

BAB 4

HASIL DAN PEMBAHASAN

4.1 Hasil Penelitian

4.1.1 Gambaran Umum Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilakukan disalah satu fasilitas kesehatan di Kota Kupang, tepatnya di wilayah kerja Puskesmas Penfui, Kota Kupang. Puskesmas Penfui terletak di Kelurahan Penfui, Kecamatan Maulafa. Wilayah kerja Puskesmas Penfui mencakup tiga Kelurahan dalam wilayah Kecamatan Maulafa. Luas wilayah kerja Puskesmas Penfui sebesar 23,9 Km. Kelurahan yang termasuk dalam wilayah kerja Puskesmas Penfui adalah Kelurahan Penfui, Naimata, Maulafa. Wilayah kerja Puskesmas Penfui berbatasan dengan wilayah-wilayah sebagai berikut; bagian timur berbatasan dengan Kecamatan Kupang Tengah, Bagian Barat berbatasan dengan Kecamatan Alak, Utara berbatasan dengan Kecamatan Oebobo, dan Bagian Selatan berbatasan dengan Kecamatan Kupang Barat.

4.1.2 Karakteristik Responden pasien Diabetes Mellitus Di Puskesmas Penfui

Tabel 1 Karakteristik Responden

| Karakteristik Responden | Responden 1 | Responden 2 |
|--------------------------------|---|---|
| Identitas Pasien | 1. Pengkajian dilakukan pada tanggal 13 Juli 2025 pada pasien 1 bernama Tn.M.T berusia 65 tahun, berjenis kelamin laki-laki, beragama katolik, beralamat di kelurahan Naimata. 2. Pasien tinggal serumah | 1. Pengkajian dilakukan pada tanggal 13 Juli 2025 pada pasien 2 bernama Ny.M.R berusia 47 tahun, berjeniskelamin perempuan, beragama katolik beralamat di kelurahan Naimata. 2. Pasien tinggal serumah |

| | | |
|--------------------------|---|--|
| | dengan istri dan anak-anaknya serta menantu dan cucu. | dengan suami dan anak-anaknya |
| Riwayat Kesehatan | <ol style="list-style-type: none"> 1. Pasien Tn.M.T menderita Diabetes Mellitus sejak Bulan Februari tahun 2025, jenis diabetesnya tipe 2 dan tidak ada komplikasi yang dialami oleh pasien. 2. Riwayat penyakit keluarganya tidak ada yang menderita Diabetes Mellitus maupun penyakit yang lainnya. 3. Obat-obat yang dikonsumsi oleh Tn.M.T yaitu obat Glimpiride 4 mg dengan dosis 1 Tablet sebelum makan. 4. Pasien juga tidak ada alergi terhadap obat-obatan yang dikonsumsi. 5. Hasil pemeriksaan gula darah puasa pasien terakhir yaitu 145 mg/Dl | <ol style="list-style-type: none"> 1. Pasien Ny.M.R menderita Ddiabetes Mellitus sejak bulan April 2025 jenis diabetesnya tipe 2 dan tidak ada komplikasi yang dialami oleh pasien. 2. Riwayat penyakitnya tidak ada keluarga yang menderita Diabetes Mellitus maupun penyakit yang lain. 3. Obat- obatan yang dikonsumsi oleh Ny.M.R yaitu metformin 500 mg dengan frekuensinya 2x1 yakni pagi dan malam, serta obat mecobalamin 500 mg dengan frekuensinya 3x sehari. 4. Pasien juga tidak ada alergi terhadap obat-obatan yang dikonsumsi. 5. Hasil pemeriksaan gula darah puasa pasien terakhir yaitu 185 mg/Dl |

