dengan *accidental sampling*, kemudian dilakukan analisis data menggunakan uji *chi-square*. Instrumen penelitian menggunakan kuesioner kepatuhan diet dan kuesioner kualitas hidup dari WHOQOL-BREF. Penelitian dilakukan sejak November 2017 hingga januari 2018 dengan wawancara.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Karakteristik responden

Tabel 1 Distribusi Usia Responden di RSUD Ratu Zalecha Martapura bulan Desember 2017-Januari 2018 (n=37)

Varia bel	Me an	Medi an	Mo dus	M in	Ma x
Usia	54	52	50	33	78

Berdasarkan hasil penelitian pada table 1 tentang usia responden di RSUD Ratu Zalecha Martapura yaitu sebagian besar responden

berumur 50 tahun. Hal tersebut dikarenakan usia menjadi faktor resiko terjadinya insulin, dikarenakan penurunan fungsi endokrin sehingga menyebabkan menurunnya sensitivitas insulin.

Di Indonesia proporsi diabetes mellitus meningkat seiring bertambahnya usia, yaitu pada usia 55-64 tahun memiliki proporsi yang lebih tinggi dan kemudian diikuti dengan kelompok usia 45-54 tahun⁹. Hal ini juga serupa dengan wilayah Kalimantan Selatan, bahwa prevalensi penyakit diabetes mellitus mengalami peningkatan seiring bertambahnya usia¹⁰. Di Indonesia kelompok usia setelah 64 tahun mengalami penurunan prevalensi penyakit diabetes mellitus, sedangkan di Kalimantan Selatan sendiri prevalensi penyakit diabetes mellitus mengalami penurunan pada usia lebih dari 75 tahun⁹. Seperti halnya penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti bahwa usia 78 tahun hanya berjumlah 1 responden.

Tabel 2 Karakteristik Responden Penelitian di RSUD Ratu Zalecha Martapura Bulan Desember 2017-Januari 2018 (n=37)

Karakteristik Responden	n	%
Jenis Kelamin		
Pria	11	29,7
Wanita	26	70,3
Total	37	100
Pendidikan		
Tidak Sekolah	2	5,4
SD/MI/Sederajat	11	29,7
SMP/MTs/Sederajat	9	24,3
SMA/MA/Sederajat	11	29,7
Perguruan Tinggi	4	10,8
Total	37	100
Pekerjaan		
Tidak Bekerja	16	43,2
Buruh	2	5,4
Petani	4	10,8

Wiraswasta	7	18,9
Pegawai Swasta	2	5,4
PNS/TNI	4	10,8
Lain-lain	2	5,4
Total	37	100
Lama Menderita		
<1 tahun	6	16,2
1-3 tahun	4	10,8
3-5 tahun	8	21,6
>5 tahun	19	51,4
Total	37	100

Berdasarkan hasil penelitian pada table 2 tentang karakteristik responden di RSUD Ratu Zalecha Martapura yaitu sebagian besar responden berjenis kelamin wanita berjumlah 26 responden (70,3%), hal tersebut kemungkinan untuk pasien diabetes mellitus yang berjenis kelamin pria tidak terkaji. Pada saat dilakukan penelitian didapatkan beberapa pasien diabetes mellitus datang ke Rumah Sakit Ratu Zalecha melainkan keluarganya yang mengambilkan obat, dikarenakan keterbatasan fisik pasien diabetes mellitus.

Pendidikan terakhir SD/MI/Sederajat dan SMA/MA/Sejarah berjumlah 11 responden (29,7%), orang yang tingkat pendidikannya tinggi biasanya akan memiliki banyak pengetahuan terutama tentang kesehatan. Ketika seseorang memiliki pengetahuan yang baik, maka seseorang tersebut akan memiliki kesadaran dalam menjaga kesehatannya.

Tidak bekerja berjumlah 16 responden (43,2%), pada saat dilakukan penelitian banyak pasien yang sudah tidak bekerja dikarenakan usia mereka dan diantaranya sudah pension dan juga ikut dengan anak mereka.

Lama menderita >5 tahun berjumlah 19 responden (51,4%), lama menderita diabetes mellitus ini berkaitan dengan terjadinya

komplikasi diabetes mellitus, komplikasi jangka pendek maupun komplikasi akut dan juga kronik, lama menderita mempunyai hubungan yang sangat bermakna dengan kejadian komplikasi yaitu penyakit jantung koroner¹¹.

