

Hubungan Kepatuhan Diet Dengan Kualitas Hidup Diabetes Mellitus Tipe 2

Nunung Liawati¹ Siti Nurmaya Arsyah¹ Iin Patimah^{2*}

¹ Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Sukabumi, Indonesia

² Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Karsa Husada Garut, Indonesia

Email: iin.patimah84@gmail.com

Abstrak

Diabetes mellitus merupakan penyakit yang tidak menular yang menimbulkan angka kesakitan dan kematian yang tinggi. Oleh karena itu diabetes mellitus memerlukan upaya penanganan, dan pengobatan yang tepat dan serius seperti manajemen diet, latihan fisik, terapi pengobatan, pendidikan kesehatan, dan pemeriksaan gula darah secara teratur. Tujuannya adalah mengetahui hubungan kepatuhan diet dengan kualitas hidup diabetes mellitus tipe 2. Diabetes Mellitus merupakan salah satu penyakit degeneratif bersifat kronik dengan kondisi gula darah sewaktu lebih 140g/dl. Kualitas hidup adalah persepsi individu dalam hidup yang dapat ditinjau dari konteks budaya dan sistem nilai individu yang berhubungan dengan standar hidup. Desain penelitian ini adalah korelasional dengan pendekatan cross sectional. Populasi penelitian ini adalah pasien diabetes mellitus tipe 2 di Wilayah Kerja Puskesmas Baros Kota Sukabumi dengan sampel sebanyak 106 responden yang diambil secara proporsional random sampling. Analisa data menggunakan analisa univariat dengan distribusi frekuensi dan presentase setiap kategori, analisa bivariat menggunakan uji somer'sd. Hasil penelitian chi-square dengan ($\alpha = 0,05$) didapatkan p value = 0,022 yang artinya ada hubungan kepatuhan diet dengan kualitas hidup diabetes mellitus tipe 2. Ada hubungan kepatuhan diet dengan kualitas hidup diabetes mellitus tipe 2 di Wilayah Kerja Puskesmas Baros Kota Sukabumi. Diharapkan Puskesmas dapat memberikan pendidikan kesehatan, khususnya pada pasien yang mengalami keputusan. Selain itu perawat juga dapat mendeteksi dini masalah keperawatan yang dialami pasien dan dapat memberikan intervensi yang tepat sehingga tidak mengarah pada kondisi depresi karena mengalami keputusan.

Kata Kunci: Kepatuhan Diet, Kualitas Hidup, Diabetes Mellitus Tipe 2

Abstract

Diabetes mellitus is a non-communicable disease that causes high morbidity and mortality. Therefore, diabetes mellitus requires appropriate and serious treatment and management efforts, such as diet management, physical exercise, medical therapy, health education, and regular blood glucose checks. The aim is to determine the relationship between dietary compliance and quality of life for type 2 diabetes mellitus. Diabetes Mellitus is a chronic degenerative disease with a blood sugar condition of more than 140g/dl. Quality of life is an individual's perception of life that can be viewed from the cultural context and individual value systems related to living standards. The design of this study was correlational with a cross sectional approach. The population of this study were patients with type 2 diabetes mellitus in the Baros Public Health Center, Sukabumi City, with a sample of 106 respondents drawn by proportional random sampling. Data analysis using univariate analysis with frequency distribution and percentage of each category, bivariate analysis using somer'sd test. The results

of the chi-square study with ($\alpha = 0.05$) obtained p value = 0.022, which means that there is a relationship between diet compliance and quality of life for type 2 diabetes mellitus. There is a relationship between diet compliance with the quality of life of type 2 diabetes mellitus in the Baros Public Health Center, Sukabumi City. It is hoped that the Puskesmas can provide health education, especially for patients who experience despair. In addition, nurses can also detect early nursing problems experienced by patients and can provide appropriate interventions so that they do not lead to depression due to despair.