4.1.3 Hasil Pengkajian nutrisi, pengetahuan diet dan metabolik pada penderita Diabetes Mellitus di Puskesmas Penfui

Tabel 2 Hasil Pengkajian

| Hasil Pengkajian | Responden 1 | Responden 2 |
|-------------------------|---|---|
| Nutrisi | <ol style="list-style-type: none"> 1. Saat dilakukan pengkajian Tn.M.T mengatakan pola makannya yaitu makan 3 x sehari, tidak ada jadwal makan yang teratur dan tidak pernah melewatkan makan. 2. Tn.M.T mengatakan jenis karbohidrat yang di konsumsi yaitu nasi, umbi-umbian serta roti untuk porsi banyak (nasi 1 piring, lauk dan sayur) 3. Tn.M.T mengatakan untuk makanan manis pasien mengkonsumsi makanan manis 1 minggu 3 kali. 4. Sedangkan jenis protein yang dikonsumsi yakni daging, ikan, telur di konsumsi setiap hari secara bergantian dengan cara memasak yang biasa di gunakan yakni digoreng 5. Untuk jenis lemaknya Tn. M.T sering mengkonsumsi | <ol style="list-style-type: none"> 1. Saat dilakukan pengkajian Ny.M.R mengatakan pola makannya yaitu makan 3 x sehari, tidak ada jadwal makan yang teratur dan tidak pernah melewatkan makan. 2. Ny.M.R mengatakan jenis karbohidrat yang di konsumsi yaitu nasi, kentang serta umbi-umbian untuk porsi banyak (nasi 1 piring, lauk dan sayur) 3. Ny.M.R mengatakan untuk makanan yang manis pasien mengkonsumsinya setiap hari. 4. Sedangkan jenis protein yang dikonsumsi yakni daging, ikan, telur dan kacang-kacangan di konsumsi setiap hari secara bergantian dengan cara memasak yang biasa di gunakan yakni digoreng, 5. Untuk jenis lemaknya |

| | | |
|------------------|--|---|
| | <p>makan berminyak.</p> <p>6. Jenis sayuran Tn.M.T mengatakan menyukai semua sayuran dan untuk buah-buahan yang disukai yaitu pepaya dan pisang.</p> <p>7. Tn.M.T juga mengatakan minuman yang sering dikonsumsi yaitu kopi dengan frekuensi minum 2 kali sehari (pagi dan sore)</p> <p>8. Untuk berat badan pasien saat di kaji yaitu 68 kg yang bertambah 2 kg dalam 6 bulan terakhir.</p> | <p>pasien sering mengkonsumsi makan berminyak dan bersantan.</p> <p>6. Jenis sayuran Ny.M.R mengatakan menyukai semua sayuran buah-buahan. Ny.M.R juga mengatakan minuman yang sering dikonsumsi yaitu kopi, teh dan susu dengan frekuensi minum 2 kali sehari (pagi dan sore). Untuk berat badan pasien saat di kaji yaitu 70 kg yang bertambah 1 kg dalam 6 bulan terakhir.</p> |
| Metabolik | <p>1. Saat pengkajian terkait metabolik Tn.M.T mengatakan sering kencing (Poliuria) frekuensinya 8 kali dalam sehari, sering haus juga (Polidipsia) dengan frekuensi 11-12 gelas dalam sehari pasien juga sering merasa kelelahan dan juga penglihatannya juga kabur.</p> <p>2. Untuk aktivitas fisik yang sering dilakukan oleh Tn.M.T yakni jalan kaki 2 kali seminggu dengan durasi</p> | <p>1. Saat pengkajian terkait metabolik Ny.M.R mengatakan sering kencing (Poliuria) frekuensinya 5-9 kali dalam sehari, sering haus juga (Polidipsia) dengan frekuensi 15 gelas dalam sehari pasien juga sering merasa kelelahan dan juga penglihatannya juga kabur.</p> <p>2. Untuk aktivitas fisik yang sering dilakukan oleh Ny.M.R yakni jalan kaki 1 kali seminggu dengan durasi 20 menit intensitas ringan.</p> |

