

**HUBUNGAN TINGKAT PENGETAHUAN TERHADAP
PERILAKU KONSUMSI MAKANAN PADA PASIEN
DIABETES MELITUS TIPE II DI PUSKESMAS
LENDAH 2 KULON PROGO**

NASKAH PUBLIKASI

Diajukan Guna Melengkapi Sebagian Syarat Mencapai Gelar Sarjana Keperawatan
Program Studi Keperawatan
Fakultas Ilmu Kesehatan
di Universitas 'Aisyiyah
Yogyakarta



**Disusun oleh:
WIDYA ANISA MIFTAHUSNA
1810201131**

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS 'AISYIYAH
YOGYAKARTA
2022**

HALAMAN PERSETUJUAN

**HUBUNGAN TINGKAT PENGETAHUAN TERHADAP
PERILAKU KONSUMSI MAKANAN PADA PASIEN
DIABETES MELITUS TIPE II DI PUSKESMAS
LENDAH 2 KULON PROGO**

**Disusun Oleh:
WIDYA ANISA MIFTAHUSNA
1810201131**

Telah disetujui oleh Pembimbing
Pada Tanggal
24 Agustus 2022

Pembimbing,



(Sriyati, S.Kep.Ns., M.Kep)



Widya Anisa
Universitas Islamah Yogyakarta

HUBUNGAN TINGKAT PENGETAHUAN TERHADAP PERILAKU KONSUMSI MAKANAN PADA PASIEN DIABETES MELITUS TIPE II DI PUSKESMAS LENDAH 2 KULON PROGO¹

Widya Anisa Miftahusna², Sriyati³

ABSTRAK

Latar Belakang Penelitian: Diabetes Melitus (DM) merupakan suatu penyakit kronis ditandai dengan tingginya kadar gula darah yang terjadi akibat tubuh tidak dapat menggunakan insulin yang diproduksi secara efektif. DM tipe II adalah penyakit hiperglikemi akibat insensivitas sel terhadap insulin. Meningkatnya jumlah penderita diabetes melitus salah satunya disebabkan oleh kebiasaan makan yang tidak baik dapat memperparah resistensi insulin.

Tujuan: Mengetahui hubungan tingkat pengetahuan terhadap perilaku konsumsi makanan pada pasien diabetes melitus tipe II di Puskesmas Lendah 2 Kulon Progo.

Metodologi Penelitian: Jenis penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif korelatif *cross sectional*. Teknik pengambilan sampling menggunakan *total sampling* dengan melibatkan sebanyak 43 orang responden di Puskesmas Lendah 2 Kulon Progo. Pengukuran tingkat pengetahuan dan perilaku konsumsi makanan menggunakan kuesioner. Analisis statistik menggunakan uji koelasi *chi square*.

Hasil penelitian: Hasil analisis bivariat dari 43 responden dalam penelitian ini mayoritas 55,8% memiliki tingkat pengetahuan cukup dan 53,5% memiliki perilaku konsumsi makanan buruk. Uji korelasi *chi square* menandakan adanya hubungan tingkat pengetahuan terhadap perilaku konsumsi makanan dengan nilai $p \text{ value} = 0,027 (<0,05)$.

Simpulan dan saran: Terdapat hubungan antara tingkat pengetahuan terhadap perilaku konsumsi makanan pada pasien diabetes melitus tipe II di Puskesmas Lendah 2 Kulon Progo. Berdasarkan hasil penelitian ini disarankan untuk dapat meningkatkan pengetahuannya sehingga menjadikan perilaku konsumsi makanan lebih baik.

Kata kunci : Tingkat Pengetahuan, Perilaku Konsumsi Makanan, Diabetes Melitus Tipe II

Referensi : 75 Referensi

Halaman : i-x, 1-81

¹Judul Skripsi

²Mahasiswa Program Studi Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta

³Dosen Program Studi Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta

THE CORRELATION BETWEEN KNOWLEDGE LEVEL AND FOOD CONSUMPTION BEHAVIOR IN TYPE II DIABETES MELLITUS PATIENTS AT LENDAH 2 PRIMARY HEALTH CENTER OF KULON PROGO¹

Widya Anisa Miftahusna², Sriyati³

ABSTRACT

Background: Diabetes Mellitus (DM) is a chronic disease characterized by high blood sugar levels that occur due to the body's inability to use the insulin produced effectively. Type II diabetes is a hyperglycemic disease due to insensitivity of cells to insulin. The increasing number of people with diabetes mellitus, one of which is caused by poor eating habits, can exacerbate insulin resistance.

