

Hubungan Diet Dan Aktivitas Fisik Dengan Kejadian *Hospital Readmission* Pada Pasien Diabetes Mellitus

Ayu Sasmita^{1*}, Sri Darmawan², Yusran Haskas³

^{1*}STIKES Nani Hasanuddin Makassar, Jl. Perintis Kemerdekaan VIII, Kota Makassar, Indonesia, 90245

²STIKES Nani Hasanuddin Makassar, Jl. Perintis Kemerdekaan VIII, Kota Makassar, Indonesia, 90245

³STIKES Nani Hasanuddin Makassar, Jl. Perintis Kemerdekaan VIII, Kota Makassar, Indonesia, 90245

Email: penulis-korespondensi: yumisamisasmita@gmail.com/085796309218

(Received: 07.08.2021; Reviewed: 23.01.2022 ; Accepted: 28.02.2022)

ABSTRACT

Diabetes mellitus is a disorder of carbohydrate, protein and fat metabolism caused by an imbalance between available insulin and required insulin. Diabetes mellitus can also be interpreted as a chronic disease which can be characterized by the body's inability to metabolize carbohydrates, fats and proteins resulting in an increase in blood sugar. The purpose of this study was to identify the relationship between diet and physical activity with the incidence of hospital readmission in patients with diabetes mellitus at Ibnu Sina Hospital Makassar. This study used a cross sectional design. Sampling using non-probability sampling technique, obtained 40 respondents. Data was collected using a questionnaire and analyzed by chi square test ($p < 0.05$), as well as univariate and bivariate analysis to see the relationship between each independent variable and the dependent variable. The results of bivariate analysis showed that there was a relationship between diet and hospital readmission ($p = 0.020$), there was a relationship between physical activity and hospital readmission ($p = 0.011$). The conclusion in this study is that there is a relationship between diet and physical activity with the incidence of hospital readmission in people with diabetes mellitus at Ibnu Sina Hospital Makassar City.

Keywords: Diabetes Mellitus; Diet; Physical Activity; Readmission

ABSTRAK

Diabetes mellitus merupakan gangguan metabolisme karbohidrat, protein dan lemak yang diakibatkan karena tidak seimbangnya antara insulin yang tersedia dengan insulin yang dibutuhkan. Diabetes mellitus juga dapat diartikan sebagai penyakit kronik yang dimana dapat dikarakteristikan dengan tidak mampunya tubuh dalam melakukan metabolisme karbohidrat, lemak dan protein sehingga terjadi peningkatan gula dalam darah. Tujuan penelitian ini untuk mengidentifikasi hubungan diet dan aktivitas fisik dengan kejadian *hospital readmission* pada pasien diabetes mellitus di Rumah Sakit Ibnu Sina Makassar. Penelitian ini menggunakan desain *cross sectional*. Pengambilan sampel menggunakan *teknik non probability sampling*, didapatkan 40 responden. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan kuesioner dan dianalisis dengan uji *chi square* ($p < 0,05$), serta analisis univariat dan bivariat untuk melihat hubungan tiap-tiap variabel bebas dan variabel terikat. Hasil analisis bivariat menunjukkan adanya hubungan antara diet dengan *hospital readmission* ($p=0,020$), terdapat hubungan antara aktivitas fisik dengan *hospital readmission* ($p=0,011$). Kesimpulan dalam penelitian ini adalah terdapat hubungan diet dan aktivitas fisik dengan kejadian *hospital readmission* pada penderita diabetes mellitus di Rumah Sakit Ibnu Sina Kota Makassar.

Kata Kunci : Aktivitas Fisik; Diabetes Mellitus; Diet; Readmission

Pendahuluan

Peringkat diabetes mellitus secara global dimana menurut *World Health Organisation* (WHO) dikutip dari jurnal widiastuti tahun 2020 memperkirakan 194 juta atau 5,1% dari 3,8 milyar penduduk dunia usia 20-79 tahun menderita Diabetes Mellitus dan diperkirakan pada tahun 2025 akan meningkat menjadi 333 juta. Ditinjau dari permasalahan global sendiri menyatakan bahwa prevalensi diabetes mellitus terus meningkat setiap tahunnya baik di dunia maupun Indonesia. Terkait data *International Diabetes Federation* (IDF) sendiri pada tahun 2019 prevalensi diabetes mellitus diperkirakan mencapai 9,3% atau sama dengan 463 juta orang terdapat menderita penyakit diabetes mellitus, kemudian akan naik hingga 10,2% atau sama dengan 578 juta orang pada tahun 2030 atau bahkan akan mencapai 10,9% atau sama dengan 700 juta orang yang akan menderita diabetes mellitus pada tahun 2045. Perkeni pada tahun 2019 memaparkan bahwa Indonesia merupakan Negara penyandang penyakit diabetes mellitus tertinggi didunia dengan peringkat ke 7 dan di perkirakan akan naik ke peringkat ke 6 pada tahun 2040. (Widiastuti, 2020) Prevalensi diabetes mellitus yang didapatkan dari jurnal yang menurut konsensus Perkeni 2015 yaitu pada penduduk ≥ 15 tahun meningkat sebanyak 10,9%.