Keywords: Dietary Compliance, Quality of Life, Type 2 Diabetes Mellitus

PENDAHULUAN

Perubahan pola kehidupan dapat menimbulkan penyakit-penyakit degeneratif seperti penyakit Diabetes Mellitus, Serebrovaskuler, Geriatri, Rematik dan Katarak. Diabetes Mellitus menjadi masalah nasional di urutan ke 4 dari prioritas penelitian nasional untuk penyakit degeneratif (Tjokroprawiro, dalam Dewi, 2018). Menurut Canadian Diabetes Association Diabetes mellitus (DM) atau kencing manis adalah gangguan metabolisme yang ditandai dengan adanya peningkatan kadar glukosa dalam darah (hiperglikemia) karena kerusakan pada sekresi insulin (Ramadhani, 2019).

Diabetes Mellitus (DM) merupakan salah satu penyakit kronis yang paling banyak dialami oleh penduduk di Dunia. Penyakit dm dibagi menjadi 2 tipe, DM Tipe 1 DAN dm tipe 2. Diabetes Mellitus tipe 1 yang disebabkan oleh terganggunya memproduksi insulin. Diabetes Mellitus Tipe 2 adalah tidak bekerjanya insulin (Selano et al., 2020).

World Health Organization (WHO) memperkirakan bahwa lebih dari 346 juta orang di seluruh dunia mengidap diabetes.

Jumlah ini kemungkinan akan lebih dari dua kali lipat pada tahun 2030 tanpa intervensi. Hampir 80% kematian diabetes terjadi di Negara berpenghasilan rendah dan menengah. Salah satu jenis penyakit DM yang paling banyak dialami oleh penduduk di Dunia adalah DM tipe 2 (Setyawati, 2020). Karena Diabetes Mellitus tipe 2 pada umumnya sering di alami lansia. Hal ini disebabkan karena penurunan degeneratif, faktor usia dan gaya hidup. Menurut Hartono (2021) Di Indonesia kasus Diabetes Mellitus Tipe 2 tinggi disebabkan gaya hidup yang tidak sehat. Dan melihat angka yang sangat besar, artinya setiap orang memiliki kerabat yang mengalami Diabetes (Worl Diaebes, Day 2020).

Indonesia berada pada peringkat ke-7 di antara 10 negara dengan jumlah penderita Diabetes Mellitus terbanyak, yaitu sebanyak 10,7 juta. Indonesia menjadi satu-satunya negara di Asia Tenggara pada daftar tersebut, sehingga bisa diperkirakan besarnya kontribusi Indonesia terhadap prevalensi kasus diabetes di Asia Tenggara (Kementrian kesehatan republik indonesia, 2020). Hampir semua provinsi

menunjukkan peningkatan prevalensi pada tahun 2013-2018, kecuali provinsi Nusa Tenggara Timur. Ada empat provinsi dengan prevalensi tertinggi pada tahun 2013 dan 2018. Di Jawa Barat sendiri, angka kejadian diabetes mencapai 1,2% (Kementerian Kesehatan RI, 2019).

Penyakit diabetes sangat mempengaruhi kualitas hidup karena diderita seumur hidup oleh penderita. Menurunnya kualitas hidup seseorang akan berhubungan dengan kemampuan fungsional, ketidakmampuan dan kekhawatiran akibat penyakit yang diderita yang terdiri dari beberapa dimensi yaitu kesehatan fisik, kesehatan psikologis, hubungan sosial dan lingkungan. Rendahnya kualitas hidup berakibat pada komplikasi yang berujung pada kecacatan atau kematian. Oleh karena itu, penyakit DM ini memerlukan kepatuhan dalam menjalankan diet guna membantu meningkatkan kualitas hidup penderitanya (Ernianti, 2018).

Menurut WHO (2017), kualitas hidup didefinisikan sebagai persepsi individu sebagai laki-laki atau wanita dalam hidup, ditinjau dari konteks budaya dan sistem nilai dimana mereka tinggal, dan berhubungan dengan standar hidup, harapan, kesenangan dan perhatian mereka. Untuk mencapai kualitas hidup yang baik diperlukan kerja keras dan konsistensi yang tinggi pada penderita Diabetes Mellitus.

