



## GAMBARAN PENGETAHUAN LANSIA TENTANG DIET DIABETES MELITUS DI PUSKESMAS SARIMATONDANG KECAMATAN SIDAMANIK TAHUN 2021

**Jesica Paulina Damanik**

*Program Studi D3 Keperawatan, STIKes Santa Elisabeth Medan, Indonesia*

*Corresponding Author : Jesica Paulina Damanik*

*Email : jescadamanik1107@gmail.com*

**Info Artikel :**

Diterima : 02 Maret 2022

Disetujui : 08 Maret 2022

Dipublikasikan : 15 Maret 2022

### ABSTRAK

**Keywords:**

Pengetahuan,  
Diet diabetes  
mellitus, Lansia

**LatarBelakang:** Pengetahuan penderita tentang DM merupakan sarana yang dapat membantu penderita menjalankan penanganan diabetes selama hidupnya sehingga semakin banyak dan semakin baik penderita mengerti tentang penyakitnya semakin mengerti bagaimana harus mengubah perilakunya. **Tujuan:** Tujuan penelitian adalah untuk mengetahui gambaran pengetahuan lansia di Puskesmas Sarimatondang Kecamatan Sidamanik tahun 2021. **Metode:** Penelitian ini menggunakan metode penelitian deskriptif dengan teknik pengambilan sampel consecutive sampling dimana sampel sebanyak 73 responden. Instrumen pengumpulan data menggunakan kuesioner dengan 20 pertanyaan. **Hasil:** Hasil penelitian pengetahuan lansia tentang diet diabetes mellitus terdapat kategori pengetahuan baik 57 responden (78%), kategori pengetahuan cukup yaitu 11 responden (15%), dan kategori pengetahuan kurang 5 responden (7%). **Kesimpulan:** Penelitian mayoritas responden memiliki tingkat pengetahuan baik tentang diet diabetes mellitus.

### ABSTRACT

**Keywords:**

Knowledge,  
Diabetes mellitus  
diet, Elderly

**Background:** Patients' knowledge about DM is a tool that can help sufferers to carry out diabetes management throughout their lives so that the more and better people understand about their disease, the more they understand how to change their behavior. **Purpose:** The purpose of the study was to describe the knowledge of the elderly at the Sarimatondang Health Center, Sidamanik District in 2021. **Method:** This research uses descriptive research method with consecutive sampling technique where the sample is 73 respondents. The data collection instrument used a questionnaire with 20 questions. **Results:** The results of the research on the knowledge of the elderly about diabetes mellitus diet there are good knowledge categories 57 respondents (78%), sufficient knowledge category is 11 respondents (15%), and lack of knowledge category 5 respondents (7%). **Conclusion:** Research majority respondents have a good level of knowledge about diabetes mellitus diet.

## **PENDAHULUAN**

Lanjut usia (lansia) adalah seseorang yang berusia 60 tahun keatas. Lansia adalah klasifikasi umur pada manusia yang telah menghadapi tahap akhir dari sebuah fase kehidupan. Kelompok yang diklasifikasikan lansia ini umumnya menjalani suatu proses dalam kehidupan yang disebut *Aging Process* atau proses menjadi tua (Yanti, Priyanto, & Zulfikar, 2020).

Data dari *World Population Prospects* menjelaskan ada 901 juta orang berusia 60 tahun atau lebih diproyeksikan akan tumbuh sekitar 56% dari 901 juta orang menjadi 1,4 milyar (Saraisang, Kumaat, & Katuuk, 2018). *Diabetes Melitus* (DM) merupakan penyakit gangguan metabolisme kronis yang ditandai peningkatan glukosa darah (*Hiperglikemia*) disebabkan karena ketidakseimbangan antara suplai dan kebutuhan insulin (David, Yassir, & Kadrianti, 2018). Insulin dalam tubuh dibutuhkan untuk memfasilitasi masuknya glukosa dalam sel agar dapat digunakan untuk metabolisme dan pertumbuhan sel. Berkurang atau tidak adanya insulin menjadikan glukosa tertanam didalam darah dan menimbulkan peningkatan glukosa darah (Aritonang & Leniwita, 2019). Sementara sel menjadi kekurangan glukosa yang sangat penting dibutuhkan dalam kelangsungan dan fungsi sel (Aryani & Kusumawati, 2018).

