Jurnal Surya Medika (JSM)

http://journal.umpalangkaraya.ac.id/index.php/jsm

Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kepatuhan Menjalankan Diet pada Penderita Diabetes Mellitus Tipe II di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Kayon Kota Palangka Raya

Factors Affecting Dietary Adherence in Diabetics Type II Mellitus in the Working Area UPTD Puskesmas Kayon Palangka Raya City

Selvita Clara [1*]

Melisa Frisilia [2]

Winei Handriani [3]

Program Studi Kesehatan Masyarakat, STIKES Eka Harap, Palangka Raya, Kalimantan Tengah, Indonesia

*email: selvitaclara@gmail.com

Abstrak

Diabetes mellitus merupakan penyakit umum yang sering terjadi di masyarakat ditandai dengan hiperglikemia karena kelainan sekresi insulin, kerja insulin, atau keduanya. Dari data menunjukan bahwa terjadi penurunan angka penderita diabetes mellitus pada setiap tahunnya. Salah satul angkah yang dapat dilakukan untuk menghambat dan mencegah terjadinya komplikasi yaitu melalui Terapi Nutrisi Medis (TNM) dan aktivitas fisik. Untuk mengetahui faktor yang mempengaruhi kepatuhan menjalankan diet pada penderita diabetes mellitus tipe II di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Kayon Kota Palangka Raya. Penelitian korelasional dengan desain penelitian *Cross Sectional*. Sampel pada penelitian berjumlah 68 penderita diabetes mellitus tipe II di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Kayon Kota Palangka Raya. Teknik pengambilan sampel menggunakan *Accidental Sampling*. Analisis data menggunakan uji *Chi Square*. Faktor yang berpengaruh dengan kepatuhan diet diabetes mellitus tipe II adalah Pendidikan (*p value*=.049), dukungan keluarga (*p value*=.029), pengetahuan (*p value*=.020) dan faktor yang tidak berpangaruh adalah lama menderita (*p value=.265*). Faktor tersebut merupakan faktor yang dapat mempengaruhi dalam meningkatkan kepatuhan diet pada penderita diabetes mellitus tipe II di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Kayon Kota Palangka Raya. Adanya pengaruh pendidikan, dukungan keluarga dan pengetahuan dalam menjalankan diet diabetes mellitus tipe II merupakan faktor yang mempengaruhi kepatuhan diet di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Kayon Kota Palangka Raya. Diharapkan mempunyai pendidikan dan pengetahuan yang baik serta menciptakan lingkungan keluarga yang mendukung dan memotivasi dalam menjalankan diet dapat membantu untuk mengelola kondisi kesehatan.

Kata Kunci:
Kepatuhan
Diet
Diabetes Mellitus Type II

Keywords:
Compliance
Diet
Type II Diabetes Mellitus

Abstract

Diabetes mellitus is a common disease that often occurs in the community characterized by hyperglycemia due to abnormalities in insulin secretion, insulin action, or both. The data shows that there is a decrease in the number of people with diabetes mellitus every year. One of the steps that can be taken to inhibit and prevent complications is through Medical Nutrition Therapy (TNM) and physical activity. To determine the factors that affect dietary compliance in patients with type II diabetes mellitus in the Working Area of UPTD Kayon Health Center, Palangka Raya City. Correlational research with Cross Sectional research design. The sample in the study amounted to 68 patients with type II diabetes mellitus in the Working Area of the UPTD Kayon Health Center, Palangka Raya City. The sampling technique uses Accidental Sampling. Data analysis using the Chi Square test. The factors that affected dietary adherence to type II diabetes mellitus were education (p value=.049), family support (p value=.029), knowledge (p value=.020) and non-influencing factors were the duration of suffering (p value=.265). This factor is a factor that can affect in increasing dietary compliance in patients with type II diabetes mellitus in the Working Area of the UPTD Kayon Health Center, Palangka Raya City. The influence of education, family support and knowledge in carrying out the type II diabetes mellitus diet is a factor that affects dietary compliance in the Working Area of UPTD Kayon Health Center, Palangka Raya City. It is expected to have good education and knowledge and create a supportive and motivating family environment in carrying out a diet can help to manage health conditions.

© 2025 The Authors. Published by Institute for Research and Community Services Universitas Muhammadiyah Palangkaraya. This is Open Access article under the CC-BY-SA License (http://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/). DOI: https://doi.org/10.33084/jsm.v11i3.11948

PENDAHULUAN

Penyakit diabetes mellitus merupakan salah satu jenis penyakit tidak menular yang umum terjadi di masyarakat. Diabetes mellitus merupakan sekelompok penyakit metabolik yang ditandai dengan hiperglikemia karena kelainan sekresi insulin, kerja insulin, atau keduanya. Hiperglikemia adalah suatu kondisi medik berupa peningkatan kadar glukosa dalam darah melebihi batas normal. Hiperglikemia menjadi salah satu tanda khas penyakit diabetes mellitus, meskipun juga mungkin didapatkan pada beberapa keadaan lain (Soelistijo, *et al*, 2020). Diabetes mellitus tipe II juga dikenal sebagai *silent killer* apabila tidak dikelola dengan baik sebab penyakit ini dapat menyerang semua organ tubuh dan menimbulkan berbagai penyakit, seperti penglihatan kabur, katarak, penyakit jantung, penyakit ginjal, impotensi seksual, luka yang sulit diobati. Infeksi paru-paru, penyakit pembuluh darah,stroke,dan lain sebagainya (Fatimah, 2019).

Kepatuhan diet pada penderita diabetes mellitus tipe II merupakan suatu keyakinan dan mengikuti rekomendasi diet untuk penderita diabetes yang diberikan oleh petugas kesehatan, kepatuhan diet adalah kunci dalam keberhasilan penatalaksanaan diabetes mellitus tipe II (Simbolon *et a,* 2019). Kepatuhan diet pada penderita diabetes mellitus tipe II berperan penting dalam menstabilkan kadar gula darah, dan kepatuhan itu sendiri sangat penting dalam mengembangkan rutinitas yang dapat membantu pasien mengikuti rencana makan pasien (Simbolon *et al,* 2019). Pasien yang tidak mematuhi terapi diet dapat menyebabkan kadar gula darah tidak terkontrol.

Berdasarkan data *World Health Organization* (WHO, 2022), sekitar 422 juta orang di dunia menderita diabetes mellitus. Berdasarkan data yang dipublikasikan oleh *World Health Organization* (WHO), diabetes akan menjadi salah satu dari 10 besar penyebab kematian di seluruh dunia pada tahun 2022. *International Diabetes Federation* (IDF, 2021) menyatakan Indonesia berada di list ketujuh dunia sesudah China, India, Amerika Serikat, Pakistan, Brazil, serta Meksiko, terdapat sekitar 10,7 juta pasien diabetes antara usia 20 dan 79 tahun. (Kementerian Kesehatan RI, 2020) melaporkan bahwa Indonesia ada pada urutan ke 7 atas 10 negara dengan total 10,7 juta penderita diabetes mellitus, dan juga sebanyak 1,5 juta orang meninggal akibat Diabetes Mellitus.

Berdasarkan data *International Diabetes Federation* (IDF) 2021 jumlah penderita diabetes mellitus tipe II di Indonesia sebanyak 17,5 juta jiwa. Indonesia berstatus waspada diabetes mellitus karena menempati urutan ke-7 dari 10 negara dengan jumlah pasien diabetes tertinggi. Prevalensi pasien pengidap diabetes di Indonesia mencapai 6,2%, yang artinya ada lebih dari 10,8 juta orang menderita diabetes per tahun 2020 (IDF,2021). Di Indonesia kejadian diabetes tertinggi pada DKI Jakarta (3,4%), terendah di Nusa Tenggara Timur (0,9%) (Riskesdas, 2021).