Tidak mudah untuk mendapatkan kualitas hidup yang baik pada penderita Diabetes Mellitus. Hal itu dikarenakan pada penderita Diabetes Mellitus harus menjalani diet ketat sehari-hari untuk mendapatkan nilai kadar glukosa darah yang normal. Seseorang dikatakan memiliki kualitas hidup yang baik jika memiliki kesehatan secara fisik, psikologis, dan mampu melaksanakan aktifitasnya sehari-hari. Oleh sebab itu bila penderita DM tidak benar-benar menjaga pola hidup yang baik akan sangat sulit untuk mendapatkan tingkat kualitas hidup yang tinggi (Purwandari, 2017).

Salah satu dari tujuan akhir pengelolaan Diabetes Mellitus yaitu terpeliharanya kualitas hidup yang baik bagi pasien Diabetes Mellitus. Pada pasien Diabetes Mellitus perubahan perilaku sangat diperlukan untuk mencapai tujuan dari pengelolaan Diabetes Mellitus yaitu kadar gula dalam batas normal. Tujuan dari pengelolaan Diabetes Mellitus tidak akan tercapai tanpa disertai kepatuhan pasien. Kepatuhan (adherence) merupakan adanya keterlibatan pasien secara sukarela dan aktif dalam pengelolaan penyakitnya, serta terdapat pembagian tugas antara tenaga kesehatan dan pasien sehingga keduanya memiliki peran yang sama dalam pengelolaan penyakit (Purwandari, 2017).

Penyakit Diabetes Mellitus tidak dapat disembuhkan, namun dengan

pengendalian melalui pengelolaan diet Diabetes Mellitus dapat mencegah terjadinya komplikasi (Pardede et al, 2015). Kepatuhan diet merupakan salah satu kunci keberhasilan dalam penatalaksanaan penyakit Diabetes Mellitus. Hal tersebut dikarenakan diet dm merupakan salah satu dari 4 pilar utama dalam pengelolaan DM (Perkeni, 2015). Kepatuhan diet merupakan pengaturan pola makan yang teratur dan terencana. Pengaturan ini sangatlah penting untuk penderita Diabetes Mellitus (Zai, 2017).

Menurut Parkeni kepatuhan diet merupakan suatu perubahan perilaku yang positif dan diharapkan. Tanpa pengaturan jadwal dan jumlah makanan serta kualitas makanan sepanjang hari, sulit mengontrol kadar gula darah agar tetap dalam batas normal. Penderita Diabetes Mellitus sangat dianjurkan untuk menjalankan diet sesuai yang dianjurkan, yang dapat pengobatan anti diuretic atau insulin, harus mentaati diet secara terus menerus baik dalam jumlah kalori, komposisi dan waktu makan harus diatur. Pengaturan makanan bagi penderita Diabetes Mellitus secara umum bertujuan menjaga dan memelihara tingkat kesehatan optima sehingga dapat melakukan aktivitas seperti biasanya dan diet adalah awal untuk mengendalikan diabetes (Apriyani, 2019).

Kepatuhan diet merupakan sejauh mana perilaku pasien taat dengan ketentuan yang diberikan oleh profesional kesehatan

sesuai pedoman diet meliputi jadwal, jumlah dan jenis. Apabila penderita patuh dalam menjalankan diet maka dapat mencapai kualitas hidup yang baik (Zai, 2017). Dengan melakukan diet ketat, maka seseorang bisa mengatur kadar glukosa darah dalam tubuh. Pola makan, istirahat dan olahraga harus dilakukan dengan seimbang, guna mendapatkan kesehatan yang baik. Kesehatan tidak hanya secara fisik, kesehatan psikologis juga sangat penting. Psikologis yang terganggu juga dapat berpengaruh terhadap kesehatan fisik seseorang. Oleh sebab itu, kesehatan psikologis harus diutamakan. Ketika seseorang merasa tidak ada beban psikologis yang mengganggu, maka kegiatan dan aktifitas akan terasa mudah untuk dilakukan (Purwandari, 2017).

