

Asuhan Keperawatan pada Tn.S dengan Diagnosis Diabetes Melitus Melalui Intervensi Edukasi Diet

Nur Millah Tsariy, Noor Diani

Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Kedokteran, Universitas Lambung Mangkurat, Jl. Ahmad Yani KM. 36
Banjarbaru, 70714

Email korespondensi: noor.diani@ulm.ac.id

ABSTRAK

Latar Belakang: Diabetes Melitus adalah penyakit metabolik dimana kadar gula darah tinggi karena ketidaknormalan sekresi insulin, fungsi insulin atau keduanya. Penerapan diet merupakan salah satu komponen utama dalam keberhasilan penatalaksanaan diabetes, namun seringkali menjadi kendala dalam pelayanan diabetes karena dibutuhkan kepatuhan dan motivasi dari pasien sendiri. Pengetahuan pasien merupakan sarana yang penting untuk membantu menangani diabetes itu sendiri, sehingga semakin banyak dan semakin baik pengetahuannya, maka semakin baik pula dalam menangani diet diabetes melitus. **Tujuan:** Memberikan asuhan keperawatan yang tepat pada klien dengan diabetes melitus. **Metode:** Metode penelitian dengan observasional deskriptif dengan desain penelitian studi kasus dan metode pengumpulan data menggunakan lembar asesmen keperawatan Gordon dan kuesioner pengaturan diet dengan melakukan wawancara, observasi, dan pemeriksaan fisik, analisis data, penegakan diagnosis, intervensi, implementasi berupa pendidikan kesehatan, serta evaluasi. **Hasil dan Pembahasan:** Setelah dilakukan pendidikan kesehatan 1x pertemuan, dan 6 hari dilakukan monitor kadar glukosa darah, masalah dapat teratasi dengan bertambahnya tingkat pengetahuan dan kepatuhan diet serta berkurangnya kadar glukosa darah. Edukasi diet menambah pengetahuan dan kepatuhan penderita diabetes mellitus dalam menjalani diet dimana komunikasi petugas kesehatan dengan melalui edukasi dalam bentuk ceramah dapat meningkatkan kepatuhan pasien diabetes. Semakin sering seseorang mendapat penyuluhan, maka semakin baik pula perilakunya. **Kesimpulan:** Edukasi diet dapat meningkatkan pengetahuan dan kepatuhan penderita diabetes mellitus dalam menjalani diet.

Kata-Kata Kunci: Diabetes Melitus, Diabetes, Edukasi Diet

ABSTRACT

Background: Diabetes Mellitus is a metabolic disease characterized by high blood glucose levels or what is commonly referred to as hyperglycemia caused by abnormal insulin secretion, insulin function or a combination of both. The application of diet is one of the main components in the success of diabetes management, but it is often an obstacle in diabetes services because it requires compliance and motivation from the patient himself. Patient knowledge about diabetes mellitus is an important tool to help treat diabetes itself, so the more and better the knowledge about diabetes, the better in dealing with diabetes mellitus diet. **Purpose:** Provide appropriate nursing care to clients with diabetes mellitus. **Method:** The research method is descriptive observational with a case study research design and data collection methods using Gordon's nursing assessment sheet and diet management questionnaire by conducting interviews, observations, and physical examinations, data analysis, diagnosis, intervention, implementation in the form of health education, and evaluation. **Result & Discuss:** After 1 meeting of health education was conducted, and 6 days of monitoring blood glucose levels, the problem could be resolved by increasing the level of knowledge and dietary compliance and reducing blood glucose levels. Diet education increases the knowledge and compliance of people with diabetes mellitus in undergoing diet where communication by health workers through education in the form of lectures can increase the compliance of diabetes patients. The more often a person gets counseling, the better his behavior will be. **Conclusion:** Diabetes Diet education can increase the knowledge and compliance of people with diabetes mellitus in dieting.

