

The Effect of Nutrition Education on Knowledge and Self Management in Patients with Type 2 Diabetes Mellitus

Pengaruh Edukasi Gizi Terhadap Pengetahuan Dan Self Management Pada Penderita Diabetes Melitus Tipe 2

Syarfaini¹, Irviani Anwar Ibrahim², Sukfitrianty Syahrir³, Ika Wahyuni Edar⁴,
Rini Jusriani^{5*}, A.Syamsiah Adha⁶, Yusriyanto⁷

^{1,2,3,4,6}Program Studi Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan,
Universitas Islam Negeri Alauddin Makassar

^{5*),7} Insitut Teknologi dan Kesehatan Tri Tunas Makassar

ABSTRACT

According to the International Diabetes Federation (IDF) in 2019 there were 463 million people suffering from diabetes. The purpose of this study was to determine the effect of nutrition education on the level of knowledge and self management in patients with type 2 diabetes mellitus at the Somba Opu Health Center in 2020. The type of research used is quantitative with pre post one group design research, and a quasy experiment approach. Accidental sampling technique with a total sample of 45 people with type 2 diabetes mellitus. Data collection used questionnaires, video media and leaflets. Data analysis used consists of 2 stages, namely univariate and bivariate (Anova test and Friedman test). The results of this study indicate that there is no effect of nutrition education on the level of pre-test knowledge in each intervention group, namely the p value = 0.155 patients with type 2 diabetes mellitus. There is an effect of nutrition education on the level of knowledge post test p value = 0.001, the level of self management pre test p value = 0.001 and the level of self management post test p value = 0.000 in each intervention group in patients with type 2 diabetes mellitus. With the incidence of diabetes mellitus, it is hoped that health workers will further improve the program in the field of counseling and provide education related to dietary therapy for food selection.

Key words: DM Type 2, Education, Nutrition, Knowledge, Self-Management.

ABSTRAK

Menurut International Diabetes Federation (IDF) tahun 2019 ditemukan sebanyak 463 juta orang menderita diabetes. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh edukasi gizi terhadap tingkat pengetahuan dan self management pada penderita diabetes melitus tipe 2 di Puskesmas Somba Opu tahun 2020. Jenis penelitian yang digunakan yaitu kuantitatif dengan penelitian pre post one group design, dan pendekatan quasy experiment. Teknik pengambilan sampel accidental sampling dengan jumlah sampel 45 orang penderita diabetes melitus tipe 2. Pengumpulan data yang digunakan menggunakan kuesioner, media video dan leaflet. Analisis data yang digunakan terdiri dari 2 tahapan yaitu univariat dan bivariat (uji Anova dan uji Friedman). Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa Tidak ada pengaruh edukasi gizi terhadap tingkat pengetahuan pre test di setiap kelompok intervensi ($p = 0.155$), Ada pengaruh edukasi gizi terhadap tingkat pengetahuan post test nilai $p = 0.001$, tingkat self management pre test ($p = 0.001$) dan tingkat self management post tes ($p = 0.000$) pada setiap kelompok intervensi pada penderita diabetes mellitus tipe 2. dengan kejadian diabetes melitus diharapkan bagi petugas kesehatan agar dapat lebih meningkatkan program dalam bidang penyuluhan dan diberikan edukasi terkait cara terapi diet pemilihan makanan.

Kata Kunci : DM Tipe 2, Edukasi, Gizi, Pengetahuan, Self Management

*** Corresponden**

Email : rini.jusriani1990@gmail.com
Address : BTN Nusa Indah, Kab.Gowa
Hp : +6282344981955

Artikel Info

Submitted : 06-01-2023
In Reviewed : 16-01-2023
Accepted : 26-01-2023
Online Published : 13-02-2023

PENDAHULUAN

Diabetes adalah penyakit yang serius dan berbahaya karna bagian pankres tidak menghasilkan hormon insulin yang cukup bagi tubuh, apabila tubuh tidak bisa secara baik memakai hormon insulin yang diproduksi. Diabetes melitus merupakan satu dari empat penyakit yang tidak meluas keutamaan yang akan jadi aksi lanjutan oleh pemimpin semua negara. Banyak masalah dan kejadian diabetes mengalami peningkatan dalam waktu sepuluh tahun terakhir (World Health Organization, 2020).

