

**HUBUNGAN PENGETAHUAN, SIKAP,
AKTIFITAS FISIK, OBESITAS DAN ASUPAN
OBAT DENGAN KESEMBUHAN PASIEN
DIABETES MELITUS DALAM MENGENDALIKAN
KADAR GULA DALAM DARAH DI WILAYAH
KERJA PUSKESMAS PETALING
KABUPATEN BANGKA**

Harmendo

STIKES Abdi Nusa Pangkalpinang

ABSTRAK

Diabetes melitus sering disebut dengan *the great imitator*, yaitu penyakit yang dapat menyerang semua organ tubuh dan menimbulkan berbagai keluhan. Penyebab meningkatnya prevalensi diabetes melitus di era globalisasi adalah adanya perubahan gaya hidup seperti pola makan yang tidak seimbang dan kurangnya aktivitas fisik. Tujuan penelitian yaitu Untuk mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan kesembuhan pasien diabetes mellitus dalam mengendalikan kadar gula dalam darah di wilayah kerja Puskesmas Petaling Kabupaten Bangka.

Penelitian ini menggunakan survey analitik dengan metode *cross sectional*, subyek penelitian ini adalah pasien Diabetes Mellitus dengan jumlah sampel sebanyak 99 orang. Data dikumpulkan dengan metode wawancara menggunakan kuesioner.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa faktor-faktor yang berhubungan dengan kesembuhan pasien diabetes mellitus dalam mengendalikan kadar gula dalam darah di wilayah kerja Puskesmas Petaling Kabupaten Bangka yaitu pengetahuan ($p=0,022$), sikap ($p=0,025$), pendapatan ($p=0,005$), aktivitas fisik ($p=0,003$) asupan obat ($p=0,013$) dan dukungan keluarga ($p=0,019$) sedangkan faktor yang tidak berhubungan adalah obesitas, faktor yang paling dominan adalah aktivitas fisik (POR=3,824).

Diharapkan kepada Puskesmas Petaling pada saat pasien kontrol kadar gula darah ke Puskesmas Petaling, bisa diberikan brosur tentang pentingnya menjaga gula darah pada pasien Diabetes Melitus yang berisi melakukan aktivitas fisik/olahraga, makanan yang dikonsumsi (jumlah, jadwal, jenis) dan komplikasi dari penyakit Diabetes Melitus dan kepada petugas kesehatan untuk mengadakan senam rutin di Puskesmas dan mengajak pasien DM agar mereka dapat mengikuti kegiatan tersebut.

Kata Kunci : Diabetes Melitus, Puskesmas, Petaling

Latar Belakang

Diabetes melitus sering disebut dengan *the great imitator*, yaitu penyakit yang dapat menyerang semua organ tubuh dan menimbulkan berbagai keluhan. Penyakit ini timbul secara perlahan, sehingga seseorang tidak menyadari adanya perubahan dalam dirinya, seperti minum menjadi banyak, buang air kecil menjadi lebih sering dan berat badan yang terus menurun (Anonim, 2004). Oleh karena itu, penyakit diabetes melitus tidak dapat disembuhkan, namun apabila dikelola dan dikendalikan dengan baik, maka tingkat kesehatan penderita dapat tetap optimal tanpa ada komplikasi yang menyertai (Muryani, 2010:32).

Berdasarkan proses timbulnya penyakit Diabetes Melitus bahwa orang yang berisiko mengalami Diabetes Melitus adalah mereka yang memiliki riwayat DM dari keluarga. Pasien Diabetes Melitus umumnya dewasa usia 40-an dan mengalami kegemukan (obesitas) dan tidak aktif melakukan aktifitas fisik. Tetapi faktor keturunan saja tidak cukup untuk menimbulkan penyakit diabetes melitus, faktor lingkungan yang ikut berperan telah banyak dikenal. Diantaranya berkaitan dengan kebiasaan makan berlebihan dan aktifitas jasmani sehari-hari kurang (lebih suka diam dari pada gerak), banyak makan kurang gerak (Sustrani, 2016)

Dilihat dari segi pemenuhan gizi, masyarakat belum mengetahui pemenuhan gizi yang baik. Selain itu, masyarakat juga banyak yang bekerja sehingga kegiatan olahraga jarang dilakukan bahkan tidak pernah dilakukan, tetapi ada juga sebagian yang melakukan kegiatan olahraga hanya 1-2 kali dalam seminggu. Penyakit diabetes kebanyakan mereka dapatkan dari pewarisan keluarga yang menderita diabetes. Keberhasilan suatu pengobatan baik secara primer maupun sekunder, sangat dipengaruhi oleh kepatuhan penderita DM untuk menjaga kesehatannya. Dengan kepatuhan yang baik, pengobatan secara primer maupun sekunder dapat terlaksana secara optimal dan kualitas kesehatan bisa tetap dirasakan. Sebabnya apabila penderita DM tidak mempunyai

kesadaran diri untuk bersikap patuh maka hal tersebut dapat menyebabkan kegagalan dalam pengobatan yang berakibat pada menurunnya kesehatan. Bahkan akibat ketidakpatuhan dalam menjaga kesehatan, dapat berdampak pada komplikasi penyakit DM dan bisa berujung pada kematian (Dimas, 2013)

