



Hubungan Tingkat Pengetahuan Pola Makan Dengan Kejadian Penyakit Diabetes Melitus Di RW 03 Pasar Baru

Alya Sherani¹, Solihati², Zahrah Maulidia Septimar³

¹Mahasiswa Program Studi S1 Keperawatan Universitas Yatsi Madani

²Dosen Universitas Yatsi Madani, ³Dosen Universitas Yatsi Madani

¹alyasherani@gmail.com, ²solyan8000@gmail.com, ³zahrahmaulidia85@gmail.com

Abstrak

Latar Belakang : Diabetes Melitus (DM) merupakan penyakit gangguan metabolisme yang diakibatkan oleh *hiperglikemia* yaitu gangguan sekresi insulin. Tingkat pengetahuan merupakan faktor penting dalam membentuk perilaku dan karakter manusia. Pengetahuan yang rendah mengakibatkan pola makan yang salah. Pola makan di kota-kota telah bergeser dari pola makan tradisional yang mengandung banyak karbohidrat dan serat dari sayuran, ke pola makan kebarat - baratan, dengan komposisi makanan yang terlalu banyak mengandung protein, lemak, gula, garam dan mengandung sedikit serat. Tujuan : untuk mengetahui hubungan antara tingkat pengetahuan pola makan dengan kejadian penyakit diabetes melitus di RW03 Pasar Baru. Metode Penelitian : Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan pendekatan menggunakan cross sectional dengan teknik pengambilan sampling purposive sampling yaitu dengan teknik pengambilan sampel dengan cara menetapkan ciri – ciri khusus sesuai dengan penelitian. populasi penelitian ini adalah masyarakat RW03 pasar baru yang berjumlah 106 responden. Teknik analisis data menggunakan analisis univariat dan bivariat. Hasil : berdasarkan analisis bivariate dengan menggunakan uji *chi-square* bahwa p -value $0,031 < 0,05$ maka dapat disimpulkan H_a diterima dan H_0 ditolak sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan pola makan dengan kejadian penyakit diabetes melitus di RW03 pasar baru. Kesimpulan : Bahwa adanya pengetahuan seseorang sangat di dukung oleh tingkat pengetahuan yang baik. Baik dalam memiliki pengetahuan pola makan, life style seperti olahraga baik dalam kejadian penyakit atau kadar gula darah. Maka dari itu kita perlu mengetahui pentingnya pengetahuan pola makan agar terciptanya kesadaran masyarakat untuk menjaga pola makan. Oleh karena itu di harapkan pengetahuan pola makan diabetes melitus menjadi salah satu Upaya untuk menurunkan angka penderita diabetes melitus.

Kata Kunci : Diabetes, Pola Makan

PENDAHULUAN

Diabetes Melitus (DM) merupakan penyakit gangguan metabolisme yang diakibatkan oleh *hiperglikemia* yaitu gangguan sekresi insulin. Pada diabetes melitus terjalannya abnormalitas metabolisme karbohidrat, lemak, serta protein yang mengakibatkan kurangnya insulin pada jaringan target. Menurut *World Health Organization* (WHO) 2016, Diabetes telah menjadi masalah penyakit global lebih dari 364 juta orang di seluruh dunia menderita diabetes melitus. Hampir 80 persen penyakit ini terjadi di negara berpenghasilan rendah. WHO memperkirakan 422 orang mengidap diabetes melitus. Prevalensi global diabetes adalah 415 juta. Jumlah penderita diabetes diperkirakan meningkat menjadi 642 juta orang pada tahun 2040. Secara internasional, prevalensi Diabetes Melitus pada orang dewasa lebih dari 18 tahun meningkat 4,7% menjadi sekitar 90% penderita diabetes menderita diabetes. dan jumlahnya akan terus bertambah akibat perubahan sosial budaya. (Widya Sari et al., 2020).