*International Diabetes Federation* (IDF) pada tahun 2017 melaporkan bahwa jumlah pasien DM didunia pada tahun 2017 mencapai 425 juta orang dewasa berusia antara 20–79 tahun. Data *Riset Kesehatan Daerah* (Riskesdas) menunjukkan bahwa *prevalensi* pasien diabetes provinsi Jawa Timur masuk 10 besar se-Indonesia dengan prevalensi 6,8% (Tjahjono, 2020). Dinas Kesehatan Surabaya mencatat sebanyak 32.381 pasien DM sepanjang tahun 2016. Data pendahuluan yang didapatkan oleh peneliti menunjukkan bahwa pasien DM sebanyak 2.195 orang dari Januari sampai Maret 2018 yang tersebar di lima puskesmas dengan jumlah penderita DM tertinggi di Surabaya. Jumlah ini tersebar di Surabaya Timur (Puskesmas Klampis Ngasem= 353 orang), Surabaya Barat (Puskesmas Asemrowo= 367 orang), Surabaya Pusat (Puskesmas Kedungdoro= 135 orang), Surabaya Utara (Puskesmas Tanah Kalikedinding= 615 orang), dan Surabaya Selatan (Puskesmas Jagir = 725 orang) (Kusnanto, Sundari, Asmoro, & Arifin, 2019).

Indonesia merupakan salah satu Negara dengan jumlah 8,2 juta lansia mederita DM. Peningkatan prevalasi DM pada lansia tidak dapat dipisahkan dari pola makanan dan gaya hidupnya, di perkirakan penyebabnya karena ketidak patuhan penderita DM dalam pengelolaan diet (Wulansari, 2017). Peningkatan prevalasi DM lansia berhubungan dengan obesitas, stress emosional dan juga bisa dari kurangnya aktifitas fisik. Kemajuan Ekonomi memberikan dampak semakin banyaknya makanan capat saji, olahraga yang kurang dan tingkat emosi tinggi (Astuti, 2018). Jumlah lansia di seluruh dunia mencapai 901 juta jiwa.

Penelitian dari Insiyah (2015) pada 45 penderita DM menunjukkan bahwa lebih dari 65% responden belum dapat mematuhi diet terkait jenis makanan, jumlah makanan dan jadwal makan karena pasien belum mampu menetapkan jumlah kalori yang harus dikonsumsinya per hari dalam jumlah yang lengkap.

Pengetahuan atau *knowledge* adalah hasil penginderaan terhadap objek yakni penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa dan perabaan (Haryani, Astuti, & Minardo, 2021). Pada waktu penginderaan untuk menghasilkan pengetahuan tersebut dipengaruhi intensitas perhatian persepsi terhadap objek. pengetahuan seseorang sebagian besar diperoleh melalui indra pendengaran dan indra penglihatan (Budiarti et al., 2021). Pengetahuan pasien tentang diet DM yang rendah dapat mempengaruhi persepsi pasien tentang penyakitnya, motivasi, manajemen koping dan perubahan perilaku (Kusuma & Hidayati, 2013).

Hasil penelitian oleh memperoleh hasil bahwa mayoritas pasien memiliki tingkat pengetahuan yang kurang sebanyak 54,9% dan kadar gula darah pasien rata-rata 246,9 mg/dl. Rendahnya pengetahuan yang dimiliki responden mengenai penyakit DM berdampak pada ketidakmampuan responden dalam mengontrol kadar gula darah sehingga kadar gula darah menjadi tinggi.

