



ARTIKEL RISET

URL artikel: <http://ejournal.poltekkes-denpasar.ac.id/index.php/JIG/article/view/jig2807>

**Perubahan Pengetahuan, Sikap, Praktek Diet dan Kadar Gula Darah Sesudah
Konseling Gizi Pada Penderita Diabetes Melitus Rawat Inap
di Rumah Sakit Umum Daerah Tabanan**

I Gusti Ayu Agung Amanda Adistyanthi Dinar^{1,K}, Desak Putu Sukraniti¹, I Komang Agusjaya Mataram¹

¹Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar

Email Penulis Korespondensi (^K): amandadinar@gmail.com

ABSTRACT

Diabetes mellitus can be influenced by knowledge, attitudes, dietary practices and blood sugar levels. The purpose of the study was to determine changes in knowledge, attitudes, dietary practices and blood sugar levels after nutritional counseling in patients with Diabetes Mellitus hospitalized at Tabanan Regional General Hospital. This study used Pre experimental with One-Group Pretest-Posttest Design. The number of samples used was 30 patients with Diabetes Mellitus hospitalized at Tabanan Regional General Hospital. Data collection includes: age, education, gender, knowledge, attitude, dietary practices and blood sugar levels. Data were collected twice, before and after counseling. To determine whether there are changes in knowledge, attitudes, dietary practices and blood sugar levels before and after counseling, Wilcoxon test was used. The results showed a p-value of 0.000 on knowledge, attitudes and blood sugar levels before and after counseling which means there is a significant change and a p-value of 0.087 which means there is no significant change in dietary practices before and after counseling.

Keywords: knowledge; attitude; dietary practices and blood sugar levels

PENDAHULUAN

Latar Belakang

International Diabetes Federation (IDF) (2019) menyebutkan bahwa penyakit diabetes melitus masuk ke dalam 4 prioritas penyakit tidak menular yang sampai sekarang masih menjadi perhatian dunia karena meningkat setiap tahunnya dan merupakan penyakit paling kronis. Indonesia melakukan berbagai upaya agar mencapai UHC (*Universal Health Coverage*) pada tahun 2030, salah satunya yaitu Kementerian Kesehatan mendirikan POSBINDU (Pos Pembinaan Terpadu) sebanyak 13.500 untuk mempermudah warga melakukan pengecekan kadar gula darah secara berkala. Kementerian Kesehatan juga meminta warga untuk melakukan cek kesehatan secara teratur, enyahkan asap rokok, rajin melakukan aktifitas fisik minimal 30 menit sehari, diet yang seimbang dengan mengonsumsi makanan sehat dan gizi seimbang, istirahat yang cukup serta dapat mengatur stres dengan baik dan benar. (Kemenkes RI, 2018).

Pada tahun 2013 penyakit diabetes melitus memiliki prevalensi 1,3% mengalami peningkatan pada tahun 2018 menjadi 1,7%. Penyakit diabetes melitus di Bali mendapat urutan ke 14 diantara 34 provinsi Indonesia (RISKESDAS, 2018). Tahun 2018, kasus diabetes melitus berjumlah 67.172 orang (Dinas Kesehatan Provinsi Bali, 2018). Penderita diabetes melitus di Kabupaten Tabanan pada tahun 2018 berjumlah hingga 2.744 jiwa (Dinkes Tabanan, 2018). Berdasarkan catatan medik Rumah Sakit Umum Daerah (RSUD) Tabanan bagian Rawat Inap, terhitung 299 pasien dengan kasus diabetes melitus pada tahun 2020, 184 pasien pada tahun 2021 dan 304 pasien pada tahun 2022.

Faktor yang menyebabkan angka penderita diabetes mengalami peningkatan, antara lain karena penderita kurang mendapat dukungan keluarga untuk melaksanakan ketaatan diet, penderita tidak bisa menahan keinginan untuk makan makanan yang tidak dianjurkan seperti dulu sebelum terkena diabetes, kurangnya pengetahuan keluarga tentang diet yang harus diberikan. Sehingga diperlukan konseling gizi agar keluarga dan penderita menjadi lebih tahu dan lebih paham mengenai diet diabetes yang akhirnya mampu membantu dirinya melaksanakan diet sesuai penyakitnya.

