



Jurnal Anoa Keperawatan Mandala Waluya
 DOI: <https://doi.org/10.54883.jakmw.v4i2.1068>
 ISSN: 2809-6762
<http://ejournal.umw.ac.id/jakmw>



Hubungan Tingkat Kepatuhan Mengikuti Program Prolanis Dengan Pengetahuan Pola Makan Pasien Diabetes Melitis Tipe 2 Di Wilayah Kerja Puskesmas Kabila

Ahmad Jibran¹, Zainuddin^{2*}, Sitti Fatimah M. Arsyad³

¹Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Negeri Gorontalo

^{2,3}Jurusan Ilmu Keperawatan Universitas Negeri Gorontalo

ABSTRAK

Diabetes tipe 2 (DMT2) merupakan gangguan metabolik yang kompleks ditandai dengan peningkatan kadar gula darah, yang terjadi karena produksi insulin yang tidak mencukupi. Beberapa faktor yang mempengaruhi (DMT2) meliputi gaya hidup seperti kurangnya aktivitas fisik dan pola makan tinggi gula serta lemak jenuh. Untuk mencegah komplikasi lebih lanjut dari (DMT2), pemerintah telah melakukan upaya penanganan dengan meluncurkan program prolanis melalui BPJS, yang fokus pada edukasi kesehatan, khususnya pola makan yang baik. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Hubungan Tingkat Kepatuhan Mengikuti Program Prolanis Terhadap Pengetahuan Pola Makan Pasien DMT2 di wilayah kerja Puskesmas kabila. Populasi dalam penelitian ini berjumlah 292, sampel sebanyak 72 responden di tentukan megunakan teknik *purposive sampling*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari total 72 responden, Dalam kepatuhan dikategorikan patuh sebanyak 60 orang responden (83,3%), kategori tidak patuh berjumlah 12 orang responden (16,7%). tingkat pengetahuan pola makan pasien DMT2 pada kategori baik berjumlah 60 orang responden (83,3%), dan pada kategori buruk berjumlah 12 orang responden (16,7%). Berdasarkan Uji *chi square* diperoleh *p-value* sebesar $0.000 < 0.0$ menunjukan ada hubungan tingkat kepatuhan mengikuti prolanis dengan pengetahuan pola makan pasien diabetes melitus.

Kata kunci: Pengetahuan, Prolanis, Pola Makan, Diabetes

The Relationship Between Compliance with the Prolanis Program and Dietary Knowledge in Type 2 Diabetes Mellitus (T2DM) Patients at the Kabila Health Center Work Area

ABSTRACT

Type 2 diabetes mellitus (T2DM) is a complex metabolic disorder characterized by elevated blood glucose levels due to insufficient insulin production. Major risk factors for T2DM include unhealthy lifestyle habits, such as lack of physical activity and diets high in sugar and saturated fats. To prevent further complications, the government, through BPJS, launched the Chronic Disease Management Program (Prolanis), which focuses on health education, particularly regarding healthy eating habits.

This study aims to examine the relationship between compliance with the Prolanis program and dietary knowledge among T2DM patients in the Kabila Health Center work area. The study population consisted of 292 patients, with a sample of 72 respondents selected using *purposive sampling*.

The results showed that out of 72 respondents, 60 (83.3%) were categorized as compliant with the program, while 12 (16.7%) were non-compliant. Regarding dietary knowledge, 60 respondents (83.3%) had good knowledge, and 12 respondents (16.7%) had poor knowledge. Based on the Chi-square test, a *p-value* of $0.000 (< 0.05)$ was obtained, indicating a significant relationship between compliance with the Prolanis program and dietary knowledge among T2DM patients.

Keywords: Type 2 Diabetes Mellitus, Prolanis Program, Compliance, Dietary Knowledge, Primary Health Center

Penulis Korespondensi :

Zainuddin

State University of Gorontalo

E-mail : zainuddin.rama@ung.ac.id

No. Hp : 085299745343

PENDAHULUAN

Diabetes tipe 2 (DMT2) didefinisikan sebagai suatu gangguan metabolik yang kompleks yang ditandai dengan adanya peningkatan kadar gula darah, yang terjadi karena ketidakmampuan tubuh untuk menggunakan insulin secara efektif atau produksi insulin yang tidak mencukupi (WHO, 2022).

International Diabetes Federation (IDF), mengkonfirmasi bahwa Diabetes termasuk salah satu di antara kegawatdaruratan kesehatan global dengan pertumbuhan paling cepat di abad ke-21 ini. Dalam beberapa tahun terakhir mencapai angka setengah miliar manusia, atau tepatnya 537 juta orang, dan jumlah ini diproyeksikan akan mencapai 643 juta pada tahun 2030, dan 783 juta pada tahun 2045 (IDF, 2021).