Penelitian yang dilakukan (Novyanda and Hadiyani 2017) terhadap 29 responden diperoleh sebagian besar responden (65,5%) memiliki pengetahuan kurang, dan 58,6% sikap negatif, 89,7% tidak patuh mengkonsumsi jumlah kalori, 100% tidak patuh jadwal makan, dan 65,5% tidak patuh mengkonsumsi jenis makanan, kadar GDS (Gula Darah Sewaktu) responden sebesar 65,5% tidak terkontrol.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan kepada 85 responden di Rumah Sakit Islam Jakarta Pondok Kopi (Anggraini, 2018), dari hasil uji analisis data menunjukkan bahwa adanya hubungan yang signifikan antara pengetahuan dengan diet pasien diabetes melitus di Rumah Sakit Islam Jakarta Pondok Kopi. Hal ini dapat dibuktikan dengan data yang diperoleh dari hasil uji analisis sebagai berikut Hasil penelitian menurut pengetahuan didominasi oleh pengetahuan kurang sebanyak 58 orang (68,2%) karena tidak mengetahui diet DM dan pengetahuan baik sebanyak 27 orang (31,8%). Kurangnya pengetahuan lansia tentang diet diabetes melitus, penulis tertarik untuk meneliti penyakit tersebut dengan judul gambaran pengetahuan lansia tentang diet diabetes melitus. Tujuan penelitian adalah untuk mengetahui gambaran pengetahuan lansia di Puskesmas Sarimatondang Kecamatan Sidamanik tahun 2021.

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode deskriptif dimana pengumpulan datanya dilakukan dengan pengambilan data primer, data tersebut didapat langsung dari subyek penelitian melalui pembagian dan pengisian kuesioner kepada partisipan yang telah memenuhi kriteria inklusi. Teknik pengambilan sampel menggunakan *consecutive sampling* sebanyak 73 responden. Instrumen penelitian yang digunakan peneliti adalah memberikan kuesioner kepada lansia di Puskesmas Sarimatondang Kecamatan Sidamanik. Teknik analisa data yang digunakan adalah *statistical analysis*.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Puskesmas Sarimatondang merupakan salah satu fasilitas kesehatan tingkat pertama di wilayah Kabupaten Simalungun Kecamatan Sidamanik berada di Jalan Gereja GKPS Kelurahan Sarimatondang. Puskesmas Sarimatondang Kecamatan Sidamanik mempunyai wilayah kerja kurang lebih 87,7 km<sup>2</sup>. Jumlah puskesmas pembantu di wilayah kerja Puskesmas Sarimatondang Kecamatan Sidamanik berjumlah 6 unit yaitu Pustu Manik Maraja, Pustu Ambarisan, Pustu Tigabolon, Pustu Bahal Gajah, Pustu Manik Hataran. Dan jumlah puskesmas keliling berjumlah 1 unit. Sarana pelayanan kesehatan lainnya yang ada di wilayah kerja Puskesmas Sarimatondang Kecamatan Sidamanik mencakup, balai pengobatan / klinik pratama 2 unit, praktek dokter perorangan / mandiri 1, praktek bidan mandiri 1 unit dan sarana distribusi kefarmasian terdapat 5 unit.

Posyandu yang aktif di wilayah kerja Puskesmas Sarimatondang Kecamatan Sidamanik berjumlah 41 posyandu. Pengelompokan pusyandu aktif berdasarkan stata yaitu strata purnama berjumlah 41. Posbindu PTM yang aktif berjumlah 15, masing – masing 1 posbindu ditiap nagori / kelurahan. Jumlah poskesdes berjumlah 2 unit. Polindes belum terbentuk di wilayah kerja Puskesmas Sarimatondang Kecamatan Sidamanik.

## Gambaran Pengetahuan Lansia Tentang Diet Diabetes Melitus di Puskesmas Sarimatondang Kecamatan Sidamanik Tahun 2021

2022

Persentase ketersediaan obat dan vaksin esensial untuk Puskesmas, Pustu, Poskesdes dan Posyandu sebanyak 100% dan jumlah sumber daya manusia yang bertugas di Puskesmas Sarimatondang Kecamatan Sidamanik pada tahun 2020 berjumlah 44 orang. Sementara itu visi Puskesmas Sarimatondang Kecamatan Sidamanik adalah Menjadikan Puskesmas Sarimatondang Yang Profesional, Berkualitas, Menuju Masyarakat Saehat di Kecamatan Sidamanik Tahun 2021. Misi Puskesmas Sarimatondang adalah Memberikan pelayanan kesehatan yang bermutu dan terjangkau oleh masyarakat, meningkatkan kualitas SDM yang berprofesional dan berkomitmen tinggi, meningkatkan kualitas dan kuantitas sarana dan prasarana puskesmas, membangun system informasi dan manajemen puskesmas, memberikan pelayanan kesehatan dasar danen senyum, salam, sapa.