Secara global, jumlah penderita diabetes mengalami peningkatan signifikan dari tahun ke tahun. Diabetes Atlas edisi ke-8 yang diterbitkan oleh Federasi Diabetes Internasional 2017 menyatakan bahwa 425 juta dari total populasi seluruh dunia, atau sekitar 8,8 persen orang dewasa berumur 20-79 tahun merupakan penderita diabetes, Data tersebut juga mengungkapkan bahwa menempati peringkat ke-6 sebagai jumlah penderita diabetes dewasa tertinggi di dunia dengan total lebih dari 10,3 juta orang. Angka ini diprediksi akan terus mengalami peningkatan dan mencapai 16,7 juta pada tahun 2045 (WHO, 2017)

Populasi penderita Diabetes Mellitus (DM) di Indonesia saat ini menduduki peringkat kelima terbanyak di dunia. Berdasarkan data IDF Diabetes Atlas, pada tahun 2013 penderita DM di Tanah Air mencapai 8.554.155 orang. Bahkan angka tersebut semakin naik pada tahun 2014 hingga mencapai 9,1 juta orang. Tahun 2035 jumlah penderita DM diprediksi melonjak hingga ke angka 14,1 juta orang dengan tingkat prevalensi 6,67 persen untuk populasi orang dewasa. Tidak hanya itu, umur penderita diabetes pun kini semakin menurun atau semakin muda. Satu dari lima penderita diabetes masih berumur dibawah 40 tahun, yakni diantara 20 hingga 39 tahun sebanyak 1.671.000 orang. Sedangkan usia 40 hingga 59 tahun sebanyak 4.651.000 orang. Sisanya berusia 60 hingga 79 tahun (Yuliansari, 2016).

Berdasarkan laporan data Dinas Kesehatan Provinsi Kepulauan Bangka Belitung, kasus Diabetes Melitus pada 7 kabupaten/kota yang tertinggi adalah sebagai berikut: empat kabupaten tertinggi urutannya adalah Kabupaten Bangka Selatan sebanyak 19.712 kasus (73,25%), Kabupaten Bangka sebanyak 6798 kasus (63,31%), Kota

Pangkalpinang sebanyak 6.829 (26,25%), Kabupaten Belitung sebanyak 4.572 kasus (43,26%), sedangkan urutan tiga kabupaten yang terendah kejadian DM nya adalah Kabupaten Bangka Barat sebanyak 4.016 kasus (25,32%), Kabupaten Bangka Tengah sebanyak 2.043 kasus (19,49%), dan Kabupaten Belitung Timur 1.833 kasus (21,35%) (Profil Dinkes Prov. Kep. Babel 2018)

Berdasarkan data Dinas Kesehatan Kabupaten Bangka Jumlah penderita DM meningkat setiap tahun yaitu pada tahun 2017 sebanyak 5.668 orang (55,81%), tahun 2018 sebanyak 6.798 orang (63,31%) dengan rincian kasus DM masing-masing Puskesmas yaitu : Puskesmas Petaling sebesar 899 Kasus (63,31%), Puskesmas Kenanga sebesar 1070 Kasus (59,8%), Puskesmas Batu Rusa sebesar 674 kasus (56,60%), Puskesmas Sungailiat sebesar 530 kasus (55,92%), Puskesmas Bakam sebesar 604 kasus (54,10%), Puskesmas Belinyu sebesar 703 kasus (50,30%), Puskesmas Riau Silip sebesar 537 kasus (49,10%), Puskesmas Puding Besar sebesar 450 kasus (47,21%), Puskesmas Pemali sebesar 528 kasus (44,01%), Puskesmas Gunung Muda sebesar 270 kasus (41,12%), Puskesmas Penagan sebesar 259 kasus (39,07%) dan Puskesmas Sinar Baru sebesar 242 kasus (36,70%), dari uraian data diatas dapat dilihat bahwa kejadian DM yang paling tinggi adalah Puskesmas Kenanga dan Puskesmas Petaling (Profil Dinkes Bangka, 2018)

