

HUBUNGAN POLA MAKAN DENGAN KEJADIAN DIABETES MELLITUS DI RSUD KABUPATEN TAPANULI SELATAN

Nefonavratiлова Ritonga¹, Sahriana Ritonga²

Dosen Program Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat Program Sarjana Universitas Aufo Royhan
di Kota Padangsidimpuan

(nafratilovanefo@gmail.com; Hp. 085337542125)

Abstrak

Diabetes mellitus merupakan penyakit gangguan metabolik menahun akibat pankreas tidak memproduksi cukup insulin atau tubuh tidak dapat menggunakan insulin yang diproduksi secara efektif. Menurut Riskesdas 2018, prevalensi penderita diabetes mellitus di Indonesia meningkat dari 6,9% tahun 2013 menjadi 8,5% pada tahun 2018. Jumlah ini meningkat dari tahun sebelumnya. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan pola makan dengan kejadian diabetes mellitus di RSUD Kabupaten Tapanuli Selatan. Metode penelitian yang digunakan adalah *observasi analitik* dengan desain *case control* dengan kelompok kontrol. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 38 orang kelompok kasus dan 38 kelompok kontrol. Data yang diperoleh diolah dengan menggunakan uji *Chi Square*. Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan pola makan dengan kejadian diabetes mellitus di RSUD Kabupaten Tapanuli Selatan. Berdasarkan hasil uji statistik *Chi Square* diperoleh nilai $p\text{-value} = 0,000 < 0,005$. Kesimpulan dalam penelitian ini ada hubungan pola makan dengan kejadian diabetes mellitus di RSUD Kabupaten Tapanuli Selatan. Saran penelitian ini dapat dijadikan sumber baru dalam meningkatkan pengetahuan penderita diabetes melitus.

Kata kunci : Pola Makan, Diabetes Melitus.

Abstract

Diabetes mellitus is a chronic metabolic disorder due to the pancreas not producing enough insulin or the body cannot use insulin produced effectively. According to Riskesdas 2018, the prevalence of people with diabetes mellitus in Indonesia increased from 6.9% in 2013 to 8.5% in 2018. This number increased from the previous year. The purpose of this study was to determine the relationship of eating patterns with the incidence of diabetes mellitus in South Tapanuli District Hospital. The research method used was analytic observation with a case control design with a control group. The sample in this study amounted to 38 case groups and 38 control groups. The data obtained were processed using the Chi Square test. The results showed a relationship between diet and the incidence of diabetes mellitus in South Tapanuli District Hospital. Based on the Chi Square statistical test results obtained $p\text{-value} = 0,000 < 0,005$. The conclusion in this study there is a relationship of eating patterns with the incidence of diabetes mellitus in South Tapanuli District Hospital. Suggestions of this research can be used as a new source in increasing the knowledge of people with diabetes mellitus.

Keywords: Eating Patterns, Diabetes Mellitus.

1. PENDAHULUAN

Diabetes Melitus atau disebut diabetes saja merupakan penyakit gangguan metabolik menahun akibat pankreas tidak memproduksi cukup insulin atau tubuh tidak dapat menggunakan insulin yang diproduksi secara efektif. Insulin adalah hormon yang mengatur keseimbangan kadar gula darah. Akibatnya terjadi peningkatan konsentrasi glukosa di dalam darah (hiperglikemia) (Infodatin, 2014).

Menurut WHO, Indonesia masuk ke dalam sepuluh negara dengan jumlah kasus diabetes melitus terbanyak di dunia. Indonesia berada pada peringkat ke 6 pada tahun 2017 dengan jumlah kasus sebesar 10,3 juta jiwa dan diprediksi akan meningkat pada tahun 2030 menjadi 21,3 juta orang.