Berdasarkan *World Health Organization* (WHO), bahwa pada tahun 2014 sekiatar 422 juta orang yang berumur diatas 18 tahun mengidap diabetes melitus. Antara tahun 1980 sampai 2014 Pengidap diabetes terjadi peningkatan yng cukup signifikan yaitu menambah empat kali lebih bayak dai 108 menjadi 42 jiwa pada tahun 2016. Berdasarkan hasil survey pada tahun 2014 didapatkan bahwa penyakit diabetes melitus yaitu faktor pencetus terbanyak nomor 3 di indonesia (Kemenkes, 2017).

Menurut (de Lusignan et al., 2020) ditemukan sebanyak 463 juta orang pengidap diabetes. Pada tahun 2045 diperkirakan jumlah penderita diabetesakan meningkat menjadi 700 juta orang dan Indonesia terletak pada urutan ke-7 di antara 10 negara di dunia dengan pengidap diabetes usia dewasa (20-79 tahun) paling tinggi di bawah negara Cina, India, Amerika Serikat, Pakistan, Brazil dan Mexico. Menurut IDF (2020) angka kejadian diabetes di Indonesia sebesar 10,681.4 kasus.

Berdasarkan hasil Riskesdas Tahun 2018 didapatkan bahwa pengidap diabetes melitus di Indonesia terjadi peningkatan pada tahun 2018 dibandingkan dengan tahun 2013. Kejadian Diabetes Melitus pada tahun 2018 adalah 2% pada penduduk umur ≥ 15 tahun sedangkan prevalensi diabetes melitus tahun 2013 adalah sebesar 1,5%. Kejadian DM berdasarkan diagnosa dokter dan umur ≥ 15 tahun pada Provinsi Sulawesi Selatan meningkat dari tahun 2018 yaitu sebesar 1,8%, sedangkan tahun 2013 sebesar 1,6% (Kemenkes, 2013).

Awal mula terjadi ketidaknormalan sensitivitas pada insulin, yaitu dapat ditemukan dengan terjadi peningkatan kadar insulin dalam darah. Diabetes jenis 2 penyebabnya karena berkurang sensitivitas jaringan tubuh pada insulin. Organ pankreas yang memproduksi insulin meningkat dari ambang batas. Pengidap diabetes melitus tipe 2 bisa terjadi gangguan proses pengeluaran insulin dan menghasilkan glukosa yang berada dihepar secara banyak. Namun tidak terjadi kerusakan sel β langerhans secara kekebalan tubuh yang berlebihan seperti pada DM tipee 1.

Diabetes melitus tipe 2 (DMT2) merupakan jenis dominan dari diabetes di semua negara, jumlahnya sekitar 90% dari kejadian secara umum (Reeves et al., 2011). Data dari Dinas Kesehatan Provinsi Sulawesi Selatan menyatakan bahwa prevalensi penderita DM pada tahun 2016 hingga 2019 didapatkan jumlah insiden baru penderita diabetes melitus sebanyak 82.305 pasien.

Berdasarkan data dari Dinkes Kabupaten Gowa Jumlah pengidap Diabetes Melitus di kabupaten Gowa tahun 2018 sebanyak 47.511 orang sedangkan yang

mendapatkan pelayanan sesuai standar hanya 15%. Puskesmas dengan jumlah pasien DM terbanyak adalah puskesmas somba opu yaitu sebanyak 5.265 orang sedangkan yang mendapatkan pelayanan kesehatan sesuai standar hanya 11%. Prevalensi data penderita Diabetes Melitus Tipe 2 di Puskesmas Somba Opu pada tahun 2016 hingga 2019 sebanyak 369 orang (Dinkes Gowa, 2020).

Berdasarkan hasil kajian Pustaka terhadap berbagai penelitian sebelumnya ditemukan bahwa penelitian lainnya berfokus pada tiga domain perilaku, yaitu pengetahuan, sikap dan Tindakan. Adapun keterbaharuan dalam penelitian ini adalah pada variabel pengetahuan dan self management pada penderita diabetes melitus tipe 2.

