

## **BAB IV**

### **HASIL DAN PEMBAHASAN**

#### **A. Hasil**

Tabel 4.1

Pengukuran GDS setelah pemberian edukasi kepatuhan diet

| Hari/Tanggal               | GDS       |
|----------------------------|-----------|
| Selasa, 19 Agustus<br>2025 | 156 mg/dL |
| Rabu, 20 Agustus<br>2025   | 140 mg/dL |
| Kamis, 21 Agustus<br>2025  | 124 mg/dL |

Gambaran karakteristik pasien dan data-data yang ditetapkan pada saat pengkajian sesuai dengan tahapan rencana penerapan sebagai berikut: Pada pemeriksaan gula darah di puskesmas maccini sawah didapatkan hasil GDS awal 185 mg/dL, Pada hari pertama pemeriksaan GDS menunjukkan hasil 156 mg/dL, pada hari kedua hasil pemeriksaan GDS 140 mg/dL, dan pada hari ketiga pemeriksaan GDS menunjukkan hasil 124 mg/dL.

#### **B. Pembahasan**

Pada pembahasan kasus ini akan membahas tentang adanya kesesuaian antara teori dan hasil dari implementasi yang di analisis yaitu, efektifitas pemberian edukasi kepatuhan diet pada pasien terhadap penurunan glukosa darah dimana implementasi tersebut diharapkan dapat mengurangi atau mengobati penderita diabetes melitus. Pada tahap implementasi keperawatan kepada pasien dengan masalah keperawatan ketidakstabilan kadar glukosa darah yang merupakan diagnosa yang terjadi pada pasien.

Penerapan edukasi kepatuhan diet merupakan salah satu intervensi keperawatan yang terbukti efektif dalam menjaga kestabilan kadar glukosa darah pada pasien diabetes melitus. Edukasi yang diberikan secara terstruktur, berkesinambungan, dan sesuai dengan

tingkat pemahaman pasien mampu meningkatkan kesadaran mengenai pentingnya pemilihan jenis makanan dengan indeks glikemik rendah, pengaturan jumlah porsi, serta keteraturan jadwal makan. Dengan pemahaman yang baik, pasien menjadi lebih patuh dalam menerapkan pola makan sehat, yang berimplikasi pada penurunan kadar glukosa darah dan perbaikan gejala klinis seperti pusing, mudah lelah, dan penurunan nafsu makan. Hal ini menunjukkan bahwa edukasi tidak hanya berperan dalam meningkatkan pengetahuan, tetapi juga memengaruhi perubahan perilaku pasien dalam mengontrol penyakitnya.

Dari hasil pemeriksaan gula darah di Puskesmas Maccini Sawah, didapatkan kadar glukosa awal pasien sebesar 185 mg/dL. Nilai ini menunjukkan adanya hiperglikemia yang salah satunya dipengaruhi oleh ketidakpatuhan dalam pengaturan diet 3J (jenis, jumlah, dan jadwal). Pada hari pertama dilakukan edukasi mengenai kepatuhan diet, hasil pemeriksaan GDS menunjukkan penurunan menjadi 156 mg/dL. Meski sudah ada perbaikan, kadar glukosa masih belum normal. Hal ini dikarenakan pasien belum sepenuhnya konsisten dalam menjalankan diet 3J, terutama pada aspek jumlah porsi makan yang masih berlebih dibandingkan anjuran.

Pada hari kedua, dilakukan pemantauan gula darah, hasil pemeriksaan GDS pasien menunjukkan nilai 140 mg/dL. Angka ini menunjukkan adanya penurunan yang cukup baik dari hari sebelumnya, meskipun masih berada di batas atas normal. Pasien sudah mulai berupaya memperbaiki pola makan dengan memilih jenis makanan yang lebih sehat dan mengurangi asupan tinggi gula, namun masih belum patuh pada jadwal makan karena terkadang menunda waktu makan. Hal ini menjelaskan bahwa meski ada perbaikan, ketidakpatuhan pada salah satu aspek 3J masih menjadi hambatan.