Keywords: Diabetes Mellitus, Diabetes, Diet Education

Cite this as: Tsariy, Nur Millah., Diani, Noor. Asuhan Keperawatan pada Tn.S dengan Diagnosis Diabetes Melitus Melalui Intervensi Edukasi Diet. Nerspedia. 2023;5(2): 129-134

PENDAHULUAN

Diabetes mellitus merupakan suatu penyakit pada system metabolik dengan tanda di mana keadaan kadar glukosa di dalam darah tinggi atau yang biasa disebut dengan istilah hiperglikemia yang diakibatkan karena ketidaknormalan sekresi insulin, insulin yang tidak berfungsi, atau pun gabungan dari keduanya (1). Perubahan pada gaya hidup berdampak terhadap perubahan pola penyakit yang terjadi pada masyarakat, salah satunya adalah diabetes mellitus (2).

International Diabetes Federation (IDF) mencatat sampai saat ini setiap 8 detik terdapat orang di dunia yang meninggal dunia yang diakibatkan oleh diabetes mellitus. Jumlah diabetes mellitus di dunia terus menerus terjadi peningkatan yaitu menjadi 425 juta orang pada tahun 2017 dan Indonesia merupakan Negara yang menduduki peringkat keenam sebagai negara terbesar penderita diabetes mellitus dengan jumlah penderita diabetes melitusnya sebanyak 10,3 juta orang setelah negara China, India, Unisoviet, Brazil, dan Mexico (3). Provinsi Kalimantan Selatan mengalami kenaikan jumlah penderita diabetes mellitus dengan total penderita diabetes melitus mulai dari sebanyak 11.009 orang pada tahun 2016 kemudian menjadi sebanyak 41.117 orang pada tahun 2017 yang menduduki peringkat ketiga dari penyakit yang terbanyak di provinsi Kalimantan Selatan dan sebanyak 341 orang meninggal dunia pada tahun 2017 yang diakibatkan oleh diabetes (4).

Diet merupakan mengonsumsi makanan dan/atau minuman serta memilih makanan dan/atau minuman dengan memperhatikan

komposisi makanan dan/minuman tersebut supaya seimbang dan sesuai dengan yang dibutuhkan oleh tubuhnya. Diet dilakukan dengan tujuan untuk mengelola supaya konsumsi makanan dan/atau minuman yang diasup oleh seseorang tidak berlebihan mau pun kekurangan, tepat, serta seimbang (5). Diet bukan hanya dilakukan oleh orang yang sehat saja, akan tetapi diet biasanya juga dilakukan oleh pasien yang mengidap penyakit tertentu. Salah satunya adalah diet yang dilakukan oleh orang yang memiliki penyakit diabetes mellitus (6).

Pencegahan yang dapat dilakukan supaya kondisi kesehatan penderita diabetes mellitus tidak memburuk salah satunya adalah dengan membuat perubahan pada gaya hidup pasien, seperti meningkatkan pengaturan dalam diet yang dijalannya (7). Pengetahuan pasien mengenai diabetes melitus merupakan sarana yang sangat penting untuk membantu mengatasi diabetes mellitus itu sendiri. Sehingga semakin banyak atau pun semakin baik pengetahuannya tentang diabetes melitus, maka akan semakin baik juga dalam melakukan pengelolaan diet diabetes melitus (8).

Hasil pengkajian dengan salah satu warga yang mengalami penyakit diabetes mellitus, didapatkan data bahwa klien mengatakan bosan dengan makanan yang dikonsumsi sehari-hari karena itu-itu saja. Klien mengatakan didiagnosis mengidap penyakit diabetes mellitus sejak bulan September 2021. Klien mengatakan mampu menghabiskan obat yang diberikan oleh mantri dan untuk makanan, klien mengatakan sangat menjaga makanan yang dikonsumsi seperti makan dengan nasi

