



---

**FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN KEPATUHAN DIET PADA PASIEN DIABETES MELLITUS TIPE II**

**Hilda Chairani\*, Rima Berti Anggraini, Nova Mardiana**

Program Studi Ilmu Keperawatan, Institut Citra Internasional, Jl. Pangkalpinang-Muntok, Cengkong Abang, Mendo Barat, Bangka, Bangka Belitung 33173, Indonesia

\*hildachairani137@gmail.com

**ABSTRAK**

Kepatuhan diet menjadi komponen yang sangat penting bagi pengelolaan diabetes mellitus. Kepatuhan diet merupakan tingkat kesediaan pasien melaksanakan diet mengikuti pengaturan pola makan yang dianjurkan oleh dokter dan petugas kesehatan sesuai dengan aturan yang telah ditetapkan. Kepatuhan diet pada pasien DM dapat dihubungkan dengan beberapa faktor diantaranya adalah motivasi diri, lama menderita DM, dan dukungan keluarga. Tujuan penelitian untuk mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan kepatuhan diet pada pasien diabetes mellitus tipe II. Penelitian menggunakan penelitian kuantitatif dengan desain Cross Sectional. Populasi pada penelitian ini adalah pasien DM tipe II di RSUD Drs. H. Abu Hanifah tahun 2023 sebanyak 1651 pasien. Sampel menggunakan rumus slovin didapatkan 105 responden, teknik sampling yang digunakan yaitu purposive sampling. Instrumen yang digunakan adalah kuesioner yang telah dilakukan uji validitas & reliabilitas. Data dianalisis secara univariat dan bivariat menggunakan uji chi square. Hasil uji statistik Chi-square terdapat hubungan antara faktor motivasi diet ( $p$ -value=0,000), lama menderita DM ( $p$ -value=0,000), dan dukungan keluarga ( $p$ -value=0,000) dengan kepatuhan diet pada pasien diabetes mellitus tipe II. Kesimpulan terdapat hubungan antara hubungan antara faktor motivasi diet, lama menderita DM dan dukungan keluarga dengan kepatuhan diet pada pasien diabetes mellitus tipe II di RSUD Drs. H. Abu Hanifah Tahun 2024.

Kata kunci: diabetes mellitus; dukungan keluarga; kepatuhan diet; lama menderita dm; motivasi diet

***FACTORS ASSOCIATED WITH DIETARY COMPLIANCE IN PATIENTS WITH TYPE II DIABETES MELLITUS***

***ABSTRACT***

*Dietary adherence is a very important component for the management of diabetes mellitus. Dietary adherence is the level of willingness of patients to carry out a diet following the dietary arrangements recommended by doctors and health workers in accordance with predetermined rules. Dietary adherence in DM patients can be associated with several factors including self-motivation, duration of DM, and family support. The purpose of the study was to determine the factors associated with dietary compliance in patients with type II diabetes mellitus. The study used quantitative research with a Cross Sectional design. The population in this study were type II DM patients at Drs. H. Abu Hanifah Hospital in 2023 as many as 1651 patients. The sample using the slovin formula obtained 105 respondents, the sampling technique used was purposive sampling. The instrument used was a questionnaire that had been tested for validity & reliability. Data were analysed univariately and bivariately using the chi square test. Chi-square statistical test results there is a relationship between dietary motivation factors ( $p$ -value=0.000), duration of DM ( $p$ -value=0.000), and family support ( $p$ -value=0.000) with dietary compliance in type II diabetes mellitus patients. Conclusion There is a relationship between the relationship between dietary motivation factors, duration of DM and family support with dietary adherence in patients with type II diabetes mellitus at Drs. H. Abu Hanifah Hospital in 2024.*

*Keywords: diabetes mellitus; diet compliance; diet motivation; family support; long suffering from dm*

## **PENDAHULUAN**

Diabetes mellitus merupakan penyakit gangguan metabolik menahun akibat pankreas tidak mengkonsumsi cukup insulin / tubuh tidak dapat menggunakan insulin yang di produksi secara aktif (PEKERNi, 2015). Peningkatan glukosa dalam darah melebihi normal (70-140 mg/dl) merupakan salah satu tanda dari penyakit diabetes mellitus. Gejala yang sering terjadi pada penyakit ini yaitu sering merasa lapar, haus yang berlebihan dan sering buang air kecil (IDF, 2018). World Health Organization (WHO) menyatakan bahwa pada tahun 2020 terdapat 463 juta orang dewasa di dunia menderita diabetes dengan prevalensi global mencapai 9,3 persen, jumlah ini diperkirakan akan terus berkembang di tahun-tahun berikutnya (WHO, 2020). Data dari International Diabetes Federation (2021) menyatakan bahwa 537 juta orang dewasa (20-79 tahun) diseluruh dunia hidup dengan diabetes. Data pada tahun 2022 terdapat sekitar 422 juta orang di dunia menderita DM (WHO, 2022). Data tahun 2023, terdapat sekitar 529 juta orang di dunia menderita DM (WHO, 2023).