| | | |
|---------------------------------|---|--|
| | 15 menit intensitas ringan. | |
| Pengetahuan Tentang Diet | <ol style="list-style-type: none"> 1. Saat dilakukan pengkajian terkait pengetahuan diet diabetes Tn.M.T mengatakan tujuan dari diet untuk sehat dan juga gula darah bisa turun. 2. Untuk makanan yang boleh dan tidak boleh dikonsumsi Tn.M.T mengatakan hanya mengetahui kalau makanan manis bisa menyebabkan gula. 3. Pasien juga tidak mengatur porsi makanya yang baik. Tn.M.T mengatakan tidak mengikuti diet khusus ataupun pantangan makanan tertentu Untuk kendala dalam mengatur pola makan pasien mengatakan disebabkan karena kebiasaan makan yang sulit dirubah | <ol style="list-style-type: none"> 1. Saat dilakukan pengkajian terkait pengetahuan diet diabetes Ny.M.R mengatakan tujuan dari diet untuk menurunkan gula darah yang tinggi. 2. Untuk makanan yang boleh dan tidak boleh Ny.M.R mengatakan hanya mengetahui kalau makanan yang tidak boleh dikonsumsi oleh pasien Diabetes Mellitus yakni makanan yang manis-manis. 3. Pasien juga tidak mengatur porsi makanya yang baik. Ny.M.R mengatakan tidak mengikuti diet khusus ataupun pantangan makanan tertentu 4. Untuk kendala dalam mengatur pola makan pasien mengatakan disebabkan karena kebiasaan makan yang sulit dirubah |

4.1.4 Penerapan kalender terhadap kepatuhan diet pasien Diabetes Mellitus

Tabel 3 Penerapan Media Kalender

| Media Kalender | Responden 1 | Responden 2 |
|-----------------------|---|---|
| Penerapannya | <ol style="list-style-type: none"> 1. Penerapan media kalender di mulai saat kunjungan pertama pada tanggal 13 Juli 2025 di rumah Tn.M.T dengan diagnosa medis yaitu Diabetes Mellitus tipe 2. 2. Peneliti memberikan penjelasan mengenai pentingnya pengaturan pola makan serta bagaimana penggunaan media kalender diet dapat membantu pasien dalam meningkatkan kepatuhan terhadap diet yang dianjurkan. 3. Edukasi ini dilakukan secara langsung dengan pendekatan interpersonal dan menggunakan bahasa yang sederhana agar mudah dipahami oleh pasien. 4. Peneliti memulai edukasi dengan menjelaskan bahwa pola makan yang teratur dan sesuai sangat berperan penting dalam menjaga kadar | <ol style="list-style-type: none"> 1. Pada penerapan edukasi yang dilakukan pada tanggal 13 Juli 2025 pada Ny.M.R dengan diagnosa Diabetes Mellitus tipe 2. 2. Peneliti memberikan edukasi mengenai pentingnya penggunaan media kalender diet sebagai alat bantu dalam mendukung kepatuhan diet pasien diabetes mellitus. 3. Edukasi diberikan secara individual kepada pasien, dengan pendekatan komunikatif dan bahasa yang disesuaikan dengan kemampuan pemahaman pasien. 4. Peneliti memulai dengan mengajak pasien mengenali kembali apa saja kendala yang sering dihadapi dalam menjaga pola makan sehari-hari. Ny.M.R mengungkapkan bahwa seringkali ia tidak menyadari makanan apa saja |

