

PENGARUH EDUKASI PERENCANAAN MAKAN MENGGUNAKAN MEDIA BUKU SAKU TERHADAP PENGETAHUAN DAN SIKAP PADA PENDERITA DIABETES MELLITUS TIPE II

Moch Sholehudin Tuffa¹, Handono F.R², Kholisotin³

Universitas Nurul Jadid

Email Korespondensi: didinbisnismen@gmail.com

ABSTRAK

Diabetes merupakan masalah pada masyarakat yang penting bagi kesehatan, dan menjadi salah satu dari empat penyakit yang tidak menular dan menjadi target tindak lanjut oleh para pemimpin dunia. Diabetes terus meningkat jumlah kasus dan prevalensi selama beberapa waktu terakhir Diabetes Mellitus memiliki efek mendalam pada sosial, psikologis dan kesejahteraan fisik seseorang, manajemen Diabetes Mellitus merupakan proses yang rumit dan melelahkan bagi pasien dan kesehatan profesional perawatan. Pasien dengan diabetes menghadapi berbagai tantangan terkait penyakit seperti asupan harian beberapa obat, penggunaan glukometer, suntikan untuk pemberian insulin, komplikasi dari kondisi ini seperti hipertensi, dan gangguan kognitif Edukasi diabetes merupakan pendidikan Ilmu Yang akan Dipelajari untuk mencegah Diabetes Mellitus mengenai pengetahuan dan Sikap bagi pasien diabetes yang bertujuan mengubah perilaku untuk meningkatkan pemahaman klien akan penyakitnya. Kepatuhan Perencanaan Makan merupakan masalah besar yang terjadi pada penderita Diabetes Mellitus tipe II saat ini. Prinsip pengaturan pola makan didasarkan pada status Pola Makan diabetes dan melakukan modifikasi diet dengan memperhatikan gaya hidup serta pola kebiasaan makan. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh edukasi diabetes terhadap kepatuhan pengaturan diet pada pasien Diabetes Mellitus tipe II.

Kata Kunci : Diabetes mellitus, Edukasi, Perencanaan Makan

ABSTRAK

Diabetes is a public problem that is important for health, and is one of the four non-communicable diseases and is the target of follow-up by world leaders. Diabetes has been steadily increasing in the number of cases and prevalence over the last few years. Diabetes Mellitus has a profound effect on a person's social, psychological and physical well-being, the management of Diabetes Mellitus is a complicated and laborious process for patients and health care professionals. Patients with diabetes face various challenges related to the disease such as daily intake of multiple medications, use of glucometers, injections for insulin administration, complications of this condition such as hypertension, and cognitive impairment. Diabetes education is knowledge education that will be studied to prevent Diabetes Mellitus regarding knowledge and attitudes for diabetes patients that aim to change behavior to increase clients' understanding of their disease. Compliance with meal planning

is a major problem that occurs in people with type II diabetes mellitus today. The principle of managing a diet is based on the status of a diabetic diet and making dietary modifications taking into account lifestyle and eating habits. The purpose of this study was to determine the effect of diabetes education on dietary adherence in patients with type II Diabetes Mellitus

Keywords: *Diabetes mellitus, Education, Meal Planning,*

PENDAHULUAN

Menurut Riskerdas 2018 daerah Jawa Timur tercatat 2.02% atau sejumlah 98.566 jiwa penderita diabetes mellitus. Untuk kota Probolinggo tercatat 1.66% atau 2.889 sebagai penderita diabetes mellitus. WDD (World Diabetes Day) terakhir IDF, terdapat 382 juta orang yang menderita diabetes di dunia pada tahun 2013. Pada tahun 2035 jumlah tersebut diperkirakan akan meningkat menjadi 592 juta orang (Infodatin, pusat data dan informasi kementerian kesehatan RI 2013)