dari beras merah dengan lauk kentang rebus dan ikan yang juga direbus. Klien mengatakan juga mengkonsumsi roti gandum tanpa selai sebagai makanan selingan. Saat dilakukan pengkajian yang pertama didapatkan hasil GDS: 300 mg/dl. Kemudian saat dilakukan pengkajian yang kedua didapatkan hasil GDS: 171 mg/dl. Berdasarkan uraian di atas, penulis tertarik untuk menerapkan intervensi keperawatan berupa edukasi diet dengan metode 3J untuk mengontrol kadar glukosa darah klien yang didukung dengan media berupa poster.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan desain studi kasus, melalui metode pendekatan asuhan keperawatan komprehensif yang meliputi pengkajian, penegakan diagnosa keperawatan, perencanaan, implementasi, dan evaluasi keperawatan. Pertemuan yang dilakukan terdiri dari 8 pertemuan yaitu 2 kali pengkajian dan 6 kali implementasi yang dilakukan selama 6 hari berturut-turut. Studi kasus dilakukan kepada Tn. S dengan diagnosis diabetes melitus. Klien bekerja sebagai peternak sapi. Di desa tempat klien tinggal terdapat fasilitas pelayanan kesehatan berupa 1 buah puskesmas, 1 buah poslindes yang ditempati oleh bidan desa, dan 1 buah tempat praktek mantri. Peneliti mendapatkan data-data pasien melalui wawancara, observasi, dan pemeriksaan fisik. Peneliti telah mendapatkan izin dari pasien untuk melakukan asuhan keperawatan.

Intervensi utama yang dilakukan yaitu edukasi diet untuk meningkatkan pengetahuan dan kepatuhan klien dalam menjalani diet diabetesi. Edukasi diet dilakukan selama 1 kali pertemuan yaitu pada hari kedua yang sebelumnya pada hari

pertama telah dilakukan pre tes dengan kuesioner pengaturan diet. Kemudian pada hari ketiga sampai keenam dilakukan monitor kadar gula darah. Saat hari keenam dilakukan post tes dengan menggunakan kuesioner yang sama dan didapatkan peningkatan pengetahuan serta kepatuhan klien dalam menjalani diet untuk diabetesi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil pengkajian yang didapatkan melalui wawancara, observasi, dan pemeriksaan fisik didapatkan data yaitu inisial Tn. S berusia 65 tahun, beragama islam dan bersuku banjar sehingga bahasa sehari-hari yang digunakan di rumah adalah bahasa banjar. Tn. S memiliki pendidikan terakhir sederajat SMA, dan saat ini kegiatan yang sering dilakukan adalah mencari rumput dan memberi makan sapi. Berdasarkan hasil pengkajian, Tn. S mengeluh sering merasa bosan pada makanannya karena itu-itu saja. Berdasarkan hasil pemeriksaan kadar glukosa darah didapatkan hasil 300 mg/dl dan pemeriksaan tanda-tanda vital didapatkan hasil tekanan darah 168/96 mmHg, nadi 99x/ menit, nafas 20x/ menit, berat badan 55 kg, dan tinggi badan 160 cm. Hasil kadar glukosa darah Tn. S menunjukkan adanya hiperglikemi.

Riwayat penyakit terdahulu, Tn. S mengatakan sebelum didagnosis diabetes mellitus dirinya memiliki penyakit hipertensi. Tn. S rutin memeriksakan kadar gula darahnya di tempat praktek mantri. Tn. S dalam kesehariannya mengkonsumsi nasi dari beras merah dengan lauk kentang sebagai makanan utama dan roti gandum sebagai makanan selingan. Sebelum terdiagnosis diabetes melitus Tn. S sering mengkonsumsi mie instan dengan nasi dan sangat suka minum yang manis-manis. Hal

inilah yang memicu diabetes melitus pada Tn. S. Tn. S mengatakan sudah tidak berani lagi mengkonsumsi yang demikian dan hanya berani mengkonsumsi yang aman bagi penderita diabetes melitus. Berdasarkan pengkajian tersebut maka dapat ditegaskan dua diagnosis yaitu resiko ketidakstabilan kadar glukosa darah berhubungan dengan diabetes melitus dan kesiapan meningkatkan pengetahuan.