METODE PENELITIAN

Penelitian yang digunakan adalah kuantitatif dengan pendekatan quasy experiment desain pre post one group design yang bertujuan untuk mengetahui pengaruh edukasi terhadap tingkat pengetahuan dan self management pada penderita diabetes melitus tipe 2 di Puskesmas Somba Opu Tahun 2020. Penelitian ini melibatkan tiga kelompok subjek yang diuji pre test post test. Dua kelompok diberikan intervensi dan satu kelompok lainnya tanpa intervensi. Desain ini digunakan untuk membandingkan keadaan variabel dependen pada kelompok eksperimen setelah diberi perlakuan dengan kelompok kontrol yang tidak mendapatkan perlakuan.

Sumber data dalam penelitian ini terjadi atas dua yaitu data primer dan data sekunder. Data primer merupakan pengumpulan data secara langsung yang dilakukan oleh peneliti terhadap responden menggunakan kuesioner dan media berupa video dan leaflet. Sedangkan data sekunder diperoleh dari instansi terkait, seperti data dari Dinas Kesehatan Kabupaten Gowa dan data dari Puskesmas Somba Opu.

Populasi Pada Penelitian Ini yaitu seluruh pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di Puskesmas Somba Opu sejumlah 369 orang. Teknik pengambilan sampel menggunakan aksidental sampling. Pada penelitian ini sebanyak 45 sampel yang mengidap diabetes melitus tipe 2 yang ditemui di puskesmas sehingga dibagi menjadi tiga kelompok responden yaitu kelompok intervensi video sebanyak 15 responden, kelompok intervensi leaflet sebanyak 15 responden dan kelompok kontrol sebanyak 15 responden. Kelompok perlakuan pada penelitian diberi edukasi kesehatan dengan cara melakukan pendidikan memakai leflet dan video, sedangkan kelompok kontrol tidak diberikan intervensi.

Instrument penelitian yang digunakan pada penelitian ini dengan memakai lembaran kuesioner dan media berupa video dan leaflet. Responden mengisi kuesioner sendiri atau dibantu oleh peneliti. Kuesioner yang digunakan terdiri dari kuesioner dasar gizi, tingkat pengetahuan diabetes mellitus dan self management untuk memperoleh informasi dari responden terkait penyakit yang dideritanya. Analisis data menggunakan aplikasi spss dengan menggunakan analisis univariat dan bivariat. Analisis univariat digunakan untuk mendapat gambaran karakteristik responden. Sedangkan analisis bivariat dilakukan dengan menggunakan uji friedman tes. Penelitian Ini Telah Mendapatkan Persetujuan Etik Dari Komite Etik Penelitian Kesehatan Universitas Islam Negeri Alauddin Makassar dengan No.B.055/KEPK/FKIK/XII/2020.

HASIL PENELITIAN

Karakteristik Responden

Hasil penelitian menunjukkan karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin, pendidikan terakhir dan jenis pekerjaan. Tabel 1 menunjukkan bahwa terdapat 10 responden (66.7%) pada kelompok intervensi video, 11 responden (73.3%) kelompok intervensi leaflet dan 10 responden (66.7%) pada kelompok kontrol yang berjenis kelamin perempuan. Sedangkan, Jenis kelamin laki-laki terdapat 5 responden (33.3%) pada kelompok intervensi video, 4 responden (26.7%) kelompok intervensi leaflet dan 5 responden (33.3%) kelompok kontrol. Selanjutnya, pada Pendidikan terakhir responden yang tertinggi adalah SMA dari semua kelompok yaitu kelompok intervensi video sebanyak 6 responden (40.0%), kelompok intervensi leaflet sebanyak 9 responden (60.0%) dan kelompok kontrol sebanyak 6 responden (40.0%). Selain itu, pada kategori pekerjaan mayoritas responden bekerja sebagai Ibu rumah tangga dari semua kelompok yaitu pada kelompok intervensi video sebanyak 8 responden (53.3%), kelompok intervensi leaflet 5 responden (33.3%) dan kelompok kontrol sebanyak 8 responden (53.3%).