Salah satu penanganan penyakit pada penderita diabetes melitus dilakukan melalui konseling gizi. Tujuan dilakukannya konseling gizi adalah untuk mencari solusi atau memberi saran dan masukan untuk pasien yang mengalami masalah, sehingga diperoleh kesepakatan dalam pengaturan pola makan untuk mendukung kesehatan dan kesembuhan pasien. Rumah Sakit Umum Daerah Tabanan merupakan salah satu Rumah Sakit yang menangani pasien Rawat Inap. Konseling gizi sangat perlu dilakukan guna memberikan pengetahuan dan pemahaman tentang penyakit diabetes serta cara penanganan dietnya, sehingga pasien akan mampu mematuhi anjuran diet yang disarankan. Dengan demikian kadar gula darah dapat dikendalikan, sehingga pasien diabetes melitus relatif dapat hidup normal (Isfandiari 2013).

Dari uraian tersebut penulis tertarik meneliti perubahan pengetahuan, sikap, praktek diet dan kadar gula darah sesudah konseling gizi pada penderita diabetes melitus rawat inap di RSUD Tabanan.

Tujuan

Tujuan umum pada penelitian ini yaitu mengetahui perubahan pengetahuan, sikap, praktek diet dan kadar gula darah sesudah konseling gizi pada penderita diabetes melitus rawat inap di RSUD Tabanan. Tujuan khusus penelitian adalah 1). Mengukur tingkat pengetahuan, sikap, praktek diet dan kadar gula darah sampel sebelum dan sesudah konseling gizi. 2) Menganalisis perubahan pengetahuan, sikap, praktek diet dan kadar gula darah sampel sesudah konseling gizi

METODE

Jenis penelitian ini adalah Pre experimental (Pra eksperimen) dengan rancangan *One-Group Pretest-Posttest Design* yang hanya menggunakan satu kelompok pengamatan. Penelitian ini dilaksanakan di RSUD Tabanan, Kabupaten Tabanan pada bulan Agustus - Desember 2022. Populasi dari penelitian ini adalah semua pasien DM rawat inap di RSUD Tabanan yang tercatat sampai dengan tanggal 1 Desember 2022. Data primer yang dikumpulkan yaitu identitas sampel, pengetahuan, sikap, praktek diet, dan kadar gula darah sampel sebelum dan sesudah penelitian. Data sekunder diperoleh dari profil RSUD Tabanan mengenai gambaran umum dan jumlah pasien rawat inap di RSUD Tabanan. Pengumpulan data dilakukan dengan cara wawancara langsung menggunakan kuesioner, dan pengukuran kadar gula darah menggunakan alat easy touch. Keterkaitan antar variabel dianalisis menggunakan uji statistik *wilcoxon*.

HASIL

Karakteristik Sampel Penelitian

Sampel penelitian ini berjumlah 30 sampel. Sebanyak 50% sampel berusia >60 tahun. Menurut jenis kelaminnya, mayoritas sampel adalah perempuan yaitu sebanyak 16 sampel (53,3%). Tingkat pendidikan dikategorikan menjadi pendidikan dasar, pendidikan menengah, dan pendidikan tinggi. Pendidikan terakhir dari responden dengan jumlah terbanyak adalah pendidikan dasar yaitu 21 responden (53,3%). Lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel 1.

Tabel 1
Karakteristik Sampel

Variabel	F	%
Usia (tahun)		
30-44	2	6,7
45-59	13	43,3
>60	15	50
Jenis Kelamin		
Perempuan	16	53,3
Laki-laki	14	46,7
Jenjang Pendidikan		
Pendidikan dasar	21	53,3
Pendidikan menengah	8	21,1
Pendidikan tinggi	1	2,6
Total	30	100,0

Pengetahuan penderita diabetes melitus sebelum dan sesudah konseling gizi

Hasil penelitian menunjukkan pengetahuan sampel tentang diabetes mellitus sebelum konseling diketahui nilai tertinggi adalah 100 dan nilai terendah 60 dengan rata-rata 80,7, sedangkan sesudah konseling nilai tertinggi adalah 100 dan nilai terendah 65 dengan rata-rata 91,2. Sebaran sampel berdasarkan pengetahuan sebelum dan sesudah konseling dapat dilihat pada table 2.

