

BAB 4

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pada bab ini, peneliti menyajikan hasil dan pembahasan dari penelitian mengenai "Pengaruh Kepatuhan Diet terhadap Kadar Glukosa Darah pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di Wilayah Kerja Puskesmas Tarus Kabupaten Kupang." Penelitian ini dilaksanakan bulan Juni 2025, dengan melakukan pengumpulan data melalui wawancara dan lembar observasi, yang melibatkan dua orang responden.

4.1 Hasil Penelitian

4.1.1 Gambaran Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Tarus terletak di Kecamatan Kupang Tengah, yang memiliki posisi strategis karena berada di antara dua kota pemerintahan, yaitu Kota Kupang dan Kota Oelamasi. Kecamatan ini berbatasan dengan Laut Timor di utara, Kecamatan Kelapa Lima di barat, Kecamatan Taebenu dan Kecamatan Maulafa di selatan, serta Kecamatan Kupang Timur di timur dan memiliki luas total 103,46 km² dan terdiri dari satu kelurahan serta tujuh desa, yaitu Kelurahan Tarus, Desa Mata Air, Desa Noelbaki, Desa Tanah Merah, Desa Oebelo, Desa Penfui Timur, Desa Oelnasi, dan Desa Oelpuah. Jarak dari desa-desa tersebut ke Puskesmas Tarus berkisar antara 0 hingga 8 km, dengan waktu tempuh menggunakan kendaraan antara 0 hingga 15 menit. Puskesmas ini memiliki gedung induk seluas 429 m² di atas lahan seluas 835 m², dan pada akhir tahun 2018, dibangun gedung baru seluas 960 m². Secara geografis, Puskesmas Tarus terletak di pinggir jalan Timor Raya dan berfungsi sebagai pusat penggerak pembangunan berwawasan kesehatan, pemberdayaan masyarakat, serta pelayanan kesehatan masyarakat yang berkualitas dan responsif terhadap kebutuhan masyarakat.

4.1.2 Gambaran Penelitian

Penelitian ini dilakukan di Wilayah Kerja Puskesmas Tarus, Kabupaten Kupang. Pada bab ini, akan dijelaskan hasil penelitian deskriptif dalam bentuk studi kasus yang terfokus pada penerapan kepatuhan diet terhadap penurunan ketidakstabilan kadar glukosa darah pada pasien diabetes melitus. Penelitian ini melibatkan dua pasien yang menjadi subjek utama.

Pengambilan data dilakukan melalui beberapa metode, di antaranya adalah anamnesa, yang mencakup wawancara langsung dengan klien dan keluarga, serta observasi terhadap kondisi pasien. Metode ini bertujuan untuk memperoleh informasi yang akurat dan komprehensif mengenai kondisi kesehatan pasien, pola makan, serta kepatuhan terhadap diet yang telah ditetapkan.

Setelah pengumpulan data, langkah selanjutnya adalah melakukan interpretasi data yang diperoleh. Tindakan asuhan keperawatan akan diterapkan berdasarkan hasil pengkajian yang telah dilakukan. Dengan pendekatan ini, diharapkan dapat memberikan gambaran yang jelas mengenai pengaruh kepatuhan diet terhadap stabilitas kadar glukosa darah pada pasien diabetes melitus, serta memberikan rekomendasi yang tepat untuk perbaikan kondisi kesehatan pasien.

Melalui penelitian ini, diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam pengembangan praktik keperawatan dan manajemen diet bagi pasien diabetes melitus, serta meningkatkan kesadaran akan pentingnya kepatuhan terhadap diet dalam pengelolaan penyakit ini.