Intervensi keperawatan yang dilakukan untuk mengatasi kedua diagnosis tersebut adalah dengan pendidikan kesehatan berupa edukasi diet dengan media poster. Tingkat pengetahuan dan kepatuhan diet pasien diukur menggunakan kuesioner pengaturan diet. Dalam kuesioner tersebut terdapat pilihan jawaban berupa selalu, sering, jarang, dan tidak pernah. Tingkat pengetahuan dan kepatuhan awal klien saat dilakukan pre tes dengan kuesioner tersebut sudah lumayan baik. Setelah dilakukan implementasi edukasi diet 3J selama 1 kali pertemuan dan dilakukan monitor kadar glukosa darah selama 6 hari berturut-turut, dari hasil post tes dengan kuesioner yang sama didapatkan peningkatan pengetahuan dan kepatuhan diet serta terjadi penurunan kadar glukosa darah. Sesuai dengan penelitian oleh Restuning, yang mengatakan bahwa pemberian edukasi diet berpengaruh bermakna terhadap kepatuhan pengaturan diet pada pasien Diabetes Melitus tipe 2.

Edukasi memiliki peranan yang sangat besar dalam membentuk kesadaran bagi pasien diabetes mellitus akan pentingnya pola makan yang sehat. Diperlukan perhatian khusus untuk membantu pasien diabetes mellitus dalam mengelola pola makannya. Komunikasi petugas kesehatan dengan melalui Edukasi Diabetes dalam bentuk ceramah dapat meningkatkan kepatuhan

pasien diabetes. Semakin sering seseorang mendapat penyuluhan, maka semakin baik pula perilakunya (9).

Pengetahuan adalah salah satu faktor yang berperan penting dalam mempengaruhi perilaku penderita diabetes melitus, perilaku yang dilakukan dengan dasar pengetahuan akan lebih mudah dalam pelaksanaannya daripada perilaku yang dilakukan dengan tidak melibatkan pengetahuan. Salah satu cara yang dilakukan guna mencegah terjadinya diabetes melitus adalah dengan diterapkannya diet diabetes melitus, walaupun masih banyak penderita diabetes melitus yang tidak patuh dalam melaksanakan diet. tingkat pengetahuan yang rendah akan dapat mempengaruhi pola makan yang salah sehingga menyebabkan obesitas, yang akhirnya mengakibatkan kenaikan kadar glukosa darah (10).

Pendidikan kesehatan yang diberikan melalui media poster. Poster merupakan lembaran kertas dengan ukuran tertentu yang berisi tulisan dan gambar. Kelebihan poster sendiri yaitu tahan lama, mencakup banyak orang, biaya tidak begitu mahal dapat dibawa dengan mudah, tidak memerlukan listrik, mudah dipahami dan dapat meningkatkan gairah belajar (11).

Pemilihan intervensi ini tidak terlepas dari berbagai penelitian yang telah membuktikan jika pendidikan kesehatan tentang edukasi diet efektif untuk meningkatkan pengetahuan dan kepatuhan penderita diabetes mellitus dalam mengatur pola makan sehingga kadar gula darah penderita diabetes melitus dapat terkontrol. Setelah implementasi pendidikan kesehatan pada Tn. S didapatkan hasil meningkatnya pengetahuan dan kepatuhan klien dalam menjalani diet. Sebagai tindak lanjut dari tindakan keperawatan, Tn. S

dianjurkan untuk menjalani diet 3J dan rutin memeriksakan kadar gula darahnya di puskesmas atau pelayanan kesehatan lain.

KETERBATASAN

Peneliti menyadari bahwa dalam pelaksanaan penelitian terdapat keterbatasan yang dapat memengaruhi proses penelitian. Keterbatasan dalam penelitian ini yaitu saat dilakukan edukasi hanya ada Tn. S di rumahnya. Sehingga keluarga Tn. S tidak bisa ikut mendengarkan.

