



TELENURSING DALAM KEPATUHAN MELAKSANAKAN DIET PADA PASIEN DIABETES MELLITUS TIPE 2

Fitria S, Yayat Suryati, Susilawati, Hotma Rumahorbo
Program Studi Keperawatan, STIKES Jendral Achmad Yani Cimahi
fitriasalsaaa@gmail.com

ABSTRAK

Peningkatan jumlah penderita penyakit Diabetes Mellitus Tipe 2 di dunia dan berbagai masalah yang muncul pada penyakit DM Tipe 2 menjadi tantangan bagi perawat untuk meningkatkan kualitas hidup pasien dengan menyediakan asuhan keperawatan yang berkualitas, berfokus pada pasien, dan komprehensif. Terdapat beberapa upaya pencegahan yang dapat dilakukan agar terhindar dari komplikasi penyakit Diabetes Mellitus Tipe 2 yaitu salah satunya dengan perencanaan makan (diet). Penggunaan *telenursing* lebih memudahkan tenaga kesehatan menjangkau pasien dalam mengedukasi sehingga metode ini dapat dilakukan dengan rutin dan dapat meningkatkan kepatuhan serta kemandirian pasien.

Keywords : *Telenursing*, Kepatuhan diet, Diabetes Mellitus Tipe 2

METODE

Pendekatan tinjauan naratif dipilih untuk mensintesis bukti saat ini karena banyaknya literatur tentang *telenursing* dalam kepatuhan melaksanakan diet. Pencarian literatur menyeluruh dilakukan dari *PubMed*, Portal Garuda, *Sinta*, dan *Google Scholar*. Artikel dan daftar referensi dari 2015 hingga 2020 yang menjadi acuan. Jangka waktu ini dipilih berdasarkan keadaan. Strategi pencarian menggunakan penyakit diabetes mellitus tipe 2, *telenursing*, penatalaksanaan dm, perencanaan makan, kepatuhan melaksanakan diet, dan *telenursing* terhadap penurunan kadar glukosa darah. Pencarian terhadap daftar referensi dari semua artikel yang disertakan dan tinjauan sistematis terkait.

Prevalensi Penyakit Diabetes Mellitus dan Penatalaksanaannya

Menurut Perkumpulan Endokrinologi Indonesia (2015) dalam Jumari *et al* (2019) penyakit Diabetes Mellitus menjadi sebuah ancaman kesehatan global dikarenakan prevalensi penderita penyakit DM terus meningkat secara signifikan dari tahun ke tahun. Jumlah pasien DM di wilayah Provinsi

Jawa Barat mengalami peningkatan dari 1,6% menjadi 1,8% terdapat peningkatan sebanyak 0,2% (RISKESDAS, 2018). Menurut Soegondo (2009) dalam Yulianti, Muhaimin, dan Rayasar (2016) terdapat beberapa upaya pencegahan yang dapat dilakukan agar terhindar dari komplikasi penyakit Diabetes Mellitus Tipe 2 yaitu dengan dilakukannya penatalaksanaan Diabetes Mellitus Tipe 2 yang terdiri dari lima pilar yaitu perencanaan makan (diet), pemantauan kadar gula darah (monitoring), latihan jasmani (olahraga), pengobatan medis dengan OHO atau insulin, dan penyuluhan (edukasi). Perencanaan makan (diet) merupakan komponen utama keberhasilan penatalaksanaan DM Tipe 2 (Waspanji, 2009; Een, 2013 dalam Rahayu, 2017).

Pengaturan Makan (Diet) Bagi Penderita DM

Prinsip pengaturan makan pada pasien Diabetes Mellitus hampir sama dengan anjuran makan untuk orang sehat atau masyarakat pada umumnya, yaitu makanan yang bergizi, beragam dan seimbang atau lebih dikenal dengan gizi seimbang. Yang dimaksud makanan dengan gizi seimbang adalah sesuai dengan kebutuhan kalori dan zat gizi masing-masing individu. Hal yang



sangat penting ditekankan adalah pola makan yang disiplin dalam hal jenis makan, Jadwal dan jumlah makanan atau dikenal dengan istilah 3J (Priyoto, 2015 dalam Rahayu, 2017).