Fenomena masyarakat dimana di zaman ini seseorang lebih memilih menu makanan cepat saji dan cara hidup yang kurang sehat sehingga dapat meningkatkan kadar gula dalam darah dan terkait diet dimana diet salah satu factor yang mempengaruhi kadar gula dalam darah menjadi kurang baik bahkan tidak terkontrol dan menyebabkan komplikasi dan terkait aktivitas fisik dimana di ketahui seorang yang kurang beraktivitas fisik rentan terkena penyakit diabetes mellitus dimana saat tidak bergerak maka metabolisme otot hanya memakai sedikit sekali glukosa sebagai bahan bakar sehingga glukosa mengalami penumpukan. Deskripsi peningkatan prevalensi diabetes mellitus terutama di beberapa negara menyebabkan meningkatnya pula angka kejadian penyakit degeneratif contohnya diabetes mellitus yang merupakan masalah kesehatan yang berdampak pada produktivitas dan penurunan sumber daya manusia. (Decroli, 2019) . Ditinjau dari permasalahan global sendiri menyatakan bahwa prevalensi diabetes mellitus terus meningkat setiap tahunnya baik di dunia maupun Indonesia. Terkait data *International Diabetes Federation* (IDF) sendiri menyebutkan bahwa prevalensi Diabetes Mellitus di dunia adalah 1,9% dan telah menjadikan Diabetes Mellitus sebagai penyebab kematian urutan ke tujuh didunia.

Indonesia sendiri yang merupakan Negara berkembang yang memiliki angka kejadian diabetes mellitus yang cukup tinggi. Pada tahun 2010 mencapai 8,4 juta jiwa dan di perkirakan pada tahun 2030 akan mengalami peningkatan hingga 21,3 juta jiwa penderita diabetes mellitus. Semakin tinggi populasi penyandang diabetes mellitus membuat Indonesia menduduki peringkat ke 4 didunia setelah india, china dan amerika serikat. Penyakit diabetes mellitus (DM) yang kita kenal sebagai penyakit kencing manis adalah kumpulan gejala yang timbul pada seseorang yang disebabkan oleh karena adanya peningkatan kadar gula (glukosa) darah akibat kekurangan insulin baik absolut maupun relatif, diabetes mellitus merupakan salah satu penyakit degeneratif dengan sifat kronis yang jumlahnya terus meningkat dari tahun ketahun. (Ayu Sartian Jampaka, 2019)

Penelitian hardianti arifin (2020) memaparkan bahwa Menurut *World Health Organisation* (WHO) pada tahun 2011 menunjukkan jumlah penderita diabetes mellitus di dunia sekitar 200 juta jiwa dan diprediksikan akan meningkat dua kali, 366 juta jiwa tahun 2030 (WHO, 2011). Berdasarkan problem data Internasional Diabetes Federation (IDF) tingkat prevalensi global penderita diabetes mellitus pada tahun 2012 sebesar 8,4 % dari populasi penduduk dunia dan mengalami peningkatan 382 kasus pada tahun 2013. IDF (2013) memperkirakan pada tahun 2035 jumlah insiden DM akan mengalami peningkatan menjadi 55 % (592 juta) diantara usia penderita DM 40-58 tahun (Hardianti Arifin, 2020)

Peneliti Haskas (2017) berasumsi bahwa diperlukan adanya perubahan dalam gaya hidup seperti diet yang perlu penerapan 3J dan harus melakukan aktivitas fisik untuk memperoleh kadar gula darah yang normal, yang dimana ini dilakukan untuk menghindari kemungkinan terjadinya komplikasi serta untuk membantu dalam pengontrolan dan pengendalian penyakit. Peneliti Ceilia L.(2018) Memaparkan tentang Aktivitas fisik yang dapat diartikan sebagai perilaku pengeluaran energi yang dimana ini dapat membantu pasien dalam mengontrol kesehatannya. Berdasarkan jurnal penelitian tentang aktivitas fisik memaparkan bahwa glukosa dalam tubuh digunakan oleh otot pada saat beraktivitas sehingga membuat glukosa itu berkurang, ini juga berhubungan dengan pemulihan gula darah otot secara cepat.