Diabetes Mellitus disebabkan karena beberapa faktor, salah satu nyapola makan yang salah. Faktor lingkungan seperti adanya fast food yang mendorong masyarakat mengkonsumsi makanan tersebut secara berlebih, menyebabkan prevalensi DM menjadi tinggi dengan persentase sekitar 60%-70% (Purwandari, 2017).

Data yang didapat dari Dinas Kesehatan Kota Sukabumi tahun 2021 dari 15 puskesmas jumlah kunjungan dengan penderita Diabetes Mellitus yaitu 2276 dan jumlah kunjungan terbanyak penderita Diabetes Mellitus yaitu di Puskesmas

Sukabumi diperingkat ke 1 .(Laporan P2PL Dinkes Kota Sukabumi 2021).

Setelah dilakukan studi pendahuluan pada tanggal 13 April 2022 terhadap 10 orang pasien DM yang bertempat tinggal di wilayah kerja Puskesmas Baros didapatkan hasil bahwa 3 pasien memiliki kepatuhan diet yang baik karena mengatur pola makan dengan mengurangi konsumsi gula. 5 pasien mengatakan tidak mengatur pola makan dan masi sering mengkonsumsi karbohidrat yang berlebih. Dan 2 orang mengatakan masih suka mengkonsumsi gula tanpa takaran. Oleh sebab itu untuk menangani tingginya kasus Diabetes Mellitus di wilayah kerja Puskesmas Baros, maka pihak puskesmas melakukan upaya kepatuhan diet untuk memenuhi kualitas hidup pasien Diabetes Mellitus.

Berdasarkan uraian tersebut, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Hubungan Kepatuhan Diet dengan Kualitas Hidup Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 di Kelurahan Baros Wilayah Kerja Puskesmas Baros Kota Sukabumi”.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang digunakan adalah menggunakan metode deskriptif study korelasional (Correlation Study) yaitu penelitian yang dilakuan peneliti untuk mengetahui tingkat hubungan antara dua variabel atau lebih, tanpa melakukan perubahan, tambahan atau manipulasi

terhadap data yang sudah ada (Sugiyono, 2018). Penelitian ini menggunakan pendekatan Cross Sectional yaitu gabungan model a dan b untuk memperoleh data yang lebih lengkap yang dilakukan dengan cepat, sekaligus dapat menggambarkan perkembangan individu selama dalam masa pertumbuhan karena mengalami subjek dari berbagai tingkat umur (Sugiyono, 2018). Dalam penelitian ini mengkaji hubungan kepatuhan diet dengan kualitas hidup diabetes mellitus tipe 2 di Wilayah Kerja Puskesmas Baros Kota Sukabumi.

Populasi dalam penelitian ini adalah Masyarakat yang terkena Diabetes Mellitus Tipe II di Wilayah Kerja Puskesmas Baros Kota Sukabumi sebanyak 153 orang lalu dikurangi 10 orang untuk kepentingan studi pendahuluan menjadi 143 orang. Sampel dalam penelitian ini adalah sebagian Masyarakat yang terkena Diabetes Mellitus Tipe II di Wilayah Kerja Puskesmas Baros Kota Sukabumi. Berdasarkan hasil perhitungan Slovin sampel dalam penelitian ini sebanyak 106 pasien DM Tipe II di Wilayah Kerja Puskesmas Baros Kota Sukabumi. Dalam penelitian ini, teknik pengambilan Sampel yang di gunakan adalah Proporsional Random Sampling.

Hasil uji validitas kepatuhan diet yang berjumlah 15 item pertanyaan, item yang memiliki P-value > 0,05 yaitu item 3, item 6 dan item 9 sehingga dinyatakan tidak valid serta tidak diikutsertakan. Sedangkan

selain item tersebut memiliki P-value < 0,05 sehingga dinyatakan 12 item pertanyaan tersebut valid dan diikutsertakan dalam pengolahan data selanjutnya. Kemudian kuesioner kualitas hidup menggunakan kuesioner baku, hasil uji validitas DQOL pada sampel sebanyak 192 adalah $r = 0,66-0,92$. Uji validitas juga dilakukan oleh Yusra (2011) di Indonesia dan hasil yang didapatkan adalah $r = 0,428-0,851$.