Fakta dan angka DM tersebut menunjukkan meningkatnya beban global bagi individu, keluarga, dan negara. IDF (2021) melaporkan bahwa 10,5% dari populasi dewasa (usia 20-79 tahun) menderita diabetes, dan hampir setengahnya tidak menyadari bahwa mereka mengidap kondisi tersebut. Pada tahun 2045, proyeksi IDF menunjukkan bahwa 1 dari 8 orang dewasa, sekitar 783 juta, akan hidup dengan diabetes, peningkatan sebesar 46%. Lebih dari 90% penderita DM menderita (DMT2), yang disebabkan oleh faktor sosial-ekonomi, demografi, lingkungan, dan genetik (IDF, 2024).

Berdasarkan Data dari (IDF) tahun 2024 mencatat bahwa lebih dari 96 juta orang dewasa di Asia Tenggara hidup dengan diabetes mellitus (DM), dengan sebagian besar adalah diabetes tipe 2 (DMT2). India memiliki jumlah penderita terbanyak, lebih dari 77 juta, diikuti oleh Indonesia dengan sekitar 19,5 juta kasus. Indonesia merupakan negara dengan jumlah DM tertinggi di Asia Tenggara, dan diperkirakan jumlah ini akan meningkat menjadi 28,6 juta pada tahun 2045. Menurut Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018, prevalensi DM di Indonesia adalah 10,9%, yang kini naik menjadi 11,7% pada tahun 2023.

Dinas Kesehatan Provinsi Gorontalo menunjukkan data bahwa selama 3 tahun terakhir prevalensi kasus DM di Provinsi Gorontalo terjadi peningkatan yang sangat signifikan. Berdasarkan data terbaru pada 2023 mencapai 23.950 pasien. Kabupaten Bone Bolango menduduki peringkat pertama dari seluruh kabupaten yang berada di Provinsi Gorontalo yaitu sebanyak 5.684 pasien. Menurut data Dinas Kesehatan Kabupaten Bone Bolango pada tahun 2023, jumlah pasien DM tertinggi berada di Puskesmas Kabila sebanyak 644 pasien, dengan 292 pasien diantaranya telah terdaftar mengikuti program prolanis berdasarkan data dari Puskesmas Kabila.

Beberapa faktor yang mempengaruhi (DMT2) meliputi genetika, obesitas, dan gaya hidup. Riwayat keluarga dengan DM dapat meningkatkan risiko seseorang mengembangkan penyakit ini, sementara kelebihan berat badan, terutama di area perut, merupakan salah satu faktor risiko utama. Gaya hidup yang tidak sehat, termasuk kurangnya aktivitas fisik dan pola makan tinggi gula serta lemak jenuh, juga berkontribusi pada perkembangan DM. Selain itu, usia menjadi faktor penting, dengan risiko yang meningkat seiring bertambahnya usia, terutama setelah 45 tahun. Kondisi kesehatan lain, seperti tekanan darah tinggi dan kolesterol tinggi, serta masalah tidur seperti *sleep apnea*, dapat menambah risiko (DMT2) (Rahmadina *et al.*, 2022).

Gejala yang muncul, seperti rasa haus yang berlebihan, peningkatan frekuensi buang air kecil, dan kelelahan, sering kali menunjukkan bahwa tubuh sudah mulai mengalami gangguan metabolisme akibat faktor-faktor tersebut. Mengelola faktor-faktor risiko ini melalui perubahan gaya hidup yang sehat sangat penting untuk mencegah atau mengelola (DMT2) sebelum gejala-gejala tersebut menjadi lebih parah (Nur Alamsyah *et al.*, 2021).

Selain itu komplikasi yang muncul akibat meningkatnya gejala-gejala tersebut seperti rasa lelah yang berlebihan sering kali muncul karena tubuh kesulitan menggunakan glukosa sebagai sumber energi. Penglihatan kabur juga dapat terjadi akibat perubahan kadar gula, sementara luka atau infeksi cenderung lambat sembuh. Penderita juga mungkin mengalami kesemutan atau mati rasa akibat kerusakan saraf. Oleh

karena itu, penting untuk mengenali gejala-gejala ini dan segera berkonsultasi dengan dokter untuk diagnosis dan penanganan yang tepat (Nur Alamsyah *et al.*, 2021).

Untuk mencegah komplikasi lebih lanjut dari (DMT2), pemerintah telah melakukan upaya penanganan dengan meluncurkan program prolanis melalui BPJS, yang fokus pada edukasi kesehatan, khususnya pola makan yang baik. Program ini mencakup konsultasi medis rutin di Fasilitas Kesehatan Tingkat Pertama (FKTP), edukasi kelompok, serta kunjungan rumah untuk memberikan informasi kepada peserta dan keluarga. Skrining kesehatan dilakukan setiap enam bulan untuk mencegah komplikasi. Program ini juga menyediakan akses obat, dalam beberapa kasus, pengantaran obat ke rumah pasien. Dukungan sosial dari Klub Prolanis membantu peserta dalam kepatuhan pengobatan dan perubahan gaya hidup sehat (Feby Febriany, 2023).