Pada tahun 2021, Menurut *Internatioantional Diabetes Federation* (IDF) penderita diabetes terbanyak adalah 159 juta di wilayah pasif barat dan 82 juta di Asia Tenggara. China merupakan negara dengan penderita diabetes terbanyak di dunia yaitu 140,9 juta jiwa pada tahun 2021, selanjutnya diikuti India 74,2 juta jiwa, Pakistan 62,2 juta jiwa, Amerika Serikat 32,2 juta jiwa dan Brazil 12,5 juta jiwa. Di antara penderita diabetes melitus. Indonesia 81% dan menempati urutan ke-5 dengan jumlah 537 juta orang. Di Indonesia menurut Data Rikes Kesehatan Dasar (Rikesdas, 2018) menunjukkan bahwa prevalensi Diabetes Mellitus mengalami peningkatan dari tahun 2013 sebesar 6,9% menjadi 8,5% pada tahun 2018. Prevalensi penderita diabetes meningkat seiring bertambahnya usia namun menurun kembali setelah usia 64 tahun. Prevalensi lebih banyak didominasi oleh perempuan (6,4%) dibandingkan laki-laki (4,9%). (Juli Widiyanto & Rahayu, 2019)

Berdasarkan data sekunder yang diperoleh dari Dinas Kesehatan Provinsi banten ditemukan jumlah masalah diabetes melitus pada tahun 2020 sebanyak 70.000 jumlah penderita diabetes melitus. Di kota Tangerang sendiri diabetes melitus termasuk kedalam 20 penyakit yang paling umum terjadi. (Irawati & Firmansyah, 2020).

Tingkat pengetahuan merupakan faktor penting dalam membentuk perilaku dan karakter manusia. Pengetahuan yang rendah mengakibatkan pola makan yang salah. Pola makan di kota-kota telah bergeser dari pola makan tradisional yang mengandung banyak karbohidrat dan serat dari sayuran, ke pola makan kebarat-baratan, dengan komposisi makanan yang terlalu banyak mengandung protein, lemak, gula, garam dan mengandung sedikit serat. Beberapa dari gaya hidup ini melibatkan pola makan. Pola makan dapat berdampak signifikan terhadap kejadian diabetes dengan mengurangi kejadian diabetes melalui kebiasaan makan yang baik. (Darsini et al., 2019).

(Ponzo et al., 2018; Nathan & Delahanty, 2009). Model makan sehat terletak pada perencanaan 3J (jumlah, jenis dan waktu makan) (Prawira, 2009). Pola makan masyarakat saat ini sudah berubah menjadi pola makan modern yang biasanya instan. Banyak ahli menyebut hal ini sebagai pemicu dan mengaitkannya dengan munculnya berbagai penyakit. Salah satu penyakit yang dimaksud adalah diabetes melitus pola makan sehari-hari individu diidentifikasi dengan posisi makan setiap hari. Rutinitas makanan yang sehat untuk penyakit Diabetes melitus yaitu 25-30%, lemak 50-55%, karbohidrat dan 20% protein. (Hariawan et al., 2019).

Menurut Hamdan Hariawan (2013) menyatakan bahwa pola makan yang tidak sehat merupakan bagian dari tingkat pengetahuan yang menjadi faktor predisposisi terjadinya diabetes melitus. Pernyataan ini sejalan menurut Arikha (2019) yang mengatakan bahwa konsumsi makanan berlemak dan manis mempunyai hubungan yang signifikan dengan diabetes melitus, tetapi konsumsi makanan manis berisiko 2,62 kali lebih besar untuk terkena diabetes melitus. Pola makan yang tidak baik menjadikan salah satu faktor terkena diabetes melitus, sedangkan pola makan dengan porsi kecil dapat membantu dalam mengontrol kadar gula dalam darah supaya tidak terkena diabetes melitus (Vena & Yuantari, 2022).

Berdasarkan uraian diatas, peneliti tertarik untuk mengambil penelitian terkait hubungan tingkat pengetahuan pola makan dengan kejadian diabetes melitus di rw03 pasar baru.