Jumlah penderita diabetes mellitus di Provinsi Kalimantan Tengah tahun 2019 berdasarkan laporan profil Kesehatan kabupaten/kota berjumlah 74.405 orang. Untuk Kota Palangka Raya diabetes mellitus tipe II masuk ke kasus 10 penyakit terbanyak yaitu dengan jumlah penderita sebanyak 1.581 pada tahun 2021. Jumlah penderita diabetes mellitus tipe II meningkat dari tahun sebelumnya menjadi 14.884 jiwa penderita diabetes mellitus tipe II pada tahun 2022, pada tahun 2023 jumlah penderita diabetes mellitus tipe II meningkat menjadi 15.994 jiwa (Dinas Kesehatan Kota Palangka Raya,2023).

Berdasarkan data laporan tahunan mengenai penyakit diabetes mellitus di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Kayon ditemukan kasus penderita diabetes mellitus pada tahun 2021 dengan jumlah penderita diabetes mellitus sebanyak 1.306 jiwa, pada tahun 2022 dengan jumlah penderita 993 jiwa dan pada tahun 2023 dengan jumlah penderita 864 jiwa. Pada bulan Oktober-Desember tahun 2023 terdapat sebanyak 214 jiwa

penderita diabetes mellitus dengan usia >20 tahun yang datang ke UPTD Puskesmas Kayon untuk menjalani pengobatan.

Penelitian yang dilakukan oleh Siti Suhartatik 2022 tentang "Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Tingkat Kepatuhan Diet Penderita Diabetes Mellitus" didapatkan hasil analisis bahwa faktor-faktor tersebut meliputi pendidikan, pengetahuan, pekerjaan, pendapatan, dukungan keluarga, dukungan tenaga kesehatan dan motivasi diri. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara beberapa faktor diatas dengan kepatuhan diet pada pasien diabetes mellitus.

Sejalan dengan penelitian Fauziah Septian Utami Nasution dkk, tentang "Determinan Kepatuhan Menjalankan Diet Pada Penderita Diabetes Mellitus Tipe II Di Puskesmas Laut Tador Kabupaten Batubara Tahun 2022" hasil penelitian bahwa ada hubungan pengetahuan dengan kepatuhan menjalankan diet pada penderita diabetes mellitus tipe II. Tidak ada hubungan sikap dengan kepatuhan menjalankan diet pada penderita diabetes mellitus tipe II. Ada hubungan dukungan keluarga dengan kepatuhan menjalankan diet pada penderita diabetes mellitus tipe II. Tidak ada hubungan dukungan tenaga kesehatan dengan kepatuhan menjalankan diet pada penderita diabetes mellitus tipe II. Ada hubungan lama menderita diabetes mellitus tipe II dengan kepatuhan menjalankan diet pada penderita diabetes mellitus tipe II. Dukungan keluarga merupakan faktor paling dominan yang berhubungan dengan kepatuhan diet penderita diabetes mellitus tipe II.

Dari data tersebut menunjukan bahwa terjadi penurunan angka penderita diabetes mellitus pada tahun setiap tahunnya. Walaupun ada penurunan masih perlu untuk diperhatikan karena dapat menyebabkan penyakit jantung, stroke, penyakit ginjal, kebutaan, dan kerusakan saraf di kaki. Penyakit diabetes mellitus tidak dapat disembuhkan, namun dengan pengendalian melalui pengelolaan diet diabetes mellitus dapat mencegah terjadinya komplikasi (Pardede *et al*, 2017). Kendala utama pada pengelolan diet diabetes mellitus adalah timbulnya ketidakpatuhan yang disebabkan oleh kejenuhan pasien terhadap pola diet yang serba dibatasi. Ketidakpatuhan pasien diabetes mellitus terhadap diet dapat berdampak negatif terhadap kesehatannya jika makanan yang dikonsumsi tidak dikontrol (Fauzia *et al*, 2013).

Berdasarkan survey pendahuluan diketahui bahwa di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Kayon masih terdapat beberapa penderita diabetes mellitus yang tidak patuh menjalankannya diet. Banyak dari mereka mungkin merasa sulit untuk mengubah kebiasaan makan atau mungkin tidak menyadari pentingnya mengontrol pola makan untuk mengelola kondisi mereka. Metode yang digunakan berupa wawancara pada pasien atau penderita diabetes mellitus yang datang ke Puskesmas untuk menjalani pengobatan.

Salah satu langkah yang dapat dilakukan untuk menghambat dan mencegah terjadinya komplikasi diabetes mellitus yaitu melalui Terapi Nutrisi Medis (TNM) dan aktivitas fisik dengan/tanpa adanya *intervens farmakologis* dari obat *antihiperglikemia*. Terapi diet merupakan terapi utama yang akan dilakukan dalam penatalaksanaan diabetes mellitus. Prinsip terapi diet pada pasien diabetes mellitus meliputi makanan seimbang dengan jumlah kalori yang sesuai kondisi tubuh, ketepatan waktu makan dan jenis makanan yang dikonsumsi terutama bagi pasien yang menggunakan insulin. Terapi diet ini membantu kontrol metabolik, lipid dan tekanan darah dalam tubuh. Keberhasilan Terapi Nutrisi Medis (TNM) pada pasien diabetes mellitus dapat diukur dengan menggunakan indikator kepatuhan diet. Kepatuhan diet merupakan kesamaan perilaku individu dengan rekomendasi yang diberikan oleh tenaga kesehatan yang berkaitan dengan pengaturan pola makan dan pembatasan-pembatasan tertentu, namun dalam pelaksanaannya, kepatuhan diet sangat sulit untuk dilaksanakan. Banyak penderita

diabetes mellitus tipe II menyatakan kurang memahami tentang apa yang harus dikonsumsikan dan yang tidak boleh dikonsumsikan dan ada juga yang tidak mampu menahan keinginan mereka terhadap makanan-makanan yang sering mereka makan sebelumnya, sehingga penyakit yang mereka alami tidak berkurang.

Berdasarkan latar belakang yang terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi kepatuhan diet pada pasien diabetes mellitus. Dalam penelitian ini peneliti tertarik untuk mengambil judul mengenai "Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kepatuhan Diet Pada Penderita Diabetes Mellitus Tipe II di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Kayon".

METODOLOGI

Penelitian korelasional dengan desain penelitian yang digunakan adalah *cross sectional* untuk menentukan prevalensi, dimana prevalensi sama dengan jumlah kasus dalam suatu populasi pada titik waktu tertentu. Dalam pendekatan ini, semua variabel yang diamati diukur pada saat yang sama. Populasi dalam penelitian ini adalah pasien rawat jalan yang didiagnosis diabetes mellitus tipe II dan sedang menjalani pengobatan di Puskesmas Kayon sebanyak 214 orang.

Dalam Penelitian ini, digunakan metode *Accidental sampling*.Sampel yang diambil adalah pasien rawat jalan yang didiagnosis diabetes mellitus tipe II dan menjani pengobatan di Puskesmas Kayon sebanyak 68 orang yang memenuhi kriteria inklusi dan ekslusi. Adapun data yang diteliti di dapat dari data primer berupa hasil jawaban kuesioner yang dijawab oleh responden dan diolah dengan menggunakan aplikasi SPSS dengan analisis univariat dan bivariat.