Diabetes mellitus lebih dikenal sebagai penyakit yang membunuh manusia secara diam-diam atau “silent killer” yang bearti penyakit ini membunuh secara diam-diam. Sering kali penderita diabetes mellitus tidak mengetahui kalau memiliki penyakit diabetes mellitus. Diabetes juga dikenal sebagai “Mother of disease” karena merupakan induk dari penyakit-penyakit lainnya seperti hipertensi, penyakit jantung, pembuluh darah, stroke, gagal ginjal dan kebutaan. penyakit DM dapat menyerang semua lapisan umur (Ramadani, 2019). Pada pasien diabetes mellitus yang tidak dikelola dengan baik akan meningkatkan resiko terjadinya komplikasi, karena pasien diabetes mellitus rentan mengalami komplikasi yang diakibatkan karena terjadi defisiensi insulin atau kerja insulin yang tidak adekuat (Smeltzer & Bare, 2015). Komplikasi yang ditimbulkan bersifat akut maupun kronik. Komplikasi akut terjadi berkaitan dengan peningkatan kadar gula darah secara tiba-tiba, sedangkan komplikasi kronik sering terjadi akibat peningkatan gula darah dalam waktu lama. Ketika penderita diabetes mellitus mengalami komplikasi, maka akan berdampak pada penurunan kualitas hidup, penurunan kualitas hidup, serta meningkatnya angka kesakitan (Anggraini & Prasillia, 2021).

Penatalaksanaan pada penderita DM bersifat terpadu meliputi program diet makanan, aktivitas fisik, edukasi, dan obat-obatan. Program diet makanan bagi penderita DM meliputi pengaturan terhadap jumlah, jenis dan jadwal makan dalam sehari. Jumlah harus sesuai dengan kebutuhan, jenis harus memenuhi persyaratan yaitu rendah karbohidrat sederhana, kaya akan serat serta memiliki indeks glikemik rendah, jadwal dan frekuensi makan diatur dengan baik yaitu setiap 3 jam sekali baik antara waktu makan utama dan selingan dengan frekuensi 6 kali dalam sehari (Wiardiani, 2015). Pasien DM yang sudah menjalankan program diet diwajibkan untuk mematuhi program yang sudah ditetapkan agar dapat tetap mengendalikan glukosa darah dengan baik. Pengaturan makanan sering mengalami kegagalan karena penderita tidak patuh dalam menjalankan aturan makan yang baik. (Wiardiani, 2015). Kepatuhan diet adalah faktor penting dalam menjalankan diet sehingga kadar glukosa dalam darah dapat terkontrol (Nugroho, 2016). Kepatuhan diet pasien DM sangat berperan penting untuk menstabilkan kadar glukosa darah, sedangkan kepatuhan itu sendiri merupakan suatu hal yang penting untuk dapat mengembangkan rutinitas (kebiasaan) yang dapat membantu penderita dalam mengikuti jadwal diet. Pasien yang tidak patuh dalam menjalankan terapi diet menyebabkan kadar glukosa yang tidak terkontrol (Isnaeni et al., 2018).

Kepatuhan diet menjadi komponen yang sangat penting bagi pengelolaan diabetes mellitus. Kepatuhan diet merupakan tingkat kesediaan pasien melaksanakan diet mengikuti pengaturan pola makan yang dianjurkan oleh dokter dan petugas kesehatan sesuai dengan aturan yang telah ditetapkan. Kepatuhan diet pada pasien DM dapat dihubungkan dengan beberapa faktor

diantaranya adalah motivasi diri, lama menderita DM, dan dukungan keluarga. Hasil penelitian Suhartatik (2022) menyatakan bahwa dalam mengatur pola makan pada penderita DM tidaklah mudah. Hal ini dikarenakan banyak jenis makanan yang dibatasi jumlah konsumsinya. Penderita DM memerlukan motivasi diri yang tinggi agar dapat berperilaku sehat melalui pengaturan diet guna mengontrol glukosa darah. Tanpa adanya motivasi diri, maka penderita akan berpotensi untuk tidak patuh dalam menjalani diet dan pengobatan DM. Tingkat motivasi pada penderita DM tidak hanya berasal dari diri penderita, namun juga dipengaruhi oleh dorongan keluarga dan tenaga kesehatan dalam mendampingi penderita ketika menjalani pengobatan.