Berdasarkan uraian tersebut maka penelitian terkait judul ini sangatlah penting dilakukan yang dimana kita dapat lihat bahwa diet dan aktivitas fisik ini sangat berpengaruh terhadap kadar glukosa dalam darah. Penelitian ini dapat bermanfaat untuk mengobati penyakit diabetes mellitus bahkan bisa mencegah terjadinya penyakit diabetes mellitus sehingga dapat mengurangi angka kejadian penderita diabetes mellitus, dimana dari pemaparan sebelumnya menyatakan bahwa sangatlah penting kepatuhan dalam diet karena jika tidak maka kadar glukosa dalam darah tidak menentu bahkan bisa menimbulkan komplikasi yang serius dan aktivitas fisik juga sangat penting dilakukan agar dapat mengontrol kadar gula dalam darah sehingga dapat menurunkan resiko penyakit kardiovaskuler terutama yang mengalami *hospital readmission*.

Metode

Desain, Waktu, Lokasi, Populasi dan Sampel penelitian

Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif non eksperimen dengan menggunakan pendekatan *cross sectional* dan menggunakan metode analitik korelasional untuk menghubungkan dua variabel dalam suatu keadaan atau sekelompok orang. Penelitian ini telah dilaksanakan di Rumah Sakit Ibnu Sina Makassar Sulawesi Selatan pada bulan juni s/d bulan juli 2021. Populasi dalam penelitian ini adalah pasien diabetes mellitus yang mengalami *hospital readmission* di Rumah Sakit Ibnu Sina Makassar, yaitu berjumlah 67 pasien. Sampling dalam penelitian ini menggunakan *non probability sampling* “*Purposive Sampling*” adalah pendekatan pengambilan sampel yang melibatkan pengambilan sampel dari suatu populasi sesuai dengan tujuan peneliti (tujuan/masalah studi), sehingga sampel tersebut dapat mewakili karakteristik populasi yang telah diketahui sebelumnya. Jumlah sampel dalam penelitian ini berjumlah 40 pasien.

1. Kriteria inklusi merupakan penentuan sampel yang didasarkan atas karakteristik umum subjek penelitian dari suatu populasi target yang terjangkau yang akan di teliti.
 - a. Pasien yang bersedia menjadi responden dalam penelitian ini
 - b. Pasien yang menderita diabetes mellitus
 - c. Pasien yang mengalami *haopital readmission*
2. Kriteria eksklusi merupakan kriteria untuk menghilangkan atau mengeluarkan subjek yang tidak memenuhi kriteria inklusi dari studi oleh karena berbagai sebab.
 - a. Pasien yang tidak menderita diabetes mellitus
 - b. Pasien yang tidak mengalami *hospital readmission* seperti tidak pernah di rawat kembali dan baru di rawat di rumah sakit.

Pengumpulan Data

1. Data primer yaitu berupa data yang didapat secara langsung terhadap pasien atau responden dengan *observasi* dan wawancara serta kuisioner
2. Data sekunder yaitu berupa data pelengkap atau pendukung dalam penelitian yang berupa data tahunan dan bulanan dari Rumah sakit Ibnu Sina terkait pasien diabetes mellitus dan mengalami *hospital readmission* bahkan data baru.

Pengolahan Data

1. *Editing*, yaitu memeriksa kembali kuisioner yang telah diisi dan diteliti satu persatu untuk mengetahui apakah jawaban yang ada sudah lengkap, jelas, relevan dan konsisten.
2. *Coding*, yaitu pemberian tanda atau kode pada data yang telah terkumpul untuk memudahkan analisis dengan menggunakan laptop atau komputer.
3. *Entry*, yaitu proses memasukkan data yang telah diedit dan dikode ke dalam komputer untuk dianalisis.
4. *Cleaning*, yaitu data yang telah diperoleh dikumpulkan untuk dilakukan pembersihan data dengan mengecek data yang benar saja yang diambil sehingga tidak terdapat data yang meragukan atau salah.
5. *Tabulating*, yaitu menyusun dan menghitung data hasil.