Objective: The study aims to determine the correlation between knowledge level and food consumption behavior in type II diabetes mellitus patients at Lendah 2 Primary Health Center of Kulon Progo.

Methodology: The research employed a cross-sectional correlative quantitative method. The sampling technique used total sampling involving as many as 43 respondents at Lendah 2 Primary Health Center of Kulon Progo. The measuring instrument of level of knowledge and behavior of food consumption used a questionnaire. The statistical analysis used the chi square correlation test.

Result: The results of the bivariate analysis of 43 respondents showed that the majority of the respondents (55.8%) had a sufficient level of knowledge and 53.5% had poor food consumption behavior. The chi square correlation test indicated that there was a correlation between the level of knowledge and the behavior of food consumption with $p\text{-value} = 0.027 (<0.05)$.

Conclusion and suggestion: There was a correlation between the level of knowledge and food consumption behavior in type II diabetes mellitus patients at Lendah 2 Primary Health Center of Kulon Progo. The findings of this study suggest that patients' awareness should be increased in order to improve their eating habits.

Keywords : Knowledge Level, Food Consumption Behavior, Type II Diabetes Mellitus

Reference : 75 References

Pages : i-x, 1-81

¹Title

²Student of Nursing Study Program, Faculty of Health Sciences, Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta

³Lecturer of Nursing Study Program, Faculty of Health Sciences, Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta

PENDAHULUAN

Diabetes Melitus (DM) merupakan suatu penyakit kronis ditandai dengan tingginya kadar gula darah yang terjadi akibat tubuh tidak dapat menggunakan insulin yang diproduksi secara efektif (*World Health Organization*, 2019). DM tipe II adalah penyakit hiperglikemi akibat insensivitas sel terhadap insulin. DM tipe II disebabkan oleh kegagalan tubuh memanfaatkan insulin sehingga mengarah pada penambahan berat badan dan penurunan aktivitas fisik (Leander & Tahapary, 2021).

Organisasi *International Diabetes Federation* (IDF) memperkirakan sedikitnya terdapat 463 juta orang pada usia 20-79 tahun di dunia menderita diabetes melitus pada tahun 2019 atau setara dengan angka prevalensi sebesar 9,3 persen dari total penduduk pada usia yang sama. IDF juga memprediksi angka prevalensi diabetes melitus diperkirakan terus meningkat hingga mencapai 578 juta di tahun 2030 dan 700 juta di tahun 2045 (Pusat Data Informasi Kemenkes, 2020).

Menurut Pusat data dan Informasi Kesehatan 2018 Jumlah penderita DM di Indonesia mencapai 8,4 juta pada tahun 2000 dan diperkirakan akan meningkat menjadi 21,3 juta pada tahun 2030 (Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan RI, 2018). Prevalensi penderita DM di Kota Yogyakarta berdasarkan Riskesdas tahun 2018 sebesar 4,79% atau 15.540 jiwa (Dinkes Kota Yogyakarta, 2020). Prevalensi diabetes melitus di Kabupaten Kulon Progo sebanyak 2,8%, di Kota Yogyakarta 4,9%, Kabupaten Sleman 3,3%, Kabupaten Bantul 3,3%, dan Kabupaten Gunung Kidul 2,4% (Pemerintah Kota Yogyakarta, 2020).

Berdasarkan Standar Pelayanan Minimal Diabetes Mellitus tahun 2018 dari 21 Puskesmas 3 Puskesmas memiliki kasus Diabetes Mellitus tertinggi dibandingkan Puskesmas yang lain yaitu Puskesmas Lendah II sebanyak (216 kasus), kemudian Puskesmas Wates sebanyak (177 kasus), di ikuti Puskesmas Nanggulan sebanyak (169 kasus). Dimana penyebab penyakit Diabetes Mellitus ini di pengaruhi terhadap gaya hidup masyarakat setempat dalam mengkonsumsi sayur dan buah serta makanan yang berserat kurang (Audina *et al.*, 2018).