Dengan mengikuti program Prolanis pasien dapat meningkatkan pengetahuan pola makan dari pasien, sehingga pasien diabetes dapat memahami dan menjaga pola makan sehat untuk mengelola kadar gula darah dan kesehatan secara keseluruhan. Program ini mengajarkan pemilihan karbohidrat sehat (nasi merah, oatmeal) dan pembatasan karbohidrat sederhana (gula, minuman manis). Mengontrol porsi dengan piring kecil dan makan lebih sering juga dianjurkan. Pasien disarankan mengonsumsi banyak sayuran, buah-buahan, biji-bijian utuh, serta protein rendah lemak seperti ikan dan ayam tanpa kulit, sambil menghindari daging olahan. Lemak sehat seperti minyak zaitun dan alpukat dianjurkan, sementara lemak trans dan jenuh harus dibatasi. Hidrasi yang cukup dan jadwal makan teratur penting untuk kestabilan gula darah, dan mengurangi garam serta gula tambahan dapat mendukung kesehatan jantung. Dengan mengikuti pola makan ini, pasien dapat lebih baik mengelola kondisi mereka (Rahmadina *et al.*, 2022).

Berdasarkan uraian di atas maka penulis tertarik melakukan penelitian dengan judul "Hubungan Tingkat Kepatuhan Mengikuti Program Prolanis Terhadap Pengetahuan Pola Makan pasien Diabetes Melitus Tipe 2 DI Wilayah Kerja Puskesmas Kabila".

METODE PENELITIAN

Penelitian ini dilaksanakan di Puskesmas Kabila yang beralamatkan Kel. Oluhuta, Kec. Kabila, Kab. Bone Bolango. Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan *Purposive sampling* dengan populasi 72 responden dan untuk sampel dalam penelitian ini sebanyak 292 orang. Instrumen dalam penelitian ini menggunakan kuesioner.

HASIL DAN PEMBAHASAN

HASIL

1. Karakteristik Responden

a. Umur

Distribusi responden berdasarkan umurnya dijabarkan pada tabel berikut:

Tabel 1 karakteristik responden berdasarkan usia

Usia	Frekuensi (n)	Persentase(%)
30 tahun-39 tahun	1	1,4
40 tahun-49 tahun	9	12,5
50 tahun-59 tahun	18	25,0
60 tahun-69 tahun	31	43,1
70 tahun-79 tahun	11	15,3
80 tahun-90 tahun	2	2,8
Total	72	100,0

Sumber: Data Primer, 2025

Berdasarkan tabel 1 diperoleh distribusi responden berdasarkan usia pada tabel berikut ini, mayoritas responden banyak berada pada rentang usia 60 – 69 tahun yaitu sebanyak 31 responden (43,1) sementara responden yang paling sedikit berada dalam rentan usia 30 – 39 tahun yaitu 1 responden (1,4).

b. Jenis Kelamin

Tabel 2 Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin.

Jenis Kelamin	Frekuensi (n)	persentase (%)
Perempuan	61	84,7
Laki-laki	11	15,3
Total	72	100,0

Sumber: Data Primer, 2025

Berdasarkan tabel 2, diperoleh distribusi responden berdasarkan jenis kelamin pada tabel berikut ini, yaitu responden berjenis kelamin perempuan berjumlah 61 orang (42,4%) dan responden yang berjenis kelamin laki – laki berjumlah 11 orang responden (15,3%). Hal ini menunjukkan bahwa responden penderita diabetes melitus tipe 2 di wilayah kerja puskesmas kabila di didominasi oleh perempuan.

c. Pendidikan Terakhir

Tabel 3 Karakteristik Responden Berdasarkan Pendidikan Terakhir

Pendidikan	Frekuensi (n)	Persentase (%)
SD	51	70,8
SMP	6	8,3
SMA	14	19,4
Sarjana	1	1,4
Total	72	100,0

Sumber: Data Primer, 2025

Berdasarkan 3 yang dilakukan, diperoleh distribusi responden berdasarkan pendidikan terakhir pada tabel berikut ini, dengan pasien yang pendidikan terakhir SD berjumlah 51 orang pasien (70,8%), pasien dengan pendidikan SMP berjumlah 6 orang pasien (8,3%), pasien dengan pendidikan SMA berjumlah 14 orang pasien (19,4%), dan pasien dengan pendidikan terakhir Sarjana berjumlah 1 orang pasien (1,4%).

d. Pekerjaan

Tabel 4 Karakteristik Responden Berdasarkan Pekerjaan

Pekerjaan	Frekuensi (n)	Persentase (%)
IRT	64	88,9
Petani	6	8,3
Berdagang	2	2,8
Total	72	100,0