Berdasarkan hasil uji reliabilitas dengan menggunakan uji statistik Cronbach tersebut termasuk ke dalam kategori reliabilitas cukup kuat. Kemudian Hasil dari uji reabilitas dari DQOL adalah $r = 0,78-0,92$, sedangkan hasil uji reabilitas yang juga dilakukan oleh Yusra (2011) di Indonesia dan hasil yang didapatkan pada kuesioner DQOL oleh Yusra yaitu $r = 0,963$.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Hasil Penelitian

Tabel 1. Karakteristik Responden (n=106)

No	Karakteristik Responden	f	%
1	Jenis Kelamin		
	Perempuan	59	55,7
	Laki-laki	47	44,3
2	Usia		
	26-35 Tahun	10	9,4
	36-45 Tahun	39	36,8
	>45 Tahun	57	53,8
4	Pendidikan		
	SD	17	16
	SMP	25	23,6
	SMA	52	49,1
	PT	12	11,3
5	Pekerjaan		
	Bekerja	79	74,5
	Tidak Bekerja	27	25,5

Berdasarkan Tabel 1, dapat dilihat bahwa jenis kelamin responden yang berada di Wilayah Kerja Puskesmas Baros Kota Sukabumi semua berjenis kelamin yaitu perempuan sebanyak 59 orang (55,7%), berusia lebih dari 45 tahun yaitu sebanyak 57 orang (53,8%), pendidikan responden sebagian besar berpendidikan SMA yaitu sebanyak 52 responden (49,1%), pekerjaan responden sebagian besar bekerja sebanyak 79 orang (74,5%).

Tabel 2. Analisis Univariat Kepatuhan Diet dan Kualitas Hidup Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 (n=106)

No	Variabel	f	%
1	Kepatuhan Diet		
	Patuh	29	27,4
	Tidak Patuh	77	72,6
2	Kualitas Hidup		
	Baik	28	26,4
	Kurang	78	73,6

Berdasarkan Tabel 2, dapat dilihat bahwa kepatuhan diet diabetes mellitus tipe 2 yang berada di Wilayah Kerja Puskesmas Baros Kota Sukabumi sebagian besar tidak memiliki kepatuhan sebanyak 77 orang (72,6%) dan sebagian kecil memiliki kepatuhan sebanyak 29 orang (27,4%). kualitas hidup pasien diabetes mellitus tipe 2 yang berada di Wilayah Kerja Puskesmas Baros Kota Sukabumi sebagian besar memiliki kualitas hidup yang buruk yaitu sebanyak 78 orang (73,6%).

Tabel 3. Analisis Bivariat Hubungan Kepatuhan Diet dengan Kualitas Hidup Diabetes Mellitus Tipe 2

Kepatuhan Diet	Kualitas Hidup			P Value
	Baik	Buruk	Jumlah	
Patuh	22	7	29	0,000
Tidak Patuh	6	71	77	
Jumlah	28	78	106	

Berdasarkan pada Tabel 3 dapat dilihat bahwa nilai P value = 0,000 yang berarti $< 0,05$ yang menunjukkan bahwa ada hubungan kepatuhan diet dengan kualitas hidup diabetes mellitus tipe 2 di Wilayah Kerja Puskesmas Baros Kota Sukabumi.