Hasil univariat dalam penelitian ini berdasarkan pengetahuan responden di Puskemas Sarimatondang Kecamatan Sidamanik. Pengukuran tingkat pengetahuan dilakukan dengan menggunakan kuerioner pengetahuan pasien DM tentang pola diet di ruang Poli Inetrnis Rumah Sakit Harapan Pematang Siantar Tahun 2020 (Rikawati & Sitinjak, 2020).

Tabel 1.  
Distribusi Frekuensi Responden di Puskesmas Sarimatondang Kecamatan Sidamanik

<b>Karakteristik</b>	<b>(f)</b>	<b>(%)</b>
<b>Umur (Tahun)</b>		
45 – 59	14	19
60 – 74	45	62
75 – 90	14	19
> 90	0	0
<b>Total</b>	<b>73</b>	<b>100</b>
<b>Berat Badan (Kg)</b>		
50 – 60	52	71
61 – 70	21	29
<b>Total</b>	<b>73</b>	<b>100</b>
<b>Tinggi Badan (Cm)</b>		
150 – 160	48	66
161 – 170	25	34
<b>Total</b>	<b>73</b>	<b>100</b>
<b>Jenis Kelamin</b>		
Laki – laki	29	40
Perempuan	44	60
<b>Total</b>	<b>73</b>	<b>100</b>
<b>Lama Menderita DM</b>		
1 - 2 Tahun	16	22
3 - 4 Tahun	32	44
5 - 6 Tahun	25	34
<b>Total</b>	<b>73</b>	<b>100</b>

Sumber: Penulis 2022

Berdasarkan tabel 1 diperoleh responden dengan umur responden dimana umur mayoritas berada pada umur 60 – 74 tahun sebanyak 45 responden (62%) dan terkecil berada pada umur >90 sebanyak 0 responden (0%). Berdasarkan berat badan responden dimana berat badan mayoritas 50 – 60 Kg sebanyak 52 responden (71%), berat badan terkecil yaitu 61 – 70 Kg sebanyak 21 responden (29%). Berdasarkan tinggi badan responden dimana tinggi badan mayoritas 150 – 160 sebanyak 48 responden (66%), tinggi badan terkecil yaitu 161 – 170 sebanyak 25 responden (34%). Berdasarkan jenis kelamin sebanyak 29 responden (40%) berjenis kelamin laki – laki dan sebanyak 44 responden (60%) berjenis kelamin perempuan. Berdasarkan lama menderita DM dimana 1 – 2 tahun terdapat 16 responden (22%), 3 - 4 tahun terdapat 32 reponden (44%), dan 5 – 6 tahun terdapat 25 responden (34%).

Tabel 2.  
Distribusi Frekuensi Pengetahuan Lansia tentang Diet Diabetes Melitus di Puskesmas Sarimatondang Kecamatan Sidamanik Tahun 2021

Pengetahuan lansia tentang diet diabetes mellitus	(F)	(%)
Baik	57	78
Cukup	11	15
Kurang	5	7
<b>Total</b>	<b>73</b>	<b>100</b>

Sumber: Penuliss 2022

Berdasarkan tabel 2 menunjukkan bahwa mayoritas responden memiliki tingkat pengetahuan yang baik tentang diet diabetes melitus. Dari 73 responden yang memiliki tingkat pengetahuan baik sebanyak 57 responden (78%), memiliki tingkat pengetahuan cukup sebanyak 11 responden (15%) dan memiliki tingkat pengetahuan kurang 5 responden (7%).