Tabel 2
Distribusi Sampel Menurut Tingkat Pengetahuan Sebelum dan Sesudah Konseling Gizi

Tingkat pengetahuan	Sebelum		Sesudah		p-value
	n	%	n	%	
Baik	18	60	29	96,7	0,000
Cukup	12	40	1	3,3	
Kurang	0	0	0	0	
Total	30	100	30	100	

Hasil uji statistik menunjukkan ada perubahan yang signifikan tingkat pengetahuan sebelum dan sesudah konseling gizi dengan p value 0,000. Sebelum diberikan konseling gizi sebanyak 18 (60%) kategori baik dan sesudah diberikan konseling gizi sebanyak 29 (96,7%) kategori baik. Jadi konseling gizi dapat meningkatkan pengetahuan baik sebanyak 36,7%.

Sikap penderita diabetes melitus sebelum dan sesudah konseling gizi

Sikap sampel tentang DM diketahui nilai tertinggi sebelum konseling adalah 100 dan nilai terendah 55 dengan rata-rata 79,2 (11,5%), sedangkan sesudah konseling nilai tertinggi adalah 100 dan nilai terendah 60 dengan rata-rata 82,5 (10,6%). Sebaran sampel berdasarkan sikap sebelum dan sesudah diberikan konseling dituangkan pada tabel 3.

Tabel 3
Distribusi Sampel Menurut Tingkat Sikap Sebelum dan Sesudah Konseling Gizi

Tingkat sikap	Sebelum		Sesudah		p-value
	n	%	N	%	
Baik	16	53,3	19	63,3	0,000
Cukup	13	43,3	11	36,7	
Kurang	1	3,3	0	0	
Total	30	100	30	100	

Uji statistik menunjukkan p-value 0,000 yang artinya sikap sampel sebelum dan sesudah konseling gizi mengalami perubahan yang signifikan. Sebelum konseling gizi terdapat sebanyak 16 (53,3%) sampel dengan kategori baik dan sesudah diberikan konseling gizi sebanyak 19 (63,3%) kategori baik. Ada peningkatan persentasi sikap dengan katagori baik sebanyak 10% setelah konseling gizi.

Praktek diet penderita diabetes melitus sebelum dan sesudah konseling gizi

Praktek diet pada sampel diketahui nilai tertinggi sebelum konseling adalah 100 dan nilai terendah 40 dengan rata-rata 80. Sedangkan nilai tertinggi sesudah konseling adalah 100 dan nilai terendah 65 dengan rata-rata 87. Sebaran sampel berdasarkan praktek diet sebelum dan sesudah konseling dapat dilihat pada tabel 4.

Tabel 4
Distribusi Sampel Menurut Tingkat Praktek Diet Sebelum dan Sesudah Konseling Gizi

Tingkat praktek diet	Sebelum		Sesudah		p-value
	n	%	n	%	
Baik	21	70	25	83,3	0,087
Cukup	5	16,7	5	16,7	
Kurang	4	13,3	0	0	
Total	30	100	30	100	

Didapatkan bahwa praktek diet sebelum dan sesudah konseling gizi tidak mengalami perubahan yang signifikan dengan p-value 0,087 lebih besar dari 0,005. Sebelum diberikan konseling gizi sebanyak 21 (70%) kategori baik dan sesudah diberikan konseling gizi sebanyak 25 (83,3%) kategori baik. Ada peningkatan persentase praktek diet dengan katagori baik sebanyak 13,3%.

Kadar gula darah penderita diabetes sebelum dan sesudah konseling gizi

Kadar gula darah normal sebelum konseling adalah sebanyak 6 sampel dan tidak normal 24 sampel. Sedangkan kadar gula darah normal sesudah konseling 29 sampel dan tidak normal 1 sampel. Sebaran sampel berdasarkan kadar gula darah sebelum dan sesudah konseling tertuang pada tabel 5.