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil dan Pembahasan

1. Analisis Univariat

Tabel 1, Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	Jumlah	Persentase %
Laki – Laki	45	42,5
Perempuan	61	57,5
Total	106	100

Berdasarkan table 4.1 didapatkan hasil bahwa Sebagian responden berjenis kelamin perempuan sebanyak 61 responden (57,5%), dan jenis kelamin laki – laki sebanyak 45 responden (42,5%).

Tabel 2, Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Usia

Usia	Jumlah	Persentase %
36-45	19	17,9
46-59	36	34,0
>60	51	48,1
Total	106	100

Berdasarkan table 4.1 didapatkan hasil bahwa Sebagian responden berjenis kelamin perempuan sebanyak 61 responden (57,5%), dan jenis kelamin laki – laki sebanyak 45 responden (42,5%).

Tabel 3, Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Pendidikan Terakhir

Pendidikan	Jumlah	Persentase %
SD	16	15,1
SMP	30	28,3
SMA	50	47,2
D3/S1	10	9,4
Total	106	100

Berdasarkan table 4.3 di dapatkan hasil bahwa sebagian responden dengan Pendidikan terakhir sebanyak 16 responden (15,1%), dengan Pendidikan SMP sebanyak 30 responden (28,3%), dengan Pendidikan SD terakhir SMA sebanyak 50responden (47,2%), dengan Pendidikan terakhir D3/S1 sebanyak 10 responden (9,4%).

Tabel 5, Distribusi Frekuensi Tingkat Pengetahuan Pola Makan Pada Penderita Diabetes Melitus

Tingkat Pengetahuan Pola Makan	Frekuensi	Presentase %
Baik	85	80,2%
Buruk	21	19,8%
Total	106	100%

Berdasarkan table 4.5 data dapat diketahui dari 106 responden, ada sebanyak 85 (80,2%) responden tingkat pengetahuan pola makan baik, sedangkan 21 (19,8%) responden tingkat pengetahuan buruk.

Tabel 6, Distribusi Frekuensi Kejadian Penyakit Diabetes Melitus Dengan Kadar Glukosa

Kejadian Penyakit Diabetes Melitus	Frekuensi	Presentase %
Normal	42	39,6%
Tinggi	64	60,4%
Total	106	100%

Berdasarkan table 4.6 data dapat diketahui dari 106 responden, ada sebanyak 42(39,6%) responden dengan kejadian penyakit diabetes melitus memiliki kadar gula normal, sedangkan 64 (60,4%) responden memiliki kadar gula tinggi.

2. Analisis Bivariat

Tabel 1 Hubungan Tingkat Pengetahuan Pola Makan Dengan Kejadian Penyakit Diabetes Melitus Di RW03 Pasar Baru

Tingkat Pengetahuan Pola Makan	Kejadian Penyakit Diabetes Melitus Dengan Kadar Glukosa						P value
	Normal		Tinggi		Total		
	n	%	n	%	n	%	
Baik	38	35,8	47	44,3	85	80,2	0,031
Buruk	4	3,8	17	16,0	21	19,8	
Total	42	39,6	64	60,3	106	100%	

Berdasarkan tabel 4.7 diketahui bahwa responden yang memiliki pengetahuan pola makan yang baik sebanyak 38 (32,8%) responden dengan kejadian penyakit diabetes melitus dengan kadar gula darah tinggi sebanyak 47 (44,3%), responden dengan tingkat pengetahuan pola makan buruk sebanyak 4 (3,8%) responden dengan kejadian penyakit diabetes melitus dengan kadar glukosa sebanyak 17 (16,0%) responden.

Berdasarkan analisa bivariate dengan menggunakan chic-square bahwa p-value 0,031 < 0,05 maka dapat disimpulkan Ha diterima bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan pola makan dengan kejadian penyakit diabetes melitus.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil hasil penelitian dan pembahasan maka peneliti dapat menyimpulkan. Sebagian responden di wilayah rw 03 pasar baru di dominasi berjenis kelamin perempuan 61 (57,5%), sebagian responden berusia >60 tahun sebanyak 51 (48,1%), responden dengan Pendidikan terakhir terbanyak yaitu SMA 50 (47,2%).