Tabel 3 karakteristik kepatuhan diet pasien diabetes mellitus tipe 2 di RSUD Ratu Zalecha Martapura Bulan Desember 2017-Januari 2018 (n=37)

Komponen	Frek	%
Patuh	11	29,7
Tidak Patuh	26	70,3
Total	37	100

Berdasarkan hasil penelitian pada table 3 tentang karakteristik kepatuhan diet pasien diabetes mellitus tipe 2 di RSUD Ratu Zalecha Martapura, yaitu sebagian besar pasien tidak patuh terhadap diet yang berjumlah 26 responden (70,3%). Pertanyaan dengan rata-rata terendah yaitu terdapat pada makanan yang dikonsumsi dalam jumlah sedikit tapi sering, dan rata-rata responden menjawab tidak pernah atau kadang-kadang dikarenakan sebagian besar responden mengatakan bahwa mereka makan sesuai dengan nafsu makan mereka atau hanya dua kali dalam sehari, terutama pada pasien lansia, mereka mengatakan bahwa mereka jarang memiliki nafsu makan yang baik sehingga mereka makan ketika mereka sedang nafsu makan saja dan dalam jumlah yang sedikit.

Pada data kepatuhan diet didapatkan bahwa responden yang tidak patuh terhadap dietnya karena dipengaruhi beberapa faktor demografi pasien, yaitu pada responden dengan usia lebih dari 60 tahun keatas seperti responden dengan umur 64, 65 dan 78 tahun kepatuhan dietnya tidak patuh,

kemudian responden dengan tingkat pendidikan rendah yaitu pada tingkat pendidikan SD dan juga responden dengan tidak sekolah sebagian besar tidak patuh terhadap dietnya, namun dari data yang didapat terdapat responden dengan pendidikan terakhir perguruan tinggi tidak patuh terhadap dietnya, kemungkinan dikarenakan faktor lain, seperti motivasi diri, karena motivasi diri juga dapat mempengaruhi kepatuhan diet¹².

Tabel 4 Karakteristik kualitas hidup pasien diabetes mellitus tipe 2 di RSUD Ratu Zalecha Martapura Bulan Desember 2017-Januari 2018 (n=37)

Komponen	Frek	%
Kualitas Hidup Baik	20	54,1
Kualitas Hidup Kurang Baik	17	45,9
Total	37	100

Berdasarkan hasil penelitian pada table 4 tentang kualitas hidup pasien diabetes mellitus tipe 2 di RSUD Ratu Zalecha Martapura, yaitu sebagian besar pasien kualitas hidup baik yang berjumlah 20 (54,1%). Pada kualitas hidup, pertanyaan dengan rata-rata tertinggi yaitu pada pertanyaan tentang kepuasan dengan alat transportasi yang dikendarai, sebagian besar responden mengatakan puas dikarenakan sebagian besar responden menggunakan kendaraan bermotor untuk bepergian, sehingga mereka tidak merasa kesulitan dalam hal transportasi.

Pada saat dilakukan penelitian, pada responden yang kualitas hidupnya kurang, hal tersebut dikarenakan penyakit yang sedang diderita dan juga keterbatasan fisik mereka, dan pada responden dengan kualitas hidup yang baik, sebagian

besar mengatakan bahwa mereka tetap menerima dan mensyukuri yang mereka dapatkan sekarang. Untuk kualitas hidup pasien diabetes mellitus sendiri juga dikarenakan beberapa faktor demografi seperti usia responden, dimana sebagian besar umur responden lebih dari 50 tahun kualitas hidupnya kurang baik, dan tingkat pendidikan juga dapat mempengaruhi kualitas hidup pasien, dimana responden dengan tingkat pendidikan rendah cenderung kualitas hidupnya juga rendah, namun hal tersebut tetap bervariasi, untuk pasien dengan lama menderita justru kualitas hidupnya bervariasi, dikarenakan responden dengan lama menderita lebih dari 5 tahun merasa sudah terbiasa dengan keadaan yang dialami, sehingga mereka menerima keadaan mereka saat ini.

Kualitas hidup adalah sebuah konsep yang sangat subjektif dan multidimensional dengan status kognitif, kepuasan, dan juga kebahagiaan emosional. Kualitas hidup yang buruk dikaitkan dengan mengabaikan perawatan diri termasuk memprediksi kemampuan seseorang untuk perawatan diri. Faktor-faktor yang dapat mempengaruhi kualitas hidup yaitu pengobatan, faktor kognitif, keyakinan dan sikap, dan juga faktor demografi¹.

Tabel 5 Analisis Hubungan Kepatuhan Diet dengan Kualitas Hidup Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 di RSUD Ratu Zalecha Martapura (n=37)

Kepatuhan Diet	Kualitas Hidup		Total	p-value
	Baik	Kurang		
	N	N	N	
%	%	%		

Patuh	9	2	11	0,028
	24,3	5,4	29,7	
Tidak	11	15	26	0,028
	29,7	40,5	70,3	
Jumlah	20	17	37	
	54,1	45,9	100	

Berdasarkan hasil penelitian pada table 5.5 terlihat bahwa nilai *p-value* (0,028) < 0,05 maka keputusan statistiknya yaitu H_0 ditolak, artinya ada perbedaan proporsi antara kepatuhan diet dengan kualitas hidup pasien diabetes mellitus tipe 2 di RSUD Ratu Zalecha Martapura, dengan kata lain ada hubungan kepatuhan diet dengan kualitas hidup pasien diabetes mellitus di RSUD Ratu Zalecha Martapura.