| | | |
|--|---|---|
| | <p>gula darah tetap stabil.</p> <p>5. Peneliti memperkenalkan media kalender diet, yaitu alat bantu visual sederhana berbentuk kalender harian yang digunakan untuk mencatat jenis makanan yang dikonsumsi setiap hari kepada pasien Tn M.T, peneliti menjelaskan bahwa kalender ini dibagi berdasarkan waktu makan (pagi, siang, malam, dan camilan).</p> <p>6. Pasien dapat menuliskan makanan yang dikonsumsi setiap waktu makan, lalu menandainya dengan tanda centang (✓) apabila makanan tersebut sesuai dengan anjuran, mengisi kolom catatan apabila tidak sesuai.</p> <p>7. Penerapan media kalender ini dilaksanakan selama 2 minggu dengan kunjungan 4 kali untuk pengecekan gula darah pasien</p> | <p>yang dikonsumsinya selama satu hari penuh.</p> <p>5. Dari situ, peneliti menjelaskan bahwa mencatat makanan setiap hari melalui kalender diet dapat menjadi cara sederhana namun efektif untuk membantu pasien mengontrol pola makannya.</p> <p>6. Peneliti juga menunjukkan contoh kalender diet yang telah disiapkan, yang terdiri dari kolom waktu makan (pagi, siang, malam, dan camilan), serta ruang untuk mencatat jenis makanan yang dikonsumsi.</p> <p>7. Pasien juga peneliti ajarkan cara memberi tanda ✓ untuk makanan yang sesuai anjuran (misalnya: sayur, buah, nasi merah), dan catatn untuk makanan yg tidak ada dalam kalender.</p> <p>8. Penerapan media kalender ini dilaksanakan selama 2 minggu dengan kunjungan 4 kali untuk pengecekan gula darah pasien</p> |
|--|---|---|

4.1.5 Evaluasi hasil penerapan media kalender terhadap kepatuhan diet pasien Diabetes Mellitus

Table 6 Hasil Evaluasi

| Evaluasi Hasil | Responden 1 | Responden 2 |
|------------------------|---|---|
| Hasil Kunjungan | <ol style="list-style-type: none"> 1. Kunjungan hari pertama dirumah Tn.M.T di lakukan pada tanggal 13 Juli 2025 dimana peneliti mengkaji kepatuhan diet pasien dan juga mengukur gula darah pasien. 2. Hasil yang di dapati tingkat kepatuhan pasien masih rendah terbukti dengan pasien mengatakan masih mengkonsumsi makanan yang seharusnya dilarang untuk pasien Diabetes Mellitus 3. Makanan yang dikonsumsi oleh pasien pada kunjungan hari ketiga tanggal 16 Juli 2025 yaitu ubi rebus 3 buah, daging tanpa lemak 1 potong, sayur sawi 1 mangkuk kecil, pisang 1 buah. Dan hasil gula darah pasien yaitu 166 mg/dL. 4. Makanan yang dikonsumsi oleh pasien pada kunjungan | <ol style="list-style-type: none"> 1. Kunjungan hari pertama dirumah Ny.M.R di lakukan pada tanggal 13 Juli 2025 dimana peneliti mengkaji kepatuhan diet pasien dan juga mengukur gula darah pasien 2. Hasil yang di dapati tingkat kepatuhan pasien masih rendah terbukti dengan pasien mengatakan masih mengkonsumsi makanan yang manis-manis dan tidak pernah mengontrol makanannya 3. Makanan yang dikonsumsi oleh pasien pada kunjungan hari ketiga tanggal 16 Juli 2025 yaitu ubi rebus 3 buah, telur ayam 2 buah, sayur bayam 1 mangkuk kecil, pepaya 2 potong. Dan hasil gula darah pasien yaitu 233 mg/dL. 4. Makanan yang dikonsumsi oleh pasien pada kunjungan |