HASIL DAN PEMBAHASAN

HASIL PENELITIAN

Data Umum

Tabel I. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

No.	Jenis Kelamin	Frekuensi	Persentase (%)
1.	Laki-laki	13	19,1
2.	Perempuan	55	80,9
Total		**68**	**100**

Sumber: Data Primer

Berdasarkan tabel diketahui bahwa distribusi frekuensi responden berdasarkan jenis kelamin paling banyak adalah berjenis kelamin perempuan dengan jumlah 55 responden (80,9%).

Tabel II. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Usia

No.	Usia	Frekuensi	Persentase (%)
1.	20-40 Tahun	1	1,5
2.	41-50 Tahun	33	48,5
3.	51-60 Tahun	15	22,1
4.	61-70 Tahun	19	27,9
Total		**68**	**100**

Sumber: Data Primer

Berdasarkan tabel diketahui bahwa distribusi frekuensi responden berdasarkan usia paling banyak adalah 41-50 tahun dengan jumlah 33 responden (48,5%).

Tabel III. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pekerjaan

No.	Pekerjaan	Frekuensi	Persentase (%)
1.	IRT	42	61,8
2.	PNS	5	7,4
3.	Petani	2	2,9
4.	Pensiun	9	13,2
5.	Swasta	10	14,7
Total		**68**	**100**

Sumber: Data Primer

Berdasarkan tabel diketahui bahwa distribusi frekuensi responden berdasarkan pekerjaan paling banyak adalah sebagai Ibu Rumah Tangga (IRT) yaitu dengan jumlah 42 responden (61,8%).

Analisis Univariat

Tabel IV. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pendidikan

No.	Pendidikan	Frekuensi	Persentase (%)
1.	Pendidikan Tinggi	62	91,2
2.	Pendidikan Rendah	6	8,8
Jumlah		**68**	**100**

Sumber: Data Primer

Berdasarkan tabel diketahui bahwa distribusi frekuensi responden berdasarkan pendidikan paling banyak berpendidikan tinggi (SMA-PT) dengan jumlah 62 responden (91,2%).

Tabel V. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Lama Menderita

No	Lama Menderita	Frekuensi	Persentase (%)
1.	>5 Tahun	18	26,5
2.	≤5 Tahun	50	73,5
Jumlah		**60**	**100**

Sumber: Data Primer

Berdasarkan tabel diketahui bahwa distribusi frekuensi responden berdasarkan lama menderita paling banyak adalah ≤5 tahun dengan jumlah 50 responden (73,5%).

Tabel VI. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Dukungan Keluarga

No.	Dukungan Keluarga	Frekuensi	Persentase (%)
1.	Mendukung	55	80,9
2.	Tidak Mendukung	13	19,1
Jumlah		**68**	**100**

Sumber: Data Primer

Berdasarkan tabel diketahui bahwa distribusi frekuensi responden berdasarkan dukungan keluarga paling banyak berpengaruh diberi dukungan keluarga dengan jumlah 55 responden (80,9%).

Tabel VII. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pengetahuan

No.	Pengetahuan	Frekuensi	Persentase (%)
1.	Baik	60	88,2
2.	Kurang Baik	8	11,8
Jumlah		**68**	**100**

sumber: Data Primer

Berdasarkan tabel diketahui bahwa distribusi frekuensi responden berdasarkan tingkat pengetahuan paling banyak adalah berpengetahuan baik dengan jumlah 60 responden (88,2%).

Tabel VIII. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Kepatuhan Diet

No.	Kepatuhan diet	Frekuensi	Persentase (%)
1.	Patuh	57	83,8
2.	Tidak Patuh	11	16,2
Jumlah		**68**	**100**

Sumber: Data Primer

Berdasarkan tabel diketahui bahwa distribusi frekuensi responden paling banyak yaitu patuh sebanyak 57 responden (83,8%).

Analisis Bivariat

Tabel IX. Pengaruh Pendidikan Dengan Kepatuhan Diet Pada Penderita Diabetes Mellitus Tipe II

			Kepatuhan Diet			Nilai ρ. *Value*
			Patuh	Tidak Patuh	Total	
Tingkat Pendidikan	Pendidikan Tinggi	Jumlah	54	8	62	
		% Kepatuhan Diet	79,4%	11,8%	91.2%	
	Pendidikan Rendah	Jumlah	3	3	6	.049
		% Kepatuhan Diet	4,4%	4,4%	8.8%	
Total			57	11	68	
			100%	100%	100%	

Sumber: Data Primer

Berdasarkan hasil uji Statistik *Chi Square* diperoleh nilai *p value*=0,049<0,05 yang artinya ada pengaruh yang signifikan antara pendidikan dengan kepatuhan diet pada penderita diabetes mellitus tipe II di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Kayon Kota Palangka Raya.

Tabel X. Pengaruh Lama Menderita Dengan Kepatuhan Diet Pada Penderita Diabetes Mellitus Tipe II

			Kepatuhan Diet			Nilai ρ. *Value*
			Patuh	Tidak Patuh	Total	
Lama Menderita	>5 Tahun	Jumlah	17	1	18	.265
		% Kepatuhan Diet	25,0%	1,5%	100%	
	≤5 Tahun	Jumlah	40	10	50	
		% Kepatuhan Diet	58,8%	14,7%	100%	
Total			57	11	68	
			100%	100%	100%	

Sumber: Data Primer

Berdasarkan hasil uji Statistik *Chi Square* diperoleh nilai *p value*=.265>0,05 yang artinya tidak ada pengaruh yang signifikan antara lama menderita dengan kepatuhan diet pada penderita diabetes mellitus tipe II di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Kayon Kota Palangka Raya.

Tabel XI. Pengaruh Dukungan Keluarga Dengan Kepatuhan Diet Pada Penderita Diabetes Mellitus Tipe II

			Kepatuhan Diet			Nilai ρ. *Value*
			Patuh	Tidak Patuh	Total	
Dukungan Keluarga	Mendukung	Jumlah	49	6	55	.029
		% Kepatuhan Diet	72,1%	8,8%	100%	
	Tidak Mendukung	Jumlah	8	5	13	
		% Kepatuhan Diet	11,8%	7,4%	100%	
Total			57	11	68	
			100%	100%	100%	

Sumber: Data Primer

Berdasarkan hasil uji Statistik *Chi Square* diperoleh nilai *p value*=0,029<0,05 yang artinya ada pengaruh yang signifikan antara dukungan keluarga dengan kepatuhan diet pada penderita diabetes mellitus tipe II di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Kayon Kota Palangka Raya.

Tabel XII. Pengaruh Pengetahuan Dengan Kepatuhan Diet Pada Penderita Diabetes Mellitus Tipe II

			Kepatuhan Diet			Nilai ρ. *Value*
			Patuh	Tidak Patuh	Total	
Pengetahuan	Baik	Jumlah	53	7	60	.020
		% Kepatuhan Diet	77,9%	10,3%	88,2%	
	Kurang Baik	Jumlah	4	4	8	
		% Kepatuhan Diet	5,9%	5,9%	11,8%	
Total			57	11	68	
			100%	100%	100%	

Sumber: Data Primer

Berdasarkan hasil uji Statistik *Chi Square* diperoleh nilai *p value*=0,20<0,05 yang artinya ada pengaruh yang signifikan antara tingkat pengetahuan dengan kepatuhan diet pada penderita diabetes mellitus tipe II di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Kayon Kota Palangka Raya.