Sedangkan berdasarkan data dari Puskesmas Petaling untuk kasus DM pada tahun 2017 sebanyak 375 kasus (41,85%), dan tahun 2018 sebanyak 899 kasus (63,31%) (Profil Puskesmas Petaling, 2018)

Berdasarkan data yang di peroleh dari laporan tahunan Puskesmas Petaling dapat dilihat bahwa meningkatnya jumlah penderita diabetes mellitus setiap tahunnya. Dengan melihat jumlah kasus tersebut maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai "Faktor-faktor yang berhubungan dengan kesembuhan pasien diabetes mellitus dalam mengendalikan kadar gula dalam darah di wilayah kerja Puskesmas Petaling Kabupaten Bangka"

Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah meningkatnya angka kejadian Diabetes Melitus selama 2 (dua) tahun terakhir setiap tahunnya dan belum diketahui faktor apa saja yang berhubungan dengan kesembuhan pasien diabetes mellitus mengendalikan kadar gula dalam darah di wilayah kerja Puskesmas Petaling Kabupaten Bangka.

Metode Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat kesembuhan pasien diabetes mellitus mengendalikan kadar gula dalam darah di wilayah kerja Puskesmas Petaling Kabupaten Bangka. Peneliti mengangkat masalah tersebut karena masih tingginya kejadian diabetes mellitus dan belum diketahuinya faktor apa saja yang mempengaruhi kesembuhan pasien diabetes mellitus mengendalikan kadar gula dalam darah di wilayah kerja Puskesmas Petaling.. Populasi dalam penelitian ini adalah semua penderita diabetes mellitus yang berobat di poli umum Puskesmas Petaling pada bulan Januari - Desember tahun 2018 dan bertempat tinggal di Wilayah Kerja Puskemas Petaling sedangkan sampel adalah sebagian dari populasi yang berjumlah 99 orang. Jenis penelitian ini adalah Jenis penelitian ini merupakan *survey analitik* dengan rancangan atau pendekatan studi *cross sectional*. Variabel independen adalah pengetahuan, sikap, aktivitas fisik, obesitas, asupan obat dan dukungan keluarga sedangkan Variabel dependen kepatuhan pasien dalam pengendalian kadar gula dalam darah dan metode pengambilan data dengan metode wawancara menggunakan kuesioner.

Hasil Penelitian

Variabel	Kejadian DM				p Value
	Kasus		Kontrol		
	n	%	n	%	
Pengetahuan					
Kurang baik	35	68,6	16	31,4	0,022
baik	21	43,8	27	56,3	
Sikap					
Kurang baik	36	67,9	17	32,1	0,025
Baik	20	43,5	26	56,5	
Aktivitas fisik					
Kurang baik	40	70,2	17	29,8	0,003
Baik	16	38,1	26	61,9	
Obesitas					
Berisiko	19	52,8	17	47,2	0,716
Tidak Berisiko	37	58,7	26	41,3	
Asupan obat					
Kurang baik	36	69,2	16	30,8	0,013
Baik	20	42,6	27	57,4	
Dukungan keluarga					
1. Tidak mendukung					0,019
2. Mendukung	34	69,4	15	30,6	
	22	44,0	28	56,0	

1. Hubungan Pengetahuan dengan kepatuhan dalam pengendalian kadar gula dalam darah

Berdasarkan dari tabel 1 menunjukkan bahwa responden tidak patuh yang memiliki pengetahuan kurang baik sebanyak 35 orang (68,6%), lebih banyak dibandingkan dengan responden yang pengetahuannya baik, sedangkan responden yang patuh lebih banyak pada yang memiliki pengetahuan baik sebanyak 27 orang (56,3%), dibandingkan dengan responden yang pengetahuannya kurang baik.

Hasil uji statistik menggunakan *chi-square* diperoleh nilai $p = 0,022$ dimana $p < (0,05)$ berarti H_0 ditolak, menunjukkan bahwa ada hubungan yang bermakna antara pengetahuan dengan kepatuhan kepatuhan pasien diabetes mellitus dalam mengendalikan kadar gula dalam darah di Wilayah kerja Puskesmas Petaling Kabupaten Bangka

Analisis lebih lanjut nilai POR = 2,813 (95% CI: 1,237-6,396) dapat dikatakan bahwa responden yang memiliki pengetahuan kurang baik mempunyai kecenderungan 2,813 kali lebih besar untuk tidak patuh dalam

mengendalikan kadar gula dalam darah dibandingkan dengan responden yang pengetahuannya baik.