Analisa Data

1. Analisis Univariat adalah analisis untuk mengetahui gambaran dari tiap variabel independen (media pembelajaran, dan minat belajar) dan variabel dependen (motivasi belajar) data yang telah dipeoleh dari hasil pengumpulan data disajikan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi dan teks.
2. Analisis Bivariat dilakukan untuk mengetahui hubungan antara 2 variabel yaitu variabel bebas dengan variabel terikat dengan menggunakan uji *chi square*.

Hasil

1. Analisis Univariat

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Karakteristik Responden Di Rumah Sakit Ibnu Sina (N=40)

Karakteristik	n	%
Umur		
30-40 tahun	3	7,5
41-50 tahun	5	12,5
51-60 tahun	14	35,0
61-70 tahun	12	30,0
>71 tahun	6	15,0

Jenis kelamin		
Laki-laki	19	47,5
Perempuan	21	52,5
Status perkawinan		
Menikah	38	95,0
Singel parents	2	5,0
Pendidikan terakhir		
SD/Sederajata	2	5,0
SMP/Sederajat	5	12,5
SMA/Sederajat	20	50,0
Perguruan tinggi	13	32,5
Pekerjaan		
Tidak bekerja	6	15,0
PNS	4	10,0
Pegawai swasta	7	17,0
Wiraswasta	11	27,0
Pensiunan	3	7,5
Lain-lain	9	22,5
Lama menderita DM		
1-10 tahun	38	95,0
11-20 tahun	2	5,0
Asuransi kesehatan		
Ya	38	95,0
Tidak	2	5,0
Menggunakan insulin		
Ya	31	77,5
Tidak	9	22,5
Status ekonomi		
>3.500.000	5	12,5
2.500.000-3.500.000	16	40,0
2.500.000-1.500.000	8	20,0
<1.500.000	11	27,5

Pada Tabel 1 tersebut diperoleh distribusi frekuensi umur responden dengan hasil bahwa sebagian besar responden umur 51-60 Tahun sebanyak 14 orang (35,0%), umur 61-70 Tahun Sebanyak 12 orang (30,0%), umur >71 tahun sebanyak 6 orang (15,0%), umur 41-50 Tahun sebanyak 5 orang (12,5%) dan sebagian kecil responden umur 30-40 Tahun sebanyak 3 orang (7,5%). Diperoleh distribusi frekuensi jenis kelamin responden dengan hasil bahwa sebagian besar responden dengan persentasi terbanyak yaitu jenis kelamin perempuan sebanyak 21 orang (52,5%), dan responden jenis kelamin laki-laki sebanyak 19 orang (47,5%). Distribusi frekuensi status perkawinan responden dengan hasil bahwa sebagian besar responden dengan persentasi terbanyak yaitu berstatus perkawinan menikah sebanyak 38 orang (95,0%), dan berstatus single parents hanya 2 orang (5,0%). Distribusi frekuensi pendidikan terakhir responden dengan hasil terbesar yaitu pendidikan SMA/Sederajat sebanyak 20 orang (50,0%), Perguruan tinggi sebanyak 13 orang (32,5%), SMP/Sederajat sebanyak 5 orang (12,5%), dan paling sedikit SD/Sederajat sebanyak 2 orang (5,0%). Diperoleh distribusi frekuensi pendidikan terakhir responden dengan hasil terbesar yaitu pekerjaan sebagai wiraswasta sebanyak 11 orang (27,5%), untuk lain-lain sebanyak 9 orang (22,5%), pegawai swasta sebanyak 7 orang (17,5%), tidak bekerja sebanyak 6 orang (15,0%), PNS sebanyak 4 orang (10,0%) dan yang sedikit yaitu pensiunan sebanyak 3 orang (7,5%). Diperoleh distribusi frekuensi lama menderita DM responden dengan hasil terbesar yaitu 1-10 tahun sebanyak 38 orang (95,0%), dan 11-20 tahun hanya 2 orang (5,0%). Diperoleh distribusi frekuensi Asuransi kesehatan responden dengan hasil terbesar yaitu yang memiliki asuransi kesehatan (Ya) sebanyak 38 orang (95,0), dan yang tidak memiliki asuransi kesehatan (Tidak) hanya 2 orang (5,0%). Diperoleh distribusi frekuensi Menggunakan insulin responden dengan hasil terbesar yaitu yang menggunakan insulin (Ya) sebanyak 31 orang (77,5%), dan yang tidak menggunakan insulin (Tidak) sebanyak 9 orang (22,5%). Diperoleh distribusi frekuensi status ekonomi responden dengan hasil terbesar yaitu 2.500.000-3.500.000 sebanyak 16 orang (40,0%), <1.500.000 sebanyak 11 orang (27,5%), 2.500.000-1.500.000 sebanyak 8 orang (20,0%), >3.500.000 sebanyak 5 orang (12,5%).