Tingkat pengetahuan pola makan pada penderita diabetes melitus sebagian besar dengan kategori baik sebanyak 85 (80,2%), sedangkan pada kejadian penyakit diabetes melitus dengan kadar gula darah sebagian responden meliki kadar gula darah yang tinggi sebanyak 64 (60,4%), Ada hubungan tingkat pengetahuan pola makan dengan kejadian penyakit diabetes melitus di rw03 pasar baru di peroleh dari perhitungan menggunakan SPSS didapatkan hasil signifikan p-value 0,031 < 0,05.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih disampaikan kepada pihak-pihak yang telah mendukung terlaksananya penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

Alianatasya, N., & Muflihatini, S. K. (2020). Hubungan Pola Makan dengan Terkendalinya Kadar Gula Darah pada Penderita Diabetes Mellitus Tipe II di RSUD Abdul Wahab Sjahranie Samarinda. *Borneo Student Research (BSR)*, 1(3), 1784–1790.

Arania, R., Triwahyuni, T., Esfandiari, F., & Nugraha, F. R. (2021). Hubungan Antara Usia, Jenis Kelamin, Dan Tingkat Pendidikan Dengan Kejadian Diabetes Mellitus Di Klinik Mardi Waluyo Lampung Tengah. *Jurnal Medika Malahayati*, 5(3), 146–153. <https://doi.org/10.33024/jmm.v5i3.4200>

Asrianti, A. (2021). Hubungan Pola Makan, Tingkat Pengetahuan Dan Aktifitas Fisik Dengan Kadar Gula Darah Pada Pasien DM Tipe II Di Wilayah Kerja Puskesmas Popalia Kabupaten Wakatobi Tahun 2020. *Paper Knowledge . Toward a Media History of Documents*, 99.

Azis, W. A., Muriman, L. Y., & Burhan, S. R. (2020). Hubungan Tingkat Pengetahuan dengan Gaya Hidup Penderita Diabetes Mellitus. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 2(1), 105–114. <https://doi.org/10.37287/jppp.v2i1.52>

Darsini, Fahrurrozi, & Cahyono, E. A. (2019). Pengetahuan ; Artikel Review. *Jurnal Keperawatan*, 12(1), 97.

dr. TRIANA HELMAWANTI, M. (2021). *PENCEGAHAN DIABETES*.

Fitriani, F., & Sanghati, S. (2021). Intervensi Gaya Hidup Terhadap Pencegahan Diabetes Melitus Tipe 2 Pada Pasien Pra

- Diabetes. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 10(2), 704–714. <https://doi.org/10.35816/jiskh.v10i2.682>
- Hardianto, D. (2021). Telaah Komprehensif Diabetes Melitus: Klasifikasi, Gejala, Diagnosis, Pencegahan, Dan Pengobatan. *Jurnal Bioteknologi & Biosains Indonesia (JBBI)*, 7(2), 304–317. <https://doi.org/10.29122/jbbi.v7i2.4209>
- Hariawan, H., Fathoni, A., & Purnamawati, D. (2019). Hubungan Gaya Hidup (Pola Makan dan Aktivitas Fisik) Dengan Kejadian Diabetes Melitus di Rumah Sakit Umum Provinsi NTB. *Jurnal Keperawatan Terpadu (Integrated Nursing Journal)*, 1(1), 1. <https://doi.org/10.32807/jkt.v1i1.16>
- Irawati, P., & Firmansyah, A. (2020). Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kepatuhan Diet Pada Pasien Diabetes Militus Di Puskesmas Cipondoh Kota Tangerang. *Jurnal JKFT*, 5(2), 62. <https://doi.org/10.31000/jkft.v5i2.3924>
- Isnaini, N., & Ratnasari, R. (2018). Faktor risiko mempengaruhi kejadian Diabetes mellitus tipe dua. *Jurnal Kebidanan Dan Keperawatan Aisyiyah*, 14(1), 59–68.