| | | |
|--|---|--|
| | <p>hari ketujuh tanggal ketujuh tanggal 20 Juli 2025 yaitu pisang mentah rebus 3 buah, ikan kuah 1 mangkuk kecil sayur sawi 1 mangkuk kecil, pisang 1 buah. Dan hasil gula darah pasien yaitu 158 mg/dL.</p> <p>5. Makanan yang dikonsumsi oleh pasien pada kunjungan hari kesepuluh tanggal 23 Juli 2025 yaitu nasi beras merah 1 sendok nasi, ikan kuah 1 mangkuk kecil, semangka 2 potong. Dan hasil gula darah pasien yaitu 163 mg/dL.</p> <p>6. Makanan yang dikonsumsi oleh pasien pada kunjungan hari terakhir keempatbelas yaitu ikan kuah 1 mangkuk kecil, sayur bayam 1 mangkuk kecil pisang 2 buah. Dan hasil pengukuran gula darah pasien yaitu 112 mg/dL.</p> <p>7. Maka dapat disimpulkan dari hasil kunjungan selama 4 kali dalam 2 minggu ini menyatakan bahwa adanya peningkatan kepatuhan diet dibuktikan dengan makanan yang di konsumsi oleh pasien sudah mulai mengikuti</p> | <p>hari ketujuh tanggal ketujuh tanggal 20 Juli 2025 yaitu pisang mentah rebus 3 buah, sayur kangkung. Dan hasil gula darah pasien yaitu 254 mg/dL.</p> <p>5. Makanan yang dikonsumsi oleh pasien pada kunjungan hari kesepuluh tanggal 23 Juli 2025 yaitu nasi beras merah 1 sendok nasi, telur ayam 2 buah ,pisang 2 buah. Dan hasil gula darah pasien yaitu 182 mg/dL.</p> <p>6. Makanan yang dikonsumsi oleh pasien pada kunjungan hari terakhir keempatbelas yaitu ikan kuah 1 mangkuk kecil, wortel rebus 2 buah, pisang 2 buah. Dan hasil pengukuran gula darah pasien yaitu 212 mg/dL.</p> <p>7. Maka dapat disimpulkan dari hasil kunjungan selama 4 kali dalam 2 minggu ini menyatakan bahwa adanya peningkatan kepatuhan diet dibuktikan dengan makanan yang di konsumsi oleh pasien sudah mulai mengikuti makanan dalam kalender diet, dengan hasil gula darah</p> |
|--|---|--|

| | | |
|--|--|---|
| | <p>makanan dalam kalender diet, dengan hasil gula darah pasien lebih rendah dibandingkan saat pertama kali dicek gula darahnya sebelum dilakukan penerapan diet dengan media kalender.</p> | <p>pasien lebih rendah dibandingkan saat pertama kali dicek gula darahnya sebelum dilakukan penerapan diet dengan media kalender.</p> |
|--|--|---|

4.2 Pembahasan Penelitian

4.1.1 Karakteristik Responden pasien Diabetes Mellitus Di Puskesmas Penfui

Penelitian ini melibatkan dua responden yang dengan diagnosa medis Diabetes Mellitus tipe 2.

Pasien 1 bernama Tn.M.T berusia 65 tahun, berjenis kelamin laki-laki, beragama katolik, beralamat di kelurahan Naimata. Pasien tinggal serumah dengan istri dan anak-anaknya serta menantu dan cucu. Pasien Tn.M.T menderita Diabetes Mellitus sejak Bulan Februari tahun 2025, jenis diabetesnya tipe 2 dan tidak ada komplikasi yang dialami oleh pasien. Riwayat penyakit keluarganya tidak ada yang menderita Diabetes Mellitus maupun penyakit yang lainnya. Obat-obat yang dikonsumsi oleh Tn.M.T yaitu obat Glimepiride 4 mg dengan dosis 1 Tablet sebelum makan. Pasien jug tidak ada alergi terhadap obat-obatan yang dikonsumsi. Hasil pemeriksaan gula darah puasa pasien terakhir yaitu 145 mg/dL.

Pasien 2 bernama Ny.M.R berusia 47 tahun, berjenis kelamin perempuan, beragama katolik beralamat di kelurahan Naimata. Pasien tinggal serumah dengan suami dan anak- anaknya Pasien Ny.M.R menderita Ddiabetes Mellitus sejak bulan April 2025 jenis diabetesnya tipe 2 dan tidak ada komplikasi yang dialami oleh pasien. Riwayat penyakitnya tidak ada keluarga yang menderita Diabetes Mellitus maupun penyakit yang lain. Obat- obatan yang di konsumsi oleh Ny.M.R yaitu metformin 500 mg dengan frekuensinya 2x1 yakni pagi dan malam, serta obat mecobalamin 500 mg dengan frekuensinya 3x sehari Pasien juga tidak ada

alergi terhadap obat-obatan yang dikonsumsi. Hasil pemeriksaan gula darah puasa pasien terakhir yaitu 185 mg/dL.