PEMBAHASAN

Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin, Usia dan Pekerjaan

Berdasarkan karakteristik responden dalam penelitian ini didapatkan bahwa jenis kelamin responden paling banyak yaitu perempuan dengan jumlah 55 responden (80,9%). Perempuan dapat lebih rentan terkena diabetes mellitus tipe II karena gaya hidup seperti pola makan yang kurang sehat dan aktivitas fisik yang kurang dapat menyebabkan penambahan berat badan dan resistensi insulin. Gaya hidup sehat dengan pola makan seimbang, rutin berolahraga, mengelola stres dan tidur yang cukup dapat membantu mengurangi risiko diabetes mellitus tipe II.

Pada usia responden yang didapatkan paling banyak berusia 41-50 tahun dengan jumlah 33 responden (48,5%). Usia seseorang dapat mempengaruhi perilakunya dalam menjalani kehidupan sehari-hari dan dalam bekerja. Seiring bertambahnya usia sel-sel tubuh menjadi kurang responsif terhadap insulin yang dikenal sebagai resistensi insulin. Kebiasaan gaya hidup yang tidak sehat seperti pola makan dan kurang beraktivitas fisik sering kali menumpuk selama bertahun-tahun dan berkontribusi pada risiko diabetes mellitus tipe II. Seiring bertambahnya usia risiko penyakit peyerta seperti hipertensi juga sering terkait dengan diabetes mellitus tipe II.

Berdasarkan pekerjaan responden yang didapatkan paling banyak bekerja sebagai Ibu Rumah Tangga (IRT) dengan jumlah 42 responden (61,8%). Meskipun pekerjaan Ibu Rumag Tangga (IRT) bisa melelahkan, aktivitas fisik tersebut mungkin tidak mencukupi sebagai latihan fisik yang dianjurkan. Ibu Rumah Tangga (IRT) memiliki waktu yang sedikit untuk diri sendiri termasuk untuk berolahraga atau memeriksa kesehatan karena mengurus rumah tangga.

Tingkat Pendidikan Terhadap Kepatuhan Diet Pada Penderita Diabetes Mellitus Tipe II

Penelitian yang dilakukan pada penderita diabetes mellitus tipe II di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Kayon menunjukan hasil penelitian pada 68 responden didapatkan 62 responden (91,2%) yang berpendidikan tinggi diantaranya SMA sebanyak 34 responden (50,0%) dan Perguruan Tinggi (PT) sebanyak 28 responden (41,2%) dan terdapat 6 responden (8,8%) yang berpendidikan rendah yaitu SMP.

Tingkat pendidikan menjadi salah satu faktor yang berpengaruh terhadap perubahan sikap dan perilaku hidup sehat. Pendidikan adalah proses pembentukan karakter dan pemberian pengalaman untuk memperbaiki kehidupan sosial (John Dewey, 2023). Pernyataan ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Wiwin A Muhammad, dkk (2022) yang menyimpulkan bahwa faktor pendidikan merupakan salah satu variabel yang memiliki hubungan signifikan dengan pengetahuan penderita diabetes mellitus tipe II. Orang dengan pendidikan tinggi memiliki banyak pengetahuan tentang kesehatan.

Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Siti Yulia (2015) yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara tingkat pendidikan dengan kepatuhan dalam menjalankan diet pada penderita diabetes mellitus tipe 2 di Puskesmas Kedungmundu Kota Semarang tahun 2015. Dari hasil analisis penelitian ini, maka peneliti berpendapat bahwa tingkat pendidikan menjadi suatu latar belakang penting yang mempengaruhi pemahaman seseorang terhadap informasi penanganan diabetes mellitus tipe II.

Pendidikan merupakan proses untuk mengubah tata laku dan sikap seseorang, selain itu usaha untuk mendewasakan manusia melalui upaya pelatihan dan pembelajaran, maka dapat di artikan sebagai sebuah visi pendidikan yaitu dalam mencerdaskan manusia.Tingkat pendidikan seseorang dalam menyerap informasi yang akan berkaitan dengan perubahan gaya hidup atau pola hidupnya. Tingkat pendidikan individu juga berpengaruh terhadap kemampuan dalam memahani sesuatu yang baru dan semakin baik pula dalam memotivasi diri sehingga menimbulkan adanya perubahan tingkah laku ke arah yang lebih baik. Dalam hal ini perubahan yang dimaksud adalah kepatuhan dalam menjalankan diet. Hal ini dikarenakan pendidikan merupakan pondasi utama yang menentukan keberhasilan dalam menjalani pengobatan.

Lama Menderita Terhadap Kepatuhan Diet Pada Penderita Diabetes Mellitus Tipe II

Penelitian yang dilakukan pada penderita diabetes mellitus tipe II di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Kayon menunjukan hasil penelitian pada 68 responden didapatkan 18 responden (26,5%) yang >5 tahun menderita diabetes mellitus tipe II dan terdapat 50 responden (73,5%) yang ≤5 tahun menderita diabetes mellitus tipe II.

Lama sakit ini berhubungan dengan usia pertama kali penderita terdiagnosa diabetes mellitus, semakin muda usia penderita terdiagnosa diabetes mellitus maka semakin lama penderita akan menanggung sakit dan saat ini (Syafputri, 2012). Diabetes dapat menimpa usia berapa saja, meski paling banyak menimpa orang berusia di atas 40 tahun. Sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Bertalina (2016) menunjukkan tidak adanya hubungan yang bermakna antara lama sakit dengan tingkat kepatuhan diet pada pasien Diabetes Mellitus tipe II di RSUD Dr. H. Abdul Moeloek Provinsi Lampung Tahun 2016.

Dari hasil penelitian ini terdapat bahwa responden dengan durasi lama menderita diabetes mellitus tipe II sudah memiliki pengalaman dalam mengelola kondisi kesehatan mereka serta belajar dari rasa sakit yang telah di alami sehingga tidak ada pengaruh lamanya menderita dengan kepatuhan diet diabetes mellitus. Lama menderita merupakan rentang waktu antara diagnosis pertama pasien dengan waktu sekarang yang dinyatakan dalam tahun. Hal ini bisa terjadi karena perubahan gaya

hidup dan kurang memperhatikan makanan yang dikonsumsi serta aktivitas yang kurang.

Dukungan Keluarga Terhadap Kepatuhan Diet Pada Penderita Diabetes Mellitus Tipe II

Penelitian yang dilakukan pada penderita diabetes mellitus tipe II di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Kayon menunjukan hasil penelitian pada 68 responden didapatkan 55 responden (80,9%) yang mendapatkan dukungan dari keluarga dan terdapat 13 responden (19,1%) yang kurang mendapatkan dukungan dari keluarga.

Menurut Friedman (dalam Bangun & Jatnika 2020), keluarga adalah dua atau lebih dari dua individu yang tergabung karena hubungan darah, hubungan perkawinan atau pengangkatan dan mereka hidup dalam satu rumah tangga, berinteraksi satu sama lain dan didalam perannya masing-masing menciptakan serta mempertahankan kebudayaan. Keluarga merupakan sekumpulan orang yang dihubungkan oleh ikatan perkawinan, adopsi, kelahiran yang bertujuan menciptakan dan mempertahankan budaya yang umum, meningkatkan perkembangan fisik, mental, emosional dan soaial dari tiap anggota. Keluarga merupakan aspek terpenting dalam unit terkecil dalam masyarakat, penerima asuhan,kesehatan anggota keluarga dan kualitas kehidupan keluarga saling berhubungan, dan menempati posisi antara individu dan masyarakat.