Tabel 1. Distribusi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin, Pendidikan Terakhir dan Pekerjaan Pasien Diabetes Melitus Type 2

Distribusi Karakteristik Responden	Kelompok						Total	
	Intervensi Video		Intervensi Leaflet		Kontrol		n (45)	%
	n (15)	%	n (15)	%	n (15)	%		
Jenis Kelamin								
Perempuan	10	66.7	11	73.3	10	66.7	31	68.9
Laki-laki	5	33.3	4	26.7	5	33.3	14	31.1
Pendidikan Terakhir								
Tidak sekolah	0	0	1	6.7	1	6.7	2	4.4
SD	3	20.0	0	0	3	20.0	6	13.3
SMP	1	6.7	2	13.3	4	26.7	7	15.6
SMA	6	40.0	9	60.0	6	40.0	21	46.7
S1	4	26.7	3	20.0	1	6.7	8	17.8
S2	1	6.7	0	0	0	0	1	2.2
Pekerjaan								
Tidak bekerja	0	0	1	6.7	0	0	1	2.2
Wiraswasta	3	20.0	5	33.3	3	20.0	11	24.4
Pegawai swasta	1	6.7	0	0	1	6.7	2	4.4
PNS	1	6.7	2	13.3	1	6.7	4	8.9
IRT	8	53.3	5	33.3	8	53.3	21	46.7
Pensiunan	2	13.3	2	13.3	0	0	4	8.9
Lain-lain	0	0	0	0	2	13.3	2	4.4

Sumber: Data primer 2020/2021

Pengaruh Pemberian Edukasi Gizi Dalam Bentuk Video, Leaflet Dan Kontrol Terhadap Tingkat Pengetahuan

Tabel 2 menunjukkan bahwa pengetahuan pretest pada kelompok intervensi video, intervensi leaflet dan kelompok kontrol diperoleh nilai $p = 0.155 > 0.05$ sedangkan pada pengetahuan post test diperoleh nilai $p = 0.001 < 0.05$ maka

hipotesis H0 diterima dan Ha ditolak yang berarti bahwa tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara pengetahuan sebelum dan setelah pemberian edukasi kesehatan menggunakan media video, leaflet dan pemberian informasi kesehatan tanpa pemberian intervensi pada penderita DM tipe 2 di Puskesmas Somba Opu. Pengetahuan post test pada kelompok intervensi video, intervensi leaflet dan kelompok kontrol diperoleh nilai $p = 0.001 < 0.05$ maka hipotesis Ha diterima dan H0 ditolak yang berarti bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara pengetahuan sebelum dan setelah pemberian edukasi kesehatan menggunakan media video, leaflet dan pemberian informasi kesehatan tanpa pemberian intervensi pada penderita DM tipe 2 di Puskesmas Somba Opu.

Tabel 2. Pengaruh Pemberian Edukasi Gizi dalam bentuk Video, leaflet dan terhadap Tingkat Pengetahuan Pasien Diabetes Melitus Type 2

Pengetahuan	Pre Tes			Mean rank	Post Tes			Mean rank
	Klp video	Klp leaflet	Kontrol		Klp video	Klp leaflet	Kontrol	
Baik	0	0	0	2.40	0.33	0.06	0	2.37
Sedang	0	0	0	1.80	0.53	0.93	0.13	2.37
Kurang	1	1	1	1.80	0.13	0	0.86	1.27
<i>Hasil uji friedman</i>			0.155	0.001				

Sumber : Data Primer 2020/2021

Pengaruh pemberian Edukasi gizi terhadap self management pada penderita diabetes mellitus

Tabel 3. Pengaruh Pemberian Edukasi Gizi Dalam Bentuk Video,Leaflet Dan Kontrol Terhadap Self Management Pasien Diabetes Melitus Type 2

Pengetahuan	Pre Tes			Mean rank	Post Tes			Mean rank
	Klp video	Klp leaflet	kontrol		Klp video	Klp leaflet	kontrol	
Baik	0	0	0	31.60	0.06	0	0	38.20
Sedang	0.06	0.33	0	35.33	0.33	0.27	0.13	41.4
Kurang	0.93	0.67	1	28.7	0.6	0.73	0.86	28.37
<i>Uji Statistic friedman</i>			0,001	0,000				
<i>*P-Value</i>								

Sumber : Data Primer 2020/2021

Berdasarkan tabel 3 menunjukkan bahwa hasil uji statistic friedman pada self management pre test kelompok intervensi video, intervensi leaflet dan kelompok kontrol diperoleh nilai $p = 0.001 < 0.05$ sedangkan pada self management post test kelompok intervensi video, intervensi leaflet dan kelompok kontrol diperoleh nilai $p = 0.000 < 0.05$ maka hipotesis Ha diterima dan Ho ditolak yang

berarti bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara *self management* sebelum dan setelah pemberian edukasi kesehatan.