Tabel 5
Distribusi Sampel Menurut Tingkat Kadar Gula Darah Sebelum dan Sesudah Konseling Gizi

Tingkat kadar gula darah	Sebelum		Sesudah		p-value
	n	%	n	%	
Normal	6	20	29	96,7	0,000
Tidak normal	24	80	1	3,3	
Total	30	100	30	100	

Sebelum konseling gizi kadar gula darah tertinggi 675 mg/dl, kadar gula darah terendah 136 mg/dl, sebanyak 20% sampel dengan kadar gula normal dan sebanyak 80% sampel dengan kadar gula tidak normal. Setelah konseling gizi kadar gula darah tertinggi 283 mg/dl dan kadar gula darah terendah 109 mg/dl, sebanyak 96,7 % sampel dengan kadar gula normal dan sebanyak 3,3% sampel dengan kadar gula tidak normal. Didapatkan bahwa kadar gula darah sebelum dan sesudah konseling gizi mengalami perubahan yang signifikan dengan p-value 0,000 lebih besar dari 0,005. Terjadi peningkatan persentase kadar gula darah normal sebanyak 16,7 %.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan tingkat pengetahuan sebelum konseling dan sesudah konseling terjadi peningkatan pengetahuan sebanyak 36,7%. Uji statistik menunjukkan terdapat perubahan yang signifikan tingkat pengetahuan sebelum dan sesudah konseling dengan p-value sebesar 0,000. Proses konseling yang memberikan informasi tentang penyakit dan diet DM dapat meningkatkan pengetahuan sampel tentang penyakit DM dan dietnya. Penggunaan media leaflet memberikan penguatan apabila sampel lupa pada informasi yang diberikan saat konseling gizi. Sampel dapat membaca ulang leaflet yang diberikan, sehingga pengetahuan menjadi meningkat. Media leaflet yang memuat tentang anjuran makan sehari dan berbagai informasi tentang diet makanan yang dianjurkan, makanan yang dihindari menambah pengetahuan sampel semakin baik.

Hasil penelitian menunjukkan terjadi perubahan sikap sampel. Sebelum konseling gizi sebanyak 16 (53,3%), cukup sebanyak 13 (43,3%) dan kurang sebanyak 1 (3,3%). Setelah konseling gizi sebanyak 19 (96,7%) sampel dalam kategori baik dan cukup sebanyak 1 (3,3%). Sikap sampel dengan katagori baik meningkat sebanyak 10%. Uji statistik membuktikan terdapat perubahan yang signifikan sikap sampel sebelum dan sesudah konseling gizi dengan p-value 0,000. Terjadinya perubahan sikap yang bermakna karena proses konseling yang menggunakan leaflet dan food model serta benda asli berupa menu yang disajikan di rumah sakit, mampu memotivasi sampel untuk menyadari bahwa mentaati diet merupakan salah satu cara menjaga agar kadar gula darah tidak meningkat.

Hal ini sejalan dengan yang dikatakan Siswanto, S., Kamba, I., & Aminah, S. (2017), yaitu perkembangan sikap positif ini merupakan hasil dari peningkatan pada pengetahuan pasien terkait diabetes dan perubahan perilaku pasien yang sadar akan pentingnya mengontrol kadar glukosa darah. Disamping itu, masih ada 3 responden yang tetap mempertahankan sikap negatif atau tidak mendukung. Hal tersebut dikarenakan rendahnya pendidikan responden yang diketahui ternyata tidak tamat sekolah dasar, sehingga penerimaan informasi kurang maksimal.