Menurut *internasional of diabetic federation* Lebih dari 19 juta orang di Wilayah Afrika memilikinya diabetes. Jika kita tidak bertindak sekarang, angka ini akan meningkat 143% pada tahun 2045, prediksi tertinggi meningkat dibandingkan dengan Wilayah IDF lainnya. Afrika adalah Wilayah dengan proporsi tertinggi dari orang yang tidak terdiagnosis - 3 dari 5 orang yang hidup dengan diabetes tidak tahu memilikinya. Jumlah orang dewasa dengan gangguan glukosetoleransi diperkirakan meningkat 143% pada tahun 2045. Diabetes akan menyebabkan 366.200 kematian pada 2019.3 dari 4 kematian akibat diabetes terjadi pada orang di bawah usia 60 tahun, proporsi tertinggi di antara Wilayah IDF. 1 dari 9 kelahiran hidup dipengaruhi oleh hiperglikemia dalam kehamilan. Afrika memiliki tingkat kedua terkait diabetes terendah pengeluaran (USD 9,5 miliar) yang terkait dengan diabetes, 1% dari pengeluaran global

Diabetes Mellitus memiliki efek mendalam pada sosial, psikologis dan kesejahteraan fisik seseorang, manajemen Diabetes Mellitus merupakan proses yang rumit dan melelahkan bagi pasien dan kesehatan profesional perawatan. Pasien dengan diabetes menghadapi berbagai tantangan terkait penyakit seperti asupan harian beberapa obat, penggunaan glukometer, suntikan untuk pemberian insulin, komplikasi dari kondisi ini seperti hipertensi, dan gangguan kognitif. Pasien dengan diabetes tipe 2 menunjukkan dampak yang lebih rendah pada kualitas hidup dengan domain: rasa sakit, perasaan negatif, aktivitas seksual, dan dukungan keuangan. Domain yang memberikan dampak lebih tinggi dalam kualitas hidup adalah mobilitas, citra tubuh, kepercayaan

METODE PENELITIAN

Desain penelitian merupakan strategi penelitian dalam mengidentifikasi permasalahan sebelum perencanaan akhir pengumpulan data. Desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian eksperimental. Penelitian eksperimental adalah suatu rancangan penelitian yang digunakan untuk mencari hubungan sebab-akibat dengan adanya keterlibatan penelitian dalam melakukan manipulasi terhadap variabel bebas. Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian eksperimen semu atau *quasy experiment* yang berupaya untuk mengungkapkan hubungan sebab akibat dengan cara melibatkan kelompok kontrol di samping kelompok eksperimental. Penelitian ini akan dilakukan selama 1 Bulan Yaitu Pada Tanggal 27 Mei Sampai 13 Juni 2021 Di Desa Sindet Lami Besuk Probolinggo

Metode *quasy experiment* digunakan karena sesuai dengan tujuan penelitian, yaitu untuk mengungkapkan hubungan sebab akibat dari pemberian Edukasi Perencanaan Makan menggunakan Media Buku saku Terhadap Pengetahuan dan Sikap Pada Penderita Diabetes

Mellitus Tipe II Dalam penelitian ini juga melibatkan kelompok kontrol disamping kelompok intervensi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Pengaruh Edukasi Perencanaan Makan menggunakan Media Buku saku Terhadap Pengetahuan dan Sikap Pada Penderita Diabetes Mellitus Tipe II Di Desa Sindet Lami Besuk, Penelitian ini dilakukan di Desa Sindet Lami Besuk dalam melakukan kegiatan mengedukasi masyarakat supaya paham betul dalam mengelola pola Makan untuk mencegah Diabetes Mellitus.

HASIL PENELITIAN

Pada penelitian ini, instrumen yang digunakan adalah kuesioner dan *media buku saku*. Pada jenis pengukuran kuesioner peneliti mengumpulkan data secara formal kepada subjek untuk menjawab pertanyaan secara tertulis dengan kuesioner berupa *Closed ended question* dengan 10 pertanyaan jenis *Multiple choice* pada kuesioner pengetahuan masyarakat tentang Perencanaan Makan pada Penderita diabetes mellitus. Peneliti menggunakan kuesioner yang bersumber dari penelitian. Sampel merupakan sebagian dari populasi yang diharapkan dapat mewakili atau representatif populasi, sampel sebaiknya memenuhi kriteria yang dikehendaki, kelompok ini meliputi subjek yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi. Didapatkan hasil tingkat pengetahuan responden sebelum dan sesudah diberikan edukasi Perencanaan Makan pada kelompok intervensi di wilayah Desa Sindet Lami Besuk Probolinggo dengan nilai tingkat pengetahuan kurang baik sebanyak 15 responden dengan presentase sebesar (62,5 %), Sedangkan sesudah diberikan edukasi didapatkan hasil nilai pengetahuan baik sebanyak yaitu pengetahuan yang baik sebesar 17 responden dengan presentase (70,8%). Dapat diketahui bahwa rata – rata Tingkat Pengetahuan sebelum Edukasi Perencanaan Makan pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe II 5,75 dengan standar deviasi 1,63. Pengetahuan sebelum dilakukan edukasi Perencanaan Makan adalah 3,00 dan Pengetahuan tertinggi sebelum Edukasi adalah 8,00. Hasil Estimasi interval dapat disimpulkan bahwa rata – rata Pengetahuan sebelum Edukasi Perencanaan Makan adalah 5,06-6,43.