PEMBAHASAN

Pengaruh Edukasi Gizi Terhadap Tingkat Pengetahuan Penderita Diabetes Melitus Tipe 2

Edukasi gizi merupakan suatu proses yang berkesinambungan untuk menambah pengetahuan tentang gizi, membentuk sikap dan perilaku hidup sehat dengan memperhatikan pola makan sehari-hari dan faktor lain yang mempengaruhi makanan, serta meningkatkan derajat kesehatan dan gizi seseorang, tujuan dari pemberian edukasi gizi adalah mendorong terjadinya perubahan perilaku positif yang berhubungan dengan makanan dan gizi (Ernawati, 2010).

Berdasarkan hasil uji statistic friedman menunjukkan bahwa pengetahuan pre test pada kelompok intervensi video, intervensi leaflet dan kelompok kontrol tidak memiliki perbedaan yang signifikan antara pengetahuan sebelum dan setelah pemberian edukasi kesehatan pada penderita DM tipe 2 di Puskesmas Somba Opu. Sedangkan, pada Pengetahuan post test kelompok intervensi video, intervensi leaflet dan kelompok kontrol berdasarkan hasil analisis menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara pengetahuan sebelum dan setelah pemberian edukasi kesehatan menggunakan media video, leaflet dan pemberian informasi kesehatan terhadap penderita DM tipe 2 di Puskesmas Somba Opu.

Teori yang mengemukakan bahwa pemberian edukasi gizi merupakan salah satu pilar utama dalam pengelolaan diabetes mellitus. Pemberian edukasi merupakan salah satu upaya yang dapat digunakan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan penderita diabetes mellitus (Perkeni, 2009) (Gunarm, 2008). Tingginya pengetahuan penderita tentang diet diabetes mellitus diharapkan dapat meningkatkan sikap tentang kepedulian penderita terhadap diet diabetes mellitus tipe 2 (Maulana, 2011). Hasil penelitian ini menunjukkan sejalan dengan teori diatas, dimana pemberian edukasi gizi memiliki pengaruh terhadap peningkatan pengetahuan, sikap dan berfikir tentang kepedulian terhadap diet diabetes mellitus tipe 2 .

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Nindy Apriliani dan Protasari (2017), Kahn, S. E., et.al. (2015) diketahui bahwa ada perbedaan signifikan antara pengetahuan gizi, sikap dan pola makan sebelum dan sesudah dilakukan intervensi edukasi gizi. Penelitian yang dilakukan Rita, et.al. (2017) Nazriati, et.al (2018) menyatakan bahwa sikap penderita diabetes melitus sangat dipengaruhi oleh pengetahuan, dalam hal ini pengetahuan penderita tentang penyakit diabetes melitus sangatlah penting karena pengetahuan ini akan membawa penderita diabetes melitus untuk menentukan sikap, berpikir dan berusaha untuk tidak terkena penyakit atau dapat mengurangi kondisi penyakitnya. Apabila pengetahuan penderita diabetes melitus baik, maka sikap terhadap diet diabetes melitus semestinya dapat mendukung terhadap kepatuhan diet diabetes melitus itu sendiri (Krist, A. H. et.al., 2020).

Penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian Risca Ariyani, Sri noor Mintarsih, Mohamad Jaelani, Dyah Nur Subandriani (2018) dan Kusnanto, 2019) yang membuktikan bahwa edukasi gizi dapat meningkatkan pengetahuan tentang pengaturan makan pada penyandang DM. Adanya perbedaan skor pengetahuan antara kelompok perlakuan dan kontrol dapat dipengaruhi oleh pemberian informasi melalui edukasi sehingga meningkatkan hal ini karena edukasi gizi

ataupun pendidikan kesehatan merupakan salah satu tahap pencegahan yang dilakukan agar tidak munculnya penyakit diabetes, yaitu dengan cara memberikan informasi terkait pentingnya mengatur pola hidup sehat secepat mungkin dengan menganjurkan tatalaksana guna melindungi cara makan tiap harinya dengan gizi yang sehat dan seimbang, berolahraga secara teratur dan tidak menggunakan obat diabetogenik (Mulyati, L., & Trimarlina, 2017).