Terjadi peningkatan praktek diet pada sampel sebelum dan sesudah konseling, tetapi perubahannya tidak bermakna dengan p-value sebesar 0,087. Sebelum konseling gizi, praktek diet sampel sebanyak 70% termasuk katagori baik, setelah konseling gizi sebanyak 83,3% sampel termasuk katagori baik. Terjadi peningkatan sebanyak 13,3% pada praktek dengan katagori baik. Uji statistik menunjukkan tidak terdapat perubahan secara signifikan antara praktek diet sebelum dan sesudah konseling. Hal ini disebabkan karena praktek diet sampel masih dipengaruhi oleh diet yang diberikan

di rumah sakit. Saat pengumpulan data awal dilakukan sampel berada dalam rawat inap rumah sakit dimana diet yang dilaksanakan sesuai dengan yang disajikan di rumah sakit. Data akhir (post test) dilakukan saat sampel sudah dirumah atau sudah pulang. Tidak adanya perubahan praktek diet sesudah konseling dapat menunjukkan diet yang dilakukan dirumah (setelah sampel pulang rumah sakit tetap menjalankan diet seperti yang diberikan di rumah sakit).

Berdasarkan hasil data dan uji statistik diketahui bahwa sebelum dilakukan konseling gizi, kadar gula darah sampel yang termasuk dalam kategori normal sebanyak 6 sampel (20%) dan kategori tidak normal (DM) sebanyak 24 sampel (80%). Setelah konseling gizi, kadar gula darah sampel menjadi lebih terkendali sehingga didapatkan sampel dengan gula darah normal sebanyak 29 (96,7%) dan sampel dengan kadar gula tidak normal sebanyak 1 (3,3%). Terjadi peningkatan katagori kadar gula darah normal sebanyak 93,4%. Hanya 1 sampel yang masih dengan kadar gula darah tidak normal. Hal ini terkait dengan pengetahuan, sikap dan praktek diet yang meningkat. Praktek diet sampel yang masih mengikuti pola makan yang dianjurkan di rumah sakit memberikan efek terhadap kadar gula darah. Sampel masih taat mengikuti anjuran yang diberikan di rumah sakit. Sampel dapat mengontrol kadar gula darah selalu dalam katagori normal.

Dengan demikian terjadi perubahan pengetahuan, sikap dan kadar gula darah setelah konseling gizi. Terjadi perubahan yang tidak bermakna pada praktek diet karena data awal didapatkan dari praktek diet saat sampel sudah di rumah sakit, sehingga dietnya sudah terkontrol. Tetapi efek positif dari konseling adalah sampel tetap taat menjalankan diet yang direkomendasikan dari rumah sakit. Ketaat diet sampel diikuti dengan meningkatnya persentase sampel dengan kadar gula darah normal.

SIMPULAN DAN SARAN

Pengetahuan sebelum konseling gizi, yaitu penderita DM dengan kategori baik 60%, cukup 40% dan setelah konseling gizi sebanyak 96,7% dalam kategori baik dan sebanyak 3,3% dalam kategori cukup. Sikap sampel sebelum konseling gizi sebanyak 53,3% katagori baik, sebanyak 43,3% kategori cukup dan sebanyak 3,3%, dalam katagori kurang. Setelah konseling gizi sebanyak 63,3% sikap sampel dalam kategori baik dan sebanyak 36,7% dalam kategori cukup. Praktek diet sebelum konseling gizi sebanyak 70% kategori baik, sebanyak 16,7% kategori cukup dan 13,3% kategori kurang dan sesudah konseling gizi sebanyak 83,3% kategori baik dan sebanyak 16,7% kategori cukup. Kadar gula darah sebelum konseling gizi sebanyak 20% kategori normal dan sebanyak 80% kategori tidak normal dan sesudah konseling gizi sebanyak 96,7% kategori normal dan sebanyak 3,3% kategori tidak normal.

Terjadi perubahan signifikan pada pengetahuan, sikap dan kadar gula darah sesudah konseling gizi pada penderita diabetes melitus rawat inap di RSUD Tabanan. Tidak terdapat perubahan signifikan pada praktek diet sesudah konseling gizi pada penderita diabetes melitus rawat inap di RSUD Tabanan.

Disarankan kepada penderita DM melakukan konseling gizi secara rutin sebagai wahana edukasi dan kontrol atau kendali praktek diet karena konseling gizi terbukti memberikan perubahan yang signifikan terhadap pengetahuan, sikap, dan kadar gula darah pasien DM.