Dari hasil penelitian sebagian besar keluarga memberikan dukungan seperti memberikan dorongan kepada responden untuk tetap menjaga kesehatan dirinya bila penderita diabetes mellitus susah makan atau tidak menjaga pola makan sesuai anjuran, sehingga keluarga akan menasehatinya. Untuk dukungan informasi juga diberikan pada keluarga dengan memberi tahu semua informasi tentang tujuan, manfaat dan efek dari aturan makan/diet yang dijalani dan keluarga memberitahu tentang semua informasi yang didapatkan dari dokter, perawat atau tenaga kesehatan yang lain kepada penderita diabetes mellitus. Sebagian besar dukungan yang dilakukan keluarga yaitu mengantar atau mendampingi penderita diabetes mellitus untuk berobat ke pelayanan kesehatan. Pada saat pengambilan data peneliti bertanya kepada sebagian besar responden mereka menjawab bahwa keluarga sering memberikan dorongan untuk menjaga kesehatan agar tidak susah makan sesuai anjuran, sebagian besar keluarga menasehatinya namun ada juga keluarga yang membiarkan responden makan dan minum apa saja yang disukai walaupun itu melanggar aturan pola makan yang seharusnya dikurangi penderita diabetes mellitus tipe II.

Penelitian ini sejalan dengan Bangun & Jatnika (2020) yang mengungkapkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan keluarga dengan kepatuhan diet diabetes pada pasien diabetes mellitus tipe II di wilayah Puskesmas Limo Depok dengan *p value*=0,038 (p<0,05) artinya, responden yang memiliki dukungan keluarga yang baik akan berhubungan secara signifikan dengan kepatuhan diet diabetes yang baik pula. Demikian sebaliknya, dukungan keluarga yang rendah akan berhubungan dengan kepatuhan diet diabetes yang buruk.

Dari hasil penelitian ini, maka peneliti berpendapat bahwa responden yang mendapat dukungan keluarga yang baik akan merasa dihargai dan diperlukan sehingga timbul rasa percaya diri dan motivasi dari dalam diri pasien untuk menjaga pola hidup mereka agar dapat mengontrol kadar gula darah. Dukungan keluarga yang baik akan memperngaruhi proses penyembuhan penyakit yang melalui perhatian, rasa dicintai, dihargai dan menentukan keyakikan penderita untuk patuh dalam menjalankan diet.

Pengetahuan Terhadap Kepatuhan Diet Pada Penderita Diabetes Mellitus Tipe II

Penelitian yang dilakukan pada penderita diabetes mellitus tipe II di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Kayon menunjukan hasil penelitian pada 68 responden didapatkan 60 responden (88,2%) yang berpengetahuan

baik dan terdapat 8 responden (11,8%) yang berpengetahuan kurang baik.

Menurut Notoatmodjo (dalam Fauziah, 2022) mengemukakan bahwa pengetahuan merupakan domain yang sangat penting untuk terbentuknya perilaku seseorang. Perilaku baru dari seseorang dimulai pada domain kognitif dalam arti subjek tahu terlebih dahulu terhadap stimulus yang berupa materi objek yang menimbulkan respon batin dalam bentuk sikap kemudian objek yang telah diketahui dan disadari sepenuhnya tersebut akan menimbulkan respon lebih jauh lagi yaitu berupa tindakan terhadap stimulus atau objek, sehingga pengetahuan merupakan sikap dan perilakunya (Junianty 2012). Menurut Brunner (2014) pengetahuan tentang kesehatan dapat membantu individu untuk beradaptasi dengan penyakitnya, mencegah komplikasi dan mematuhi program terapi dan belajar untuk memecahkan masalah ketika menghadapi situasi baru. Pengetahuan seseorang tentang penyakitnya sangat menunjang kepatuhan pasien terhadap segala sesuatu yang disarankan petugas kesehatan dami kesembuhan penyakitnya (Ismail, 2018).

Pengetahuan sangat erat kaitannya dengan pendidikan, latar belakang pendidikan pada penelitian ini banyak berpendidikan tinggi yaitu SMA-PT yaitu sebanyak 63 responden (91,2%). Pengetahuan tidak hanya didapat secara formal melainkan juga melalui pengalaman, semakin banyak informasi yang dijumpai dan semakin banyak hal yang dikerjakan sehingga menambah pengetahuannya terutama terpaparnya informasi dari pendidikan informal dari petugas kesehatan mengenai penyakitnya. Hal ini sejalan dengan penelitian yang di lakukan oleh Wiwin A Muhammad, dkk (2022) menyimpulkan bahwa faktor pendidikan merupakan salah satu variabel yang memiliki hubungan signifikan dengan pengetahuan penderita diabetes mellitus tipe II. Orang dengan pendidikan tinggi biasanya memiliki banyak pengetahuan tentang kesehatan. Pengetahuan menjadikan seseorang memiliki kesadaran dalam menjaga kesehatannya. Pendidikan mempengaruhi proses belajar, semakin tinggi pendidikan seseorang, semakin mudah orang tersebut menerima informasi. Pengetahuan sangat erat kaitanya dengan pendidikan dimana diharapkan seseorang dengan pendidikan tinggi maka orang tersebut akan semakin luas pengetahuannya (Ramadhan *et al*., 2020).

Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Lestari (2012) di RSUP Fatmawati dengan *p value*=0,000 yang menunjukan bahwa ada hubungan antara tingkat pengetahuan dengan kepatuhan penderita diabetes mellitus tipe II dalam menjalankan diet, responden yang mempunyai tingkat pengetahuan baik 12,5 kali lebih patuh dalam menjalankan diet dibandingkan dengan responden yang mempunyai pengetahuan kurang.

Dari hasil penelitian yang didapatkan ini, sebagian besar pengetahuan dari responden penelitian rata-rata berpengetahuan baik dalam menjalankan dietnya. Adanya pemberian penyuluhan dari tenaga kesehatan yang diadakan dapat memberi pengetahuan bagi pasien agar dapat memahami risiko peningkatan kadar gula darah sehingga meningkatkan juga kepatuhan terhadap diet diabetes mellitus tipe II. Dengan adanya pengetahuan, akan membawa seseorang untuk memahami sekaligus menerapkan apa yang di ketahui dalam kehidupan sehari-hari (Notoatmodjo, 2012).

Kepatuhan Diet Pada Penderita Diabetes Mellitus Tipe II

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa dari 68 responden sebagian besar mempunyai kepatuhan diet. Terdapat yang patuh menjalankan diet yaitu dengan jumlah 57 responden (83,8%) dan yang tidak patuh menjalankan diet dengan jumlah 11 responden (16,2%).

Kepatuhan diet adalah ketaatan terhadap makanan dan minuman yang dikonsumsi penderita diabetes mellitus setiap hari untuk menjaga kesehatan dan mempercepat penyembuhan (Rahmatiah *et al.,*2022). Kepatuhan diet

merupakan suatu aturan perilaku yang disarankan oleh perawat, dokter atau tenaga kesehatan lain yang harus diikuti oleh pasien. Perilaku yang disarankan yaitu berupa pola makan dan ketepatan makan pasien diabetes mellitus diet pasien diabetes mellitus harus memperhatikan jumlah makanan, jenis makanan agar kadar glukosa darahnya tetap terkontrol. Pengaturan makanan dilakukan dengan mengikuti prinsip diet diabetes mellitus yaitu dengan melakukan 3J diantaranya memperhatikan jumlah makanan, jenis makanan yang di konsumsi, dan jadwal makan (Soelistijo, *et al*, 2020). Hal ini sejalan dengan teori Rizqah & Basri (2018) kepatuhan terhadap diet diabetes mellitus merupakan salah satu perawatan yang harus dilakukan oleh pasien diabetes mellitus tipe II.