Sumber: Data Primer, 2025

Berdasarkan tabel 4, diperoleh distribusi responden berdasarkan jenis kelamin pada tabel berikut ini, dengan mayoritas pekerjaan yaitu IRT berjumlah 64 orang responden (88,9%), yang bekerja sebagai Petani berjumlah 6 orang responden (8,3%), dan yang berprofesi sebagai pedagang berjumlah 2 orang responden (2,8%).

e. Status Pernikahan

Tabel 5 Karakteristik Responden Berdasarkan Status Pernikahan

Status Pernikahan	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Menikah	61	84,7
Janda	8	11,1
Duda	3	4,2
Total	72	100,0

Sumber: Data Primer, 2025

Berdasarkan tabel 5, diperoleh distribusi responden berdasarkan status pernikahan pada tabel berikut ini, yaitu responden yang paling banyak mengikuti kegiatan prolanis adalah responden dengan status menikah sebanyak 61 orang responden (84,7%) dan jumlah responden dengan statu pernikahan paling rendah yakni duda sebanyak 3 orang responden (4,3%).

f. Lama Menderita DM

Tabel 6 Karakteristik Responden Berdasarkan Lama Menderita DM.

Lama Menderita	Frekuensi (n)	Persentase (%)
<5 Tahun	55	76,4
5 Tahun-10 Tahun	15	20,8
10> tahun	2	2,8
Total	72	100,0

Sumber: Data Primer, 2025

Berdasarkan tabel 6, diperoleh distribusi responden berdasarkan lama menderita DM pada tabel berikut ini, yakni responden dengan waktu menderita DM paling lama adalah 10> tahun dengan jumlah responden sebanyak 2 orang responden (2,8%) dan responden dengan waktu paling singkat <5 tahun dengan jumlah responden sebanyak 55 orang responden (76,4%).

g. Komplikasi

Tabel 7 Karakteristik Responden Berdasarkan Komplikasi

Komplikasi	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Hipertensi	40	55,6
Kesemutan	28	38,9
Gangguan Penglihatan	1	1,4
Kesemutan dan G. Penglihatan	2	2,8
G. ginjal dan Kesemutan	1	1,4
Total	72	100,0

Sumber: Data Primer, 2025

Berdasarkan tabel 7, diperoleh distribusi responden berdasarkan komplikasi pada tabel berikut ini, yakni responden dengan komplikasi terbanyak adalah hipertensi yang berjumlah 40 responden (55,6%) , dan komplikasi paling rendah yaitu gangguan ginjal dan kesemutan berjumlah 1 responden (1,4%).

2. Analisis Univariat**a. Tingkat Kepatuhan Mengikuti Program Prolanis Pada Pasien Diabetes Di Peskesmas Kabila**

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan diperoleh distribusi responden berdasarkan tingkat

kepatuhan mengikuti prolanis pada pasien DMT2 yakni sebagai berikut.

Tabel 1 distribusi variabel tingkat kepatuhan pasien DMT2

Kepatuhan	Jumlah (n)	Presentase (%)
Patuh	60	83,3
Tidak Patuh	12	16,7
Total	72	100

Sumber: Data Primer, 2025

Berdasarkan penelitian yang dilakukan, diperoleh distribusi variabel tingkat kepatuhan pasien DMT2 pada tabel diatas menunjukkan bahwa kepatuhan pasien diabetes melitus pada kategori patuh yakni berjumlah 60 orang responden (83,3%), kategori kurang patuh berjumlah 12 orang responden (16,7%).

1. Pengetahuan pola makan pasien DMT2 di puskesmas kabila

Tabel 2 distribusi variabel pengetahuan pola makan pasien DMT2

Pengetahuan Pola Makan	Jumlah (n)	Presentase (%)
Baik	60	83,3
Buruk	12	16,7
Total	72	100

Sumber: Data Primer, 2025

Berdasarkan penelitian yang dilakukan, diperoleh distribusi variabel pengetahuan pola makan pasien DMT2 pada tabel di atas menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan pola makan pasien DMT2 pada kategori baik berjumlah 60 orang responden (83,3%), dan pada kategori buruk berjumlah 12 orang responden (16,7%).

2. Analisis Bivariat

a. Hubungan tingkat kepatuhan mengikuti program prolanis dengan pengetahuan pola makan pasien diabetes melitus tipe 2 diwilayah kerja puskesmas kabila

Tabel 3 Hubungan Tingkat Kepatuhan Mengikuti Program Prolanis Dengan Pengetahuan Pola Makan Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Diwilayah Kerja Puskesmas Kabila.

Kepatuhan	Pengetahuan				Hasil Uji Statistik <i>P-value</i>		
	Baik		Buruk				
	N	%	N	%	N	%	
Baik	59	98,3	1	1,7	60	100	0,000
Buruk	1	1,7	11	91,7	12	100	
Total					72	100	

Sumber: Data Primer, 2025

Berdasarkan tabel 3 didapatkan hasil analisa data dengan *chi square* didapatkan *p-value* (0,000) lebih kecil dari $\alpha = 0,05$ atau *p-value* < nilai α sehingga dapat disimpulkan H1 diterima, artinya ada hubungan Hubungan tingkat kepatuhan mengikuti program prolanis dengan pengetahuan pola makan pasien diabetes melitus tipe 2 diwilayah kerja puskesmas kabila.