Pola makan merupakan salah satu faktor yang dapat menimbulkan penyakit Diabetes Melitus. Diet atau pola konsumsi yang tidak sehat dapat memengaruhi terjadinya komplikasi kardiovaskular, terutama penyakit jantung koroner (Hatma, 2012). Kebiasaan makan yang tidak baik dapat memperparah resistensi insulin, sehingga menyebabkan peningkatan VLDL, small dense LDL, dan penurunan HDL (Hirano, 2018). Salah satu langkah penatalaksanaan DM tipe 2 yaitu dengan pemberian edukasi kepada pasien, untuk membekali pengetahuannya tentang DM Tipe 2. Salah satu hal yang menjadi permasalahan pada pasien DM Tipe 2 adalah kurangnya pengetahuan dan manajemen diri yang baik, dan hal ini akan berdampak pada kualitas perawatan diri yang kurang baik, sehingga dapat meningkatkan kadar glukosa darah (Chloranyta, 2020).

Pengetahuan, sikap dan perilaku merupakan faktor yang sangat penting bagi perubahan perilaku seseorang. Dengan begitu, pengetahuan dan sikap yang baik bagi seseorang tentang penyakit diabetes mellitus dan pencegahannya sangat penting dan perlu dalam pembentukan perilaku seseorang dalam melakukan pencegahan diabetes mellitus (Wiro, 2013).

Penelitian yang dilakukan (Nourma, dkk) menyimpulkan bahwa ada hubungan antara tingkat pengetahuan dengan perilaku konsumsi makanan berisiko diabetes melitus pada mahasiswa Universitas Diponegoro dengan uji statistik menggunakan korelasi *chi square* $p=0,000$ ($\alpha=0,05$). Seseorang yang memiliki cukup pengetahuan mengenai makanan yang memicu timbulnya DM dan batas aman untuk

mengkonsumsinya dapat mempengaruhi perilaku dalam menentukan jenis dan jumlah makanan yang akan dikonsumsi. Begitu juga dengan hasil penelitian (Widiyoga, 2020) menyatakan bahwa ada hubungan antara tingkat pengetahuan penyakit diabetes melitus terhadap pola makan pada penderita Diabetes Melitus tipe 2 di Klinik Griya Bromo tahun 2020.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan menggunakan jenis penelitian studi korelasional. Adapun penelitian ini peneliti mencari korelasi antara hubungan tingkat pengetahuan terhadap perilaku konsumsi makanan pada pasien diabetes melitus tipe II.

Metode pendekatan waktu yang digunakan dalam penelitian ini adalah *cross sectional* dimana penelitian yang menekankan waktu pengukuran atau observasi data variabel dependen dan variabel independen dihitung sekaligus dalam waktu yang sama atau satu kali (Notoatmodjo, 2018).

Populasi dalam penelitian ini adalah pasien DM yang menjalani rawat jalan di Puskesmas Lendah 2 yang berjumlah 43 pasien. Dalam penelitian ini teknik pengambilan sampel yang digunakan yaitu *total sampling*. Alasan yang digunakan dalam teknik pengambilan *total sampling* karena jumlah populasi kurang dari 100, oleh karena itu seluruh populasi dijadikan sampel. Syarat sampel yang baik yaitu yang mewakili semua populasi (Damayanti, 2017). Sampel pada penelitian ini didapatkan 43 responden.