Faktor – Faktor yang Mempengaruhi Kepatuhan Diet

Kepatuhan adalah perilaku pasien yang tertuju pada petunjuk atau instruksi yang diberikan dalam bentuk terapi apapun yang telah ditentukan, seperti diet, pengobatan, latihan, atau menepati janji pertemuan dengan tenaga kesehatan (Bragista, Guntur, 2016 dalam Rahayu, 2017). Keberhasilan diet sangat dipengaruhi oleh faktor internal dan faktor eksternal. Faktor penentu keberhasilan diet internal diantaranya adalah sikap dan pengetahuan (Nurhidayat, 2017). Sedangkan keberhasilan pada faktor eksternal diantaranya dukungan keluarga, dukungan sosial dan dukungan petugas kesehatan. Hal tersebut diperjelas oleh adanya hasil penelitian yang menunjukkan bahwa sikap, pengetahuan, dukungan keluarga, dan dukungan petugas kesehatan memiliki hubungan dengan kepatuhan diet pada pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 (Nurhidayat, 2017).

Dukungan Tenaga Kesehatan Dalam Kepatuhan Melaksanakan Diet

Dukungan tenaga kesehatan dapat mempengaruhi perilaku kepatuhan diet penderita Diabetes Mellitus Tipe 2. Tenaga kesehatan seperti perawat berperan sebagai edukator dengan melakukan *caring* serta memberikan informasi yang tepat pada penderita Diabetes Mellitus Tipe 2, memberikan pendidikan kesehatan terkait pencegahan agar tidak terjadi komplikasi yang berlanjut, dan memberikan pendidikan kesehatan tentang bagaimana pengelolaan Diabetes Mellitus Tipe 2 yang benar salah satunya dengan pengaturan diet sehingga dapat memotivasi, menumbuhkan semangat hidup dan menjadi salah satu *support system* bagi penderita Diabetes Mellitus Tipe 2

(Ilmah, Rochmah, 2015 dalam Dwi, Rahayu, 2020).

Telenursing Sebagai Media Pemberian Edukasi Dalam Pelaksanaan Diet

Menurut Wikipedia (2011) dalam Padila *et al* (2018) *telenursing* merupakan sebuah sistem pemberian pelayanan keperawatan yang memberikan dampak efektif kepada pasien, dimana sistem ini membuat pasien lebih mudah untuk mendapatkan informasi pelayanan keperawatan serta dapat meningkatkan pengetahuan dan kemampuan pasien untuk merawat dirinya sendiri. Menurut Scotia (2017) dalam Fadhila, Afriani (2020) teknologi yang dapat digunakan dalam *telenursing* sangat bervariasi meliputi via *telephone*, *smartphone*, komputer, *audio* dan *video conferencing*, *Personal digital assistants*.

Pengaruh Telenursing Dalam Kepatuhan Melaksanakan diet

Penelitian Fernando, Smith dan Ruston (2012) dalam Mustika, Prapti, dan Kamayani (2017) menyatakan bahwa *telenursing* memiliki potensi untuk merevolusi penyediaan pelayanan kesehatan dengan meningkatkan akses bagi pasien dengan penyakit kronis salah satunya pada penyakit Diabetes Mellitus Tipe 2, meningkatkan efisiensi, dan mengurangi biaya perawatan kesehatan.

Menurut penelitian Mustika, Prapti, dan Kamayani (2017) dengan menggunakan *telenursing* intervensi menjadi lebih mudah diterima dan efisien terhadap waktu dan tempat. Serta penggunaan *telenursing* lebih memudahkan tenaga kesehatan menjangkau pasien dalam mengedukasi sehingga metode ini dapat dilakukan dengan rutin dan dapat meningkatkan kepatuhan serta kemandirian pasien.