Di Indonesia, data Riset Kesehatan Dasar (Risdesdas) 2018 menunjukkan bahwa terjadi peningkatan prevalensi Diabetes di Indonesia dari 6,9% tahun 2013 menjadi 8,5% pada tahun 2018. Data International Diabetes Federation tahun 2015 menyatakan jumlah estimasi penyandang Diabetes di Indonesia diperkirakan sebesar 10 juta. Seperti kondisi di dunia, Diabetes kini menjadi salah satu penyebab kematian terbesar di Indonesia. *Data Sample Registration Survey* tahun 2014 menunjukkan bahwa Diabetes merupakan penyebab kematian terbesar nomor 3 di Indonesia dengan persentase sebesar 6,7%, setelah Stroke (21,1%) dan penyakit Jantung Koroner (12,9%). Bila tak ditanggulangi, Kondisi ini dapat menyebabkan penurunan produktivitas, disabilitas, dan kematian dini.

Di Sumatera Utara, prevalensi penderita DM berdasarkan pemeriksaan darah pada penduduk di Sumatera Utara menurut Risdesdas 2018 sebesar 1,5%. Sedikit lebih rendah dibanding angka rata-rata Indonesia yaitu sebesar 2,0%. Kriteria diagnosis DM menurut American Diabetes Association (ADA) dan Perkumpulan Endokrinologi Indonesia adalah, glukosa puasa ≥ 126 mg/dl, glukosa 2 jam paska pembebanan ≥ 200 mg/dl.

Penyakit Diabetes Melitus merupakan penyakit degeneratif yang dapat dikendalikan dengan empat pilar penatalaksanaan. Diet menjadi salah satu hal yang penting dalam empat pilar penatalaksanaan DM dikarenakan pasien tidak memperhatikan asupan makanan yang seimbang.

Meningkatnya gula darah pada pasien DM berperan sebagai penyebab dari ketidakseimbangan jumlah insulin, oleh karena itu diet menjadi salah satu pencegahan agar gula darah tidak meningkat. Dengan diet yang tepat dapat membantu mengontrol gula darah (Soegondo, 2015).

Menurut survey pendahuluan yang dilakukan penulis, dari 11 orang penderita diabetes melitus hanya 3 orang yang mengetahui tentang pola makan untuk penderita diabetes melitus. Sisanya makan seperti biasa, hanya mengandalkan obat dari dokter. Dari data rekam medis Rumah Sakit Umum Daerah Kabupaten Tapanuli Selatan pada saat survey pendahuluan, penderita diabetes melitus rawat jalan dari bulan Juni sampai Desember 2018 berjumlah 182 orang, sementara penderita yang rawat inap berjumlah 9 orang. Meningkat dari tahun 2017 yang berjumlah 158 orang. Sedangkan mulai bulan Januari sampai Mei 2019 berjumlah 135 orang. Meningkat sangat drastis dari tahun sebelumnya.

Berdasarkan latar belakang di atas, maka penulis ingin melakukan penelitian dengan judul Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Diabetes Melitus di Rumah Sakit Umum Daerah Kabupaten Tapanuli Selatan.

2. METODE PENELITIAN

Jenis Penelitian ini adalah penelitian observasi analitik, dengan desain *case control*. *Case control* adalah penelitian yang dilakukan dengan cara membandingkan antara dua kelompok yaitu kelompok kasus dan kelompok kontrol (Notoadmodjo, 2010). Studi kasus kontrol dilakukan dengan menganalisa hubungan kausal dengan menggunakan metode terbalik, yaitu menentukan penyakit terlebih dahulu, kemudian mengidentifikasi penyebab. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan pola makan dengan kejadian penyakit diabetes melitus.

Populasi adalah keseluruhan objek yang akan diteliti. Populasi kasus yang digunakan dalam penelitian ini adalah seluruh penderita diabetes melitus yang berobat jalan di poli penyakit dalam RSUD Kabupaten Tapanuli Selatan pada bulan Maret tahun 2019 yang berjumlah 38 orang.

Populasi kontrol dalam penelitian ini adalah pasien yang berobat jalan ke poli penyakit dalam RSUD Kabupaten Tapanuli

Selatan yang bukan diabetes melitus berjumlah 38 orang.