Hasil penelitian Simbolon & Sartika (2019) menyatakan bahwa responden yang mengalami penyakit diabetes mellitus setelah bertahun-tahun, bisa menerima penyakit yang dialaminya sehingga pasien DM mempunyai tingkat penerimaan yang baik terhadap program perawatan diabetes mellitus termasuk praktik-praktik dalam menjalani diet makan dan minum, motivasi untuk sehat sehingga mengikuti kepatuhan diet. Lama sakit DM juga memiliki korelasi positif dengan kepatuhan diet, dimana pasien yang sudah lama terkena DM telah memiliki banyak pengalaman sehingga kepatuhannya akan meningkat seiring dengan waktu. Didukung oleh penelitian Febriyanti & Yusri (2021) yang menyatakan bahwa responden yang tidak patuh dalam diet, lebih dari separoh (66,7%) memiliki dukungan keluarga yang kurang baik, sedangkan yang patuh dalam diet akan tetapi memiliki dukungan keluarga yang kurang baik yaitu 33,3%. Berdasarkan hasil uji chi-square menunjukkan faktor dukungan keluarga tidak berpengaruh terhadap kepatuhan penatalaksanaan diet dengan nilai  $p\text{-value} > 0.05$  yaitu  $p = 0,137$ , Sehingga dalam penelitian ini dapat disimpulkan bahwa dukungan keluarga tidak berhubungan dengan kepatuhan diet diabetes mellitus. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dukungan keluarga tidak membantu pasien dalam meningkatkan keyakinannya akan melakukan diet yang tepat. Berdasarkan latar belakang masalah diatas, tujuan penelitian untuk mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan kepatuhan diet pada pasien diabetes mellitus tipe II di RSUD Drs. H. Abu Hanifah Tahun 2024.

## **METODE**

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini penelitian kuantitatif dengan metode penelitian analitik observasional dengan rancangan penelitian menggunakan desain penelitian Cross Sectional. Penelitian ini telah dilaksanakan di poli penyakit dalam RSUD Drs. H. Abu Hanifah pada tanggal 7-28 Juni 2024. Populasi pada penelitian ini adalah pasien DM tipe II di RSUD Drs. H. Abu Hanifah Tahun 2023 sebanyak 1651 pasien. Sampel menggunakan rumus slovin didapatkan 105 responden, teknik sampling yang digunakan yaitu purposive sampling. Jenis data yang digunakan data primer dan sekunder diperoleh melalui kuesioner. Kuesioner dapat diakses melalui Google Form. Kuesioner karakteristik responden yang terdiri dari usia, jenis kelamin, pendidikan, dan lama menderita DM. Kuesioner motivasi diri menggunakan Treatment Self Regulation Questionnaire (TSRQ). Kuesioner dukungan keluarga dengan skala likert dengan pertanyaan positif. Kuesioner tentang kepatuhan diet DM tipe2 yang terdiri dari 18 pertanyaan. Data yang diperoleh diolah dengan beberapa tahap yaitu editing, tabulating, entry data dan data cleaning. Analisis penelitian berdasarkan analisa univariat dan analisa bivariat uji chi square.

## **HASIL**

Tabel 1 menunjukkan bahwa pasien DM yang berusia dewasa akhir berjumlah 61 orang (58,1%), lebih banyak dibanding pasien dewasa awal dan lansia. Pasien DM yang berjenis kelamin perempuan berjumlah sebanyak 63 orang (60%), lebih banyak dibandingkan dengan jenis kelamin laki-laki. Pasien DM yang pendidikannya SMA berjumlah 71 orang (67,6%),

lebih banyak dibanding pasien dengan pendidikan SD, SMP, D3, dan S1.

Tabel 1.  
Data Karakteristik Responden

Data Karakteristik	f	%
Usia		
Dewasa awal	20	19
Dewasa akhir	61	58,1
Lansia	24	22,9
Jenis kelamin		
Perempuan	63	60
Laki-laki	42	40
Pendidikan		
SD	4	3,8
SMP	9	8,6
SMA	71	67,6
D3	11	10,5
S1	10	9,5

Tabel 2.  
Analisa Univariat

Variabel	f	%
Motivasi diri		
Baik	45	42,9
Kurang	60	57,1
Lama menderita DM		
Lama	47	44,8
Baru	58	55,2
Dukungan keluarga		
Tinggi	45	42,9
Rendah	60	57,1
Kepatuhan diet		
Patuh	43	41
Tidak patuh	62	59

Tabel 2 diketahui bahwa dari 105 responden didapatkan hasil analisa univariat sebagai berikut: pasien DM yang memiliki motivasi yang kurang berjumlah 60 orang (57,1%), lebih banyak dibanding pasien yang motivasi dirinya baik. Pasien yang baru menderita DM berjumlah 58 orang (55,2%), lebih banyak dibanding pasien yang sudah lama menderita DM. Pasien yang dukungan keluarganya rendah berjumlah 60 orang (57,1%), lebih banyak dibanding pasien yang dukungan keluarganya tinggi. Pasien yang tidak patuh terhadap diet berjumlah 62 orang (59%), lebih banyak dibanding pasien yang patuh terhadap diet.