Alat yang digunakan dalam penelitian ini guna untuk pengambilan data adalah kuesioner. Kuesioner dalam penelitian ini menggunakan kuesioner tingkat pengetahuan dari penelitian Yunanto (2017) yang terdapat 14 butir pertanyaan untuk mengetahui tingkat pengetahuan dengan menggunakan skala Guttman. Skala dalam penelitian ini, akan didapat jawaban tegas, yaitu "Ya" dan "Tidak". Responden hanya diminta untuk memberikan tanda centang (\checkmark) pada jawaban yang dianggap sesuai dengan responden. Penilaian pada kuesioner ini, yaitu "Ya = 1" dan "Tidak = 0". Jumlah skor yang ada dalam aspek pengetahuan adalah 0-14. Penjumlahan skor yang diperoleh setiap responden dikategorikan menjadi 3, dikategorikan baik bila skor yang diperoleh ≥ 11 , cukup bila skor diperoleh 8-10, dan kurang bila skor yang diperoleh < 8 . Dikatakan reliabel jika nilai *Cronbach Alpha* $> 0,60$ (Budiman dan Riyanto, 2013). Kuesioner *Semi Food Frequency Questionnaire* (Semi-FFQ) yang sudah ada dari penelitian Badegeil (2020) digunakan untuk mengukur perilaku konsumsi makanan. Terdapat 68 daftar makanan yang meliputi 6 jenis makanan pokok, 15 jenis lauk hewani, 8 jenis nabati, 9 jenis sayur A, 14 jenis sayur B, 6 jenis sayur C, dan 10 jenis buah-buahan. Formulir kuesioner dalam bentuk pertanyaan tertutup (closed questions). Pertanyaan tertutup artinya hanya makanan yang ada dalam daftar yang akan diinvestigasi kepada responden. Penilaian pada kuesioner ini, yaitu $>3x/hari = 50$, $1x/hari = 25$, $3-6 x/minggu = 15$, $1-2 x/minggu = 10$, $2 x sebulan = 5$, dan Tidak pernah = 0. Total skor ditulis pada baris paling bawah (skor konsumsi pangan). Kategori baik yaitu Jika keberagaman skor konsumsi pangan berada diatas skor median konsumsi pangan populasi ≥ 460 . Kategori buruk yaitu Jika keberagaman skor konsumsi pangan berada dibawah skor median konsumsi pangan populasi < 460 .

HASIL PENELITIAN

1. Karakteristik Responden

Responden dalam penelitian ini adalah pasien diabetes mellitus tipe II di Puskesmas Lendah 2 Kulon Progo yang terdiri dari 43 responden. Responden dalam penelitian ini dikarakteristikan berdasarkan umur, jenis kelamin, pendidikan, dan penghasilan perbulan.

Tabel 4.1
Karakteristik Responden (N=43)

Karakteristik Responden	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Umur		
41-50	1	2,3
51-60	16	37,2
61-70	23	53,5
71-80	3	7,0
Jenis kelamin		
Laki-laki	10	23,3
Perempuan	33	76,7
Pendidikan		
Tidak sekolah	4	9,3
SD	29	67,4
SMP	3	7,0
SMA	6	14,0
S1	1	2,3
Penghasilan perbulan		
< 1.500.000	41	95,3
≥ 1.500.000	2	4,7

Berdasarkan tabel 4.1 menunjukkan responden terbanyak berusia 61-70 tahun sebanyak 23 responden (53,5%) dan presentase responden terendah adalah berusia 71-80 tahun sebanyak 3 responden (7,0%). Berdasarkan jenis kelamin data yang didapatkan antara jenis kelamin laki-laki dan perempuan sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan yaitu sebanyak 33 responden (76,7%) sedangkan laki-laki sebanyak 10 responden (23,3%). Status pendidikan terakhir menunjukkan responden terbanyak adalah pendidikan SD sebanyak 29 responden (67,4%) dan presentase responden terendah adalah S1 yaitu 1 responden (2,3%). Sebagian besar mempunyai penghasilan perbulan < 1.500.000 yaitu 41 responden (95,3%) sedangkan penghasilan perbulan ≥ 1.500.000 terdapat 2 responden (4,7%).

2. Univariat

a. Tingkat Pengetahuan

Tabulasi data berdasarkan tingkat pengetahuan di Puskesmas Lendah 2 dapat dilihat pada tabel 4.2.

Tabel 4.2
Distribusi Frekuensi Tingkat Pengetahuan pada pasien Diabetes Mellitus tipe II di Puskesmas Lendah 2 Kulon Progo

No	Tingkat Pengetahuan	Frekuensi (f)	Presentase %
1	Baik	2	4,7

2	Cukup	24	55,8
3	Kurang	17	39,5

Berdasarkan tabel 4.2 diketahui distribusi tingkat pengetahuan di Puskesmas Lendah 2 kulon Progo pada penelitian ini terbanyak dengan kategori cukup yaitu sebanyak 24 responden (55,8%).

b. Perilaku Konsumsi Makanan

Tabulasi data berdasarkan perilaku konsumsi makanan di Puskesmas Lendah 2 Kulon Progo dapat dilihat pada tabel 4.3

Tabel 4.3
Distribusi Frekuensi Perilaku Konsumsi Makanan pada pasien Diabetes Melitus tipe II di Puskesmas Lendah 2 Kulon Progo

No	Perilaku Konsumsi Makanan	Frekuensi (f)	Presentase %
1	Baik	20	46,5
2	Buruk	23	53,5

Berdasarkan tabel 4.3 diketahui distribusi frekuensi perilaku konsumsi makanan pada penelitian ini terbanyak dengan kategori buruk yaitu sebanyak 23 responden (53,5%).