3. HASIL

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Umur Responden Di RSUD Kabupaten Tapanuli Selatan Tahun 2019

No	Kategori Umur	Jumlah	Persentase (%)
1.	> 61 tahun	6	7,9
2.	51-60 tahun	18	23,7
3.	41-50 tahun	28	36,8
4.	31-40 tahun	24	31,6
Total		76	100,0

Berdasarkan tabel di atas dapat diperoleh mayoritas umur responden yaitu usia 41-50 tahun sebanyak 28 orang (36,8%) dan minoritas umur responden yaitu usia >61 tahun sebanyak 6 orang (7,9%).

a. Jenis Kelamin

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin responden Di RSUD Kabupaten Tapanuli Selatan Tahun 2019

No	Kategori Jenis Kelamin	Jumlah	Persentase(%)
1.	Wanita	41	53,9
2.	Pria	35	46,1
Total		76	100,0

Berdasarkan tabel di atas dapat diperoleh mayoritas jenis kelamin responden adalah wanita sebanyak 41 orang (53,9%) dan minoritas jenis kelamin responden adalah pria sebanyak 35 orang (46,1%).

b. Pendidikan

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pendidikan responden Di RSUD Kabupaten Tapanuli Selatan Tahun 2019

No	Kategori Pendidikan	Jumlah	Persentase (%)
1.	SD/SMP	3	3,9
2.	SMA	46	60,5
3.	PT	27	35,5
Total		76	100,0

Berdasarkan tabel di atas dapat diperoleh mayoritas pendidikan responden adalah SMA sebanyak 46 orang (60,5%) dan minoritas pendidikan responden yaitu SD/SMP sebanyak 3 orang (3,9%).

c. Pekerjaan

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pekerjaan responden Di RSUD Kabupaten Tapanuli Selatan Tahun 2019

No	Kategori Pekerjaan	Jumlah	Persentase (%)
1.	Petani	25	32,9
2.	Wiraswasta	32	42,1
3.	PNS	19	25,0
Total		76	100,0

Berdasarkan tabel di atas dapat diperoleh mayoritas pekerjaan responden adalah wiraswasta sebanyak 32 orang (42,1%) dan minoritas pekerjaan responden yaitu PNS sebanyak 19 orang (25,0%).

d. Pola Makan

Tabel 5. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pola Makan responden Di RSUD Kabupaten Tapanuli Selatan Tahun 2019

No	Kategori Pola Makan	Jumlah	Persentase (%)
1.	Baik	27	35,5
2.	Tidak Baik	49	64,5
Total		76	100,0

Berdasarkan tabel di atas dapat diperoleh mayoritas pola makan responden adalah tidak baik sebanyak 49 orang (64,5%) dan minoritas pola makan responden yaitu baik sebanyak 27 orang (35,5%).

e. Status Diabetes Melitus

Tabel 6. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Status DM

No	Status DM	Jumlah	Persentase(%)
1.	DM	38	50,0
2.	Tidak DM	38	50,0
Total		76	100,0

Berdasarkan tabel di atas dapat diperoleh jumlah kasus dan kontrol sama yaitu sebanyak 38 responden.

4.1 Hasil Uji Bivariat

Tabel 1. Hubungan Pola Makan dengan kejadian Diabetes Melitus di RSUD Kabupaten Tapanuli Selatan Tahun 2019

Pola Makan	Status DM						P-value
	DM (kasus)		Tidak DM (kontrol)		Total		
	F	%	F	%	F	%	
Tidak Baik	16	21,1	33	43,4	49	64,5	0,000
Baik	22	28,9	5	6,6	27	35,5	
Total	38	50,0	38	50,0	76	100	

Dari hasil tabel di atas dari hasil tabel silang Pola Makan dengan status DM diketahui bahwa dari 76 responden ada 49 responden (64,5%) yang memiliki pola makan tidak baik, yaitu 16 responden (21,1%) adalah kasus dan 33 responden (43,4%) adalah pada kelompok kontrol. Dari 27 responden (35,5%) yang memiliki pola makan baik yaitu 22 responden (28,9%) adalah kasus dan 5 responden (6,6%) adalah pada kelompok kontrol. Berdasarkan uji *Chi Square* diperoleh P value = 0,000. Dari hasil ini dapat disimpulkan bahwa P value < 0,05 sehingga Ho ditolak, artinya terdapat hubungan yang signifikan antara pola makan dengan kejadian diabetes melitus di RSUD Kabupaten Tapanuli Selatan.