Adanya pemberian edukasi kesehatan pada penderita diabetes diharapkan dapat memahami serta mengubah gaya hidup terutama mengatur pola makan yang sehat dan seimbang. Dalam proses intervensi membutuhkan metode pemutaran video dan pemberian leaflet disertai tanya jawab dan diskusi setelah pemberian intervensi selesai. Pemberian intervensi merupakan suatu cara atau strategi yang dilakukan oleh peneliti dalam proses pemberian intervensi pada penderita untuk mencapai tujuan sehingga penderita akan lebih terbiasa hidup sehat dengan terciptanya sikap positif terhadap gizi serta terbentuknya pengetahuan dan kecakapan memilih dan menggunakan sumber-sumber pangan.

Pengaruh Edukasi Gizi Terhadap Self Management Pada Penderita Diabetes Mellitus Tipe 2

Self management diabetes merupakan suatu tindakan individu dalam mengontrol diabetes termasuk melakukan pengobatan dan pencegahan komplikasi. Tujuan Self management yaitu untuk mencapai kadar glukosa darah yang optimal (Mulyani, 2016). Berdasarkan hasil penelitian ini menunjukkan bahwa Self management pre test pada kelompok intervensi video, leaflet dan kelompok kontrol terdapat perbedaan yang signifikan antara Self management sebelum dan setelah pemberian edukasi kesehatan pada penderita DM tipe 2 di Puskesmas Somba Opu. Sedangkan Self management post test pada kelompok intervensi video, intervensi leaflet dan kelompok kontrol memiliki perbedaan yang signifikan sebelum dan setelah pemberian edukasi kesehatan pada penderita DM tipe 2 di Puskesmas Somba Opu.

Hal ini dikarenakan edukasi gizi melalui media video mampu memberikan pemahaman kepada penderita melalui video dengan menampilkan animasi bergambar disertai audio mengenai penerapan diet diabetes yang merupakan salah satu komponen utama dalam keberhasilan penatalaksanaan diabetes dan pemberian edukasi gizi yang diberikan melalui leaflet juga mampu menyampaikan informasi atau pesan kesehatan melalui lembaran yang dilipat dalam bentuk gambar dan kalimat mengenai diabetes (Putri, N. A., & Pritasari, 2017) (Apriani, et al., 2020).

Teori yang dikemukakan oleh Zainudin, et.al. (2018) self management bermanfaat untuk mengembangkan keterampilan yang dihadapi oleh penderita untuk meningkatkan keyakinan diri. Keterampilan dan pengetahuan dapat menentukan pengelolaan yang terbaik untuk dirinya sendiri (Nurhayati, 2018). Menurut Awoko, et al., (2018) self management merupakan pengobatan diabetes yang paling utama yaitu mengubah gaya hidup terutama mengatur pola makan yang sehat dan seimbang. Penerapan diet merupakan salah satu komponen utama dalam keberhasilan penatalaksanaan diabetes.

Hasil penelitian ini sejalan dengan teori diatas, dimana penderita yang menerapkan self management yang optimal dapat membantu dalam meningkatkan pencapaian tujuan dalam penatalaksanaan diabetes mellitus tipe 2, semakin baik self management penderita maka semakin ringan tingkat stres dalam menjalani diet. Penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian Kusnanto, et.al (2019) dan

Sonyo, S. H.et.al (2016) menyatakan bahwa semakin baik self management diabetes maka semakin ringan tingkat stres menjalani diet pasien diabetes melitus. Self-management diabetes memiliki hubungan yang lebih kuat dengan tingkat stres menjalani diet pasien DM daripada hubungan tingkat pengetahuan dengan tingkat stres menjalani diet pasien DM. pencegahan pada penyakit diabetes mellitus dengan melakukan penyuluhan mengenai perlunya pengaturan gaya hidup sehat sedini mungkin dengan memberikan pedoman untuk mempertahankan pola makan sehari-hari yang sehat dan seimbang. Penyuluhan ditujukan kepada kelompok masyarakat yang mempunyai resiko tinggi dan intoleransi glukosa. Materi penyuluhan meliputi program penurunan berat badan, diet sehat, latihan jasmani, menghentikan merokok serta pengelolaan intoleransi glukosa (Tya Yunitasari & Yuniarti, 2019).