2. Analisis Bivariat

Tabel 2 Gambaran Uji Analisis Hubungan Diet Dengan Kejadian *Hospital Readmission* Pada Pasien Diabetes Mellitus Di Rumah Sakit Ibnu Sina Makassar

Diet		Readmisi				Total	%	P	α
		Readmisi		Tidak Readmisi					
		n	%	n	%				
Diet	Kurang	19	65,5	10	34,5	29	100,0	0,020	0,05
	Baik	2	18,2	9	81,8	11	100,0		
Total		21	52,5	19	47,5	40	100,0		

Berdasarkan tabel 2 tersebut dapat di ketahui bahwa responden yang memiliki diet readmisi yang kurang yaitu 19 orang (65,5%), kemudian yang memiliki diet tidak readmisi yang kurang sebanyak 10 orang (34,5%). Dan responden yang memiliki diet readmisi yang baik sebanyak 2 orang (18,2%), kemudian responden yang memiliki diet tidak readmisi yang baik sebanyak 9 orang (81,8%). Dalam uji *Chi Square Test* diperoleh nilai signifikan sebesar $p= 0,020$ dengan menunjukkan $p < 0,05$ Selisih nilai signifikan dengan nilai yang sudah ditetapkan yaitu 0,03. Hal ini berarti bahwa adanya hubungan *Diet* dengan Kejadian *Hospital Readmission* pada Pasien Diabetes Mellitus di Rumah Sakit Ibnu Sina Makassar.

Tabel 3 Gambaran Uji Analisis Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Kejadian *Hospital Readmission* Pada Pasien Diabetes Mellitus Di Rumah Sakit Ibnu Sina Makassar

Aktivitas fisik		Readmisi				Total	%	P	α
		Readmisi		Tidak Readmisi					
		n	%	n	%				
Aktivitas fisik	Kurang	15	75,0	5	25,0	20	100,0	0,011	0,05
	Baik	6	30,0	14	70,0	20	100,0		
Total		21	52,5	19	47,5	40	100,0		

Berdasarkan tabel 3 tersebut dapat di ketahui bahwa responden yang memiliki aktivitas fisik readmisi yang kurang yaitu 15 orang (75,0%), kemudian yang memiliki aktivitas fisik tidak readmisi yang kurang sebanyak 5 orang (25,0%). Responden yang memiliki aktifitas fisik readmisi yang baik sebanyak 6 orang (30,0%), kemudian responden yang memiliki aktivitas fisik tidak readmisi yang baik sebanyak 14 orang (70,0%). Dalam uji *Chi Square Test* diperoleh nilai signifikan sebesar $p= 0,011$ dengan menunjukkan $p < 0,05$ Selisih nilai signifikan dengan nilai yang sudah ditetapkan yaitu 0,039. Hal ini berarti bahwa adanya hubungan *Aktivitas Fisik* dengan Kejadian *Hospital Readmission* pada Pasien Diabetes Mellitus di Rumah Sakit Ibnu Sina Makassar.

Pembahasan

1. Hubungan Diet dengan Kejadian *Hospital Readmission*

Hasil penelitian yang dilakukan di poli umum dan ruang perawatan di Rumah Sakit Ibnu Sina Makassar di dapatkan hasil bahwa, berdasarkan tabel 5.13 didapatkan bahwa terkait manajemen diet pada pasien diabetes mellitus yang mengalami readmisi sebanyak 21 responden dengan persentasi (52,5%), sedangkan yang tidak readmisi sebanyak 19 responden dengan persentasi (47,5%). Responden yang readmisi dan memiliki diet yang kurang sebanyak 19 orang dengan persentasi (65,5%), yang dimana dari hasil kuisioner pasien ini kurang dietnya dikarenakan pasien jarang mengikuti anjuran makanan yang boleh dan yang tidak boleh dimakan dari dokter, pasien juga mengatakan kadang kala mengomsumsi makanan yang berlebihan sehingga pasien readmisi ini mengalami diet yang kurang. Responden readmisi dengan diet yang baik sebanyak 2 orang dengan persentasi (18,2%), yang dimana dari hasil atau jawaban pasien memang hanya 2 responden yang menuruti makanan yang memeang dianjurkan dokter dan baik dikomsumsi.