4. PEMBAHASAN

Berdasarkan tabel pengetahuan dari hasil tabel silang pengetahuan tentang pola makan dengan kadar gula darah penderita Diabetes Melitus dari 76 responden ada 49 responden (64,5%) yang memiliki pola makan tidak baik, yaitu 16 responden (21,1%) adalah kasus dan 33 responden (43,4%) adalah pada kelompok kontrol. Dari 27 responden (35,5%) yang memiliki pola makan baik yaitu 22 responden (28,9%) adalah kasus dan 5 responden (6,6%) adalah pada kelompok kontrol

Hasil uji statistik diperoleh nilai P= 0,000 (P value <0,05) sehingga Ho ditolak, artinya terdapat hubungan yang signifikan antara pola makan dengan kejadian diabetes melitus di RSUD Kabupaten Tapanuli Selatan.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian Susanti (2017) yang berjudul hubungan pola makan dengan kadar gula darah penderita Diabetes Melitus di Puskesmas Tembok Duku Surabaya dengan hasil penelitian P value 0,000 < 0,05. Hasil penelitian ini didapatkan ada hubungan yang kuat antara pola makan dengan kadar gula darah apabila pola makan yang tidak baik seperti yang dianjurkan prinsip 3J maka akan terjadi ketidakstabilan kadar gula darah.

Sama dengan penelitian Nanang (2016) yang berjudul hubungan pengetahuan dan sikap keluarga dengan terkendalinya kadar gula darah pada pasien DM tipe-2 di RSUD Kabupaten Kediri dengan p value =0,001 <0,05. Terkendalinya kadar gula darah pada pasien Diabetes Melitus tipe-2 dipengaruhi oleh faktor pengetahuan dan sikap.

Menurut Benyamin Bloom (1998) yang dikutip oleh Soekidjo Notoadmojo (2010) Pengetahuan merupakan hasil “tahu” ini terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Pengindraan terjadi melalui pancaindra manusia yakni indra penglihatan, penciuman, rasa dan raba. Pengetahuan merupakan domain yang penting dalam membentuk tindakan seseorang. Pengetahuan yang baik akan membuahkan hasil yang baik pula.

Pengetahuan diet sangat penting bagi pasien DM agar terhindar dari komplikasi sehingga diperlukan sesuatu intervensi untuk meningkatkan pengetahuan mengenai penyakit, proses penatalaksanaan, terapi pengobatan, interaksi, pola makan, aktivitas fisik, serta pemanfaatan fasilitas kesehatan yang ada di masyarakat (Perkeni, 2015). Pada dasarnya pasien DM banyak yang telah mengetahui anjuran diet tetapi tidak mematuhi karena banyak yang menganggap bahwa makanan diet untuk pasien DM cenderung tidak menyenangkan sehingga mereka makan sesuai dengan keinginan bila belum menunjukkan gejala serius.

Pola makan adalah suatu cara tertentu dalam mengatur jumlah dan jenis asupan makanan dengan maksud untuk mempertahankan kesehatan, status gizi, serta mencegah dan/atau membantu proses penyembuhan (Depkes, 2009). Jika terlalu banyak memasukkan makanan ke dalam tubuh, maka glukosa akan sulit masuk ke dalam sel dan meningkatkan kadar glukosa darah. Makanan memegang peranan penting dalam peningkatan kadar gula darah. Makan secara berlebihan dan melebihi jumlah kalori

yang dibutuhkan (Hartini, 2009).

5. KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan distribusi pola makan responden mayoritas adalah tidak baik sebanyak 49 orang (64,5%) dan minoritas pola makan responden yaitu baik sebanyak 27 orang (35,5%). Berdasarkan penelitian hubungan pola makan dengan kejadian diabetes melitus di RSUD Kabupaten Tapanuli Selatan tahun 2019 berdasarkan distribusi kadar gula darah responden diperoleh hasil mayoritas tidak normal sebanyak 20 orang (52,6%) dan minoritas kadar gula darah responden yaitu normal sebanyak 18 orang (47,4%).

Dari hasil penelitian hubungan pola makan dengan kejadian diabetes melitus di RSUD Kabupaten Tapanuli Selatan tahun 2019 diperoleh hasil uji *Chi Square* diperoleh *P value* =0,008 ($P < 0,05$) artinya terdapat hubungan yang signifikan antara pola makan dengan kejadian diabetes melitus di RSUD Kabupaten Tapanuli Selatan.

6. REFERENSI

- Departemen Kesehatan RI. (2009). *System Kesehatan Nasional*. Diakses tanggal 17 Agustus 2019 dari <http://www.pppl.depkes.go.id>
- Departemen Kesehatan RI. (2010). *Tahun 2030 prevalensi diabetes mellitus di Indonesia 230 juta jiwa*. Diakses tanggal 25 Februari 2019 dari <http://www.depkes.go.id>
- Hartini, Kariadi. (2009). *Diabetes? Siapa Takut!!*. Bandung ; Qanita.
- Infodatin. (2014). *Situasi dan analisis diabetes mellitus. Pusat data dan informasi kementerian kesehatan Republik Indonesia*. Diakses tanggal 25 Februari 2019 dari <http://www.depkes.go.id>
- Medical Record RSUD Kabupaten Tapanuli Selatan. (2018). *Data diabetes mellitus tahun 2018*. Sipirok : RSUD Kabupaten Tapanuli Selatan
- Nanang, M. (2016). *Hubungan Pengetahuan dan Sikap Keluarga dengan Terkendalinya Kadar Gula Darah pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di Rumah Sakit Umum Daerah Kediri*. Diakses tanggal 19 Agustus 2019 dari <http://jurnal.unpad.ac.id>
- Notoadmojo, S. (2010). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta
- Notoadmojo, S. (2012). *Promosi Kesehatan Dan Ilmu Prilaku*. Edisi revisi. Jakarta : Rineka Cipta
- Perkeni. (2015). *Konsensus pengelolaan dan pencegahan diabetes mellitus tipe 2 di Indonesia*. Diakses tanggal 27 Februari 2019 dari pbperkeni.ocid>doc
- Profil Kesehatan Indonesia. (2014). *Badan Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan*. Diperoleh tanggal 27 Februari 2019 dari <http://www.depkes.go.id>
- Propsu. (2017). *Profil kesehatan propinsi Sumatera Utara. Kementerian Kesehatan*. Diperoleh tanggal 28 Februari 2019 dari <http://www.depkes.go.id>
- Riskesdas. (2013). *Badan penelitian dan pengembangan kesehatan kementerian kesehatan RI*. Diperoleh tanggal 25 Februari 2019 dari <http://www.depkes.go.id>
- Riskesdas. (2018). *Badan penelitian dan pengembangan kesehatan kementerian kesehatan RI*. Diperoleh tanggal 27 Juni 2019 dari <http://www.depkes.go.id>
- Soegondo, Sidartawan. (2006). *Penetalaksanaan Diabetes Mellitus Terpadu*. Jakarta : Balai Penerbit FKUI
- Susanti, Difran. (2017). *Hubungan Pola Makan Dengan Kadar Gula Darah Pada Penderita Diabetes Melitus*. Diakses pada tanggal 12 Agustus 2019 dari <http://jurnal.ugm.ac.id>
- WHO. *The top causes of death*. Diperoleh tanggal 27 Juni 2019 dari <http://www.who.int/>