Tabel 3.  
Hubungan antara Motivasi Diri dengan Kepatuhan Diet pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe II

Motivasi diri	Kepatuhan diet				Total	ρ	POR CI 95%
	Patuh		Tidak				
	f	%	f	%			
Baik	41	91,1	4	8,9	45	100	297,250
Kurang	2	3,3	58	96,7	60	100	(51,973-17000,072)

Berdasarkan tabel 3 hasil uji statistik *Chi-square* didapatkan nilai p-value (0,000) < α (0,05), yang berarti ada hubungan antara motivasi diri dengan kepatuhan diet pada pasien diabetes

mellitus tipe II di RSUD Drs. H. Abu Hanifah Tahun 2024. Hasil analisis lebih lanjut diperoleh nilai *Prevalence Odds Ratio* (POR)= 297,250 yang berarti pasien yang motivasi dirinya baik memiliki kecenderungan 297,250 kali untuk patuh terhadap program diet dibandingkan dengan pasien yang motivasi dirinya kurang baik.

Tabel 4.  
Hubungan antara Lama Menderita DM dengan Kepatuhan Diet pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe II

Lama menderita DM	Kepatuhan diet				Total	p	POR CI 95%
	Patuh		Tidak				
	f	%	f	%			
Lama	40	85,1	7	14,9	47	100	104,762
Baru	3	5,2	55	94,8	58	100	(25,513-430,173)

Berdasarkan tabel 4 hasil uji statistik *Chi-square* didapatkan nilai p-value (0,000) <  $\alpha$  (0,05), yang berarti ada hubungan antara lama menderita DM dengan kepatuhan diet pada pasien diabetes mellitus tipe II di RSUD Drs. H. Abu Hanifah Tahun 2024. Hasil analisis lebih lanjut diperoleh nilai *Prevalence Odds Ratio* (POR)= 104,762 yang berarti pasien yang sudah lama menderita DM memiliki kecenderungan 104,762 kali untuk patuh terhadap program diet dibandingkan dengan pasien yang baru menderita DM.

Tabel 5.  
Hubungan antara Dukungan Keluarga dengan Kepatuhan Diet pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe II

Dukungan keluarga	Kepatuhan diet				Total	p	POR CI 95%
	Patuh		Tidak				
	f	%	f	%			
Tinggi	42	93,3	3	6,7	45	100	826,000
Rendah	1	1,7	59	98,3	60	100	(83,021-8218,125)

Berdasarkan tabel 5 hasil uji statistik *Chi-square* didapatkan nilai p-value (0,000) <  $\alpha$  (0,05), yang berarti ada hubungan antara dukungan keluarga dengan kepatuhan diet pada pasien diabetes mellitus tipe II di RSUD Drs. H. Abu Hanifah Tahun 2024. Hasil analisis lebih lanjut diperoleh nilai *Prevalence Odds Ratio* (POR)= 826,000 yang berarti pasien yang dukungan keluarganya tinggi memiliki kecenderungan 826 kali untuk patuh terhadap program diet dibandingkan dengan pasien yang dukungan keluarganya rendah.

## PEMBAHASAN

### Hubungan antara motivasi diri dengan kepatuhan diet pada pasien diabetes mellitus tipe II

Motivasi merupakan dorongan dari dalam diri yang digambarkan sebagai harapan, keinginan dan sebagainya yang bersifat menggerakkan individu untuk bertindak guna memenuhi kebutuhan (Kusumayanti, 2019). Kepatuhan diet diabetes adalah suatu bentuk ketaatan atau kedisiplinan yang berhubungan dengan diet yang sedang menjalankan diet bagi penderita diabetes mellitus. Kepatuhan terhadap diet diabetes bisa dipengaruhi oleh dukungan keluarga karena dukungan keluarga sangat penting bagi penderita diabetes dan keluarga yang baik juga ialah keluarga yang bisa memberi motivasi, dukungan penuh, dan memberikan kepedulian bagi penderita, maka dari itu penderita akan lebih bersemangat dan lebih termotivasi untuk sembuh dari penyakit yang dideritanya. Jika penderita diabetes mellitus lebih termotivasi maka penderita DM juga akan lebih patuh terhadap pelaksanaan diet DM (Choirunnisa, 2018).

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pasien yang patuh terhadap program diet lebih banyak ditemukan pada pasien DM dengan motivasi diri yang baik yaitu 41 orang (91,1%), dibandingkan dengan pasien DM yang motivasi dirinya kurang baik. Sedangkan pada pasien yang tidak patuh terhadap program diet lebih banyak ditemukan pada pasien DM dengan motivasi diri yang kurang baik yaitu 58 orang (96,7%). Hasil analisis data menggunakan uji *Chi-Square* didapatkan nilai  $p\text{-value}$   $(0,000) < \alpha$   $(0,05)$ , yang berarti ada hubungan antara motivasi diri dengan kepatuhan diet pada pasien diabetes mellitus tipe II di RSUD Drs. H. Abu Hanifah Tahun 2024.