Hal tersebut sejalan dengan penelitian serupa bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara kepatuhan diet dengan kualitas hidup pasien diabetes mellitus¹³. Pengelolaan diet diabetes mellitus tidak akan tercapai tanpa disertai kepatuhan pasien, sehingga perilaku patuh tersebut akan berdampak pada kualitas hidup yang lebih baik dari pada pasien diabetes mellitus yang kurang patuh. Hasil dari kepatuhan akan berdampak pada kadar gula darah dalam rentang normal sehingga akan memiliki kualitas hidup yang baik¹⁴.

PENUTUP

Perilaku kepatuhan diet didapatkan bahwa dari 37 responden memiliki nilai rata-rata 12,24 dan sebagian besar responden tidak patuh terhadap diet yaitu sebanyak 70,3%.

Nilai rata-rata kualitas hidup pasien yaitu 76,41 dan sebagian besar responden memiliki kualitas hidup baik yaitu sebanyak 54,1%.

Terdapat hubungan antara kepatuhan diet dengan kualitas hidup

pasien diabetes mellitus di RSUD Ratu Zalecha Martapura dengan nilai signifikan 0,028.

KEPUSTAKAAN

1. Dunning, T & Ward, G 2008, *Managing clinical problems in diabetes*, Blackwell Publishing.
2. Riset Kesehatan Dasar 2013, Badanpenelitiandan pengembangan kesehatan Kementrian RI tahun 2013, diakses 19 Oktober 2014, <http://www.depkes.go.id/resources/download/general/Hasil%20Riseskdas%202013.pdf>.
3. Bilous, R & Donnelly, R 2015, *Buku pegangan diabetes*, 4th edn, Bumi Medika, Jakarta
4. Putri, NHK & Isfandiari, AM 2013, Hubungan empat pilar pengendalian dm tipe 2 dengan rerata kadar gula darah, *Jurnal Berkala Epidemiologi*, vol. 1, no. 2, pp. 234-243.
5. Rahman, FH, Yulia & Sukmarini, L 2017, Efikasi diri, kepatuhan, dan kualitas hidup pasien diabetes melitus tipe 2, *E-Jurnal Pustaka Kesehatan*, vol. 5, no. 1, pp. 108-113.
6. Yudianto, K, Rizmadewi, H & Maryati, I 2008, Kualitas hidup penderita diabetes mellitus di Rumah Sakit Umum Daerah Cianjur, vol. 10, no. XVJJJ, pp. 76-87.
7. Mandagi, AM 2010, Faktor yang berhubungan dengan status kualitas hidup penderita diabetes mellitus di Puskesmas Pakis Kecamatan Sawahan Kota Surabaya, diakses 15 Januari 2016, <http://www.alumni.unair.ac.id/kumpulanfile/pdf>
8. Rantung, J, Yetti, K, & Herawati, T 2015, Hubungan *self-care* dengan kualitas hidup pasien diabetes melitus (dm) di Persatuan Diabetes Indonesia (Persadia) Cabang Cimahi, *Jurnal Skolastik Keperawatan*, vol. 1, no. 1, pp. 38-51.
9. Riset Kesehatan Dasar 2013, Badanpenelitiandan pengembangan kesehatan Kementrian RI tahun 2013, diakses 19 Oktober 2014, <http://www.depkes.go.id/resources/download/general/Hasil%20Riseskdas%202013.pdf>.
10. Riset Kesehatan Dasar Provinsi Kalimantan Selatan 2007, Badan penelitian dan pengembangan kesehatan Kementrian RI tahun 2009.
11. Yuliani, F, Oenzil, F & Iryani, D 2014, Hubungan berbagai faktor risiko terhadap kejadian penyakit jantung koroner pada penderita diabetes melitus tipe 2, *Jurnal Kesehatan Andalas*, vol. 3, no. 1, pp. 37-40.
12. Donsu, JDT 2017, *Psikologi keperawatan*, Pusaka Baru Press, Yogyakarta.
13. Sari, DN 2015, Hubungan kepatuhan diet dengan kualitas hidup pasien diabetes mellitus di RSUD Dr. Pirngadi Medan, *Skripsi*, Univeersitas Sumatra Utara.
14. Yulia, S 2015, Faktor-faktor yang mempengaruhi kepatuhan dalam menjalankan diet pada penderita diabetes mellitus tipe 2, *Studi Kasus di Puskesmas Kedungmundu Tahun 2015*, <http://lib.unnes.ac.id/25751/1/6411411032.pdf>