2. Hubungan sikap dengan kepatuhan dalam pengendalian kadar gula dalam darah

Berdasarkan dari tabel 1 menunjukkan bahwa responden tidak patuh yang memiliki sikap kurang baik sebanyak 36 orang (67,9%), lebih banyak dibandingkan dengan responden yang sikapnya baik, sedangkan responden yang patuh lebih banyak pada responden yang memiliki sikap baik sebanyak 26 orang (56,5%), dibandingkan dengan responden yang sikapnya kurang baik.

Hasil uji statistik menggunakan *chi-square* diperoleh nilai $p = 0,025$ dimana $p < 0,05$ berarti H_0 ditolak, menunjukkan bahwa ada hubungan yang bermakna antara sikap dengan kepatuhan kepatuhan pasien diabetes mellitus dalam mengendalikan kadar gula dalam darah di Wilayah kerja Puskesmas Petaling Kabupaten Bangka

Analisis lebih lanjut nilai POR = 2,753 (95% CI: 1,212-6,251) dapat dikatakan bahwa responden yang memiliki sikap kurang baik mempunyai kecenderungan 2,753 kali lebih besar untuk tidak patuh dalam mengendalikan kadar gula dalam darah dibandingkan dengan responden yang pengetahuannya baik.

3. Hubungan aktivitas fisik dengan kepatuhan dalam pengendalian kadar gula dalam darah

Berdasarkan dari tabel 1 menunjukkan bahwa responden tidak patuh yang memiliki aktivitas fisik kurang baik sebanyak 40 orang (70,2%), lebih banyak dibandingkan dengan responden yang aktivitas fisik baik, sedangkan responden yang patuh lebih banyak pada responden yang memiliki aktivitas fisik baik sebanyak 26 orang (18,2%), dibandingkan dengan responden yang aktivitas fisik kurang baik.

Hasil uji statistik menggunakan *chi-square* diperoleh nilai $p = 0,003$ dimana $p < 0,05$ berarti H_0 ditolak, menunjukkan bahwa ada hubungan yang bermakna antara

aktivitas fisik dengan kepatuhan pasien diabetes mellitus dalam mengendalikan kadar gula dalam darah di Wilayah kerja Puskesmas Petaling Kabupaten Bangka

Analisis lebih lanjut nilai POR = 3,824 (95% CI: 1,646-8,879) dapat dikatakan bahwa responden yang memiliki aktivitas fisik kurang baik mempunyai kecenderungan 3,824 kali lebih besar untuk tidak patuh dalam mengendalikan kadar gula dalam darah dibandingkan dengan responden yang aktivitas fisik baik.

4. Hubungan obesitas dengan kepatuhan dalam pengendalian kadar gula dalam darah

Berdasarkan dari tabel 1 menunjukkan bahwa responden tidak patuh yang memiliki obesitas berisiko sebanyak 19 orang (52,8%), lebih sedikit dibandingkan dengan responden yang memiliki obesitas tidak berisiko, sedangkan responden yang patuh lebih banyak pada responden yang memiliki obesitas tidak berisiko sebanyak 26 orang (41,3%), dibandingkan dengan responden yang obesitas berisiko.

Hasil uji statistik menggunakan *chi-square* diperoleh nilai $p = 0,716$ dimana $p > 0,05$ berarti H_0 diterima, menunjukkan bahwa tidak ada hubungan yang bermakna antara obesitas dengan kepatuhan pasien diabetes mellitus dalam mengendalikan kadar gula dalam darah di Wilayah kerja Puskesmas Petaling Kabupaten Bangka

5. Hubungan Asupan obat dengan kepatuhan dalam pengendalian kadar gula dalam darah

Berdasarkan dari tabel 1 menunjukkan bahwa responden tidak patuh yang asupan obat kurang baik sebanyak 36 orang (69,2%), lebih banyak dibandingkan dengan responden yang asupan obat baik, sedangkan responden yang patuh lebih banyak pada responden yang asupan obat baik sebanyak 27 orang (57,4%), dibandingkan dengan responden yang asupan obat kurang baik.

Hasil uji statistik menggunakan *chi-square* diperoleh nilai $p = 0,013$ dimana $p <$

(0,05) berarti H_0 ditolak, menunjukkan bahwa ada hubungan yang bermakna antara asupan obat dengan kepatuhan pasien diabetes mellitus dalam mengendalikan kadar gula dalam darah di Wilayah kerja Puskesmas Petaling Kabupaten Bangka

Analisis lebih lanjut nilai $POR = 3,038$ (95% CI: 1,331-6,933) dapat dikatakan bahwa responden yang asupan obat kurang baik mempunyai kecenderungan 3,038 kali lebih besar untuk tidak patuh dalam mengendalikan kadar gula dalam darah dibandingkan dengan responden yang asupan obat baik.