Hal ini sesuai dengan penelitian Yulia (2020) bahwa pasien yang mempunyai dorongan motivasi yang kuat untuk sembuh akan menjadi suatu keinginan pribadi untuk mengikuti semua anjuran saat proses pengobatan dan aturan penyakit tersebut. Didukung penelitian Pujiastuti (2021) bahwa pasien pada diabetes mellitus tipe 2 sangat diperlukan motivasi yang tinggi ketika melaksanakan terapinya, sebab terapi yang dilakukan menimbulkan rasa bosan dan jenuh. Pengetahuan yang cukup bagi faktor pemicu dan akibat yang akan ditimbulkan penyakit DM tipe 2 dapat meningkatkan motivasi dalam melaksanakan terapi diet.

Sejalan dengan penelitian Suhartatik (2019) bahwa dalam mengatur pola makan pada penderita DM tidaklah mudah. Hal ini dikarenakan banyak jenis makanan yang dibatasi jumlah konsumsinya. Penderita DM memerlukan motivasi diri yang tinggi agar dapat berperilaku sehat melalui pengaturan diet guna mengontrol glukosa darah. Tanpa adanya motivasi diri, maka penderita akan berpotensi untuk tidak patuh dalam menjalani diet dan pengobatan DM. Tingkat motivasi pada penderita DM tidak hanya berasal dari diri penderita, namun juga dipengaruhi oleh dorongan keluarga dan tenaga kesehatan dalam mendampingi penderita ketika menjalani pengobatan.

Menurut asumsi peneliti, motivasi diri berhubungan erat dengan kepatuhan diet pada pasien diabetes melitus (DM) karena motivasi diri merupakan dorongan internal yang mempengaruhi individu untuk mengambil tindakan yang konsisten dalam mengelola kesehatannya. Pasien DM memerlukan disiplin dan komitmen yang tinggi untuk mengikuti rencana diet yang ketat guna mengendalikan kadar gula darah. Motivasi diri yang kuat membantu pasien untuk tetap berpegang pada aturan diet meskipun menghadapi godaan atau tantangan, seperti keinginan untuk mengonsumsi makanan yang tidak sehat. Selain itu, motivasi diri dapat meningkatkan kesadaran akan pentingnya menjaga pola makan yang sehat sebagai bagian integral dari pengelolaan diabetes, sehingga mendorong kepatuhan yang lebih baik terhadap rekomendasi diet yang diberikan oleh tenaga kesehatan.

### **Hubungan antara lama menderita DM dengan kepatuhan diet pada pasien diabetes mellitus tipe II**

Lamanya pasien menderita diabetes mellitus dikaitkan dengan komplikasi kronik yang menyertainya. Semakin lama pasien menderita diabetes mellitus dengan kondisi Hiperglikemia maka semakin tinggi kemungkinan terjadinya komplikasi kronik karena adanya kadar glukosa darah yang abnormal (Waspadji, 2019).

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pasien yang patuh terhadap program diet lebih banyak ditemukan pada pasien DM yang sudah lama menderita DM yaitu 40 orang (85,1%), dibandingkan dengan pasien DM yang baru menderita DM. Sedangkan pada pasien yang tidak patuh terhadap program diet lebih banyak ditemukan pada pasien DM yang baru menderita DM yaitu 55 orang (94,8%). Hasil analisis data menggunakan uji *Chi-Square* didapatkan nilai  $p\text{-value}$   $(0,000) < \alpha$   $(0,05)$ , yang berarti ada hubungan antara lama menderita

DM dengan kepatuhan diet pada pasien diabetes mellitus tipe II di RSUD Drs. H. Abu Hanifah Tahun 2024.

Sejalan dengan hasil penelitian Simbolon & Sartika (2019) menyatakan bahwa responden yang mengalami penyakit diabetes mellitus setelah bertahun-tahun, bisa menerima penyakit yang dialaminya sehingga pasien DM mempunyai tingkat penerimaan yang baik terhadap program perawatan diabetes mellitus termasuk praktik-praktik dalam menjalani diet makan dan minum, motivasi untuk sehat sehingga mengikuti kepatuhan diet. Lama sakit DM juga memiliki korelasi positif dengan kepatuhan diet, dimana pasien yang sudah lama terkena DM telah memiliki banyak pengalaman sehingga kepatuhannya akan meningkat seiring dengan waktu. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Nurdin (2021) menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara lama menderita Diabetes Mellitus tipe II dengan kepatuhan diet pada pasien. Hasil penelitian tersebut mengindikasikan bahwa pasien yang telah menderita DM lebih lama cenderung memiliki tingkat kepatuhan diet yang lebih tinggi dibandingkan dengan pasien yang baru didiagnosis. Hal ini diduga karena pasien yang telah lama menderita DM memiliki pemahaman yang lebih baik tentang pentingnya pengelolaan diet untuk mencegah komplikasi dan menjaga stabilitas kadar gula darah.