Responden yang tidak readmisi dan memiliki diet yang kurang sebanyak 10 orang dengan persentasi (34,5%), yang dimana dari hasil kuisioner atau jawaban pasien yang tidak readmisi juga lebih banyak yang tidak terlalu menuruti makanan yang sehat yang dianjurkan dokter tanpa mereka sadari bahwa semua itu dapat memicu tingginya kadar gula dalam darah. Responden tidak readmisi yang memiliki diet baik sebanyak 9 orang dengan persentasi (81,8%), dari jawaban kuisioner 9 pasien ini yang tidak readmisi ini menyadari bahwa makanan yang dianjurkan dokter sangatlah baik untuk kesehatan. Dalam uji *Chi Square Test* diperoleh nilai signifikan sebesar $p= 0,020$ dengan menunjukkan $p < 0,05$ Selisih nilai signifikan

dengan nilai yang sudah ditetapkan yaitu 0,030. Hal ini berarti bahwa adanya hubungan *Diet* dengan Kejadian *Hospital Readmission* pada Pasien Diabetes Mellitus di Rumah Sakit Ibnu Sina Makassar.

Untuk menghindari komplikasi diabetes melitus penderita harus melakukan diet yang merupakan pengaturan pola makan berdasarkan jumlah, jenis dan jadwal pemberian makanan (3J). Tujuan dari kepatuhan diet adalah untuk mencapai dan mempertahankan kadar glukosa darah mendekati normal, sehingga dapat melakukan pekerjaan sehari-hari, membiasakan diri untuk makan tepat waktu agar tidak terjadi perubahan pada kadar glukosa darah, dan meningkatkan derajat kesehatan secara komprehensif melalui gizi yang optimal. (Siti Fadhillah Rizqah, 2018)

Penelitian Titi (2020) terdapat pemaparan menurut Perkeni (2015) yaitu terdapat pengelolaan gaya hidup seperti dalam pengelolaan untuk jangka panjang sangat penting untuk pasien aktif dalam berpartisipasi untuk edukasi, dalam perencanaan diet, aktivitas fisik serta obat insulin.

Hasil penelitian dari Ibrahim (2018) memaparkan pendapat menurut waspadji pada tahun 2013 yang menjelaskan bahwa ketidak normalan kadar glukosa dalam darah dikarenakan adanya gangguan pada metabolisme karbohidrat, oleh sebab itu perlu pengendalian kadar gula darah dengan konsumsi makanan yang mengandung serat, pengendalian dalam proses pencernaan, perhatikan cara masak, pengendalian waktu makan dan pekat tidaknya makanan. (Ibrahim, 2018)

2. Hubungan Aktivitas fisik dengan Kejadian *Hospital Readmission*

Hasil penelitian yang dilakukan di poli umum dan ruang perawatan di Rumah Sakit Ibnu Sina Makassar di dapatkan hasil bahwa, berdasarkan tabel 5.14 didapatkan bahwa terkait manajemen aktivitas fisik pada pasien diabetes mellitus yang mengalami readmisi sebanyak 21 responden dengan persentasi (52,5%), sedangkan yang tidak readmisi sebanyak 19 responden dengan persentasi (47,5%). Responden yang readmisi dan memiliki aktivitas yang kurang sebanyak 15 orang dengan persentasi (75,0%), yang dimana dari jawaban kuisioner pasien readmisi ini memang kurang dalam beraktivitas fisik mereka cenderung menghindari aktifitas seperti olah raga yang dapat memperbaiki penanganan diabetes mellitus sehingga banyak dari mereka yang kurang dalam beraktivitas fisik. Responden readmisi dengan aktivitas fisik yang baik sebanyak 6 orang dengan persentasi (30,0%), yang dimana 6 pasien atau responden ini menyadari akan baiknya beraktivitas fisik sehingga mereka terkadang melakukan olah raga dengan upaya mencapai kadar gula darah normal.