2. Pembahasan

Hasil penelitian pada table 2, dapat dilihat bahwa kepatuhan diet diabetes mellitus tipe 2 yang berada di Wilayah Kerja Puskesmas Baros Kota Sukabumi sebagian besar tidak memiliki kepatuhan sebanyak 77 orang (72,6%) dan sebagian kecil memiliki kepatuhan sebanyak 29 orang (27,4%). Hal yang diperlukan dalam melaksanakan kepatuhan diet adalah minat atau keinginan dari penderita untuk melakukan diet. Minat atau keinginan untuk mendapatkan tubuh yang sehat merupakan kekuatan terbesar dari dalam individu untuk melakukan diet pada penderita Diabetes Mellitus Tipe 2. Kepatuhan tersebut dapat muncul jika seseorang mempunyai motivasi atau dorongan yang kuat untuk sembuh dari penyakitnya

Minat atau keinginan sangat diperlukan karena diet pada penderita Diabetes Mellitus tidak hanya memerlukan

waktu yang singkat, perlu waktu seumur hidup untuk melakukan kepatuhan diet. Kesabaran dan motivasi sangat diperlukan pula untuk mendukung dalam menjalani kepatuhan diet. Kesabaran dan motivasi dapat diperoleh dari hubungan dengan orang terdekat seperti keluarga, teman, ataupun petugas kesehatan. Keluarga sebagai orang terdekat sebaiknya ikut andil dalam memberikan dukungan kepada penderita DM. Dukungan yang didapat dari keluarga terdekat akan meningkatkan keinginan penderita dalam mencapai derajat kesehatan yang paling tinggi.

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 40 tahun keatas 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, lalu dari factor pekerjaan dimana para responden sebagian besar bekerja. Sehingga mereka tidak bisa mengatur waktu untuk melaksanakan kepatuhan diet dimana waktu istirahat yang terbatas dan jam berangkat kerja yang sangat pagi, menyebabkan banyak responden tidak sempat untuk memilih menu sesuai dengan porsi untuk penderita diabetes mellitus. 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 diet.

Penelitian Silaban (2018) pada penderita diabetes melitus di RSUD Dr. Pirngadi Medan menggambarkan tingkat kualitas hidup penderita DM didapatkan hasil yaitu dari 37 responden diketahui ada 9 responden (24.3%) memiliki kualitas hidup yang baik dengan mean diatas 50% dan 28 responden (75.7%) kualitas hidupnya buruk dengan mean dibawah 50%.

Kepatuhan dalam diet pada pasien DM sangatlah penting karena Diet sangatlah penting untuk mempertahankan gula darah pada pasien DM agar pasien dapat hidup secara normal dan apabila pasien patuh akan diet dengan baik maka dapat mempertahankan kondisi agar tidak terjadi komplikasi sehingga pasien dapat menikmati hidupnya. Apabila pasien DM tidak mematuhi diet maka kadar gula darah tidak terkontrol dengan baik, sehingga menimbulkan komplikasi seperti jantung, stroke, dan gagal ginjal. Pada penelitian ini terdapat 55,6% responden patuh dalam dietnya sehingga akan bisa meminimalkan terjadinya ketidak seimbangan asupan dan tidak memicu peningkatan insulin. Control gula darah salah satunya dipengaruhi oleh pengetahuan, pada penelitian ini

Pendidikan dalam karakteristik responden lebih dari setengahnya (52%) SMA, pengetahuan berpengaruh terhadap control glikemik yang baik (Patimah, Widadi, Riyadi, 2020)

Menurut asumsi peneliti dapat dilihat dari hasil penelitian di atas sebagian besar siswa di Wilayah Kerja Puskesmas Baros Kota Sukabumi tidak memiliki kepatuhan seperti melaksanakan jumlah makan, jadwal diet dan jenis diet. Kepatuhan diet bagi penderita diabetes mellitus sangatlah penting dimana pasien yang masih masih butuh banyak bimbingan atau dorongan dari keluarga dan lingkungannya sehingga pasien tersebut tau bagaimana cara menyikapi hal-hal yang baik yaitu kepatuhan.