Temuan Utama

Penelitian tentang *telenursing* dalam kepatuhan melaksanakan diet telah menunjukkan bahwa kepatuhan diet merupakan salah satu



penatalaksanaan dari 5 pilar yang harus diterapkan guna terkontrolnya kadar glukosa darah serta untuk mencegah terjadinya komplikasi penyakit. Dalam artikel ini, menyajikan gambaran umum prevalensi, penatalaksanaan penyakit DM, faktor – faktor yang mempengaruhi kepatuhan diet, definisi dan pengaruh *telenursing* dalam kepatuhan melaksanakan diet pada pasien DM Tipe 2. serta Ada beberapa batasan utama terkait penelitian yang meneliti *telenursing* dalam kepatuhan melaksanakan diet diantaranya yaitu mayoritas studi memiliki ukuran sampel yang terbatas, mayoritas studi tidak dapat mengendalikan faktor internal dari responden yaitu seperti faktor penggunaan obat-obatan yang dimiliki oleh responden. Penelitian selanjutnya harus memperhatikan sampel dan faktor internal dari kepatuhan diet.

KESIMPULAN

Ada banyak hal yang harus dipelajari mengenai kepatuhan diet pada pasien DM Tipe 2 yang diberikan edukasi melalui *telenursing*, termasuk penatalaksanaannya, dan parameter atau tolak ukur dalam kepatuhan melaksanakan diet.

DAFTAR PUSTAKA

- Dwi, Rahayu S. (2020). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kepatuhan Diet Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe II.
- Fadhila, Afriani. (2020). Penerapan *Telenursing* dalam Pelayanan Kesehatan: *Literature Review*.
- Grustam, Severens, Massari, Buyukkaramikli, Koymans, Vrijhoef. (2020). Cost-Effectiveness Analysis in Telehealth: A Comparison between Home Telemonitoring, Nurse Telephone Support, and Usual Care in Chronic Heart Failure Management.
- Kusnanto, Widyanata, Suprajitno, Arifin. (2019). DM-calendar app as a diabetes self-management education on adult type 2 diabetes mellitus: a randomized controlled trial.
- Mustika, Prapti, Kamayani. (2017). Pengaruh *Telenursing* terhadap Manajemen Nutrisi pada Pasien Dengan Penyakit Kronis Yang Pernah Dirawat Di Ruang Mawar Dan Ruang Ratna Rsup Sanglah Denpasar.
- Najafi, Shaabani, Momennassab, Aghasadeghi. (2016). *The Nurse-Led Telephone Follow-Up on Medication and Dietary Adherence among Patients after Myocardial Infarction: A Randomized Controlled Clinical Trial*.
- Nurhidayat I. (2017). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan kepatuhan Penatalaksanaan Diet Diabetes Melitus Pada Pasien Diabetes Melitus.
- Padila et al. (2018). *Home Visit Berbasis sistem Informasi manajemen telenursing*.
- Patimah, Nugraha, Wahyudi, Susyanti, Listyorini. (2018). *Effect of Telenursing and Diabetes Self-Management Education Towards Fasting Blood Glucose in type 2 diabetes mellitus*.
- Rahayu Nuning. (2017). Hubungan Kepatuhan Diet Diabetes Mellitus dengan Tingkat Kadar Gula Darah pada Pasien Diabetes Mellitus Di Klinik Penyakit Dalam Rsuddr. Sayidiman Magetan.
- Ridwan, Barri, Nizami. (2018). Efektivitas diabetes self Management education melalui Sms Terhadap Pengetahuan penderita Diabetes Mellitus: A Pilot Study.
- Riset Kesehatan Dasar. (2018). Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan RI.
- Shahsavari, Bavarsad. (2020). Is Telenursing an Effective Method to Control BMI and HbA1c in Illiterate Patients Aged 50 Years and Older With Type 2 Diabetes? A Randomized Controlled Clinical Trial.
- Yulianti, Muhaimin, Rayasari. (2016). Efektivitas *Telenursing* dan *Activity Daily Living Report* terhadap Kadar Gula Darah Pada Klien Dm Tipe Ii Di Puskesmas Kampung Baru Luwuk Kabupaten Banggai.