Berdasarkan hasil penelitian yang dibagikan melalui kuesioner, peneliti menyimpulkan bahwa tingkat kepatuhan dapat dimulai dari mengikuti atau mematuhi cara pengobatan dan perilaku yang disarankan oleh dokter. Responden penderita diabetes mellitus tipe II dapat makan tepat waktu sesuai jadwal yang sudah dikonsultasikan ke tenaga kesehatan, menghindari atau mengurangi makanan yang manis dan menjalankan diet agar gula darah selalu terkontrol dengan baik. Sebagian besar responden didapatkan patuh dalam menjalani diet karena telah terbiasa sehingga lebih mudah menyesuaikan diri untuk patuh dalam menjalani rangkaian diet serta mudah menerima dan mendapatkan informasi mengenai penyakit diabetes mellitus dengan begitu mereka lebih patuh sehigga tidak terjadi komplikasi.

Pengaruh Tingkat Pendidikan Terhadap Kepatuhan Diet Pada Penderita Diabetes Mellitus Tipe II

Penelitian yang dilakukan pada penderita diabetes mellitus tipe II di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Kayon menunjukan hasil penelitian pada 68 responden didapatkan 62 responden (57,4%) yang berpendidikan tinggi dengan kategori patuh sebanyak 54 responden (79,4%) dan kategori tidak patuh sebanyak 8 responden (11,8%). Sedangkan yang berpendidikan rendah terdapat 6 responden (8,8%) dengan kategori patuh sebanyak 3 responden (4,4%) dan kategori tidak patuh sebanyak 3 responden (4,4%). Berdasarkan hasil penelitian analisis uji Statistik *Chi Square* diperoleh nilai *p value*=.049<0,05 yang artinya menunjukan ada pengaruh yang signifikan antara tingkat pendidikan dengan kepatuhan diet pada penderita diabetes mellitus tipe II di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Kayon Kota Palangka Raya.

Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Siti Yulia (2015) yang hasil uji statistik *Chi Square* diperoleh *p value*=0,046 lebih kecil dari α(0,046<0,05) hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara tingkat pendidikan dengan kepatuhan dalam menjalankan diet pada penderita diabetes mellitus tipe 2 di Puskesmas Kedungmundu Kota Semarang tahun 2015. Penderita yang memiliki tingkat pendidikan yang lebih tinggi akan mempunyai pengetahuan yang lebih luas yang memungkinkan pasien tersebut dapat mengontrol dirinya dalam mengatasi masalah yang dihadapi, dan mudah mengerti tentang apa yang dianjurkan oleh petugas kesehatan mengenai masalah kesehatan yang dialaminya.

Pendidikan yang perlu dipahami adalah mampu menjaga kesehatan akal dan jasmani seseorang. Pendidikan merupakan suatu usaha untuk menanamkan pengertian dan tujuan agar pada diri masyarakat tumbuh pengertian, sikap, dan perbuatan positif. Tingkat pendidikan sangat berpengaruh terhadap perubahan sikap dan perilaku hidup sehat. Penderita yang memiliki tingkat pendidikan yang rendah akan sulit untuk menerima dan mengerti pesan–pesan kesehatan yang disampaikan sehingga mempengaruhi kemampuan penderita dalam menyikapi suatu permasalahan yang dihadapinya. Sebaliknya, penderita yang memiliki pendidikan lebih tinggi akan mempunyai pengetahuan yang lebih luas juga memungkinkan pasien itu untuk

mengontrol dirinya dalam mengatasi masalah yang dihadapi.

Hasil penelitian dalam tingkat pendidikan berpengaruh terhadap kejadian penyakit diabetes mellitus tipe II. Orang dengan pendidikan tinggi biasanya memiliki banyak pengetahuan tentang kesehatan. Pengetahuan menjadikan seseorang memiliki kesadaran dalam menjaga kesehatannya. Pendidikan mempengaruhi proses belajar, semakin tinggi pendidikan seseorang, semakin mudah orang tersebut menerima informasi.

Pengaruh Lama Menderita Terhadap Kepatuhan Diet Pada Penderita Diabetes Mellitus Tipe II

Penelitian yang dilakukan pada penderita diabetes mellitus tipe II di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Kayon menunjukan hasil penelitian pada 68 responden didapatkan 18 responden (26,5%) yang >5 tahun menderita diabetes mellitus dengan kategori patuh sebanyak 17 responden (25,0%) dan kategori sebanyak 1 responden (1,5%). Sedangkan responden yang ≤5 tahun menderita diabetes mellitus terdapat 50 responden (73,5%) dengan kategori patuh sebanyak 40 responden (58,8%) dan kategori sebanyak 10 responden (14,7%). Dari hasil analisis uji statistik *Chi Square* diperoleh nilai *p value*=.265>0,05 yang menunjukan tidak ada pengaruh yang signifikan antara lama menderita dengan kepatuhan diet pada penderita diabetes mellitus tipe II di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Kayon Kota Palangka Raya.

Menurut Saphiro (dalam Bistara 2015), mengatakan bahwa semakin lama seseorang menderita DM maka semakin tinggi ketidakpatuhan dikarenakan program penatalaksanaan yang rumit dan kompleks. Tidak ada hubungan yang signifikan antara lama menderita diabetes mellitus tipe II dengan kepatuhan diet pada penderita diabetes mellitus tipe II. Responden yang menderita diabetes mellitus tipe II selama ≥5 tahun maupun <5 tahun memilki tingkat kepatuhan yang hampir sama. Sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Bertalina (2016) hasil uji *Chi Square* menunjukkan tidak adanya hubungan yang bermakna antara lama sakit dengan tingkat kepatuhan diet pada pasien Diabetes Mellitus tipe II di RSUD Dr. H. Abdul Moeloek Provinsi Lampung Tahun 2016 dengan nilai *p*=0,709(p<0,05).

Peneliti berasumsi bahwa pasien lama yang menderita diabetes mellitus mampu beradaptasi dengan lingkungan jika mampu mengatur emosional dan dapat memberikan suatu perlindungan pada diri. Keberadaan penyakit diabetes mellitus sedikit banyak akan mempengaruhi kesehatan pasien, hal ini di akibatkan karena memburuknya kontrol glukosa yang kemungkinan dapat di sebabkan karena kerusakan sel beta yang terjadi seiring dengan bertambah lamanya seseorang menderita penyakit diabetes mellitus dan pasien yang telah menderita diabetes mellitus selama 10 tahun atau lebih memiliki rata-rata kadar glukosa darah yang lebih tinggi di bandingkan dengan pasien yang telah menderita diabetes kurang dari 5 tahun dan antara 5 sampai 10 tahun.

Pengaruh Dukungan Keluarga Terhadap Kepatuhan Diet Pada Penderita Diabetes Mellitus Tipe II

Penelitian yang dilakukan pada penderita diabetes mellitus tipe II di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Kayon menunjukan hasil penelitian pada 68 responden didapatkan 55 responden (80,9%) yang mendapatkan dukungan dari keluarga dengan kategori patuh sebanyak 49 responden (89,1%) dan kategori tidak patuh sebanyak 6 responden (10,9%). Sedangkan yang kurang mendapatkan dukungan dari keluarga dan terdapat 13 responden (19,1%) dengan kategori patuh sebanyak 8 responden (11,8%) dan kategori tidak patuh sebanyak 5 responden (7,4%). Berdasarkan hasil penelitian menggunakan analisis uji statistik *Chi Square* diperoleh nilai *p value*=.029<0,05 menunjukkan bahwa ada pengaruh yang signifikan antara dukungan keluarga dengan kepatuhan diet pada penderita diabetes mellitus

tipe II di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Kayon Kota Palangka Raya.

Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Lestari (2012) juga menunjukkan adanya hubungan yang bermakna antara dukungan keluarga dengan kepatuhan diet dengan *p value*=0,000 serta responden yang mendapat dukungan positif dari keluarga 5,5 kali lebih patuh dalam menjalankan diet dibandingkan dengan responden yang mendapat dukungan negatif dari keluarganya. Pada penelitian ini maupun penelitian yang dilakukan oleh Lestari (2012), proporsi kepatuhan diet diabetes mellitus lebih tinggi pada responden yang mendapat dukungan baik dari keluarga dibandingkan dengan responden yang kurang mendapat dukungan dari keluarga.

Sejalan dengan hasil penelitian Irawati (2020) pada uji statistik *Chi Square* dengan tabel distribusi 2x2 menunjukan nilai *p value*=0,01 dengan nilai normal α<(0,05) sehingga Ho diterima yang artinya terdapat hubungan dukungan keluarga terhadap kepatuhan diet diabetes mellitus pada responden di Puskesmas Cipondoh Kota Tangerang. Hasil tersebut menunjukan bahwa pada pasien dengan dukungan keluarga mempunyai kemungkinan yang besar untuk mematuhi program diet yang bertujuan untuk menjaga kestabilan gula darah keluarga yang mengalami diabetes mellitus, hal ini merupakan salah satu tindakan yang dapat mengurangi tingkat kematian akibat diabetes mellitus. Selain dari pada itu pemeliharaan kestabilan gula darah pada pasien diabetes mellitus dapat mengurangi komplikasi yang dapat terjadi, seperti gagal ginjal, gagal jantung, hipertensi, stroke dan lain lain. Dukungan keluarga yang baik adalah keluarga yang bisa memotivasi, memberikan dukungan penuh, serta memberikan perhatian kepada penderita, sehingga penderita lebih bersemangat serta lebih termotivasi untuk sembuh dari penyakitnya (Irawati & Firmansyah, 2020).

Dukungan bisa berasal dari orang terdekat (Orang tua, suami, istri, anak dan saudara). Dukungan keluarga sangat penting untuk memotivasi pasien dalam menjalankan pengobatan ataupun diet diabetes mellitus. Adapun dampak positif dari dukungan keluarga dalam menjalankan diet bagi penderita diabetes mellitus yaitu mengontrol apa yang dianjurkan oleh tenaga kesehatan dalam menjalankan dietnya, dapat saling mengingatkan, serta saling memotivasi antar anggota keluarga terutama bagi keluarga yang sedang menjalankan diet sehingga pasien diabetes mellitus tipe II termotivasi untuk tetap menjalankan diet dan berkeinginan untuk mempertahankan atau memperbaiki kualitas hidupnya.

Dari hasil penelitian ini menunjukan adanya perbedaan yang besar terhadap perilaku kepatuhan, dimana penderita yang memiliki dukungan keluarga yang baik lebih patuh dalam menjalankan diet dibandingkan dengan penderita yang memiliki dukungan keluarga kurang. Dukungan dari anggota keluarga merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi kepatuhan diet. Dukungan keluarga yang diberikan oleh keluarga akan membuat responden merasa diperdulikan dan dicintai serta mendapatkan motivasi, hal ini akan membuat responden memiliki keinginan yang kuat untuk menjalankan program diet yang sedang dijalani atau yang sudah dianjurkan petugas kesehatan. Keluarga merupakan bentuk peran serta aktif bagi keberhasilan penatalaksanaan diabetes mellitus.

Pengaruh Pengetahuan Terhadap Kepatuhan Diet Pada Penderita Diabetes Mellitus Tipe II

Penelitian yang dilakukan pada penderita diabetes mellitus tipe II di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Kayon menunjukan hasil penelitian pada 68 responden didapatkan 60 responden (88,2%) yang berpengetahuan baik dengan kategori patuh sebanyak 53 responden (77,9%) dan kategori tidak patuh sebanyak 7 responden (10,3%). Sedangkan yang berpengetahuan kurang baik terdapat 8 responden (11,8%) dengan kategori patuh sebanyak 4 responden (5,9%) dan kategori tidak patuh sebanyak 4 responden (5,9%). Berdasarkan hasil penelitian yang didapatkan dengan uji statistik *Chi Square*

diperoleh nilai *p value*=.020<0,05 artinya ada pengaruh yang signifikan antara pengetahuan dengan kepatuhan diet pada penderita diabetes mellitus tipe II di Wilayah Kerja UPTD Kayon Kota Palangka Raya.

Hasil penelitian ini didukung dengan penelitian yang dilakukan oleh Ningsih (2018) hasil uji statistik dengan analisa *Chi Square* didapatkan nilai *p value*=0,001(p<0,05), artinya ada hubungan antara pengetahuan dengan tingkat kepatuhan terapi diet pada pasien diabetes mellitus tipe 2. Penelitian lainnya oleh Fauziah (2022) juga menunjukkan bahwa ada hubungan pengetahuan dengan kepatuhan mnenjalankan diet pada penderita diabetes mellitus tipe II di Puskesmas Laut Tador Kabupaten Batubara Tahun 2022 dengan hasil uji statistik *Chi Square* diperoleh nilai *p value* =0.003.

Pengetahuan didefinisikan sebagai proses belajar manusia mengenai kebenaran atau jalan yang benar secara mudahnya mengetahui apa yang harus diketahui untuk dilakukan. Menurut teori Laila *et al*., (2023) semakin baik pengetahuan seseorang akan kesehatan maka akan semakin baik pula perilaku dalam pencegahan penyakit. Pengetahuan adalah seluruh konsep, gagasan, ide, kemampuan yang dimiliki seseorang dan diungkapkan dalam bentuk jawaban baik lisan maupun tertulis.

Hasil penelitian yang didapatkan dilapangan responden penderita diabetes mellitus tipe II masih banyak yang salah dalam pemilihan menu makanan seperti makanan tinggi karbohidrat, sumber lemak trans dan jenuh, buah kering, makanan cepat saji dan makanan manis. Oleh karena itu pentingnya kesadaran masyarakat untuk melakukan cek kadar gula darahnya dan melakukan olahraga dan bisa memilah makanan yang bisa menyebabkan diabetes mellitus. Dari pengalaman peneliti dan berdasarkan teori ternyata perilaku yang didasari oleh pengetahuan akan lebih langgeng daripada perilaku yang tidak didasari oleh pengetahuan. Dengan adanya pengetahuan, akan membawa seseorang untuk memahami sekaligus menerapkan apa yang di ketahui dalam kehidupan sehari-hari (Notoatmodjo, 2012).