PEMBAHASAN

1. Tingkat kepatuhan pasien diabetes melitus mengikuti prolanis di wilayah kerja puskesmas kabila

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan pada 72 responden, sebanyak 60 orang (83,3%) termasuk dalam kategori patuh, 12 orang (16,7%) tidak patuh. Dari hasil penelitian didapatkan dari 60 responden (83,3%) termasuk dalam kategori patuh hal ini menunjukkan sebagian masyarakat yang menderita diabetes di wilayah kerja puskesmas Kabila memiliki kepatuhan dalam mengikuti kegiatan prolanis.

Adapun berdasarkan hasil penelitian responden dengan tingkat kepatuhan tinggi (kategori patuh) menyatakan bahwa mereka sering mengikuti kegiatan *Prolanis* serta rutin menjalankan diet diabetes sesuai dengan edukasi yang diterima. Mereka juga rajin melakukan aktivitas fisik dan pemeriksaan kesehatan secara berkala. Selama mengikuti kegiatan *Prolanis*, para responden menerima berbagai informasi dari petugas terkait manajemen penyakit diabetes melitus, yang turut membantu meningkatkan pemahaman dan kepatuhan mereka terhadap pengobatan. Hal ini sesuai dengan teori yang dikemukakan oleh Stenley (2007) dalam (Wijayanti et al., 2022), yang menyatakan bahwa kepatuhan merupakan tingkat perilaku pasien dalam mengikuti instruksi atau petunjuk yang diberikan oleh tenaga kesehatan, instruksi ini mencakup berbagai bentuk terapi seperti diet, latihan fisik, pengobatan, serta kehadiran pada janji temu dengan dokter.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan (Yulianti & Anggraini, 2020) yang mendapatkan hasil bahwa dari 67 responden 55 diantaranya (79,7%) patuh dalam mengikuti kegiatan Prolanis. Penelitian ini menjelaskan keberhasilan suatu program dipengaruhi oleh kepatuhan penderita Diabetes Mellitus dalam melaksanakan terapi. Kepatuhan merupakan kemampuan seseorang untuk tetap melaksanakan tindakan terapi yang telah diberikan oleh penyedia layanan kesehatan.

Dari hasil penelitian didapatkan dari 12 responden (16,7%) termasuk dalam kategori tidak patuh hal ini dapat dilihat dari hasil kuesioner dimana responden menyatakan kadang menghadiri kegiatan prolanis, kadang menjalankan diabetes pada kegiatan prolanis juga jarang melaksanakan pemeriksaan dan pengobatan diabetes.

Hal ini sejalan dengan penelitian (Andoko et al., 2020) dimana dari hasil penelitiannya didapatkan 25 responden (54,3%) yang tidak patuh dalam mengikuti prolanis. Faktor-faktor yang mempengaruhi ketidakpatuhan ini dapat dilihat dari karakteristik responden, dalam penelitian ini menunjukkan responden yang tidak patuh ada pada usia lanjut. Dalam hal ini, ketidakpatuhan terhadap program Prolanis berisiko pada pengendalian penyakit yang tidak optimal, yang dapat berdampak langsung pada peningkatan komplikasi jangka panjang diabetes.

2. Tingkat pengetahuan pola makan pasien diabetes melitus

Berdasarkan hasil penelitian diperoleh tingkat pengetahuan pola makan pasien DMT2 pada kategori baik berjumlah 60 orang responden (83,3%) dimana para responden sudah mengetahui definisi dari pola makan yang merupakan suatu sistem kompleks yang mengatur jenis, jumlah, dan frekuensi makanan yang dikonsumsi dalam periode tertentu. Responden juga sudah mengetahui kebiasaan selalu mengonsumsi makan makanan kecil/ngemil adalah kebiasaan yang tidak baik bagi penderita DM dan mengonsumsi minuman beralkohol dapat memperburuk penyakit DM.

Hal ini sejalan dengan Teori Konstruktivisme dalam (Ulya, 2024) yang menyatakan bahwa pengetahuan tidak diperoleh secara pasif, melainkan dibentuk secara aktif melalui pengalaman dan interaksi sosial. Dalam konteks hasil penelitian, sebanyak 83,3% responden memiliki pengetahuan yang baik tentang pola makan sehat bagi penderita Diabetes Melitus Tipe 2. Pengetahuan ini tidak semata-mata diperoleh dari informasi satu arah, tetapi merupakan hasil dari proses belajar aktif melalui edukasi Prolanis. Edukasi Prolanis yang melibatkan tenaga kesehatan dan diskusi kelompok pasien menciptakan lingkungan belajar sosial yang mendukung pengembangan pengetahuan dalam zona perkembangan proksimal pasien.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Lutfiawati (2021) dimana sebagian besar responden mempunyai tingkat pengetahuan tentang pola makan yaitu sebanyak 36 orang (50.0%).