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh peneliti bahwa mayoritas responden memiliki tingkat pengetahuan yang baik, karena mayoritas responden sudah lama terkena diabetes melitus sehingga sudah lebih banyak informasi yang didapatkan mengenai penatalaksanaan diet diabetes melitus. Berdasarkan penelitian Eriyani (2018) bahwa pengalaman lama responden menderita diabetes melitus berpengaruh terhadap tingkat pengetahuan, karena responden dapat memperoleh informasi tentang diet diabetes melitus dari paparan media atau sumber informasi.

Menurut Wu (2006) dalam Siti Khoiroh M (2018) menemukan bahwa pasien yang telah lama menderita diabetes melitus memiliki efikasi diri yang baik daripada pasien yang menderia baru terkena diabetes melitus. Hal ini disebabkan karena pasien telah berpengalaman mengelola penyakitnya dan memiliki koping yang baik. Menurut Fitrihanur Laili (2019), orang yang sudah lama menderita DM cenderung memiliki tingkat pengetahuan yang baik. Hal ini karena orang tersebut sudah memiliki cara mekanisme beradaptasi yang lebih baik dengan keadaan penyakitnya. Pasien yang menderita DM lebih lama akan lebih mampu memahami keadaan yang dirasakannya, baik dari segi fisik, psikologis, hubungan sosial, dan lingkungan. Dan pemahaman ini muncul karena pasien sudah lebih tahu dan berpengalaman terhadap penyakitnya sehingga akan mendorong

## Gambaran Pengetahuan Lansia Tentang Diet Diabetes Melitus di Puskesmas Sarimatondang Kecamatan Sidamanik Tahun 2021

pasien untuk lebih mampu mengantisipasi terjadinya sesuatu hal yang mungkin akan terjadi pada diri pasien suatu saat nanti.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh peneliti bahwa responden yang memiliki tingkat pengetahuan yang kurang yaitu responden yang baru terkena diabetes melitus karena pengetahuan dan informasi yang didapatkan oleh responden masih sedikit sehingga mereka tidak mengerti penatalaksanaan diet diabetes melitus. Sejalan dengan penelitian Herlena Essy Phitri (2013), responden yang baru menderita DM mempunyai pengetahuan dan pengalaman yang kurang dalam hal penatalaksanaan diet DM. Pengetahuan responden yang kurang ditunjukkan dengan responden yang tidak mengerti gejala diabetes melitus. Pengetahuan yang kurang baik ditunjukkan dengan responden yang belum mengerti tanda kadar gula darah dibawah normal yaitu lemas, pucat, gemetar, merasa lapar, jantung berdebar-debar dan keringat berlebih (Bertalina & Purnama, 2016).

Berdasarkan penelitian Erni Setiyorini (2017), lama menderita DM berhubungan dengan pengetahuan baik tentang penatalaksanaan diet. Responden yang menderita DM dengan durasi < 1 tahun belum mengetahui tentang diet DM dengan baik ditunjukkan responden yang tidak taat terhadap regimen pengobatan dan penatalaksanaan diet DM serta tidak mampu beradaptasi dengan baik terhadap penyakitnya sehingga memiliki tingkat pengetahuan yang rendah.

### KESIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis dan pembahasan maka penulis menarik kesimpulan dari 73 responden mayoritas tingkat pengetahuan lansia tentang diet diabetes melitus di Puskesmas Sarimatondang Kecamatan Sidamanik adalah baik yaitu 57 responden (78%).