Hal ini dapat diasumsikan bahwa edukasi yang diberikan tersampaikan dengan baik kepada penderita diabetes melitus sehingga terjadi pengaruh yang signifikan dari jumlah penderita yang tidak tahu menjadi tahu tentang penyakit yang dideritanya melalui informasi kesehatan menggunakan media video dan leaflet yang dimana pelaksanaan edukasi juga ikut berperan penting dalam pencegahan diabetes melitus. Pemberian edukasi dengan pendekatan prinsip Diabetes Self Management Education (DSME) terbukti dapat meningkatkan perilaku kepatuhan diet pada penderita diabetes melitus tipe 2.

SIMPULAN

Berdasarkan uraian di atas dapat ditarik kesimpulan bahwa tidak ada pengaruh edukasi gizi terhadap tingkat pengetahuan pre test di setiap kelompok intervensi ($p = 0.155$). Ada pengaruh edukasi gizi terhadap tingkat pengetahuan post test nilai $p = 0.001$, tingkat self management pre test ($p = 0.001$) dan tingkat self management post tes ($p = 0.000$) pada setiap kelompok intervensi pada penderita diabetes mellitus tipe 2. Kejadian diabetes mellitus diharapkan bagi petugas kesehatan agar lebih meningkatkan program dalam bidang penyuluhan dan diberikan edukasi mengenai cara terapi diet dalam memilih jenis bahan makanan maupun makanan yang tidak cepat meningkatkan kadar glukosa darah untuk penderita diabetes mellitus khususnya tipe 2 agar dapat membantu penderita memperbaiki kebiasaan makan dan olahraga untuk mendapatkan kontrol metabolik yang lebih baik.

DAFTAR RUJUKAN

- Afriyani, A., Suriadi, S., & Righo, A. (2020). Media edukasi yang tepat pada pasien diabetes melitus tipe 2 terhadap kepatuhan diet: literature review. *ProNers*, 5(2). <http://dx.doi.org/10.26418/jpn.v5i2.46167>
- De Lusignan, S., Liyanage, H., McGagh, D., Jani, B. D., Bauwens, J., Byford, R., Evans, D., Fahey, T., Greenhalgh, T., Jones, N., Mair, F. S., Okusi, C., Parimalanathan, V., Pell, J. P., Sherlock, J., Tamburis, O., Tripathy, M., Ferreira, F., Williams, J., & Hobbs, F. D. R. (2020). COVID-19 Surveillance in a Primary Care Sentinel Network: In-Pandemic Development of an Application Ontology. *JMIR Public Health and Surveillance*, 6(4), e21434. <https://doi.org/10.2196/21434>