Opini peneliti menyatakan bahwa pemilihan responden dengan karakteristik tersebut sangat tepat karena kedua responden tersebut baru terdiagnosis Diabetes Mellitus pada awal tahun 2025. Responden yang baru ini sangat membutuhkan edukasi terkait dengan diet makanan terkhusus pasien dengan Diabetes Mellitus. Sebagai Pasien baru pengetahuan terkait diet masih dikatakan rendah karena kemungkinan kurangnya edukasi diet untuk pasien.

4.2.2 Hasil Pengkajian nutrisi, pengetahuan diet dan metabolik pada penderita Diabetes Mellitus di Puskesmas Penfui

Pola nutrisi kedua responden menunjukkan bahwa kepatuhan kedua responden sangat kurang didapat dari pengkajian nutrisi makan responden yakni jenis makanan, porsi makanan dan jam makan yang tidak sesuai untuk diet pasien Diabetes Mellitus.

Temuan ini sejalan dengan penelitian penelitian achmad yoga, 2019 penelitian ini menunjukkan bahwa pengaturan pola makan mempunyai hubungan yang Signifikan dengan keberhasilan pengelolaan DM tipe 2. Pasien DM tipe 2 yang melakukan perencanaan diet DM dengan komposisi seimbang (Karbohidrat = 55 - 60%, protein 15 - 20%, dan lemak 20 - 30%) ternyata menunjukkan adanya perbaikan yang Signifikan terhadap kadar glukosa (Pratiwi, Putri Syari. 2023)

Pengetahuan diet kedua responden saat sebelum edukasi diet dengan media kalender menunjukkan bahwa kedua responden masih belum mengetahui makanan apa saja yang boleh dan tidak boleh dikonsumsi oleh pasien Diabetes Mellitus. Kurangnya pengetahuan nutrisi yang baik untuk diet ini berpengaruh pada tingkat kepatuhan diet dan juga kadar gula darah yang akan meningkat.

Setelah dilakukan edukasi diet dengan media selama 2 minggu responden perlahan-lahan mengikuti diet makanan untuk pasien Diabetes Mellitus terbukti dari pasien mencentang makanan yang dikonsumsi selama

2 minggu pada kalender diet yang diberikan oleh peneliti.

Temuan ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Dita Wahyu (2017) pada pasien rawat jalan DM tipe 2 di RSUP Fatmawati, menyatakan bahwa responden yang mempunyai tingkat pengetahuan baik 12,5 kali lebih patuh dalam diet dibandingkan dengan responden yang berpengetahuan kurang. Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan menjadi faktor risiko terhadap kepatuhan diet yang dijalankan pasien DM tipe 2 (Pratiwi, Putri Syari. 2023)

Tingkat pengetahuan yang kurang dapat menghambat perilaku kepatuhan dalam kesehatan karena penderita akan sulit untuk mengikuti anjuran dari petugas kesehatan, sehingga penderita diabetes mellitus yang mempunyai tingkat pengetahuan baik lebih paham dan mengerti mengenai anjuran dalam mengelola diet.

Pengkajian metabolik responden didapatkan bahwa kedua responden ini mengalami tanda dan gejala yang sering di alami oleh pasien Diabetes Mellitus yakni hiperglikemia. Untuk aktiitasnya sendiri kedua responden jarang melakukan olahraga maupun aktivitas lainnya dengan alasan karena kondisi tubuh yang sering kelelahan.

Temuan ini sejalan dengan Studi yang dilakukan oleh Esti Hasnabila 2021 pada penderita DM tipe 2 menunjukkan bahwa pasien yang melakukan aktifitas fisik yang rendah cenderung tidak dapat mengontrol kadar gula darahnya dibandingkan penderita DM yang melakukan aktifitas fisik sedang dan tinggi (Widyanata, Komang Agus Jerry. 2018)

4.2.3 Penerapan Media Kalender terhadap kepatuhan diet pasien Diabetes Mellitus

Pada penelitian ini di temukan adanya perbedaan tingkat kepatuhan diet pasien DM (Diabetes Mellitus) sebelum dan sesudah dieberikan edukasi dengan menggunakan media kalender.