### BIBLIOGRAFI

- Anggraini, Nofa. (2018). Hubungan Tingkat Pengetahuan Diet Diabetes Melitus Dengan Kepatuhan Diet Pada Penderita Diabetes Melitus. *Jurnal Antara Keperawatan*, 1(2), 65–72.
- Aritonang, Yanti Anggraini, & Leniwita, Hasian. (2019). *Modul Keperawatan Medikal Bedah Ii*. Program Studi Diploma Tiga Keperawatan Fakultas Vokasi Universitas Kristen.
- Aryani, Hany Puspita, & Kusumawati, Hanis. (2018). Pengaruh Senam Lansia Terhadap Kadar Gula Darah Pada Lansia Di Posyandu Lansia. *Jurnal Keperawatan Dan Kebidanan*, 10(2), 5.
- Astuti, Gusti A. Y. U. Komang R. A. I. Winda. (2018). *Hubungan Kebiasaan Olahraga, Kebiasaan Mengonsumsi Fast Food Dengan Kejadian Obesitas Pada Remaja Di Smp Bintang Persada Di Denpasar*. Jurusan Gizi.
- Bertalina, Bertalina, & Purnama, Purnama. (2016). Hubungan lama sakit, pengetahuan, motivasi pasien dan dukungan keluarga dengan kepatuhan diet pasien Diabetes Mellitus. *Jurnal Kesehatan*, 7(2), 329–340.
- Budiarti, Astrida, Arini, Diyah, Hastuti, Puji, Ernawati, Dwi, Fatimawati, Iis, Faridah, Faridah, & Dewinta, Dewinta. (2021). Edukasi Kesehatan Pencegahan Covid-19 Dalam Perubahan Pengetahuan Masyarakat Kalipecabeaan Sidoarjo. *E-Amal: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(2), 213–218.
- David, Fanny Devianti, Yassir, Muhammad, & Kadrianti, Erna. (2018). Hubungan Antara Status Gizi, Kepatuhan Diet DM Dengan Kadar Glukosa Darah Pada Penderita Diabetes Melitus Di Rsud Kota Makassar. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Diagnosis*, 12(4),

448–453.

- Haryani, Siti, Astuti, Ana Puji, & Minardo, Joyo. (2021). Pengetahuan dan Perilaku Mencuci Tangan Pada Siswa SMK Sebagai Upaya Pencegahan Covid-19. *Jurnal Keperawatan Dan Kesehatan Masyarakat Cendekia Utama*, 10(1), 85–91.
- Kusnanto, Kusnanto, Sundari, Putri Mei, Asmoro, Candra Panji, & Arifin, Hidayat. (2019). Hubungan tingkat pengetahuan dan diabetes self-management dengan tingkat stres pasien diabetes melitus yang menjalani diet. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 22(1), 31–42.
- Kusuma, Henni, & Hidayati, Wahyu. (2013). Hubungan antara motivasi dengan efikasi diri pada pasien diabetes mellitus tipe 2 di Persadia Salatiga. *Jurnal Keperawatan Medikal Bedah*, 1(2).
- Novyanda, Hilda, and Wini Hadiyani. 2017. “Hubungan Antara Penanganan Diabetes Melitus: Edukasi Dan Diet Terhadap Komplikasi Pada Pasien DM Tipe 2 Di Poliklinik RSUP DR. Hasan Sadikin Bandung.” *Jurnal Keperawatan Komprehensif (Comprehensive Nursing Journal)* 3(1): 25–33.
- Rikawati, Kezia, & Sitinjak, Debora. (2020). Peningkatan keaktifan belajar siswa dengan penggunaan metode ceramah interaktif. *Journal of Educational Chemistry (JEC)*, 2(2), 40.
- Saraisang, Cindy M., Kumaat, Lucky T., & Katuuk, Mario E. (2018). Hubungan pelayanan posyandu lansia dengan tingkat kepuasan lansia di wilayah kerja puskesmas ranomuut kecamatan paal ii kota manado. *Jurnal Keperawatan*, 6(1).
- Tjahjono, Hendro Djoko. (2020). Self Management Diabetes pada Pasien Diabetes Melitus Dengan Ulkus Diabetikum di Puskesmas Jagir Surabaya. *Jurnal Keperawatan*, 9(1), 33–38.
- Wulansari, Wiranti Dwi. (2017). *Hubungan Tugas Keluarga Dengan Kepatuhan Diet Diabetes Militus Tipe 2 Pada Lansia*. Jombang: Stikes Insan Cendekia Medika Jombang.
- Yanti, Budi, Priyanto, Herry, & Zulfikar, T. (2020). Sosialisasi Waspada Infeksi Corona Virus Pada Lansia Di Panti Jompo Rumoh Seujahtra Geunaseh sayang, Dinas Sosial Aceh. *Martabe: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 3(1), 67–72.



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/).