3. Bivariat

Pengukuran tingkat pengetahuan terhadap perilaku konsumsi makanan pada pasien diabetes melitus tipe II diperoleh dengan memberikan kuesioner kepada responden dengan hasil pengukuran dapat dilihat pada tabel berikut ini :

Tabel 4.4
Hasil Pengukuran Tingkat Pengetahuan dan Perilaku Konsumsi Makanan pada Pasien Diabetes Melitus tipe II di Puskesmas Lendah 2 Kulon Progo

Tingkat Pengetahuan	Perilaku Konsumsi Makanan				Total		Korelasi Chi Square
	Baik		Buruk		F	%	
	F	%	F	%			
Baik	2	4,7%	0	0,0%	2	4,7%	P = 0,027
Cukup	14	32,6%	10	23,3%	24	55,8%	
Kurang	4	9,3%	13	30,2%	17	39,5%	
Jumlah	20	46,5%	23	53,5%	43	100,0%	

Berdasarkan 4.4 dapat didapatkan bahwa seseorang yang memiliki tingkat pengetahuan yang cukup dapat memiliki perilaku konsumsi makanan yang baik. Hal ini ditunjukkan tingkat pengetahuan cukup dengan perilaku konsumsi makanan baik memiliki 14 responden (32,6%). Tingkat pengetahuan baik dengan perilaku konsumsi makanan baik 2 responden (4,7%). Tingkat pengetahuan kurang dengan perilaku konsumsi makanan baik 4 (9,3%). Tingkat pengetahuan cukup dengan perilaku konsumsi makanan buruk 10 responden (23,3%), dan tingkat pengetahuan kurang dengan perilaku konsumsi makanan buruk yaitu 13 responden (30,2%) Berdasarkan *p value* ada hubungan antara tingkat pengetahuan dengan perilaku konsumsi makanan dengan nilai *p value* (0,027).

PEMBAHASAN

1. Tingkat pengetahuan

Mayoritas pasien diabetes melitus tipe II yang memiliki tingkat pengetahuan kategori terbanyak dengan kategori cukup yaitu 24 responden (55,8%). Sedangkan kategori baik 2 responden (4,7%) dan kategori kurang terdapat 17 responden (39,5%). Merujuk pada tabel 4.2 maka dapat disimpulkan mayoritas pasien diabetes melitus tipe II memiliki tingkat pengetahuan terbanyak dengan kategori cukup. Hal ini dipengaruhi oleh pendidikan terbanyak dari responden yaitu SD sebanyak 29 responden. Tingkat pendidikan memiliki pengaruh terhadap kejadian DM. Orang dengan tingkat pendidikan tinggi biasanya akan memiliki kesadaran dalam menjaga kesehatannya. Meningkatnya tingkat pendidikan akan meningkatkan kesadaran untuk hidup sehat dan memperhatikan pola makan. Pada individu yang pendidikannya rendah mempunyai resiko kurang memperhatikan pola makan serta apa yang harus dilakukan dalam mencegah DM (Notoatmodjo, 2011).

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Bertalina, 2016) dengan judul hubungan pengetahuan terapi diet dengan indeks glikemik bahan makanan yang dikonsumsi pasien diabetes mellitus tipe II di Poli Penyakit Dalam RSUD Dr. H. Abdul Moeloek Provinsi Lampung memberikan hasil bahwa pengetahuan pasien tentang pengelolaan DM sangat penting untuk mengontrol kadar glukosa darah. Penderita DM yang mempunyai pengetahuan cukup tentang diabetes, kemudian selanjutnya mengubah perilakunya, akan dapat mengendalikan kondisi penyakitnya sehingga dapat hidup lebih lama. Pengetahuan responden yang baik tentang terapi diet DM di tandai dengan pada saat dilakukan wawancara banyak responden yang telah mengerti tentang prinsip dan bagaimana penatalaksanaan diet untuk pasien DM, seperti mengenai jumlah makanan, jenis makanan dan jadwal makan yang dianjurkan terutama mengenai bahan-bahan makanan apa saja yang dapat menaikkan kadar gula dengan cepat dan sebaliknya.