Hasil penelitian menunjukkan adanya perbedaan tingkat kepatuhan sebelum dan sesudah dilakukan edukasi dengan media kalender terhadap kepatuhan diet oleh peneliti. Hasil ini didukung oleh penelitian Risa 2013

dalam (Afriyani, Suriadi & Argitya Righo 2020), Pendidikan kesehatan yang dilakukan melalui metode edukasi dapat menjadikan pasien lebih paham bagaimana aturan diet pasien diabetes mellitus yang tepat, sehingga meningkatkan kepatuhan diet pasien dalam melakukannya di rumah (Afriyani, Suriadi & Argitya Righo 2020)

Dengan demikian dapat disimpulkan “Adanya pengaruh Penerapan media kalender terhadap kepatuhan diet pasien DIABETES MELLITUS di wilayah kerja Puskesmas Penfui.”

Belum pernah ada penelitian terdahulu tentang pengaruh edukasi dengan media kalender terhadap kepatuhan diet pasien diabetes mellitus, namun secara operasional edukasi kesehatan dengan media kalender terbukti berpengaruh untuk meningkatkan diet pada pasien DM. Semakin sering seseorang mendapat penyuluhan, maka semakin baik pula perilakunya. Pasien Diabetes Mellitus perlu mendapat informasi tentang pengertian tentang DM terutama perencanaan makan. Pengetahuan mengenai manajemen diabetes merupakan komponen yang penting agar pengelolaan diabetes itu bisa berjalan dengan baik (Chaidir, Reny., dkk. 2017)

Dalam melakukan Edukasi, agar pesan-pesan kesehatan dapat disampaikan lebih jelas dan masyarakat sasaran dapat menerima pesan orang tersebut dengan jelas dan tepat maka diperlukan media kalender sebagai alat bantu (Aminah, Siti., dkk. 2022)

Edukasi dengan media kalender adalah proses kolaboratif dimana pendidik diabetes membantu orang dengan atau beresiko diabetes memperoleh pengetahuan dan pemecahan masalah dan keterampilan coping yang diperlukan untuk mengatasi mengelola penyakit dan kondisi yang terkait secara mandiri (Afriyani, Suriadi & Argitya Righo. 2020)

Edukasi memegang peranan yang sangat penting dalam penatalaksanaan DM karena dengan memberikan pengetahuan kepada pasien dapat mempengaruhi perubahan perilaku dan motivasi pasien dalam penatalaksanaan pasien Diabetes Mellitus. Perubahan perilaku pasien juga dapat dipengaruhi oleh faktor lain yaitu pengalaman pasien, semakin banyak pengetahuan dan informasi yang didapatkan dalam proses pengobatan rutin

yang diikutinya akan dapat mengubah kepatuhan diet pasien menjadi lebih baik (Afriyani, Suriadi & Argitya Righo. 2020)

4.2.4 Evaluasi hasil penerapan media kalender terhadap kepatuhan diet pasien Diabetes Mellitus

Pada penelitian ini, evaluasi hasil edukasi dengan media kalender memberikan pengaruh yang positif terhadap tingkat kepatuhan, terbukti dengan adanya penurunan kadar gula darah melalui pemeriksaan setelah diberikan edukasi dengan media kalender.

Kepatuhan diet DM merupakan hal yang penting dalam pengendalian DM, sehingga pasien harus menyadari dan memahami pentingnya kepatuhan diet. Pasien harus dapat mengontrol pola makannya sesuai dengan prinsip diet DM karena dengan diet yang tepat dapat menjaga kadar glukosa dalam batas normal (Afriyani, Suriadi & Argitya Righo. 2020).