- Dinkes Gowa. (2020). Profil Kesehatan Kabupaten Gowa. Dinas Kesehatan Kabupaten Gowa.
- Ernawati, S. . (2010). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Terkendalinya Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Melitus di RSUP Fatmawati Jakarta Tahun 2009. <https://repo-mhs.ulm.ac.id/handle/123456789/11260>
- Gunarm, D. S. (2008). Dasar dan Teori Perkembangan Anak. Jakarta: PT BPK Gunung Mulia.
- Istianah, I., Septiani, S., & Dewi, G. K. (2020). Mengidentifikasi Faktor Gizi Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 Di Kota Depok Tahun 2019. *Jurnal Kesehatan Indonesia*, 10(2), 72-78. <http://www.journal.stikeshb.ac.id/index.php/jurkessia/article/view/255>
- Irma, R., Wahyuningsih, S., & Sake, R. (2017). Pengaruh Penyuluhan Gizi Terhadap Pengetahuan, Sikap Penyandang Diabetes Mellitus di Poliklinik Interna RSU Bahteramas Sulawesi Tenggara. *Ilmu Gizi Indonesia*, 1(1), 40–48. <https://doi.org/10.35842/ilgi.v1i1.12>
- Kahn, S. E., Cooper, M. E., & Del Prato, S. (2015). Pathophysiology And Treatment Of Type 2 Diabetes: Perspectives On The Past, Present, And Future. *The Lancet*, 383(9922), 1068–1083. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(13\)62154-6](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(13)62154-6)
- Krist, A. H., Devoe, J. E., Cheng, A., Ehrlich, T., & Jones, S. M. (2020). Redesigning Primary Care To Address The COVID1-9 Pandemic In The Midst Of The Pandemic. *Annals Of Family Medicine*, 18(4), 349–354. <https://doi.org/10.1370/afm.2557>
- Kusnanto, K., Sundari, P. M., Asmoro, C. P., & Arifin, H. (2019). Hubungan tingkat pengetahuan dan diabetes self- management dengan tingkat stres pasien diabetes melitus yang menjalani diet. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 22(1). 31–42.
- Mulyati, L., & Trimarliana, M. (2017). Model Pendidikan Interprofesional Dalam Upaya Peningkatan Kemampuan Kolaboratif Mahasiswa Kesehatan. *Jurnal Ilmu Kesehatan Bhakti Husada: Health Sciences Journal*, 6(2), 17–26. <https://ejournal.stikku.ac.id/index.php/stikku/article/view/47>
- Nazriati, E., Pratiwi, D., & Restuastuti, T. (2018). Pengetahuan pasien diabetes melitus tipe 2 dan hubungannya dengan kepatuhan minum obat di Puskesmas Mandau Kabupaten Bengkalis. *Majalah Kedokteran Andalas*, 41(2), 59-68. <https://doi.org/10.25077/mka.v41.i2.p59-68.2018>
- Nurhayati, E. (2018). Psikologi pendidikan inovatif (Vol. 2). Pustaka Pelajar.
- Partika, R., Angraini, D. I., & Fakhruddin, H. (2018). Pengaruh Konseling Gizi Dokter terhadap Peningkatan Kepatuhan Diet Pasien Diabetes Melitus Tipe 2. *Jurnal Majority*, 7(3), 276-283.

<https://juke.kedokteran.unila.ac.id/index.php/majority/article/view/2091>

- Putri, N. A., & Pritasari, P. (2017). Effect Of Nutrition Education On Knowledge, Attitude, And Food Pattern Of Type 2 Diabetes Patients At Puskesmas Kecamatan Ciracas. *ARGIPA (Arsip Gizi Dan Pangan)*, 2(2), 54– 64.
- Putra, I. W. A. & Berawi, K. N. (2015). Empat Pilar Penatalaksanaan Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2. *Four Pillars Of Management Of Type 2 Diabetes Mellitus Patients. Majority*4, 8–12.
- Reeves, S., Lewin, S., Espin, S., & Zwarenstein, M. (2011). *Interprofessional Teamwork For Health And Social Care (Vol. 8)*. John Wiley & Sons.
- Sonyo, S. H., Hidayati, T., & Sari, N. K. (2016). Gambaran Pengetahuan Dan Sikap Pengaturan Makan Penderita DM Tipe 2 Di Wilayah Kerja Puskesmas Kendal 02. *Care: Jurnal Ilmiah Ilmu Kesehatan*, 4(3), 37–49. <https://doi.org/10.33366/jc.v4i3.433>
- Yunitasari, T., Yuniarti, Y., & Mintarsih, S. N. (2019). Efektivitas Edukasi Empat Pilar Penatalaksanaan Diabetes Melitus Terhadap Pengetahuan, Sikap, Dan Perilaku Pasien Prolanis. *Jurnal Riset Gizi*, 7(2), 131-134. <https://doi.org/10.31983/jrg.v7i2.5108>
- Widiasari, K. R., Wijaya, I. M. K., & Suputra, P. A. (2021). Diabetes Melitus Tipe 2: Faktor Risiko, Diagnosis, Dan Tatalaksana. *Ganesha Medicine*, 1(2), 114-120. <https://doi.org/10.23887/gm.v1i2.40006>
- World Health Organization. (2020). Novel Coronavirus (2019- nCoV): situation report, 3. <https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/330776/nCoVsitrep31Jan2020-eng.pdf>