2. Perilaku konsumsi makanan

Perilaku konsumsi makanan pada pasien diabetes melitus tipe II mempunyai kategori terbanyak dengan kategori buruk yaitu 23 responden (53,5%), sedangkan pada kategori baik yaitu 20 responden (46,5%). Merujuk pada tabel 4.3 maka dapat disimpulkan mayoritas responden diabetes melitus mempunyai perilaku konsumsi makanan buruk. Hal ini dipengaruhi oleh jenis kelamin terbanyak dari responden yaitu perempuan sebanyak 33 responden, dikarenakan kebiasaan perempuan yang suka mengkonsumsi makanan-makanan yang mengandung coklat, gula, dan jajanan-jajanan siap saji, hal ini menyebabkan peningkatan kadar gula darah pada perempuan yang lebih beresiko dibanding laki-laki akibat pola makan yang tidak baik.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Hilda, 2017) dengan judul hubungan antara penanganan diabetes melitus: edukasi dan diet terhadap komplikasi pada pasien diabetes melitus tipe 2 di Poliklinik RSUP Dr. Hasan Sadikin Bandung memberikan hasil bahwa nilai $p= 0,008 (<0,05)$ hal ini menunjukkan bahwa orang yang mempunyai pola makan baik berisiko 4 kali untuk berhasil dalam pengelolaan DM tipe 2 dibandingkan dengan yang tidak baik dan secara statistik bermakna dalam mengkonsumsi jumlah kalori seperti kurang atau berlebih akan memberikan dampak pada penderita DM. Apabila konsumsi kalori kurang, maka penderita DM akan mudah mengalami penurunan berat badan karena tidak terpenuhinya kebutuhan energi. Sebaliknya, konsumsi

kalori yang tinggi akan meningkatkan kadar glukosa dalam darah sehingga akan menambah beban glukosa darah penderita DM. Diet diabetes mellitus merupakan cara yang dilakukan oleh penderita mencegah komplikasi yang lebih berat, serta memperbaiki kebiasaan makan untuk mendapatkan kontrol metabolisme yang lebih baik dengan cara menurunkan kadar gula darah mendekati normal dengan menyeimbangkan asupan makanan (Hilda, 2017).

3. Hubungan Tingkat Pengetahuan dengan Perilaku Konsumsi Makanan

Tabel 4.4 menunjukkan bahwa responden yang memiliki tingkat pengetahuan cukup dan memiliki perilaku konsumsi makanan baik sebanyak 14 responden (32,6%). Hasil penelitian ini menunjukkan hasil uji statistik *Chi Square* diperoleh nilai p value $0,027 < 0,05$ yang berarti terdapat korelasi ada hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan dengan perilaku konsumsi makanan di wilayah kerja Puskesmas Lendah 2 Kulon Progo. Hal ini menandakan bahwa semakin tinggi frekuensi pendidikan maka semakin baik frekuensi tingkat pengetahuan yang berhubungan dengan perilaku konsumsi makanan. Begitu juga sebaliknya semakin rendah frekuensi pendidikan maka semakin kurang frekuensi tingkat pengetahuan yang berhubungan dengan perilaku konsumsi makanan.. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Muhasidah, 2017) yaitu semakin baik tingkat pengetahuan penderita diabetes melitus maka semakin baik perilaku konsumsi makanan.

Salah satu yang menjadi masalah pada penanggulangan diabetes mellitus yaitu rendahnya tingkat pengetahuan, dalam hal ini tingkat pengetahuan akan mempengaruhi pola makan yang dapat menyebabkan peningkatan kadar gula dalam darah, untuk itu salah satu upaya yang dapat dilakukan yaitu dengan memperbaiki pola makan melalui pemilihan makanan yang tepat. Pengetahuan pasien tentang diabetes melitus merupakan sarana yang dapat membantu penderita menjalankan penanganan diabetes sehingga semakin banyak dan semakin baik pasien DM mengetahui tentang diabetes mellitus serta mengubah perilakunya, akan dapat mengendalikan kondisi penyakitnya (Muhasidah, 2017).