PEMBAHASAN

Analisis Karakteristik Responden Berdasarkan Usia, Jenis Kelamin pada Kelompok Intervensi

Karakteristik Responden Berdasarkan usia

Menunjukkan bahwa usia pada kelompok intervensi untuk kategori usia 40 – 45 tahun sebanyak 4 orang (16,0%), untuk kategori usia 46 - 50 tahun sebanyak 14 orang (29,4%), untuk kategori usia >51 tahun sebanyak 6 orang (25,0%). Sedangkan untuk kelompok kontrol kategori usia 40-45 tahun sebanyak 8 orang (33,3%), untuk kategori usia 46-50 tahun sebanyak 10 orang (41,3%), untuk kategori usia >51 tahun sebanyak 6 orang (25%). Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa usia responden pada kelompok intervensi maupun kelompok kontrol paling banyak pada kategori 46- 50 tahun. Hasil penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa DM tipe 2 ada akibat dari meningkatnya umur dan penyebab DM tipe 2 salah satunya umur lebih dari 40 tahun, umur pasien DM tipe 2 adalah orang dewasa lebih banyak ditemukan karena semakin besar umur seseorang maka sirkulasi darah ke arah daerah perifer menurun.

Berdasarkan Pendidikan

Menunjukkan bahwa pendidikan pada kelompok intervensi memiliki tingkat pendidikan untuk kategori SD sebanyak 4 orang (16,0%), untuk kategori SMP sebanyak 12 orang (50%), kategori SMA sebanyak 7 orang (29,1%), dan untuk kategori diploma/sarjana sebanyak 1

orang (4,1%). Sedangkan untuk kelompok kontrol memiliki tingkat pendidikan untuk kategori SD sebanyak 6 orang (25%), untuk kategori SMP sebanyak 5 orang (20,7%), kategori SMA sebanyak 10 orang (42,00%), dan untuk kategori diploma/sarjana sebanyak 3 orang (12,5%).

Didukung jurnal penelitian sebelumnya oleh Sukron, level pendidikan sebagian besar responden hanya lulusan SD dan SMP dan pengetahuan pasien tentang diabetes melitus kurang Maksimal Dalam Pengetahuan Diabetes Melitus Untuk mencegah penyakit Diabetes mellitus Tipe II disebabkan Oleh Kurangnya Pengetahuan dalam menimba ilmu untuk melakukan proses pencegahan makanan dalam kehidupan sehari-hari. Populasi penelitian adalah keseluruhan objek penelitian atau objek yang diteliti. Populasi dalam penelitian ini ada 48 orang yang mendirita dengan Rincian 22 Orang Dusun Cangak 12 Orang Dusun Krajan dan Dusun Taman 14 Orang Diabetes Melitus Tipe II Di Desa sindet Lami Besuk Probolinggo.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian ada pengaruh Perencanaan Makan terhadap sikap dan pengetahuan pada penderita Diabetes Melitus di Desa Sindet Lami Besuk Probolinggo. Pengaruh Edukasi Perencanaan Makan Terhadap Sikap Dan Pengetahuan Probolinggo yang sudah menjawab tujuan penelitian sebagai berikut :