Pada hari ketiga, hasil pemeriksaan GDS menunjukkan nilai 124 mg/dL yang sudah berada dalam rentang normal. Pasien berusaha menjalankan ketiga aspek 3J dengan lebih disiplin. Penurunan ini memperlihatkan perbaikan yang cukup jelas, bahwa kepatuhan diet yang dijalankan dengan benar pada jenis, jumlah, dan jadwal makan dapat

membantu mengendalikan kadar gula darah lebih stabil.

Selain itu, kepatuhan diet yang diperoleh melalui edukasi juga mampu mencegah terjadinya fluktuasi kadar glukosa darah yang berlebihan sehingga mengurangi risiko komplikasi jangka panjang. Dengan demikian, penerapan edukasi kepatuhan diet dapat dianggap sebagai strategi penting dalam manajemen diabetes yang menekankan pemberdayaan pasien untuk berperan aktif dalam menjaga kestabilan kondisi kesehatannya.

Hasil serupa juga yang dilakukan oleh Salma et al., (2020) penelitian Kepatuhan diet pada pasien diabetes melitus merupakan kemampuan menjalankan pola makan yang dianjurkan secara konsisten, meliputi keteraturan waktu makan, pengendalian porsi, pemilihan makanan, serta pembatasan gula sederhana dan lemak jenuh, yang terbukti berhubungan signifikan dengan kadar glukosa darah serta dipengaruhi pula oleh aktivitas fisik dan dukungan keluarga.

Penerapan edukasi kepatuhan diet terbukti memiliki pengaruh yang signifikan terhadap kestabilan kadar gula darah pada pasien diabetes melitus. Hasil penelitian ini didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Azahra dkk., (2025). Menunjukkan bahwa edukasi gizi yang dilakukan secara terstruktur, berulang, dan berbasis kebutuhan pasien mampu menurunkan kadar glukosa darah secara bermakna. Edukasi mengenai pemilihan makanan indeks glikemik rendah, pengaturan jadwal makan, peningkatan asupan cairan serta pencatatan mandiri gula darah dapat menurunkan kadar glukosa. Edukasi ini juga meningkatkan pemahaman pasien terhadap hubungan antara pola makan, aktivitas, dan pengendalian gula darah, serta mendorong kemandirian pasien dalam melakukan monitoring.

Allah SWT berfirman dalam Al-Qur'an, Surah Al-A'raf ayat 31:

﴿يَبْنَیْ ءَادَمَ خُذُوا زِينَتَكُمْ عِنْدَ كُلِّ مَسْجِدٍ وَكُلُوا وَاشْرَبُوا وَلَا تُسْرِفُوا إِنَّهُ لَا يُحِبُّ الْمُسْرِفِينَ﴾  


Artinya : "Makan dan minumlah, tetapi jangan berlebih-lebihan.

Sesungguhnya Allah tidak menyukai orang-orang yang berlebih-lebihan.”

Ayat ini menegaskan bahwa menjaga kesehatan adalah tanggung jawab setiap individu, termasuk mengatur makan dan minum tanpa berlebihan. Dalam penelitian ini, kepatuhan pasien diabetes terhadap diet 3J yaitu jenis, jumlah, dan jadwal makan menjadi wujud nyata dari perintah Allah untuk hidup seimbang. Dengan memilih makanan yang tepat, mengatur porsi, dan memperhatikan waktu makan, pasien berupaya menjaga kestabilan gula darah serta mencegah komplikasi seperti hiperglikemia dan hipoglikemia. Dengan demikian, penerapan diet 3J bukan hanya intervensi medis, tetapi juga praktik nilai Islam yang menekankan keseimbangan dan amanah menjaga tubuh. Perbaikan kondisi pasien menjadi bukti ikhtiar yang selaras dengan prinsip ilahi dalam ayat tersebut.