4.1.3 Gambaran Umum Subjek Penelitian.

1. Pengkajian Responden Tn. N

Pengkajian dilakukan pada tanggal 14 Juni 2025, pukul 09.10 WITA di Puskesmas Tarus, poli umum, dengan data pasien bernama Tn. N, berusia 51 tahun, alamat di Desa Penfui Timur, beragama Kristen Protestan, jenis kelamin laki-laki, pendidikan terakhir S1, dan berprofesi sebagai PNS. Saat ini pasien tinggal bersama istri dan kedua orang anaknya. Pasien mengatakan memiliki riwayat diabetes sejak tahun 2022 saat melakukan pemeriksaan kesehatan di puskesmas Tarus kemudian rutin dalam melakukan pemeriksaan dan mengonsumsi obat secara teratur sesuai anjuran dokter dan tenaga kesehatan. Pada pengukuran tanda vital, didapati hasil tekanan darah 137/80 mmHg, suhu 36,7 °C, nadi 94x/menit, dan RR 20x/menit setelah dilakukan wawancara kemudian peneliti meminta kesediaan pasien untuk mengisi kuesioner DSMQ dan meminta menjadi responden pada penelitian, kemudian pasien bersedia menandatangani lembar informed consent. Penelitian kemudian dilanjutkan dengan melakukan pengkajian di rumah pasien pada tanggal 17 juni 2025.

2. Pengkajian Responden Ny. M

Pengkajian dilakukan pada tanggal 16 Juni 2025, pukul 11.00 WITA di Puskesmas Tarus, poli umum, dengan data pasien bernama Ny. M, berusia 46 tahun, alamat di Desa Penfui Timur, beragama Kristen Protestan, jenis kelamin perempuan, pendidikan terakhir S1, dan berprofesi sebagai Guru. Pasien datang untuk berobat dan mengeluhkan mudah lelah, lemas, sering lapar, sering haus, serta kesemutan pada kakinya. Pasien memiliki riwayat diabetes melitus sejak tahun 2020 dan pernah dirujuk ke RS. Leona Kupang untuk mendapatkan obat, tetapi putus obat sejak Maret 2025 dan tidak lagi kontrol glukosa darah karena surat rujukan sudah tidak berlaku. Pada pengukuran tanda vital, didapatkan tekanan darah 128/72 mmHg, suhu 36,5°C, nadi 87x/menit, dan pernapasan 20x/menit. Setelah wawancara, peneliti meminta pasien untuk menjadi responden penelitian, dan pasien bersedia menandatangani lembar informed consent. Peneliti kemudian melanjutkan pengkajian di rumah pasien pada tanggal 17 Juni 2025 dan melakukan penelitian.

4.1.4 Karakteristik Subjek Penelitian

Berikut merupakan deskripsi karakteristik dari subek penelitian yang diperoleh dalam penelitian.

Tabel 4.1 Karakteristik Subjek Penelitian

Karakteristik	Responden 1	Responden 2
Nama (Inisial)	Tn. N	Ny. M
Jenis Kelamin	Laki-Laki	Perempuan
Umur	51 Tahun	46 Tahun
Status Perkawinan	Menikah	Menikah
Agama	Kristen Protestan	Kristen Protestan
Suku/Bangsa	Timor/Indonesia	Rote/Indonesia
Pendidikan Terakhir	S1	S1
Pekerjaan	Pns	Guru
Lama Menderita Diabetes	3 Tahun	5 Tahun
Riwayat Genetik	Tidak	Ya

4.1.5 Hasil Pengukuran Kuesioner DSMQ

Pada pengukuran kepatuhan diet dengan menggunakan kuesioner Diabetes Self-Management Questionnaire (DSMQ) yang dilakukan pada kedua responden, Tn. N dan Ny. M, dalam mengelola diet diabetes mereka. Hasil ini tidak hanya mencerminkan perubahan perilaku, tetapi juga peningkatan pemahaman setelah diberikan intervensi edukasi diet.

1. Responden Tn. N:

Sebelum Intervensi: Tn. N menunjukkan skor DSMQ sebesar 23, yang menempatkannya dalam kategori "Cukup" patuh. Ini mengindikasikan bahwa ia sudah memiliki dasar pemahaman tentang diet diabetes, namun masih ada celah dalam penerapan praktisnya sehari-hari. Ia mungkin tahu apa yang harus dilakukan, tetapi belum sepenuhnya konsisten dalam melaksanakannya.

Setelah Intervensi: Setelah menerima edukasi diet, skor DSMQ Tn. N meningkat menjadi 34, yang kini berada dalam kategori "Baik" patuh. Peningkatan ini adalah bukti nyata bahwa edukasi yang diberikan berhasil memperkuat pemahaman Tn. N. Ia tidak hanya lebih mengerti, tetapi juga lebih termotivasi untuk mengikuti anjuran diet, yang merupakan langkah penting menuju pengelolaan diabetes yang lebih efektif.