6. Hubungan Dukungan keluarga dengan kepatuhan dalam pengendalian kadar gula dalam darah

Berdasarkan dari tabel 1 menunjukkan bahwa responden tidak patuh yang tidak didukung keluarga sebanyak 34 orang (69,4%), lebih banyak dibandingkan dengan responden yang didukung keluarga, sedangkan responden yang patuh lebih banyak pada responden yang didukung keluarga sebanyak 28 orang (56,0%), dibandingkan dengan responden yang tidak didukung keluarga.

Hasil uji statistik menggunakan *chi-square* diperoleh nilai $p = 0,019$ dimana $p < (0,05)$ berarti H_0 ditolak, menunjukkan bahwa ada hubungan yang bermakna antara dukungan keluarga dengan kepatuhan pasien diabetes mellitus dalam mengendalikan kadar gula dalam darah di Wilayah kerja Puskesmas Petaling Kabupaten Bangka

Analisis lebih lanjut nilai $POR = 2,885$ (95% CI: 1,264-6,584) dapat dikatakan bahwa responden yang tidak didukung keluarga mempunyai kecenderungan 2,885 kali lebih besar untuk tidak patuh dalam mengendalikan kadar gula dalam darah dibandingkan dengan responden yang didukung keluarga

Pembahasan

1. Hubungan Pengetahuan dengan kepatuhan dalam pengendalian kadar gula dalam darah di Wilayah Kerja Puskesmas Petaling.

Hasil uji statistik menggunakan *chi-square* diperoleh nilai $p = 0,022$ dimana $p < (0,05)$ berarti H_0 ditolak, menunjukkan bahwa ada hubungan yang bermakna antara pengetahuan dengan kepatuhan kepatuhan pasien diabetes mellitus dalam mengendalikan kadar gula dalam darah di Wilayah kerja Puskesmas Petaling Kabupaten Bangka dengan $POR 2,813$.

Pengetahuan dikatakan penting dalam penelitian ini karena jika pengetahuan responden kurang baik, maka akan berdampak terhadap kesehatan pasien Diabetes Melitus karena responden tidak memahami tentang pentingnya kepatuhan pada pasien Diabetes Melitus untuk mempertahankan kadar gula darah sampai normal / mendekati normal, sehingga yang berpengetahuan baik akan lebih memahami dan peduli terhadap status kesehatan pasien Diabetes Melitus karena semakin baiknya pengetahuan responden, maka akan meningkatkan kepatuhan diet pada pasien diabetes melitus.

Berdasarkan penelitian di wilayah kerja Puskesmas Petaling, peneliti berpendapat bahwa ada hubungan antara pengetahuan dengan kepatuhan pengendalian gula dalam darah karena pengetahuan sangat erat hubungannya dengan pemahaman tentang kesehatan terutama pentingnya untuk menjaga keseimbangan kadar gula darah pasien. Responden menganggap bahwa diet itu tidak terlalu penting dan menganggap bahwa boleh makan makanan apa saja tanpa memikirkan kadar gula darahnya, dan ini terjadi karena kurangnya kesadaran responden tentang pentingnya untuk menjaga keseimbangan kadar gula darah pada penderita Diabetes Melitus.

Oleh karena itu maka peneliti menyimpulkan bahwa pasien DM lebih aktif untuk menerima informasi tentang pengendalian kadar gula dalam darah melalui

media elektronik/brosur dan konsultasi dengan petugas kesehatan.

2. Hubungan Sikap dengan kepatuhan dalam pengendalian kadar gula dalam darah di Wilayah Kerja Puskesmas Petaling.

Hasil uji statistik menggunakan *chi-square* diperoleh nilai $p = 0,025$ dimana $p < (0,05)$ berarti H_0 ditolak, menunjukkan bahwa ada hubungan yang bermakna antara sikap dengan kepatuhan kepatuhan pasien diabetes mellitus dalam mengendalikan kadar gula dalam darah di Wilayah kerja Puskesmas Petaling Kabupaten Bangka dengan POR 3,379.

Berdasarkan hasil penelitian di wilayah kerja Puskesmas Petaling, peneliti berpendapat bahwa sebagian besar responden yang bersikap kurang baik menganggap bahwa penyakit Diabetes Melitus adalah penyakit yang biasa saja, dan bisa mengendalikan diabetes melitus hanya dengan menjalani diet agar kadar gula darah terkontrol tetapi tidak minum obat. Jika responden yang bersikap patuh, maka akan dengan mudah untuk mengikuti anjuran yang diberikan dokter dan akan patuh menjaga kadar gula darah. Begitupun sebaliknya jika responden yang bersikap tidak patuh maka akan sulit untuk mengikuti anjuran yang diberikan dokter dan akan berdampak kepada kesehatan pada pasien Diabetes Melitus.