Responden yang tidak readmisi dan memiliki aktivitas fisik yang kurang sebanyak 5 orang dengan persentasi (25,0%), pasien readmisi ini tidak sering melakukan aktivitas fisik dikarenakan usia yang memang terbilang lansia sehingga dalam beraktivitas mereka kurang. Responden tidak readmisi yang memiliki aktivitas fisik baik sebanyak 14 orang dengan persentasi (70,0%), pasien ini sebaliknya dari pasien yang kurang beraktivitas, sebagian dari mereka masih dapat berolah raga sehingga dapat mengontrol gula darah. pasien tidak readmisi ini menyadari akan baiknya aktivitas fisik sehingga sebelum mengalami hal yang tidak diinginkan mereka terus berolah raga untuk dapat mengontrol kadar gula darah. Dalam uji *Chi Square Test* diperoleh nilai signifikan sebesar $p = 0,011$ dengan menunjukkan $p < 0,05$ Selisih nilai signifikan dengan nilai yang sudah ditetapkan yaitu 0,039. Hal ini berarti bahwa adanya hubungan Aktivitas Fisik dengan Kejadian *Hospital Readmission* pada Pasien Diabetes Mellitus di Rumah Sakit Ibnu Sina Makassar.

Pengetahuan adalah suatu proses mengingat dan mengenal kembali objek yang telah dipelajari melalui panca indra pada suatu bidang tertentu secara baik. Pola makan yang keliru dan sembarangan menjadi salah satu faktor yang memicu munculnya penyakit diabetes melitus. Diantaranya mengkonsumsi makanan yang terlalu banyak mengandung glukosa atau gula. Aktivitas fisik berdampak terhadap aksi insulin pada orang yang berisiko DM. (Syaifuddin Zaenal, 2019)

Pada penelitian Nurlaela (2021) memaparkan bahwa *self care* adalah kemampuan individu, keluarga, dan masyarakat dalam meningkatkan kesehatan, mencegah penyakit, dan menjaga kesehatan, mengatasi penyakit dan kecacatan dengan atau tanpa dukungan dari penyedia layanan kesehatan. *Self care* diabetes melitus (DM) merupakan program yang harus dijalankan penderita DM yang bertujuan untuk mengontrol metabolik, mengoptimalkan kualitas hidup, serta mencegah komplikasi akut dan kronis. (Nurlaela Ardianti Pertiwi, 2021)

Penelitian Yusran (2016) menunjukkan bahwa penderita diabetes mellitus perlu pengontrolan diabetes mellitus yang efektif agar tidak terulang kembali keadaan yang tidak menyenangkan, dihasil penelitian ini juga memaparkan bahwa pengalaman juga mampu mempengaruhi perilaku dalam pengontrolan diabetes mellitus, yang dimana untuk pengalaman yang tidak menyenangkan mampu membuat locus of control eksternal meningkat dan untuk pengalaman yang menyenangkan mampu membuat locus of control internal meningkat. Peneliti lain Fehni (2017) berasumsi bahwa aktivitas yang kurang dapat meningkatkan kadar gula dalam darah maka dari itu pasien harus beraktivitas agar kadar gula dalam darah tetap normal, aktivitas ini merupakan salah satu factor penyebab terjadinya retensi insulin.

Kesimpulan

Diet dengan kejadian *hospital readmission* dimana pada hasil uji *chi sward* yang telah saya dapatkan yang menyatakan bahwa nilai *p* lebih kecil dari nilai kemaknaan maka dari itu H_0 di tolak yang berarti memang terdapat hubungan diet dengan kejadian *hospital readmission* pada pasien diabetes mellitus dirumah sakit Ibnu Sina Makassar. Aktivitas fisik dengan kejadian *hospital readmission* dimana pada uji hasil *chi sward* juga didapatkan hasil *p* yang lebih kecil dari nilai kemaknaan yang berarti H_0 di tolak yang menyatakan bahwa terdapat hubungan antara aktivitas fisik dengan kejadian *hospital readmission* pada pasien diabetes mellitus dirumah sakit Ibnu Sina Makassar.