2. Responden Ny. M:

Sebelum Intervensi: Ny. M memiliki skor DSMQ sebesar 21, yang mengkategorikannya sebagai "Kurang" patuh. Skor ini cukup sesuai dengan keluhan fisik yang dialami (mudah lelah, lemas, sering lapar dan haus, serta kesemutan) ditambah riwayat putus obat. Ini menunjukkan bahwa sebelum intervensi, kepatuhan dietnya memang sangat rendah, dan ia menghadapi tantangan besar dalam mengelola kondisinya.

Setelah Intervensi: Berkat edukasi diet yang intensif, skor DSMQ Ny. M mengalami peningkatan menjadi 30, ke kategori "Cukup" patuh. Peningkatan ini sangat berarti, menunjukkan bahwa adanya kemajuan dalam melakukan diet untuk mengontrol kadar glukosa darah.

Secara keseluruhan, hasil pengukuran DSMQ menunjukkan bahwa sebelum intervensi, kedua responden memiliki tingkat kepatuhan diet yang bervariasi dari kurang hingga cukup. Namun, setelah pemberian edukasi diet dan pemantauan selama tiga hari, terjadi peningkatan yang jelas pada skor DSMQ kedua responden. Peningkatan ini mengindikasikan bahwa pemahaman dan kesadaran responden terhadap pentingnya diet dalam pengelolaan diabetes telah meningkat, dengan kontrol glukosa darah yang lebih baik.

4.1.6 Hasil Observasi Glukosa Darah Sebelum Dan Sesudah Intervensi

Pemberian edukasi diet dilakukan pada kedua responden, dengan pelaksanaan intervensi berlangsung dari tanggal 17 hingga 20 Juni 2025 di rumah responden. Penelitian ini melibatkan edukasi diet selama tiga hari berturut-turut dengan pengaturan jenis makanan yang dianjurkan:

Tabel 4.2 Pengaturan Menu Diet

Pengaturan Menu Diet Responden Tn. N			
Tanggal	Pagi	Siang	Malam
17 Juni 2025	Nasi putih	Nasi putih	Nasi putih
	Telur rebus	Daging ayam goreng	Daging ayam goreng
	Tempe goreng	Tempe goreng	Tempe goreng
	Tumis kacang panjang	Tumis kacang panjang	Tumis kacang panjang
		Pisang 1 buah	Pisang 1 buah
18 Juni 2025	Bubur kacang hijau	Nasi putih	Nasi putih
		Sup ayam	Daging ayam goreng
		Tahu goreng	Sayur daun kelor
		Buah pepaya	Tahu goreng Pisang 1 buah
20 Juni 2025	Nasi Putih	Nasi putih	Jagung rebus
	Telur dadar	Ikan goreng	Ikan goreng
	Tumis labu siam	Sayur bayam	Tumis sayur kangkung
	Tahu goreng	Buah pepaya	
	Pisang 1 buah		

Pengaturan Menu Diet Responden Ny. M			
Tanggal	Pagi	Siang	Malam
17 Juni 2025	Nasi Merah	Ubi rebus	Ubi rebus
	Daging ayam goreng	Telur rebus	Telur rebus
	Tahu dan tempe goreng	Bubur kacang hijau	Bubur kacang hijau
	Sayur kangkung Buah pepaya	Jeruk	Buah pepaya
18 Juni 2025	Nasi merah	Nasi merah	Nasi merah
	Daging ayam goreng	Ikan rebus	Ikan rebus
	Tahu goreng	Tahu goreng	Tahu goreng
	Tumis sayur buah pepaya	Sayur bayam Buah pepaya	Sayur bayam Buah pepaya
20 Juni 2025	Nasi merah dan Ubi rebus	Nasi merah	Ubi rebus
		Telur rebus	Telur rebus
	Ikan goreng	Sayur capcay	Sayur capcay
	Tahu goreng	Buah semangka	Buah pepaya
	Sayur capcay Buah semangka		

Berdasarkan hasil lembar observasi yang dilakukan selama periode tersebut, didapatkan hasil glukosa darah sewaktu sebagai berikut:

Tabel 4.3 Hasil Pengukuran Glukosa Darah Sewaktu Selama Tiga Kali

Tanggal	Responden	Jam	Pre Edukasi Diet	Jam	Post Edukasi Diet	Analisis
17 Juni 2025	Tn. N	09.00	237 mg/dl	16.00	231 mg/dl	6 mg/dl
	Ny. M	09.30	306 mg/dl	17.00	285 mg/dl	21 mg/dl
18 Juni 2025	Tn. N	09.30	220 mg/dl	16.00	203 mg/dl	17 mg/dl
	Ny. M	10.00	245 mg/dl	17.00	237 mg/dl	8 mg/dl
20 Juni 2025	Tn. N	09.00	199 mg/dl	16.00	189 mg/dl	10 mg/dl
	Ny. M	10.00	208 mg/dl	17.00	192 mg/dl	16 mg/dl

Pada tabel 4.2 implementasi hari pertama tanggal 17 Juni 2025, dilakukan pengukuran kadar glukosa darah pada dua responden, Tn. N dan Ny. M, sebelum dan setelah edukasi diet dan pengaturan jenis makan. Pemeriksaan kadar glukosa darah sewaktu pada Tn. N menunjukkan kadar glukosa darah 237 mg/dl, yang menurun menjadi 231 mg/dl setelah edukasi, dengan penurunan sebesar 6 mg/dl. Sementara itu, Ny. M memiliki kadar glukosa darah yang lebih tinggi, yaitu 306 mg/dl, dan setelah edukasi, kadar glukosa darahnya menurun signifikan menjadi 285 mg/dl, dengan penurunan sebesar 21 mg/dl. Pada implementasi hari kedua, tanggal 18 Juni 2025, kadar glukosa darah Tn. N adalah 220 mg/dl, yang kemudian turun menjadi 203 mg/dl setelah edukasi, menunjukkan penurunan 17 mg/dl. Ny. M juga mengalami penurunan kadar glukosa darah dari 245 mg/dl menjadi 237 mg/dl, dengan penurunan sebesar 8 mg/dl. Pada implementasi hari ketiga tanggal 20 Juni 2025, Tn. N mencatat kadar glukosa darah 199 mg/dl, yang menurun menjadi 189 mg/dl setelah diberikan edukasi dan pengaturan makan, dengan penurunan 10 mg/dl, sedangkan Ny. M menunjukkan kadar glukosa darah 208 mg/dl, yang hanya turun sedikit menjadi 192 mg/dl, dengan penurunan 16 mg/dl. Secara keseluruhan, hasil ini menunjukkan bahwa edukasi diet dan pengaturan makan yang diberikan berhasil dapat menurunkan kadar glukosa darah pada kedua responden, meskipun dengan variasi dalam tingkat penurunan.

4.2 Pembahasan

4.2.1 Kadar Glukosa Darah Sebelum Pemberian Implementasi Edukasi Diet

Pengukuran dan observasi kadar glukosa darah pada pasien diabetes melitus sebelum pemberian edukasi diet menunjukkan kondisi awal yang bervariasi pada kedua responden. Pada pengkajian awal tanggal 17 Juni 2025, Tn. N memiliki kadar glukosa darah sewaktu sebesar 237 mg/dl, sedangkan Ny. M menunjukkan kadar glukosa darah yang lebih tinggi, yaitu 306 mg/dl. Kondisi kadar glukosa darah yang tinggi ini, terutama pada Ny. M yang juga mengeluhkan mudah lelah, lemas, sering lapar, sering haus, serta kesemutan pada kakinya, mengindikasikan adanya ketidakstabilan glukosa darah yang memerlukan intervensi.

Pengukuran dan observasi kadar glukosa darah pada pasien diabetes melitus sebelum pemberian edukasi diet menunjukkan kondisi awal yang bervariasi pada kedua responden. Pada pengkajian awal tanggal 17 Juni 2025, Tn. N memiliki kadar glukosa darah sewaktu sebesar 237 mg/dl, sedangkan Ny. M menunjukkan kadar glukosa darah yang lebih tinggi, yaitu 306 mg/dl. Berdasarkan hasil kuesioner DSMQ yang dilakukan sebelum intervensi, kedua responden menunjukkan tingkat kepatuhan diet yang kurang bagus sehingga mengindikasikan perlunya intervensi manajemen diet yang lebih baik. Kondisi kadar glukosa darah yang tinggi ini, terutama pada Ny. M yang juga mengeluhkan mudah lelah, lemas, sering lapar, sering haus, serta kesemutan pada kakinya, mengindikasikan adanya ketidakstabilan kadar glukosa darah yang memerlukan intervensi.