Hasil penelitian pada tabel 2, dapat dilihat bahwa kualitas hidup pasien diabetes mellitus tipe 2 yang berada di Wilayah Kerja Puskesmas Baros Kota Sukabumi sebagian besar memiliki kualitas hidup yang kurang sebanyak 78 orang (73,6%) dan sebagian kecil memiliki kualitas hidup yang baik sebanyak 28 orang (26,4%). insidensi diabetes mellitus tipe 2 meningkat seiring dengan bertambahnya usia dan meningkatnya kejadian obesitas. Penuaan mempengaruhi banyak hormon yang mengatur metabolisme, reproduksi dan fungsi tubuh lain.

Penuaan mempengaruhi sensitivitas sel beta pankreas terhadap glukosa dan

menunda pengambilan glukosa yang dimediasi oleh insulin. Resistensi insulin pada penuaan terkait dengan kerusakan pada post reseptor. Menurut WHO (2014), kualitas hidup didefinisikan sebagai persepsi individu sebagai laki-laki atau wanita dalam hidup, ditinjau dari konteks budaya dan sistem nilai dimana mereka tinggal, dan berhubungan dengan standar hidup, harapan, kesenangan dan perhatian mereka.

Untuk mencapai kualitas hidup yang baik diperlukan kerja keras dan konsistensi yang tinggi pada penderita DM. Tidak mudah untuk mendapatkan kualitas hidup yang baik pada penderita DM. Hal itu dikarenakan pada penderita DM harus menjalani diet ketat sehari-hari untuk mendapatkan nilai kadar glukosa darah yang normal. Seseorang dikatakan memiliki kualitas hidup yang baik jika memiliki kesehatan secara fisik, psikologis, dan mampu melaksanakan aktifitasnya sehari-hari.

Hal-hal yang dapat mempengaruhi kesehatan secara fisik dan psikologis salah satunya adalah umur. Semakin tua umur seseorang, maka semakin menurun pula kerja organ-organ dalam tubuh. Penuaan dapat mempengaruhi produksi hormon dalam tubuh. Oleh sebab itu bila penderita DM tidak benar-benar menjaga pola hidup yang baik akan sangat sulit untuk

mendapatkan tingkat kualitas hidup yang tinggi.

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.

Hasil penelitian pada tabel 3 dapat dilihat bahwa responden yang memiliki kepatuhan sebagian besar memiliki kualitas hidup yang baik sebanyak 22 orang (75,9%) dan sebagian kecil tidak memiliki kepatuhan sebanyak 7 orang (24,1%). Sedangkan tidak memiliki kepatuhan

sebagian besar memiliki kualitas hidup yang buruk sebanyak 71 orang (92,2%) dan sebagian kecil memiliki kualitas hidup yang baik sebanyak 6 orang (7,8%).

Kemudian hasil penelitian pada tabel 4.6 dapat dilihat bahwa nilai $P \text{ value} = 0,000$ yang berarti $< 0,05$ yang menunjukkan bahwa ada hubungan kepatuhan diet dengan kualitas hidup diabetes mellitus tipe 2 di Wilayah Kerja Puskesmas Baros Kota Sukabumi. Hasil penelitian ini sependapat dengan penelitian yang dilakukan oleh Diana (2015) yang mengatakan adanya hubungan yang signifikan antara kepatuhan diet dengan kualitas hidup penderita DM di RSUD Dr. Pirngadi Medan (< 0.05). Dalam penelitian ini juga didapatkan nilai koefisien korelasi $r = 0.791$ yang artinya kekuatan hubungan kedua variabel dalam kategori cukup.

Salah satu dari tujuan akhir pengelolaan DM yaitu terpeliharanya kualitas hidup yang baik bagi pasien DM. Kualitas hidup pada pasien DM merupakan persepsi kehidupan individu terhadap aspek seluruh kehidupan secara holistik yang meliputi aspek biologis, psikologis, sosiokultural, spiritual, dan lingkungan serta kemampuan individu menjalankan fungsinya dalam kehidupannya (WHO, 2015). Pada pasien DM perubahan perilaku sangat diperlukan untuk mencapai tujuan dari pengelolaan DM yaitu kadar gula dalam batas normal. Tujuan dari

pengelolaan DM tidak akan tercapai tanpa disertai kepatuhan pasien. Kepatuhan (adherence) merupakan adanya keterlibatan pasien secara sukarela dan aktif dalam pengelolaan penyakitnya, serta terdapat pembagian tugas antara tenaga kesehatan dan pasien sehingga keduanya memiliki peran yang sama dalam pengelolaan penyakit.