Peneliti berasumsi bahwa orang yang sudah lama menderita diabetes mellitus (DM) cenderung memiliki kepatuhan diet yang lebih baik karena mereka telah mengembangkan pemahaman yang lebih mendalam tentang pentingnya manajemen diet dalam mengendalikan penyakit mereka. Pengalaman jangka panjang dengan DM sering kali memberikan kesempatan untuk belajar dari percobaan dan kesalahan, serta menerima edukasi dan dukungan dari tenaga kesehatan. Pasien yang sudah lama menderita DM mungkin juga telah mengalami konsekuensi negatif dari ketidakpatuhan diet, seperti komplikasi kesehatan, yang kemudian memotivasi mereka untuk lebih disiplin dalam mengikuti rencana diet. Selain itu, kebiasaan diet yang sehat menjadi lebih terintegrasi dalam rutinitas harian mereka seiring berjalannya waktu, menjadikannya bagian tak terpisahkan dari gaya hidup mereka.

### **Hubungan antara dukungan keluarga dengan kepatuhan diet pada pasien diabetes mellitus tipe II**

Dukungan keluarga menurut Friedman et al (2020) adalah sikap, tindakan penerimaan keluarga terhadap anggota keluarganya, berupa dukungan informasional, dukungan penilaian, dukungan instrumental dan dukungan emosional. Jadi dukungan keluarga adalah suatu bentuk hubungan interpersonal yang meliputi sikap, tindakan dan penerimaan terhadap anggota keluarga, sehingga anggota keluarga merasa ada yang memperhatikan. Orang yang berada dalam lingkungan sosial yang suportif umumnya memiliki kondisi yang lebih baik dibandingkan rekannya yang tanpa keuntungan ini, karena dukungan keluarga dianggap dapat mengurangi atau menyangga efek kesehatan mental individu.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pasien yang patuh terhadap program diet lebih banyak ditemukan pada pasien DM yang memiliki dukungan keluarga yang tinggi yaitu 42 orang (93,3%), dibandingkan dengan pasien DM yang dukungan keluarganya rendah. Sedangkan pada pasien yang tidak patuh terhadap program diet lebih banyak ditemukan pada pasien DM yang dukungan keluarganya rendah yaitu 59 orang (98,3%). Hasil analisis data menggunakan uji *Chi-Square* didapatkan nilai *p-value*  $(0,000) < \alpha (0,05)$ , yang berarti ada hubungan antara dukungan keluarga dengan kepatuhan diet pada pasien diabetes mellitus tipe II di RSUD Drs. H. Abu Hanifah Tahun 2024. Hal ini sejalan dengan Misgiyanto & Susilawati (2019) bahwa dukungan keluarga adalah bantuan yang dapat diberikan kepada anggota keluarga lain berupa barang, jasa, informasi dan nasihat yang mampu membuat penerima dukungan akan merasa

disayang, dihargai, dan tenteram. Dukungan ini merupakan sikap, tindakan dan penerimaan keluarga terhadap penderita yang sakit. Anggota keluarga memandang bahwa orang yang bersifat mendukung akan selalu siap memberi pertolongan dan bantuan yang diperlukan. Dukungan keluarga yang diterima salah satu anggota keluarga dari anggota keluarga yang lainnya dalam rangka menjalankan fungsi-fungsi yang terdapat dalam sebuah keluarga. Bentuk dukungan keluarga terhadap anggota keluarga adalah secara moral atau material. Adanya dukungan keluarga akan berdampak pada peningkatan rasa percaya diri pada penderita dalam menghadapi proses pengobatan penyakitnya.

Didukung hasil penelitian Febriyanti & Yusri (2021) yang menyatakan bahwa responden yang tidak patuh dalam diet, lebih dari separoh (66,7%) memiliki dukungan keluarga yang kurang baik, sedangkan yang patuh dalam diet akan tetapi memiliki dukungan keluarga yang kurang baik yaitu 33,3%. Berdasarkan hasil uji chi-square menunjukkan faktor dukungan keluarga tidak berpengaruh terhadap kepatuhan penatalaksanaan diet dengan nilai *p-value* > 0.05 yaitu  $p = 0,137$ , Sehingga dalam penelitian ini dapat disimpulkan bahwa dukungan keluarga tidak berhubungan dengan kepatuhan diet diabetes mellitus. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dukungan keluarga tidak membantu pasien dalam meningkatkan keyakinannya akan melakukan diet yang tepat.