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Fitriani *et al.*, 2022) dengan judul hubungan tingkat pengetahuan dan pengaruh media sosial dengan perilaku konsumsi makanan berisiko diabetes melitus memberikan hasil bahwa ada hubungan tingkat pengetahuan dengan perilaku konsumsi makanan berisiko diabetes melitus. Responden yang sering mengkonsumsi makanan berisiko DM didominasi responden dengan tingkat pengetahuan rendah (70,4%) dibanding responden dengan tingkat pengetahuan tinggi (43,5%). Kurangnya pengetahuan terkait batas aman konsumsi makanan berisiko DM menyebabkan lebih banyak penderita memiliki perilaku konsumsi makanan berisiko DM (56,1%). Pada penelitian ini ketahui hanya sedikit responden yang mengetahui batas aman konsumsi gula (30,1%), garam (44,8%) dan lemak (21,6%) dalam satu hari. Rendahnya pengetahuan akan hal tersebut membuat lebih banyak penderita memiliki perilaku konsumsi makanan berisiko DM yang melebihi batas aman yang ditentukan. Seseorang yang memiliki cukup pengetahuan mengenai makanan yang memicu timbulnya DM dan batas aman untuk mengkonsumsinya dapat mempengaruhi perilaku dalam menentukan jenis dan jumlah makanan yang akan dikonsumsi (Fitriani *et al.*, 2022).

SIMPULAN DAN SARAN

1. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian, analisis data, dan pembahasan yang telah dilakukan maka dapat disimpulkan bahwa :

- a. Mayoritas responden dalam penelitian ini mempunyai tingkat pengetahuan cukup yaitu sebanyak 24 responden (55,8%).
- b. Responden dalam penelitian ini sebagian besar mempunyai perilaku konsumsi makanan buruk sebanyak 23 responden (53,5%).
- c. Terdapat hubungan antara tingkat pengetahuan dengan perilaku konsumsi makanan pasien diabetes melitus tipe II di Puskesmas Lendah 2 Kulon Progo, dengan *p value* 0,027.

2. Saran

Berdasarkan hasil penelitian tersebut, maka peneliti memberikan saran sebagai berikut :

- a. Bagi Responden
Bagi pasien diabetes melitus tipe II khususnya di wilayah kerja Puskesmas Lendah 2 Kulon Progo disarankan untuk dapat meningkatkan pengetahuannya sehingga menjadikan perilaku konsumsi makanan lebih baik.
- b. Bagi Puskesmas
Pada petugas kesehatan disarankan untuk memberikan edukasi atau pendidikan kesehatan tentang penyakit diabetes melitus, mengidentifikasi perilaku makanan yang dapat meningkatkan kadar gula darah, karena sangat berpengaruh dalam perilaku konsumsi makanan agar menjadi baik.
- c. Bagi Peneliti Selanjutnya
Peneliti selanjutnya diharapkan dapat meneliti faktor-faktor lain yang dapat mempengaruhi perilaku konsumsi makanan, sehingga dapat diketahui faktor mana yang sangat berpengaruh terhadap perilaku seseorang dalam mengkonsumsi makanan.
- d. Bagi Tenaga Kesehatan
Memberikan edukasi kepada pasien mengenai pentingnya menjaga gula darah agar menghindari terjadinya komplikasi pasien dan perilaku konsumsi makanan pasien tetap baik. Memperhatikan keluhan-keluhan yang disampaikan oleh pasien dan upaya untuk mengatasinya.