ETIKA PENELITIAN

Etik yang digunakan dalam penelitian ini meliputi *informed consent* secara lisan dan telah mendapatkan persetujuan dari klien dan keluarganya untuk diberikan asuhan keperawatan. Peneliti menerapkan aspek etika keperawatan berupa *autonomy* yaitu kebebasan pasien untuk memilih, *beneficience* yaitu melakukan tindakan yang bermanfaat untuk klien, dan *non maleficience* yaitu berbuat hal yang tidak merugikan klien.

KONFLIK KEPENTINGAN

Tidak terdapat adanya konflik kepentingan dalam proses penelitian ini. Penelitian dilakukan sesuai dengan prosedur. Penelitian tidak berhubungan dengan kepentingan pihak tertentu atau pihak manapun.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada instansi Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Lambung Mangkurat karena telah memfasilitasi terlaksananya penelitian ini serta instansi terkait lainnya seperti Puskesmas Karang

Intan II dan Kepala Desa Sungai Alang yang telah memberikan izin sehingga penelitian ini dapat dilakukan. Penulis juga mengucapkan terima kasih sebesar-besarnya kepada dosen pembimbing dan penguji yang sangat membantu penulis selama penelitian ini dilakukan.

PENUTUP

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa pemberian pendidikan kesehatan tentang diet 3J dengan media poster efektif untuk meningkatkan pengetahuan dan kepatuhan penderita diabetes mellitus dalam menjalani diet. Terdapat peningkatan pengetahuan dan kepatuhan diet dari hasil kuesioner pre tes dan post tes.

Saran untuk para peneliti dalam bidang sejenis, yang ingin melanjutkan atau mengembangkan penelitian ini yaitu dalam hal jumlah responden. Hendaknya jumlah responden lebih dari satu orang. Selain itu, hendaknya responden juga dibagi dalam kelompok intervensi dan kelompok kontrol.

REFERENSI

1. Hermayudi, dkk. 2017. *Metabolik Endokrin Untuk Mahasiswa Kesehatan dan Umum*. Yogyakarta: Nuha Medika.
2. Gharaibeh, B., & Tawalbeh, L.I. (2018). Diabetes self-care management practices among insulin-taking patients. *Journal of Research in Nursing*, 23 (7), 553–565.
3. International Diabetes Federation (IDF), 2017. *IDF Diabetes Atlas Eighth edition 2017*

4. Dinas Kesehatan Provinsi Kalimantan Selatan. 2018.
5. Setyorini, A. (2017). Stres dan Koping pada pasien dengan DM tipe 2 dalam pelaksanaan manajemen diet di wilayah Puskesmas Banguntapan II Kabupaten Bantul. *Health Sciences and Pharmacy Journal*, 1 (1), 1–9.
6. Andri Waspadji. 2014. Upaya Penanganan dan Perilaku Pasien Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 di Puskesmas Maradekaya Kota Makassar. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Universitas Hasanuddin Makassar*. Makassar.
7. Chatterjee, S., Davies, M. J., Heller, S., Speight, J., Snoek, F. J., & Khunti, K. (2018). Diabetes structured self-management education programmes: a narrative review and current innovations. *The Lancet Diabetes & Endocrinology*, 6 (2), 130–142.
8. Tovar, E.G. Relationships Between Psychosocial Factors and Adherence to Diet and Exercise in Adults with Type 2 Diabetes: A Test of a Theoretical Model. The University of Texas Medical Branch. 2007
9. Amanina A, Raharjo B, Setyo F. Hubungan Asupan Karbohidrat dan Serat dengan Kejadian DM Tipe II di Wilayah Kerja Puskesmas Purwosari. *Univ Muhammadiyah Surakarta*. 2015;1–12.
10. Kerner, W. and Brückel, J. (2014). Definition, Classification and Diagnosis of Diabetes Mellitus. *Exp Clin Endocrinol Diabetes*, 122(07), pp.384-386.
11. Daryanto. Media Pembelajaran. Yogyakarta: Gava Medika. 2012