DAFTAR PUSTAKA

1. American Journal of Sociology. (2019). Kadar Gula Darah pada Diabetes Mellitus. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 53(9), 1689–1699.
2. Fabiana Meijon Fadul. (2019). BAB II TINAJUAN PUSTAKA (Konsep Kadar Glukosa Darah). 8–19.
3. Boku, A. (2019). Faktor-Faktor yang Berhubungan terhadap Kadar Gula Darah Pada Penderita Diabetes Melitus Tipe II di RS PKU Muhammadiyah Yogyakarta. Skripsi, 1–16.
4. Dewi, E. U. (2017). Di Puskesmas Pakis Surabaya. AKPER William Booth, 20.
5. Della, A. (2014). Hubungan Pola makan dengan Status Glukosa Darah Puasa Pasien Diabetes Tipe 2 Rawat Inap di RS PKU Muhammadiyah Surakarta tahun 2014 (skripsi). Universitas Muhammadiyah Surakarta.
6. Deviana, Y., K, K., & Wijanarko, H. (2020). Analisis Pengukur Kadar Gula Dalam Darah Secara Non-Invasive. *Journal of Applied Sciences, Electrical Engineering and Computer Technology*, 1(2), 26–31.
7. Haryati, A. (2020). Online Counseling Sebagai Alternatif Strategi Konselor dalam Melaksanakan Pelayanan E-Counseling di Era Industri 4.0. *Bulletin of Counseling and Psychotherapy*, 2(2), 27–38.
8. Hanifah, aulia fitri. (2021). Hubungan Pola Makan Dengan Kadar Gula Darah Masyarakat Di Kota Bandar Lampung. *Angewandte Chemie International Edition*, 6(11), 951–952., 13(April), 15–38.
9. Indonesia, K. K. R. (2017). Buku Penilaian Status Gizi. Penilaian Status Gizi.
10. Indriyani, N. P. A. (2021). Gambaran Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Melitus Di Brus Tabanan Tahun 2021. 9–19. <http://repository.poltekkes-denpasar.ac.id/id/eprint/7422>
11. Iriantika, K. A., & Margawati, A. (2017). Studi kualitatif pengaruh pemberian konseling gizi terhadap perubahan sikap dan pemilihan makan pada remaja putri overweight. *Journal of Nutrition College*, 6(1), 19.
12. Isnaini, N., & Ratnasari, R. (2018). Faktor risiko mempengaruhi kejadian Diabetes tipe dua. *Jurnal Kebidanan Dan Keperawatan Aisyiah*, 14(1), 59–68.
13. II, B. A. B., & Pustaka, T. (2018). Bab II Tinjauan Pustaka Bab II Tinjauan Pustaka 2.1. Dm, 1–64.
14. I Dewa. (2014). buku pendidikan dan konsultasi gizi. Penerbit Buku Kedokteran
15. Olga Lieke. Paruntu1, O. S. dan S. E. P. (2018). Pengaruh Konseling Gizi Terhadap Perilaku Gizi Kadar Gula Darah dan HBA1C Pada Diabetes Rawat Inap RSUP Prof Dr R.D Kandou Manado. *E-CliniC*, 3(2), 1–6.
16. Persatuan Ahli Gizi Indonesia. (2013). *Konseling Gizi*. Penerbit plus+
17. Tera, B. H. Al. (2011). Determinan Ketidakpatuhan Diet Penderita Diabetes Melitus Tipe 2. Skripsi Program Studi Ilmu Gizi Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro Semarang, 2, 1–56.
18. Vladimir, V. F. (2018). Bab I Pendahuluan Diabetes . *Gastronomía Ecuatoriana y Turismo Local.*, 1(69), 5–24.
19. Vladimir, V. F. (2018). Konsep Dasar Pengetahuan. *Gastronomía Ecuatoriana y Turismo Local.*, 1(69), 5–24.
20. Wahyuni. (2010). faktor - faktor yang mempengaruhi Diabetes Melitus. Dm, 1–64.
21. Yunan, J., Iswari, F., Maruni, D. W., & Indriyani, S. N. (2019). Penurunan Kadar Gula Darah Antara Yang Melakukan Senam Jantung Sehat Dan Jalan Kaki. *Jurnal Kesehatan Prima*, 13(1), 1–9.