Mengubah pola makan juga bukan hal yang mudah, karena banyak orang yang beranggapan bahwa pola hidup sehat itu sulit diterapkan dan terkadang tidak menyenangkan. Meski begitu, mengubah pola makan yang sehat dan benar sangat penting dan harus dilakukan karena banyak manfaat yang bisa didapat dari pola makan yang sehat (Afriyani, Suriadi & Argitya Righo. 2020)

Peningkatan kepatuhan diet ini terjadi karena tambahan informasi salah satu upaya dalam meningkatkan pengetahuan responden yaitu dengan memberikan edukasi dengan media kalender. Edukasi adalah proses untuk mengajari orang mengelola diabetesnya, salah satunya telah dianggap sebagai bagian penting dari manajemen klinis diabetes sejak tahun 1930an (Aminah, Siti., dkk. 2022)

Edukasi merupakan proses interaksi yang mendorong terjadinya pembelajaran untuk penambahan pengetahuan baru, sikap dan keterampilan melalui penguatan praktik dan pengalaman tertentu (Aminah, Siti., dkk. 2022).

Edukasi atau pendidikan kesehatan merupakan promosi kesehatan untuk membangkitkan keinsyafan dalam masyarakat tentang aspek-aspek kerugian kesehatan lingkungan dan sumber-sumber sosial penyakit, yang secara ideal diikuti dengan keterlibatan masyarakat dengan giat (Pratiwi, Putri Syari. 2023). Pernyataan ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Hartati 2016 dalam (Pratiwi, Putri Syari. 2023) menjelaskan bahwa pengetahuan yang dimiliki responden sebelumnya ditambah dengan informasi yang diberikan dapat meningkatkan pengetahuan menjadi lebih baik. Banyaknya informasi yang diterima oleh responden membuat semakin tinggi pengetahuan dan keterampilan yang dimiliki, sehingga tingkat kepatuhan responden semakin baik (Pratiwi, Putri Syari. 2023).

Perubahan tindakan terjadi karena adanya persepsi dan keyakinan bahwa dengan mematuhi diet akan terjadi perbaikan pada kondisi kesehatannya dan komplikasi dapat dicegah (Pratiwi, Putri Syari. 2023). Fasilitas penunjang yaitu kalender diet juga memudahkan penderita untuk menyusun makanan yang harus dimakan. Persepsi dan keyakinan bahwa suatu hal dapat memperbaiki keadaan kesehatannya memungkinkan seseorang untuk mengenal dan memilih objek sehubungan dengan tindakan yang akan diambil. Persepsi adalah tingkatan pertama dalam melakukan tindakan. Kalender diet juga membantu penderita untuk memudahkan melakukan pengaturan makan sesuai aturan yang telah ditetapkan berdasarkan kondisi masing-masing penderita (Pratiwi, Putri Syari. 2023)

Hasil penelitian ini diperkuat dengan adanya penelitian terkait yang dilakukan oleh (Aminah, Siti., dkk. 2022) dengan judul “Pengaruh Diabetes Self Management Education (Dsme) Melalui Media Kalender Terhadap Kepatuhan Perawatan Kaki Klien Diabetes Mellitus Tipe 2 Di Balai Pengobatan Muhammadiyah Lamongan” didapatkan hasil bahwa edukasi dengan menggunakan media kalender terhadap kepatuhan memberikan efek yang signifikan terhadap Kepatuhan pada pasien Diabetes Mellitus (Aminah, Siti., dkk. 2022).

4.3 Keterbatasan Penelitian

Penelitian ini masih memiliki keterbatasan dan kekurangan, mungkin disebabkan beberapa faktor sebagai berikut :

1. Adanya kemampuan responden yang kurang dalam memahami pertanyaan kuesioner, sehingga peneliti perlu menjelaskan dan mendampingi responden dalam pengisian kuesioner
2. Adanya keterbatasan waktu dalam bertemu responden dikarenakan bertabrakan dengan kegiatan responden
3. Penelitian ini hanya menggunakan satu kelompok (intervensi)