Oleh karena itu maka peneliti menyimpulkan bahwa pasien DM lebih aktif dalam menjaga kadar gula dalam darah dengan melaksanakan anjuran dari dokter dan petugas kesehatan.

3. Hubungan Aktivitas fisik dengan kepatuhan dalam pengendalian kadar gula dalam darah di Wilayah Kerja Puskesmas Petaling

Hasil uji statistik menggunakan *chi-square* diperoleh nilai $p = 0,003$ dimana $p < (0,05)$ berarti H_0 ditolak, menunjukkan bahwa ada hubungan yang bermakna antara aktivitas fisik dengan kepatuhan pasien diabetes mellitus dalam mengendalikan kadar gula dalam darah di Wilayah kerja

Puskesmas Petaling Kabupaten Bangka dengan nilai POR 3,824

Berdasarkan hasil penelitian di wilayah kerja Puskesmas Petaling, peneliti berpendapat bahwa masyarakat yang berdomisili di Wilayah Kerja Puskesmas Petaling kurang melakukan aktifitas fisik atau olahraga, karena sebagian masyarakat yang pekerjaan sehari-harinya sebagai wiraswasta (memiliki toko), pegawai kantor desa, pegawai negeri, pegawai swasta dan juga ada yang bercocok tanam, berkebun dan buruh harian lepas dengan kondisi tersebut sangat sulit untuk mengimbangi antara kalori yang masuk dan kalori yang dikeluarkan oleh tubuh, hal lain yang menyebabkan masyarakat kurang dalam melakukan aktifitas sehari-hari, dikarenakan mereka sibuk dengan pekerjaan sehari-hari sehingga tidak pernah melakukan aktifitas olahraga secara teratur dan sesuai dengan frekuensi waktu.

Oleh karena itu maka peneliti menyimpulkan bahwa pasien DM lebih aktif dalam menjaga kadar gula dalam darah dengan melakukan aktifitas fisik yang dianjurkan dokter dan petugas kesehatan seperti : jalan pagi, jogging dan aktifitas olahraga lainnya yang bisa dilakukan 3 kali seminggu

4. Hubungan Obesitas dengan kepatuhan dalam pengendalian kadar gula dalam darah di Wilayah Kerja Puskesmas Petaling

Hasil uji statistik menggunakan *chi-square* diperoleh nilai $p = 0,716$ dimana $p > (0,05)$ berarti H_0 diterima, menunjukkan bahwa tidak ada hubungan yang bermakna antara obesitas dengan kepatuhan pasien diabetes mellitus dalam mengendalikan kadar gula dalam darah di Wilayah kerja Puskesmas Petaling Kabupaten Bangka dengan nilai POR 7,14

Berdasarkan hasil penelitian di wilayah kerja Puskesmas Petaling, peneliti berpendapat bahwa kebiasaan makan masyarakat yang suka sekali dengan berbagai jenis makanan yang dapat memicu meningkatnya kadar gula dalam darah, selain itu juga mereka kurang patuh dalam mengatur dan menkonsumsi makanan seperti

(membuat minuman teh dengan gula, minuman kaleng dan makanan yang banyak mengandung karbohidrat) sehingga dapat mengakibatkan kadar gula dalam darah menjadi tidak stabil.

Oleh karena itu maka peneliti menyimpulkan bahwa pasien DM harus menjaga makanan yang dikonsumsi sehari-hari untuk menjaga kadar gula dalam darah seperti tidak mengonsumsi makanan/minuman yang tinggi kadar gula, mengurangi makan karbohidrat yang berlebihan, pilih untuk konsumsi buah-buahan dan makanan bergizi lainnya

5. Hubungan Asupan Obat dengan kepatuhan dalam pengendalian kadar gula dalam darah di Wilayah Kerja Puskesmas Petaling

Hasil uji statistik menggunakan *chi-square* diperoleh nilai $p = 0,013$ dimana $p < (0,05)$ berarti H_0 ditolak, menunjukkan bahwa ada hubungan yang bermakna antara asupan obat dengan kepatuhan pasien diabetes mellitus dalam mengendalikan kadar gula dalam darah di Wilayah kerja Puskesmas Petaling Kabupaten Bangka.