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian pada 68 responden yang dilakukan di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Kayon Kota Palangka Raya Tahun 2024 dapat disimpulkan bahwa: (1) Hasil identifikasi karakteristik responden penderita diabetes mellitus tipe II berdasarkan jenis kelamin yang paling banyak adalah perempuan dengan jumlah 55 responden (80,9%). Karakteristik responden penderita diabetes mellitus tipe II berdasarkan usia yang paling banyak adalah usia 41-50 tahun dengan jumlah 33 responden (48,5%). Karakterisitik responden penderita diabetes mellitus tipe II berdasarkan pekerjaan yang paling banyak adalah sebagai Ibu Rumah Tangga (IRT) dengan jumlah 42 responden (61,8%) di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Kayon; (2) Hasil identifikasi pendidikan penderita diabetes mellitus tipe II di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Kayon didapatkan bahwa responden lebih banyak berpendidikan tinggi dengan jumlah 62 responden (91,2%) diantaranya SMA sebanyak 34 responden (50,0%) dan PT sebanyak 28 responden (41,2%) dan berpendidikan rendah dengan jumlah 6 responden (8,8%) yaitu SMP; (3) Hasil identifikasi lama menderita diabetes mellitus tipe II di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Kayon didapatkan bahwa responden yang lebih banyak adalah ≤5 tahun menderita diabetes mellitus tipe II yaitu dengan jumlah 50 responden (73,5%) dan paling sedikit adalah >5 tahun dengan jumlah 18 responden (26,5%); (4) Hasil identifikasi dukungan keluarga penderita diabetes mellitus tipe II di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Kayon didapatkan bahwa responden lebih banyak mendapat dukungan keluarga dengan jumlah 55 responden (80,9%) dan kurang mendapat dukungan keluarga dengan jumlah 13 responden (19,1%); (5) Hasil identifikasi pengetahuan penderita diabetes mellitus tipe II di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Kayon didapatkan

bahwa responden lebih banyak berpengetahuan baik dengan jumlah 60 responden (88,2%) dan berpengetahuan kurang baik dengan jumlah 8 responden (11,8%); (6) Hasil identifikasi kepatuhan diet pada penderita diabetes mellitus tipe II di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Kayon didapatkan bahwa responden lebih banyak patuh dengan jumlah 57 responden (83,8%) dan tidak patuh dengan jumlah 11 responden(16,2%); (7) Hasil analisis bivariat didapatkan hasil uji *Chi Square* diperoleh nilai *p value*=.049<0,05 yang artinya ada pengaruh antara pendidkan dengan kepatuhan diet pada penderita diabetes mellitus di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Kayon; (8) Hasil analisis bivariat didapatkan hasil uji *Chi Square* diperoleh nilai *p value*=.265>0,05 yang artinya tidak ada pengaruh antara lama menderita dengan kepatuhan diet pada penderita diabetes mellitus di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Kayon; (9) Hasil analisis bivariat didapatkan hasil uji *Chi Square* diperoleh nilai *p value*=.029<0,05 yang artinya ada pengaruh antara dukungan keluarga dengan kepatuhan diet pada penderita diabetes mellitus di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Kayon; (10) Hasil analisis bivariat didapatkan hasil uji *Chi Square* diperoleh nilai *p value*=.020<0,05 artinya ada pengaruh antara pengetahuan dengan kepatuhan diet pada penderita diabetes mellitus tipe II di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Kayon.

UCAPAN TERIMA KASIH

Puji syukur peneliti panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, karena atas limpahan berkat dan karunia-Nya bagi peneliti. Ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya peneliti sampaikan kepada; STIKES Eka Harap Palangka Raya; Ketua STIKES Eka Harap Palangka Raya; Ketua Program Studi Sarjana Kesehatan Masyarakat STIKES Eka Harap Palangka Raya; Ketua Penguji Sidang Skripsi dan Anggota Tim Penguji; Dosen Pembimbing I dan II; Kepala UPTD Puskesmas Kayon beserta tenaga kesehatan lainnya; kedua Orang tua peneliti, Ibu dan Ayah yang selalu memberikan dukungan dan memanjatkan doa terbaik bagi peneliti; Saudara dan Saudari peneliti; teman-teman satu angkatan; dan kepada diri sendiri, Selvita Clara yang selalu berusaha memberikan yang terbaik tanpa menjatuhkan satu samalain, terima kasih telah berjuang sejauh ini tanpa ada kata menyerah sehingga dapat menyelesaikan tugas akhir dengan baik.

REFERENSI

Argi Virgona Bangun, Gallih Jatnika, H. 2020. Hubungan Antara Dukungan Keluarga Dengan Kepatuhan Diet Pada Penderita Diabetes Mellitus Tipe 2. *Jurnal Ilmu Keperawatan Medikal Bedah*, 66–76.

Bertalina, P. 2016. Hubungan Lama Sakit, Pengetahuan, Motivasi Pasien dan Dukungan Keluarga Dengan Kepatuhan Diet Pasien Diabetes Mellitus. *Jurnal Kesehatan*, 329–340.

Dinas Kesehatan. 2023. Profil Kesehatan Provinsi Kalimantan Tengah. Kalimantan Tengah: Dinas Kesehatan Kota PalangkaRaya.

Fatimah. 2019. Pemanfaatan Dandelion (Taraxacum Officinale) Pada Diabetes Mellitus Tipe 2. *Jurnal Kesehatan*.

Kementerian Kesehatan RI. (2020). Data Diabetes Mellitus di Indonesia.

Lestari Zulkarnain, S. A. S. 2021. Diabetes Melitus: Reviw Etiologi, Patofisiologi, Gejala, Penyebab, Cara Pemeriksaan, Cara Pengobatan dan Cara Pencegahan. *Jurnal Biologi*.

Lestari, Tri Suci. 2012. Hubungan Psikososial dan Penyuluhan Gizi dengan Kepatuhan Diet Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 Rawat Jalan di RSUP Fatmawati Tahun 2012, Skripsi, Universitas Indonesia, Depok.

Nasution, F. S. U. 2022. Determinan Kepatuhan Menjalankan Diet Pada Penderita Diabetes Mellitus Tipe 2 Di Puskesmas Laut Tador Kabupaten Batubara Tahun 2022. *Jurnal Ners*, Vol 7, 1386–1397.

Perkeni, 2015. Konsensus Pengelolaan dan Pencegahan Diabetes Mellitus Tipe 2 di Indonesia. jakarta: Perkumpulan Endokrinologi Indonesia

Popy Irawati, A. F. 2020. Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kepatuhan Diet Pada Pasien Diabetes Melitus di Puskesmas Cipondoh Kota Tanggerang. *Jurnal JKFT*, *Vol 5*(62–67).

Ropika Ningsih, R. D. 2018. Hubungan Pengaruh Dengan Kepatuhan Diet Pada Pasien

Diabetes Mellitus Tipe II Poliklinik Penyakit Dalam RSUD Dr. Achmad Mocthar Kota Bukittinggi. *Nursing Jurnal of STIKES Insan Medika Jombang*, *vol 15*, 12–20.

Soelistijo, S. A. 2020. Pedomn Pengelolaan dan Pencegahan Diabetes Mellitus Tipe 2 Dewasa di Indonesia 2015. *Global Intiative for Asthma*.

Suhartatik, S. 2022. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Tingkat Kepatuhan Diet Penderita Diabetes Melitus. *Healthy Tadulako Jurnal*, *vol.8*, 148–156.

Wiwin A Muhammad. 2022. HUBUNGAN PENGETAHUAN DENGAN KEPATUHAN DIET PADA PASIEN DIABETES MELITUS TIPE II. *Jurnal Rumpun Ilmu Kesehatan*, *Vol 2*.

World Health Organization (WHO). 2022. Data Diabetes Mellitus.

Youvita Indamaika Simbolon, Triyanti, R. A. D. S. 2019. Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kepatuhan Diet pada Penderita Diabetes Mellitus Tipe 2 di Puskesmas KKecamatan Pasar Minggu Tahun 2018. *Jurnal Kesehatan Komunitas*,*Vol5*,110–117. https://doi.org/https://doi.org/10.25311/keskom.Vol5.Iss3.336

Yusti Fauzia, Ethyca Sari, B. A. (n.d.). *Gambaran Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi KepatuhanDiet Penderita Diabetes Mellitus di Wilayah Puskesmas Pakis Surabaya*.

Yulia, S. 2015. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kepatuhan Dalam Menjalankan Diet Pada Penderita Diabetes Mellitus Tipe 2