Berdasarkan hasil penelitian responden dengan pengetahuan pola makan yang buruk berjumlah 12 orang responden (16,7%). Dimana responden tidak mengetahui mengonsumsi makanan cepat saji, minuman bersoda, sirup dan minuman manis secara berlebihan dapat meningkatkan gula darah. Adapun pengetahuan tentang pola makan yang buruk ini dapat dilihat dari karakteristik responden dimana sebagian besar responden yang memiliki pengetahuan buruk berada pada tingkat pendidikan akhir Sekolah Dasar. Hal ini sejalan dengan penelitian (Andoko *et al.*, 2020) menunjukkan bahwa individu dengan pendidikan tinggi cenderung memiliki tingkat motivasi yang lebih tinggi untuk memahami dan mengatasi masalah yang mereka anggap penting, seperti kesiapsiagaan bencana. Mereka lebih proaktif dalam mencari Informasi. Hal ini sejalan juga dengan penelitian (Martanti *et al.*, 2024) didapatkan bahwa responden yang memiliki pengetahuan pola makan buruk sebanyak 4 (3,8%) responden dari 42 responden.

3. Hubungan Tingkat Kepatuhan Mengikuti Program Prolanis Dengan Pengetahuan Pola Makan Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Di Wilayah Kerja Puskesmas Kabila

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan didapatkan tingkat kepatuhan mengikuti program prolanis baik dengan pengetahuan pola makan baik sebanyak 59 responden (98,3%). Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari total 72 responden, yang mengikuti program prolanis secara rutin sebanyak 60 orang (83,3%) termasuk dalam kategori patuh dan memiliki pengetahuan yang baik terkait pola makan. Responden juga melakukan pola makan yang sehat sesuai arahan yang diberikan oleh perawat, responden melakukan aktifitas fisik namun sedikit terbatas karena keadaan fisik yang dirasakan. Penelitian oleh (Yulianti & Anggraini, 2020) menunjukkan bahwa tingkat kepatuhan pasien berada pada kategori sedang. Meskipun pasien mengalami sedikit hambatan dalam melakukan aktivitas fisik sehari-hari, mereka tetap mengikuti anjuran diet yang telah disampaikan melalui program Prolanis. Penelitian ini juga sejalan dengan pendapat (Hijriyati *et al.*, 2023), yang menyatakan bahwa kepatuhan mencerminkan perilaku seseorang dalam menjalankan instruksi seperti mengonsumsi obat, mengikuti pola makan tertentu, atau melakukan perubahan gaya hidup.

Peneliti berpendapat bahwa responden dengan kategori patuh dengan pola makan yang baik berjumlah 60 orang bisa mengatur pola makannya tetapi masih sering tergoda dengan keinginan untuk mengonsumsi makanan favorit yang tidak dianjurkan, rasa bosan terhadap menu yang monoton, serta kesulitan beradaptasi dengan kebiasaan makan baru yang lebih ketat.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan didapatkan tingkat kepatuhan mengikuti program prolanis baik namun pengetahuan pola makan buruk sebanyak 1 responden (1,7%). Tingginya tingkat kepatuhan peserta dalam mengikuti Program Pengelolaan Penyakit Kronis (Prolanis) namun rendahnya pengetahuan mengenai pola makan merupakan fenomena yang cukup sering ditemui di fasilitas pelayanan kesehatan tingkat pertama. Kepatuhan terhadap program seperti Prolanis tidak selalu berbanding lurus dengan tingkat pengetahuan peserta mengenai aspek-aspek kesehatan tertentu, dalam hal ini pola makan. Hal ini dapat dijelaskan dalam penelitian (Andriani, 2023) yang menyimpulkan bahwa meskipun edukasi memiliki dampak terhadap peningkatan pengetahuan dan kebiasaan makan, keberhasilannya sangat tergantung pada metode penyampaian, frekuensi, dan interaksi dua arah antara tenaga kesehatan dan peserta.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan didapatkan tingkat kepatuhan mengikuti program prolanis buruk dengan pengetahuan pola makan baik sejumlah 1 responden (1,7%). Prolanis (Program Pengelolaan Penyakit Kronis) merupakan inisiatif BPJS Kesehatan untuk meningkatkan kualitas hidup pasien penyakit kronis seperti diabetes melitus dan hipertensi melalui pendekatan proaktif, edukatif, dan preventif. Dalam implementasinya, ditemukan beberapa kasus di mana peserta memiliki pengetahuan gizi