Berdasarkan hasil penelitian di wilayah kerja Puskesmas Petaling, peneliti berpendapat bahwa, masih banyak responden yang tidak rutin melakukan kontrol kesehatan ke puskesmas untuk pemeriksaan gula darah, kurangnya pengetahuan responden terhadap pengendalian kadar gula darah dengan konsumsi obat dari dokter dan responden juga tidak rutin dalam mengonsumsi obat dikarenakan mereka beranggapan bahwa obat tidak bisa menyembuhkan penyakit DM, ditambah lagi dengan kurangnya pengawasan dari keluarga terhadap konsumsi obat sehingga responden tidak patuh dalam mengonsumsi obat

Oleh karena itu maka peneliti menyimpulkan bahwa pasien DM harus patuh dalam mengonsumsi obat yang sudah dianjurkan oleh dokter agar dapat menjaga kesetabilan kadar gula dalam darah

6. Hubungan Dukungan keluarga dengan kepatuhan dalam pengendalian kadar gula dalam darah di Wilayah Kerja Puskesmas Petaling

Hasil uji statistik menggunakan *chi-square* diperoleh nilai $p = 0,019$ dimana $p < (0,05)$ berarti H_0 ditolak, menunjukkan bahwa ada hubungan yang bermakna antara dukungan keluarga dengan kepatuhan pasien diabetes mellitus dalam mengendalikan kadar gula dalam darah di Wilayah kerja Puskesmas Petaling Kabupaten Bangka

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh peneliti di wilayah kerja Puskesmas Petaling, peneliti berpendapat bahwa responden yang tidak patuh mengendalikan kadar gula darah tidak mendapatkan dukungan sepenuhnya dari keluarga, misalnya keluarga masih memasak makanan dengan kadar gula tinggi untuk responden dan kurang memperhatikan jenis makanan yang dikonsumsi oleh responden. Dukungan keluarga kepada pasien Diabetes Mellitus sangat diperlukan untuk mendukung kepatuhan responden dalam menjalani menjaga kadar gula dalam darah.

Oleh karena itu maka peneliti menyimpulkan bahwa keluarga harus membantu menjaga kadar gula dalam darah bagi pasien DM, dengan cara memasak masakan kadar rendah gula, memperhatikan jumlah, jadwal dan jenis, sehingga responden bisa menjalani dietnya dengan teratur selain itu juga membantu pasien DM untuk aktif dan rutin melakukan aktivitas fisik agar kadar gula dalam darah menjadi stabil

Kesimpulan

1. Variabel yang berhubungan dengan kesembuhan pasien diabetes mellitus mengendalikan kadar gula dalam darah di wilayah kerja Puskesmas Petaling Kabupaten Bangka adalah Pengetahuan ($p = 0,022$), sikap ($p = 0,025$), aktivitas fisik ($p = 0,003$), asupan obat ($p = 0,013$) dan dukungan keluarga ($p = 0,019$).
2. Variabel yang tidak berhubungan dengan kesembuhan pasien diabetes mellitus mengendalikan kadar gula dalam darah di wilayah kerja Puskesmas Petaling

Kabupaten Bangka adalah obesitas ($p = 0,716$).

3. Variabel yang paling dominan berhubungan dengan kesembuhan pasien diabetes mellitus mengendalikan kadar gula dalam darah di wilayah kerja Puskesmas Petaling Kabupaten Bangka adalah aktivitas fisik dengan nilai $p = 0,003$ dan nilai POR = 3,824

Saran

1. Melakukan koordinasi dengan Puskesmas Petaling untuk membentuk kelompok peduli Diabetes Melitus di masyarakat dan meningkatkan lagi kegiatan : seperti penyuluhan diabetes dan mendeteksi sedini mungkin kandungan gula darah, agar masyarakat yang beresiko Diabetes Melitus lebih mudah untuk pengendalian dan pengawasannya.
2. Pada saat pasien kontrol kadar gula darah ke Puskesmas Petaling, bisa diberikan brosur tentang pentingnya menjaga gula darah pada pasien Diabetes Melitus yang berisi melakukan aktivitas fisik/olahraga, makanan yang dikonsumsi (jumlah, jadwal, jenis) dan komplikasi dari penyakit Diabetes Melitus.
3. Memberikan penyuluhan bagi keluarga yang mendampingi pasien pada saat kontrol gula darah ke Puskesmas petaling tentang aktivitas fisik, makanan yang baik untuk dikonsumsi penderita Diabetes Melitus dan makanan yang harus dihindari penderita Diabetes Melitus, karena dukungan keluarga berpengaruh besar untuk pasien patuh dalam menjaga kadar gula dalam darah.
4. Diharapkan kepada petugas kesehatan untuk mengadakan senam rutin dipuskesmas dan mengajak pasien DM agar mereka dapat mengikuti kegiatan tersebut