DAFTAR PUSTAKA

- Afriyani, Suriadi, & Righo, A. (2020). Media Edukasi yang Tepat pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Terhadap Kepatuhan Diet: Literature Review. *Jurnal Proners*, 5(2), 1–10. <https://doi.org/10.16285/j.rsm.2007.10.006>
- Agustin, L. A. (2019). *Hubungan Resiliensi Dengan Perilaku Perawatan Diri Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Di Wilayah Kerja Puskesmas Summersari Kabupaten Jember*. Universitas Jember.
- Arief, M. H. (2020). *Penerapan Diet 3J Untuk Mengontrol Kadar Glukosa Darah Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2*. Universitas Muhammadiyah Magelang.
- Arifin, N. A. W. (2021). Hubungan Pengetahuan Pasien Diabetes Mellitus Tipe II Dengan Praktik Perawatan Kaki Dalam Mencegah Luka Di Wilayah Kelurahan Cengkareng Barat. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah Bengkulu*, 9(1), 1–10.
- Arisandi, W., Djamaluddin, A., & Permatasari, A. (2020). Hubungan Perilaku Diet Dengan Kadar Gula Darah Pada Lansia Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 Di Wilayah Kerja Puskesmas Rawat Inap Sukoharjo Kabupaten Pringsewu Tahun

2020. *Jurnal Ilmu Kesehatan Indonesia (JIKMI)*, 1(2), 1–8.
- Asyumdah. (2020). *Analisis Pengaruh Pola Konsumsi Makan, Status Gizi dan Faktor Genetik Terhadap Kejadian Diabetes Mellitus Tipe II di Kabupaten Kulon Progo D.I Yogyakarta*. Universitas Negeri Semarang.
- Audina, M., Maigoda, T. C., & W, T. W. (2018). Status Gizi, Aktivitas Fisik dan Asupan Serat Berhubungan dengan Kadar Gula Darah Puasa Penderita DM Tipe 2. *Jurnal Ilmu Dan Teknologi Kesehatan*, 6(1), 59–71.
- Badegeil, Y. A. (2020). *Pengaruh Konsumsi Pangan Terhadap Kadar Gula Darah pada Pasien Diabetes Mellitus di Klinik Asri Wound Care Center Medan*. Universitas Sumatera Utara.
- Bertalina, B., & Aindyati, A. (2016). Hubungan Pengetahuan Terapi Diet dengan Indeks Glikemik Bahan Makanan yang Dikonsumsi Pasien Diabetes Mellitus. *Jurnal Kesehatan*, 7(3), 377. <https://doi.org/10.26630/jk.v7i3.219>
- Brunner, & Suddarth. (2013). *Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah Edisi 8 volume 2*. EGC.
- Imelda, S. (2019). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Terjadinya diabetes Melitus di Puskesmas Harapan Raya Tahun 2018. *Scientia Journal*, 8(1), 28–39. <https://doi.org/10.35141/scj.v8i1.406>
- Istiqomah. (2021). Pendamping dan Penyuluhan Pasien DM Tipe 2 di Posbindu PTM Telaga Murni Cikarang Barat Dalam Upaya Meningkatkan Perilaku Manajemen Diri Diabetes Mellitus. *Jurnal Penelitian Dan Pengabdian Masyarakat*, 1(6), 215–223. <https://doi.org/10.36418/comserva.v1i6.33>
- Juwariyah, T., & Priyanto, A. (2018). Hubungan Tingkat Pengetahuan dengan Perilaku Pencegahan Kekambuhan Luka Diabetik. *Jurnal Ners Dan Kebidanan (Journal of Ners and Midwifery)*, 5(3), 233–240. <https://doi.org/10.26699/jnk.v5i3.art.p233-240>
- Muhasidah, Hasani, R., Indirawaty, & Majid, N. W. (2017). Hubungan Tingkat Pengetahuan, Sikap Dan Pola Makan Dengan Kadar Gula Darah Pada Penderita Diabetes Mellitus Di Wilayah Kerja Puskesmas Sudiang Kota Makassar. *Jurnal Media Keperawatan: Politeknik Kesehatan Makasar*, 8(2), 23–30. <https://doi.org/10.32382/jmk.v8i2.453>
- Pemerintah Kota Yogyakarta. (2020). *Peraturan Walikota Yogyakarta No 154 Tahun 2020*. Pemerintah Kota Yogyakarta.
- PERKENI. (2015). *Pengelolaan dan Pencegahan Diabetes Melitus Tipe 2 di Indonesia*. Perkumpulan Endokrinologi Indonesia.
- World Health Organization. (2019). *Classification of Diabetes Mellitus (Edisi 2019)*. World Health Organization. https://doi.org/10.5005/jp/books/12855_84