yang baik, namun tingkat kepatuhan dalam mengikuti kegiatan Prolanis justru rendah. Fenomena ini menunjukkan adanya “*knowledge-behavior gap*” atau kesenjangan antara pengetahuan dan tindakan, yang kerap dijumpai dalam upaya perubahan perilaku kesehatan. Meskipun memiliki pemahaman mengenai pentingnya diet sehat, tidak semua individu memiliki motivasi internal yang cukup kuat untuk mematuhi program secara konsisten. Menurut (Margaretha, 2024), peserta Prolanis dengan pengetahuan baik tetap memiliki tingkat kepatuhan rendah karena merasa tidak termotivasi untuk menjalani pola hidup sehat secara terus-menerus.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan didapatkan tingkat kepatuhan mengikuti program prolanis buruk dengan pengetahuan pola makan buruk sebanyak 11 responden (91,7%). dalam beberapa studi ditemukan bahwa sebagian besar peserta tidak hanya tidak patuh mengikuti kegiatan Prolanis, tetapi juga memiliki pengetahuan yang rendah mengenai pola makan sehat. Banyak peserta Prolanis, terutama lansia, berasal dari latar belakang pendidikan rendah. hal ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Suwaediman, 2023) bahwa hal ini juga berdampak pada kemampuan mereka dalam memahami informasi kesehatan, termasuk pentingnya pola makan sehat. Kurangnya literasi gizi membuat mereka tidak tahu makanan apa yang perlu dibatasi atau ditingkatkan.

Kepatuhan pasien diabetes mellitus untuk mengikuti kegiatan prolanis di wilayah kerja puskesmas kabila sangat berhubungan dengan pengetahuan pola makan pasien karena semakin patuh pasien mengikuti prolanis maka semakin baik pengetahuan pola makan pasien . Pada kegiatan prolanis banyak hal yang bisa didapatkan oleh pasien DM diantaranya adalah pemeriksaan kesehatan sehingga pasien dapat mengetahui kondisi kesehatannya seperti tekanan darah, berat badan dan gula darah. Pasien juga mendapatkan informasi terkait pola makan atau diet diabetes serta diberikan obat-obatan maupun suntikan untuk menurunkan kadar gula darah. Jika pasien rutin mengikuti kegiatan prolanis dan patuh terhadap edukasi yang disampaikan petugas prolanis maka akan semakin baik pengetahuan pola makan pasien DM.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang di lakukan Nalole *et al.*, (2021) peserta yang memiliki pengetahuan gizi yang baik lebih cenderung untuk rutin menghadiri kegiatan Prolanis, mematuhi anjuran tenaga kesehatan mengenai asupan makanan, serta menerapkan pola makan yang seimbang dalam kehidupan sehari-hari. Berdasarkan temuan ini, dapat disimpulkan bahwa semakin tinggi pengetahuan seseorang mengenai gizi, semakin tinggi pula kepatuhannya dalam mengikuti program Prolanis. Dalam hal ini pasien DM diwilayah kerja puskesmas kabila. Hal ini sejalan dengan penelitian yang di lakukan oleh Nugraheni dan Sari (2021) peserta yang memiliki pengetahuan gizi yang baik lebih cenderung untuk rutin menghadiri kegiatan Prolanis, mematuhi anjuran tenaga kesehatan mengenai asupan makanan, serta menerapkan pola makan yang seimbang dalam kehidupan sehari-hari. Berdasarkan temuan ini, dapat disimpulkan bahwa semakin tinggi pengetahuan seseorang mengenai gizi, semakin tinggi pula kepatuhannya dalam mengikuti program Prolanis. Dalam hal ini dapat disimpulkan bahwa pasien DM diwilayah kerja puskesmas kabila memiliki tingkat kepatuhan yang tinggi dan pengetahuan pola makan baik pula. Dari hasil analisa *chi square* menunjukkan bahwa tingkat signifikan yang dapat dilihat dari *p value* sebesar $0.000 < 0.05$ dan pembahasan diatas peneliti berasumsi ada hubungan tingkat kepatuhan mengikuti prolanis dengan pengetahuan pola makan pasien diabetes melitus di wilayah kerja puskesmas Kabila.

KESIMPULAN

Berdasarkan penelitian dan pembahasan dapat ditetapkan kesimpulan sebagai berikut :

1. Pasien DMT2 yang mengikuti program prolanis di puskesmas kabila sebagian besar patuh.
2. Pasien DMT2 yang mengikuti program prolanis di puskesmas kabila sebagian besar memiliki pengetahuan pola makan yang baik.

Ada hubungan tingkat kepatuhan mengikuti program prolanis dengan pengetahuan pola makan pasien DMT2 di wilayah kerja puskesmas kabila.

TUCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan limpah terimakasih kepada Puskesmas kabila kabupaten Bone Bolango yang telah memfasilitasi penulis dalam melakukan penelitian. penulis juga mengucapkan terimakasih kepada Prodi ilmu Keperawatan yang telah memberikan dukungan kepada penulis dalam membuat publikasi ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Andoko, Isnainy, U., & Irianto, M. Yanuar. (2020). *Hubungan Tingkat Kepatuhan Mengikuti Program Prolanis Terhadap Penurunan Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Mellitus Di Upt Puskesmasbiha Kabupaten Pesisir Barat*. 2, 505–514.
- Andriani, R. (2023). Pendidikan Kesehatan Pada Wanita Usia Subur Dalam Mempersiapkan Kehamilan Sehat (Fisik, Psikis, Dan Spiritual). *Khidmah*, 5(2), 170–176. <https://doi.org/10.52523/Khidmah.V5i2.456>
- Dewi, R., & Rahmi, H. (2022). Hubungan Kualitas Diet dan Kontrol Kadar Glukosa Darah Pasien DM Tipe 2 Peserta Program Prolanis. *Jurnal Kesehatan*, 13(2), 341–346. <http://ejurnal.stikesprimanusantara.ac.id/%0Ahttp://ejurnal.stikesprimanusantara.ac.id/index.php/JKPN/article/view/646>
- Febby Febriany, F. F. (2023). Kualitas Hidup Peserta Prolanis Diabetes Melitus Tipe II: A Systematic Review. *Jurnal Jaminan Kesehatan Nasional*, 3(2), 56–64. <https://doi.org/10.53756/Jjkn.V3i2.169>
- Hijriyati, Y., Wulandari, N. A., & Sutandi, A. (2023). Analisis Deskriptif: Usia Dan Tingkat Kepatuhan Minum Obat Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2. *Binawan Student Journal (BSJ)*, 5(2), 110–115. <https://journal.binawan.ac.id/index.php/Bsj/Article/View/843>
- Margaretha, K. (2024). Implementasi Program Pengelolaan Penyakit Kronis (Prolanis) Bpjs Kesehatan Di Puskesmas Panglayungan Kota Tasikmalaya Tahun 2023. (*Doctoral Dissertation, Universitas Siliwangi*)., 8–23.
- Martanti, S., Batubara, L., Arsyad, M., Syam, E., & Kunci, K. (2024). Hubungan Tingkat Pengetahuan Gizi Terhadap Pola Perilaku Makan Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Yarsi Angkatan 2023 Dan Tinjauannya Menurut Pandangan Islam The Relationship Between The Level Of Nutritional Knowledge And Eating Behavior Patte. *Medical Journal*, 2(7).
- Nalole, D., Nuryani, Maesarah, & Adam, D. (2021). Gambaran Pengetahuan, Status Gizi, Konsumsi Zat Gizi Dan Kepatuhan Diet Pada Pasien Diabetes Mellitus. *Gorontalo Journal Of Nutrition And Dietetic*, 1(2), 74–81.
- Nur Alamsyah, M., Prajna Suyoso, Y., & Wayan Mertha, I. (2021). Emergency Of Hyperglycemia In Patients With Diabetic Foot, And Diabetic Nephropathy; The Challenge Of Diagnosticand Therapy. *Publikasi Ilmiah Universitas Muhammadiyah Surakarta*, 1403–1411.
- Rahmadina, A., Sulistyaningsih, D. R., & Wahyuningsih, I. S. (2022). Kepatuhan Diet Diabetes Melitus (DM) Dengan Kadar Glukosa Darah Pada Pasien DM Di RS Islam Sultan Agung Semarang. *Jurnal Ilmiah Sultan Agung*, September, 857–868.
- Suwaediman, D. (2023). Peran Penting Keluarga Dalam Menjaga Dan Merawat Individu Yang Mengalami Gangguan Jiwa. *Faletehan Health Journal*, 10(2), 216–221.
- Ulya, Z. (2024). Penerapan Teori Konstruktivisme Menurut Jean Piaget Dan Teori Neuroscience Dalam Pendidikan. *Al-Mudarris: Journal Of Education*, 7(1), 12–23. <https://doi.org/10.32478/Vg1nnv56>
- Widianingtyas, A., Purbowati, M. R., Dewantoro, L., & Mustikawati, I. F. (2021). Hubungan Keikutsertaan Prolanis (Program Pengelolaan Penyakit Kronis) dengan Tingkat Efikasi Diri Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 di Puskesmas 1 Kembaran. *Muhammadiyah Journal of Geriatric*, 1(2), 33. <https://doi.org/10.24853/mujg.1.2.33-39>
- Wijayanti, L. E., Kristianto, P., Damar, P., & Wawan, S. (2022). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kepatuhan Terhadap Pengendalian Intern. *Jurnal Riset Akuntansi Dan Auditing*, 9(3), 15–28. <https://doi.org/10.55963/Jraa.V9i3.485>
- Yulianti, T., & Anggraini, L. (2020). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kepatuhan Pengobatan Pada Pasien Diabetes Mellitus Rawat Jalan Di RSUD Sukohar