1. Ada perbedaan Setelah Diberikan Edukasi Perencanaan Makan karna dilihat dari pre dan post ada pemahaman untuk Memahami Perencanaan makan untuk mencegah diabetes Melitus Tipe II pada Pengetahuan Seseorang Untuk Mencegah Penyakit Diabetes Melitus Tipe II
2. Ada perbedaan Setelah Diberikan Edukasi Perencanaan Makan karna dilihat dari pre dan post ada pemahaman untuk Memahami Perencanaan makan untuk mencegah diabetes Melitus Tipe II pada PSiaki Untuk Berhati hati Dalam mengolah Makanan Seseorang Untuk Mencegah Penyakit Diabetes Melitus Tipe II

SARAN

1. Bagi Peneliti/Perawat

Penulis berharap agar studi kasus ini dapat menambah wawasan dan pengalaman peneliti dalam kegiatan karya ilmiah akhir, serta dapat meningkatkan kemampuan dan keterampilan. Semoga studi kasus ini dapat menjadi acuan dan sebagai bahan referensi untuk penelitian selanjutnya.

2. Bagi Pasien

Dapat menambah pengetahuan tentang penyakit *Diabetes Mellitus Tipe II*

3. Bagi Rumah Sakit

Peneliti berharap agar studi kasus ini mampu menjadi acuan dan menambah wawasan bagi tenaga kesehatan khususnya bagi perawat dalam memberikan asuhan keperawatan secara profesional dan komprehensif pada pasien dengan kasus *Diabetes Mellitus Tipe II*

4. Bagi Institusi Pendidikan

Dapat digunakan sebagai bahan acuan atau referensi dalam memberikan pendidikan kepada mahasiswa mengenai asuhan keperawatan pada klien Diabetes Mellitus Tipe II dengan masalah bersihan jalan nafas tidak efektif.

UCAPAN TERIMA KASIH

Rasa terimakasih yang besar disampaikan kepada Direktorat Riset dan Pengabdian Masyarakat Media Keperawatan yang telah memberikan dana hibah penelitian kepada peneliti tahun 2021, dan kepada partisipan yang berpartisipasi dalam penelitian ini. Tak lupa

ucapan terimakasih kepada Ketua Universitas Nurul Jadid Paiton-Probolinggo yang telah memberikan banyak dukungan atas terlaksananya penelitian ini. Semoga hasil penulisan ini bermanfaat bagi para pembaca serta menjadi acuan dalam penelitian berikutnya.

DAFTAR PUSTAKA

- International Diabetes Federation, 2019. *IDF Diabetes Atlas Nine Edition*, (online),(<http://www.diabetesatlas.org/> diakses 20 Desember 2019)
- American Diabetes Association, 2019. Standards of Medical Care in Diabetes. The Journal of Clinical and Applied Research and Education. Volume 42 Supplement 1.
- Kaul, Kirtil dkk. 2012. *Pendahuluan Untuk Diabetes Mellitus Chapter 1: Landes Bioseience And Springer Science+Business Media*.[10.1007/978-1-4614-5441-0-1](https://doi.org/10.1007/978-1-4614-5441-0-1)
- International Diabetes Federation, 2017. *Clinical Practice Recommendations on the Diabetic Foot – 2017 : A guide for healthcare professionals*.
- Decroli, Eva. 2019. *Diabetes Mellitus Tipe 2*. Padang: Ilmu Penyakit Dalam www.internafkunand.com
- Cho, NH, Shaw JE, Karuranga, S, Huang, Y, Fernandes JDR, Ohlrogge AW, Malanda B, 2018. *IDF Diabetes Atlas : Global estimates of diabetes prevalence for 2017 and projections for 2045*. *Diabetes Research and Clinical Practice* 138 (271-281). Elsevier.
- Aini, N, 2016 Asuhan Keperawatan Sistem Endokrin dengan Pendekatan NANDA NIC NOC. Jakarta, Salemba Medika.
- Riset Kesehatan Dasar. 2013. Laporan Provinsi Jawa Timur Riskesdas. Lembaga Penerbit Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan (LPB). Jakarta.
- Krisnantuni, D. (2018). Diet Sehat Untuk Penderita Diabetes Mellitus. Jakarta : Penebar Swadaya
- Iwan Widya Hartono, Radyanto dan Hartono, Andry. (2014). Sehat dengan Gaya Hidup - Terapi Gizi Medis untuk Berbagai Penyakit. Yogyakarta : Rapha Publishing Jurnal NCBI, 2000; 78 (10);595-9.