Saran

1. Kepada Tenaga kesehatan agar memberikan edukasi terkait pengaturan diet dan aktivitas fisik pada penderita diabetes mellitus yang melakukan pengobatan di rumah sakit ataupun di puskesmas dan membuat program khusus untuk penderita diabetes mellitus terkait dengan pembinaan dan pemantauan kesehatan agar dapat meminimalisir kejadian pasien diabetes mellitus di rawat kembali ke rumah sakit atau dapat disebut sebagai *hospital readmission*.
2. Peneliti selanjutnya sebaiknya peneliti lain melakukan penelitian lanjutan terkait hubungan diet dan aktifitas fisik ini terhadap pasien diabetes mellitus yang mengalami *hospital readmission* guna memperkuat hasil penelitian ini.
3. Kepada pembaca dan pendengar terkait penelitian ini semoga dapat bermanfaat kedepannya dan dapat dijadikan pedoman ilmu pengetahuan. Terima kasih

Ucapan terimakasih

1. Terima kasih saya ucapkan kepada Andi Najwa selaku ibu saya yang telah mendukung dan mensupport saya sampai saat ini
2. Terima kasih saya ucapkan kepada Bapak Sri Darmawan selaku pembimbing I saya yang membantu dalam mengarahkan saya selama ini
3. Terima kasih saya ucapkan kepada Bapak Yusran Haskas selaku pembimbing II yang senang tiasa membantu dan memberikan arahan dalam menyelesaikan skripsi saya.
4. Terimakasih saya ucapkan kepada semua pendukung yang telah membantu dan memberikan bantuan terkait pemenuhan skripsi yang telah saya lakukan.

Referensi

- Ayu Sartian Jampaka, D. (2019). Faktor Yang Berhubungan Dengan Perilaku Pengendalian Diabetes Melitus Tipe I di Puskesmas Cendrawasih. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Diagnosis Volume 13 Nomor 6*, 7.
- Damayanti, S. (2015). *Diabetes Mellitus Dan Penatalaksanaan Keperawatan*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Decroli, D. d. (2019). *Diabetes Melitus Tipe 2*. Padang: Pusat Penerbitan Bagian Ilmu Penyakit Dalam.
- Fitri Mailani, R. F. (2017). Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kepatuhan Diet Pada Pasien Gagal Ginjal Kronik Yang Menjalani Hemodialisis. *Jurnal Endurance*, 9.
- Hardianti Arifin, D. (2020). Hubungan *Self Care* Dengan Kualitas Hidup Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Di RSUD Sinjai. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Diagnosis Volume 15 Nomor 4*, 6.
- Haskas, Y. (2016). Pengaruh Pengalaman Diabetes Terhadap Perilaku Pengendalian Dm. *Jurnal Sains Internasional: Riset Dasar Dan Terapan (IJSBAR)*, 7.
- Haskas, Y. (2017). Pengaruh Niat Penderita Terhadap Perilaku Pengendalian Diabetes Mellitus Di Kota Makassar. *Global Health Science, Volume 2 Issue 4*, 4.
- Ibrahim. (2018). Pengaruh Diet Terhadap Kadar Gula Darah Pasien Diabetes Mellitus Tipe II. *Jurnal Kesehatan Sainika Meditory Volume 1, Nomor 1*, 9.
- Nurlaela Ardianti Pertiwi, D. (2021). Gambaran *Self Care* Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe II Di RSUD

- Siti Fadhillah Rizqah, D. (2018). Hubungan Efikasi Diri Dengan Kepatuhan Diet 3j Pada Pasien Diabetes Melitus Di Puskesmas Mandai Kabupaten Maros. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Diagnosis Volume 12 Nomor 5* , 6.
- Syaifuddin Zaenal, D. (2019). Faktor Yang Hubungan Dengan Pengetahuan Pola Makan Dan Aktivitas Fisik Dengan Kestabilan Gula Darah Pada Penderita Diabetesmelitus Di Puskesmas Binamu Kota Kab. Jenepono. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Diagnosis Volume 14 Nomor 1* , 5.
- Tri Ardianti K, D. (2019). Hubungan Pengetahuan Dan Kepatuhan Diet Dengan Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Melitus Di Poli Penyakit Dalam RSUD Idaman Banjarbaru Tahun 2018. *Jurkessia, Vol. IX, No. 2*, 7.
- Titis Kurniawan, D. (2020). *Self Management* Pasien Diabetes Melitus Dengan Komplikasi Kardiovaskular Dan Implikasinya Terhadap Indikator Klinik. *Jurnal Pendidikan Keperawatan Indonesia* , 11.
- Widiastuti, L. (2020). Acupressure Dan Senam Kaki Terhadap Tingkat. *Jurnal Keperawatan Silampari Volume 3*, Nomor 2, 13.
- Yusran Haskas, D. (2016). The Effect Of 'Locus Of Control' On The Diabetes Mellitus Patients' Intention In Performing The DM Control. *Jurnal Sains Internasional : Riset Dasar Dan Terapan (IJSBAR)*, 8.