Peneliti berasumsi bahwa dukungan keluarga berhubungan erat dengan kepatuhan diet pada pasien diabetes melitus (DM) karena keluarga dapat memberikan lingkungan yang mendukung dan memotivasi pasien untuk mengikuti rencana diet yang direkomendasikan. Anggota keluarga yang peduli dan terlibat dapat membantu dalam perencanaan dan persiapan makanan yang sehat, sehingga memudahkan pasien untuk mematuhi pola makan yang tepat. Selain itu, dukungan emosional dari keluarga dapat meningkatkan kesejahteraan mental pasien, mengurangi stres, dan meningkatkan motivasi diri untuk menjaga diet yang sehat. Keluarga yang memahami kondisi DM dan turut berpartisipasi dalam gaya hidup sehat bersama pasien juga menciptakan rasa kebersamaan dan tanggung jawab kolektif, yang dapat memperkuat komitmen pasien terhadap kepatuhan diet.

## **SIMPULAN**

Hasil penelitian ini menunjukkan ada hubungan antara motivasi diri, lama menderita DM dan dukungan keluarga dengan kepatuhan diet pada pasien diabetes mellitus tipe II di RSUD Drs. H. Abu Hanifah Tahun 2024.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- American Diabetes Association. 2017. Standards of Medical Care in Diabetes 2017. Vol. 40. USA : ADA
- American Diabetes Association. 2020. Introduction : Standards of medical care in diabetes-2021. *Diabetes Care*, 44, 1–2. <https://doi.org/10.2337/dc21-Sint>
- Anggraini, R. B., & Prasillia, A. 2021. Hubungan Self care Terhadap Kualitas Hidup Pasien Diabetes Melitus : Study Literature. *Nursing Science Journal (NSJ)*, 2(2), 63–74.
- Arifin, & Damayanti, S. 2015. Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kepatuhan Dietdiabetes Melitus Tipe 2 Di Poli Penyakit Dalam RSUP Dr. Soeradji Tirtonegoroklaten. *Jurnal Keperawatan Respati*, 2(2), 54–66.
- Brunner & Suddrath. 2015. Keperawatan Medikal Bedah. Jakarta : EGC.
- Choirunnisa L. 2018. Hubungan Dukungan Keluarga dengan Kepatuhan Melakukan Kontrol

- Rutin pada Penderita Diabetes Mellitus di Surabaya. Skripsi. Program Studi Pendidikan Ners. Universitas Airlangga. Surabaya
- Dewi, T., & Amir, A. 2018. Kepatuhan Diet Pasien Dm Berdasarkan Tingkat. *Media Gizi Pangan*, 25(1), 55–63.
- Dinas Kesehatan Provinsi Kepulauan Bangk Belitung. 2022. Data Kejadian Diabetes Melitus di Provinsi Kepulauan Bangka Belitung tahun 2019- 2022.
- Febriyanti, & Yusri, V. 2021. Faktor Yang Berhubungan Dengan Kepatuhan Pasien Diabetes Melitus Dalam Diet Selama Masa Pandemi COVID 19. *Jurnal Menara Medika*, 3(2), 117–128. <https://doi.org/https://doi.org/10.31869/mm.v3i2.2439>
- Fowler, M. J. 2014. *Microvascular and Macrovascular Complications of Diabetes*, 26(2), pp. 77–82. doi: <http://dx.doi.org/10.2337/diaclin.26.2.77>
- Ilmah, F., & Rochmah, T. N. 2015. Kepatuhan Pasien Rawat Inap Diet Diabetes Mellitus Berdasarkan Teori Kepatuhan. *Jurnal Administrasi Kesehatan Indonesia*, 3(1), 356–369.
- Internasional Diabetes Federation (IDF). 2018. *Diabetic Atlas (Serial Online)*. Diunduh dari <http://.idf.org/idf-diabetes-atlas-seventh-edition>
- Isnaini, N. 2018. Faktor Risiko Mempengaruhi Kejadian Diabetes Mellitus Tipe 2, 14(1), pp. 59–68
- Kemendes RI. 2020. *Profil Kesehatan Indonesia 2020*. In *Profil Kesehatan Provinsi Bali*. <http://www.depkes.go.id/resources/download/pusdatin/profilkesehatanindonesia/Profil-Kesehatan-Indonesia-2020>
- Kemendes RI. 2021. *Profil Kesehatan Indonesia 2021*. In *Profil Kesehatan Provinsi Bali*. <http://www.depkes.go.id/resources/download/pusdatin/profilkesehatanindonesia/Profil-Kesehatan-Indonesia-2021>
- Manurung, R. D., & Panjaitan, C. 2020. *Gambaran Karakteristik Penderita Diabetes Mellitus yang Berobat Jalan ke Poli Interna RSUP H. Adam Malik Medan Tahun 2019*. Poltekkes Kemenkes Medan. <http://ecampus.poltekkes-medan.ac.id>
- Misgiyanto, & Susilawati D. 2014. Hubungan antara dukungan keluarga dan tingkat kecemasan penderita Hipertensi. *Jurnal Keperawatan*
- Norita. 2019. Perbedaan Level Pengetahuan dan Sikap Pada Kepatuhan Diet Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 dipoliklinik Khusus Penyakit Dalam Rsup Dr. M. Djamil Padang. Dipetik 11 8, 2021, dari <http://scholar.unand.ac.id/21784/>
- PERKENI. 2015. *Konsensus Pengelolaan Dan Pencegahan Diabetes Mellitus Tipe 2 Di Indonesia tahun 2015*.
- Pujiastuti, E. 2017. Hubungan Pengetahuan Dan Motivasi Dengan Kepatuhan Diet Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe Ii Di Poliklinik Penyakit Dalam Rsd Dr. Soehadi Prijonegoro Sragen.
- Ramadhani, Q. A. N. 2019. Perbedaan Kadar Glukosa Darah Sewaktu Menggunakan Serum Dan Plasma Edta. *JPP (Jurnal Kesehatan Poltekkes Palembang)*, 14(2), hal. 80–84. doi: 10.36086/jpp.v14i2.407.