Menurut Adriani (2024), terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan tentang Diabetes Mellitus dengan perilaku dalam mengontrol glukosa darah. Pengetahuan atau kognisi merupakan aspek yang sangat penting dalam membentuk tindakan seseorang, karena pengetahuan merupakan stimulus terhadap tindakan seseorang. Senada dengan hal tersebut, peneliti berpendapat bahwa sebelum dilakukan tindakan edukasi diet, kemungkinan besar tingkat pengetahuan pasien mengenai pola makan yang tepat bagi penderita diabetes melitus masih kurang, yang tercermin dari skor DSMQ awal mereka. Kurangnya pemahaman ini dapat menyebabkan pola makan yang tidak sesuai, sehingga berkontribusi pada tingginya kadar glukosa darah pasien. Penelitian ini juga sejalan dengan temuan Kurniasari (2020) yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang kuat antara pola makan dengan kadar glukosa darah; jika pola makan tidak teratur dengan menggunakan prinsip 3J (jenis, jumlah, dan jadwal), maka akan terjadi ketidakstabilan kadar glukosa darah.

4.2.2 Kadar Glukosa Darah Setelah Pemberian Implementasi Edukasi Diet

Setelah pemberian edukasi diet, terlihat adanya perubahan dan penurunan kadar glukosa darah pada kedua responden. Pada implementasi hari pertama, 17 Juni 2025, setelah edukasi diet, kadar glukosa darah Tn. N menurun dari 237 mg/dl menjadi 231 mg/dl (penurunan 8 mg/dl), dan Ny. M mengalami penurunan signifikan dari 306 mg/dl menjadi 285 mg/dl (penurunan 21 mg/dl). Pada

implementasi hari kedua, 18 Juni 2025, kadar glukosa darah Tn. N turun dari 220 mg/dl menjadi 203 mg/dl (penurunan 17 mg/dl), dan Ny. M dari 245mg/dl menjadi 237 mg/dl (penurunan 8 mg/dl). Selanjutnya, pada implementasi hari ketiga, 20 Juni 2025, kadar glukosa darah Tn. N menurun dari 199 mg/dl menjadi 189 mg/dl (penurunan 10 mg/dl), dan Ny. M dari 208 mg/dl menjadi 192 mg/dl (penurunan 16 mg/dl). Secara keseluruhan, terjadi penurunan kadar glukosa darah yang konsisten pada kedua responden selama periode intervensi. Untuk keluhan yang dirasakan, meskipun data spesifik untuk Ny. M setelah edukasi diet tidak disebutkan secara rinci dalam data yang diberikan, penurunan kadar glukosa darah mengindikasikan adanya perbaikan kondisi.

Peneliti menyatakan bahwa memberikan edukasi tentang diet dapat meningkatkan pemahaman penderita diabetes melitus mengenai pola makan yang tepat, yang pada gilirannya dapat membantu menurunkan kadar glukosa darah pasien. Hal ini sejalan dengan temuan dari studi yang dilakukan oleh Murtiningsih (2021) yang menunjukkan bahwa pemberian edukasi diet dapat mempengaruhi kadar glukosa darah. Pemberian edukasi diet dapat membantu penderita diabetes melitus dalam upaya menurunkan kadar glukosa darah secara nonfarmakologi. Agar pola diet bisa berhasil, pengaturan jumlah protein dan karbohidrat harus dapat seimbang.

4.3 Keterbatasan Penelitian

Dalam penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan yang perlu diperhatikan. Keterbatasan waktu menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi pelaksanaan penelitian, di mana jadwal yang harus disesuaikan dengan sediaan pasien dapat menghambat proses pengumpulan data dan edukasi diet yang optimal. Peneliti yang masih pemula dalam penyusunan dapat mempengaruhi kualitas dan kedalaman analisis yang dilakukan, sehingga hasil penelitian mungkin tidak sepenuhnya mencerminkan kondisi yang sebenarnya. Selain itu, keterbatasan dalam wawasan dan literasi responden juga menjadi tantangan, di mana beberapa responden memerlukan bimbingan lebih dalam pengisian kuesioner dan pemahaman mengenai diet yang dianjurkan.