Daftar Pustaka

- Agus, Riyanto, (2011), *Aplikasi Metodologi Penelitian Kesehatan*, Cetakan I Yogyakarta : Nuha Medika
- Anies (2006), *Waspada Ancaman Penyakit Tidak Menular*, Jakarta: PT Elex Media Komputindo
- Almatsier, Sunita (2015), *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*, Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama
- A. Slamet. (2009). *Konsep dasar kepatuhan*. Jakarta: EGC.
- Asdie (2012). *Patogenesis dan terapi diabetes mellitus tipe 2*. MEDIKA, Fakultas Kedokteran Universitas Gadjah Mada Yogyakarta
- Ariawan, I. (2008). *Besar dan Metode Sampel pada Penelitian Kesehatan Depok*, Jurusan Biostatistik dan Kependudukan Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Indonesia
- Bustan. MN, (2015), *Epidemiologi Penyakit Tidak Menular*, Jakarta : Rineka Cipta.
- Departemen Kesehatan RI, (2009), *Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 36 Tahun 2009*. Jakarta : Departemen Kesehatan RI.
- Departemen Kesehatan RI, (2010), *Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 36 Tahun 2010*. Jakarta : Departemen Kesehatan RI.
- Denny. (2014). *Keperawatan Keluarga*. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran
- Dimas, (2013). *Pedoman Diet Diabetes Mellitus*. Jakarta : Balai penerbit Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia

- Dinkes Bangka, (2018), *Laporan Surveilans Terpadu Penyalit Tidak Menular*, Toboali.
- Perkeni, (2016), *Makanan Sehat Untuk Penderita Diabetes Melitus*, Jakarta : Penerbit IPB Press
- Ermita, Ilyas, (2016) *Olahraga Bagi Diabetisi*, Penatalaksanaan Diabetes Melitus Terpadu. *Buku Pintar Hidup Sehat*, Jakarta : PT Pustaka Dalapratasa
- Sukardji, (2005), *Hidup Sehat Bersama Diabetes Melitus*, Jakarta FKUI.
- Gusrini, (2017), *Penatalaksanaan Diabetes Melitus Terpadu*, Jakarta : FKUI
- Sutedjo, (2010). *5 Strategi Diabetes Berusia Panjang*, Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama.
- Gibney & Michael J, et al. (2009). *Gizi kesehatan Masyarakat*. Jakarta : Penerbit Buku kedokteran EGC.
- Supriasa, I Dewa Nyoman, dkk, (2002), *Penilaian Status Gizi*, Buku Kedokteran, Jakarta : EGC.
- Hananta I Putu Yuda dr, Freitag Hary, (2011), *Deteksi Dini Dan Pencegahan Diabetes Melitus*, Jakarta : PT Buku Pintar
- Sustrani, Lanny, (2016), *Informasi Lengkap Untuk Penderita dan Keluarga Diabetes*, Jakarta : PT Gramedia Pustaka Utama.
- Hendra Martono, (1992), *Hidup Sehat Bersama Diabetes Melitus*. (Online) (<http://www.infokesehatan.com/page2>)
- Suyono, (2015), *Makanan Tinggi Serat Untuk Penderita Diabetes Melitus*, Jakarta : EGC.
- Heriati, 2010. *Penuntun Hidup Sehat*, Jakarta : Rineka Cipta..
- Tarigan, (2019). *Membidik Gaya Hidup*. <http://www.jakartaconsulting.com>.
- Kementerian Kesehatan RI, (2015), *Diabetes Melitus Dapat Dicegah dan Kenali Gejalanya*. Jakarta : Pusat promosi Kesehatan RI.
- Uyung, 2012. "Ini Bedanya Diabetes Tipe 1 dan Tipe 2." (on-line) (<file:///C:/Users/WIN7/Documents/Materi/healthdetik 2012.com>)
- Krisnatuti dan Yenrina, (2008), *Diet Sehat Untuk Penderita Diabetes Melitus*, Jakarta :Penebar Swadaya.
- WHO, 2017, *Penderita diabetes mellitus edisi ke 8 atlas*. (Online) (<http://www.diabetesatlas.com/page1>)
- Muryani, (2010), *Gizi Kesehatan Masyarakat*, Jakarta : Buku Kedokteran EGC
- Wiardani, 2016, *Cara Menjaga Berat Badan Ideal Dengan Hidup Sehat*. (Online) (<http://www.menjagakesehatan.com/pag e1>)
- Nasir, (2011), *Dasar-Dasar Metodologi Penelitian Klinis*, Jakarta : Rineka Cipta.
- Wiyono, 2005, *Lebih Sehat Dengan Diabetes Melitus Tipe II*. (Online) (<http://www.infokesehatan.com/page30>)
- Notoatmodjo, Soekidjo, (2007), *Metode Penelitian Kesehatan*, Jakarta : Rineka Cipta.
- Yunia, 2007, *Kenali Faktor penyebab diabetes*. (Online) (<http://www.hidupsehat.com>)