KESIMPULAN DAN SARAN

1. Kesimpulan

Berdasarkan hasil dan pembahasan mengenai hubungan kepatuhan diet dengan kualitas hidup diabetes mellitus tipe 2 di Wilayah Kerja Puskesmas Baros Kota Sukabumi dapat disimpulkan terdapat hubungan kepatuhan diet dengan kualitas hidup diabetes mellitus tipe 2 di Wilayah Kerja Puskesmas Baros Kota Sukabumi.

2. Saran

Penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai sumber referensi dan bacaan untuk peneliti selanjutnya khususnya yang berkaitan dengan kesehatan penyakit tidak menular serta adanya penelitian lain yang berhubungan dengan penyakit tidak menular seperti faktor apa saja yang dapat mempengaruhi pasien diabetes mellitus tipe 2.

DAFTAR PUSTAKA

- Antari, Ni Kadek Novi, Hindrata Aditya Esmond, And Sp Pd Rai Purnami. "Diabetes Melitus Tipe 2 (2017).
Apriliyani, S., 2018. Hubungan Tingkat Pengetahuan dan Sikap dengan

- Perilaku Pencegahan Terjadinya Luka kaki Diabetik Pada Penderita DM Tipe 2. NASPUB, pp. 1-15.
- Hestiana, Dita Wahyu. "Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kepatuhan Dalam Pengelolaan Diet Pada Pasien Rawat Jalan Diabetes Mellitus Tipe 2 Di Kota Semarang." *Jhe (Journal Of Health Education)* 2.2 (2017): 137-145
- Iin Patimah et al (2021). Associations Diabetes Knowledge and Glycemic Control Among Diabetes Mellitus Patients in Garut District, Indonesia. *South Asian Res J Nurs Health Care*, 3(1), 1-4
- Irwansyah, Irwansyah, And Ilcham Syarief Kasim. "Deteksi Dini Risiko Diabetes Melitus Pada Staff Pengajar Stikes Megarezky Makassar." *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada* 9.1 (2020): 540-547.
- Kartini, Thresia Dewi, Aswita Amir, and Muh Sabir. "Kepatuhan Diet Pasien DM berdasarkan tingkat pengetahuan dan dukungan keluarga di Wilayah Puskesmas Sudiang Raya." *Media Gizi Pangan* 25.1 (2018): 55-63.
- Nisrina, M., & Fatin, A. (2021). Analisis Faktor Yang Mempengaruhi Kualitas Hidup Pada Pasien Prolanis (Program Pengelolaan Penyakit Kronis) Diabetes Melitus Tipe 2 Di Beberapa Puskesmas Kota Bandung. 4(2), 91–97.
- Nugraha, L., Patimah, I., & Suharta, D. (2019). Motivation to Implement Diet in Hypertension Patients. *Jurnal Aisyah: Jurnal Ilmu Kesehatan*, 4(1), 83-90.
- Purwandari, Henny, And Siti Nur Susanti. "Hubungan Kepatuhan Diet Dengan Kualitas Hidup Pada Penderita Dm Di Poli Penyakit Dalam Rsud Kertosono." *Strada Jurnal Ilmiah Kesehatan* 6.2 (2017): 16-21.
- Purwansyah, D. O. N. I. Hubungan Self-Stigma Dengan Kualitas Hidup Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Di Poli Penyakit Dalam Rs Tingkat Iii Baladhika Husada Kabupaten Jember. Diss. Fakultas Ilmu Keperawatan, 2019.
- Utami, Desni Tri. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kualitas Hidup Pasien Diabetes Mellitus Dengan Ulkus Diabetikum . Dis. Universitas Riau, 2016.