- Rekam Medis RSUD Abu Hanifah. 2023. Data Pasien Diabetes Melitus.
- Riskesdas. 2018. Riset Kesehatan Dasar. Badan Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan Departemen Kesehatan Republik Indonesia, Jakarta.
- Riskesdas. 2013. Riset Kesehatan Dasar. Badan Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan Departemen Kesehatan Republik Indonesia, Jakarta.
- Riskesdas. 2007. Riset Kesehatan Dasar. Badan Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan Departemen Kesehatan Republik Indonesia, Jakarta.
- Riwu, M., Subarnas, A., & Lestari, K. 2015. Korelasi faktor usia, cara minum, dan dosis obat metformin terhadap risiko efek samping pada penderita diabetes melitus tipe 2. *Jurnal Farmasi Klinik Indonesia*, 4(3), 151-161.
- Simbolon, Y. I., Triyanti, & Sartika, R. A. 2019. Faktor-Faktor yang Berhubungan Dengan Kepatuhan Diet Pada Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 di Puskesmas Kecamatan Pasar Minggu Tahun 2018. *Jurnal Kesehatan Komunitas*, 110-117.
- Smeltzer, S.C. dan B.G Bare. 2015. *Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah* Brunner & Suddarth. Jakarta : EGC
- Soelistijo, S. A., Novida, H., Rudijanto, A., Soewondo, P., Suastika, K., Manaf, A., Sanusi, H., Lindarto, D., Sahab, A., Pramono, B., Langi, Y. A., P., D., Soetedjo, N. N., Saraswati, M. R., Yuwono, A., Sasiarini, L., S., & Sucipto, K. W., & Zufry, H. 2020. Pedoman Pengelolaan dan Pencegahan Diabetes Melitus Tipe 2 Dewasa di Indonesia 2015. (2015). PB PERKENI. In *Global Initiative for Asthma*.
- Suhartatik, S. 2022. Faktor-faktor yang mempengaruhi tingkat kepatuhan diet penderita diabetes mellitus. *Healthy Tadulako journal (Jurnal kesehatan tadulako)*, 8(3), 148-156.
- Sukmaning Ayu, D. U., & Lestari, M. D. 2018. Peran Dukungan Sosial Dan Penerimaan Diri Pada Status Diabetes Melitus Tipe II Terhadap Kepatuhan Menjalani Diet Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe II Berusia Dewasa Madya Di Rumah Sakit Umum Daerah Wangaya Kota Denpasar. *Psikologi Udayana*, 5(2), 410–423.
- Teixeira, Lemos, T. Nunes F. Reis, F. 2016. Regular Physical Exercise Training Assists Inpreventing Type 2 Diabetes Development: Focuson its Antioxidant and Anti-inflammatory Properties. *Cardio Vascular Diabetology*. Volume 10. Nomor 12. 2011: 1-15.
- Wiardani, N. K. 2015. Hubungan Antara Tingkat Kepatuhan Diet dengan Kadar Glukosa dan Kolestrol Darah Pada Penderita DM Tipe 2 Di RSUP Sanglah Denpasar. *Jurnal Ilmu Gizi*, Volume 6 Nomor 2, 128-134
- Wirnasari, A. Tumanggor. 2019. Hubungan Self Care dengan Kualitas Hidup Pasien Diabetes Melitus di Rumah Sakit Santa Elisabeth Medan. *Skripsi. Program Studi Ners Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Santa Elisabeth Medan*
- World Health Organization. 2020. *Global Report on Diabetes*.
- World Health Organization. 2022. *Global Report on Diabetes*.