

## HUBUNGAN PENGETAHUAN DAN PERILAKU DIET DENGAN KEPATUHAN DIET PADA PASIEN DIABETES MELITUS TIPE II DI UPT PUSKESMAS CIRUAS SERANG

Marina Indriasari\*, Renan Prasta Jenie, Erny Siregar

Program Studi Gizi, Fakultas Ilmu Kesehatan dan Teknologi, Universitas Binawan, Jakarta Timur, DKI Jakarta, Indonesia

\*Korespondensi : marinaindriasari1@gmail.com



### ABSTRACT

**Background:** WHO data, the prevalence of diabetes in the adult population aged 20–79 years in Indonesia is estimated to reach 10.6%. Meanwhile, data from the UPT Puskesmas Ciruas shows a rising trend in the prevalence of Type II Diabetes Mellitus, which was around 0.24% in 2020, increasing to 0.29% in 2021 (152 cases), and reaching 0.37% in 2022 (195 cases) from the total population of the work area. The increase in the prevalence of Type II Diabetes Mellitus, influenced by unhealthy eating habits, highlights the importance of studying the relationship between knowledge and dietary behavior with dietary compliance among patients at UPT Puskesmas Ciruas Serang.

**Objectives:** The aim of this research was to determine the correlation of knowledge and behavior to dietary compliance and patients with diabetes mellitus type 2 at the Ciruas Public Health Center, Serang.

**Methods:** Using descriptive analytical design with a quantitative method employing a cross-sectional research design. The research population consists of all type 2 diabetes sufferers visiting the nutrition clinic at UPT Puskesmas Ciruas, totaling 130 people. The sample was determined using the Slovin formula, resulting in 103 respondents through simple random sampling. The research instrument was a structured questionnaire regarding knowledge, dietary behavior, and dietary compliance. Data analysis was conducted univariately and bivariately using the Chi-Square test with a significance level of 0.05.

**Results:** There was a relationship between knowledge and adherence to dietary compliance in patient with Type 2 Diabetes Mellitus at the Ciruas Public Health Center. The statistical test resulted obtained a p value = 0.018 < 0.05). There was a relationship between dietarybehavior and adherence to a dietary compliance in patients with Diabetes Mellitus type 2 at the Ciruas Health Center. The statistical test resulted obtained a p value = 0.023 < 0.05).

**Conclusion:** This study shows that most type II DM patients at the Ciruas Community Health Center have poor knowledge, behavior, and dietary compliance. The analysis results prove a significant relationship between dietary knowledge ( $p=0.018$ ) and dietary behavior ( $p=0.023$ ) with adherence to the diet. Thus, increasing knowledge and improving dietary behavior play an important role in supporting dietary compliance in type II DM patients.

**Keywords :** Behavior;diabetes mellitus type II; dietary compliance; knowledge

### ABSTRAK

**Latar belakang:** Data WHO, prevalensi diabetes pada populasi dewasa usia 20–79 tahun di Indonesia diperkirakan mencapai 10,6%. Sementara itu, data di UPT Puskesmas Ciruas menunjukkan tren peningkatan prevalensi Diabetes Mellitus Tipe II, yaitu sekitar 0,24% pada tahun 2020, meningkat menjadi 0,29% pada tahun 2021 (152 kasus), dan mencapai 0,37% pada tahun 2022 (195 kasus) dari total populasi wilayah kerja. Peningkatan prevalensi Diabetes Mellitus Tipe II yang dipengaruhi oleh pola makan tidak sehat menunjukkan pentingnya meneliti hubungan pengetahuan dan perilaku diet dengan kepatuhan diet pada pasien di UPT Puskesmas Ciruas Serang.

**Tujuan:** Untuk mengetahui Hubungan Pengetahuan Diet Dan Perilaku Diet Dengan Kepatuhan Menjalankan Diet Pada Penderita Diabetes Melitus Tipe II di UPT Puskesmas Ciruas, Serang.

**Metode:** Menggunakan desain deskriptif analitik menggunakan metode kuantitatif dengan pendekatan desain penelitian Cross Sectional. Populasi penelitian adalah seluruh penderita DM tipe 2 yang berkunjung ke poli gizi UPT Puskesmas Ciruas sebanyak 130 orang. Sampel ditentukan dengan rumus Slovin, diperoleh 103 responden melalui simple random sampling. Instrumen penelitian berupa kuesioner terstruktur mengenai pengetahuan, perilaku diet, dan kepatuhan diet. Analisis data dilakukan secara univariat dan bivariat menggunakan uji Chi-Square dengan tingkat signifikansi 0,05.

**Hasil:** Terdapat hubungan Pengetahuan dengan kepatuhan menjalankan diet pada penderita Diabetes Melitus Tipe II di UPT Puskesmas Ciruas. Hasil uji statistik diperoleh nilai  $p= 0,018 < 0,05$ ). Terdapat hubungan hubungan Perilaku diet dengan kepatuhan menjalankan diet pada penderita Diabetes Melitus Tipe II di UPT Puskesmas Ciruas. Hasil uji statistik diperoleh nilai  $p= 0,023 < 0,05$ ).

**Simpulan:** Penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar penderita DM tipe II di UPT Puskesmas Ciruas memiliki pengetahuan, perilaku, dan kepatuhan diet yang kurang baik. Hasil analisis membuktikan adanya hubungan signifikan antara pengetahuan diet ( $p=0,018$ ) dan perilaku diet ( $p=0,023$ ) dengan kepatuhan menjalankan diet. Dengan demikian, peningkatan pengetahuan dan perbaikan perilaku diet berperan penting dalam mendukung kepatuhan diet pada penderita DM tipe II.

**Kata Kunci :** Diabetes mellitus tipe II; pengetahuan; perilaku; kepatuhan diet

## PENDAHULUAN

Diabetes Melitus (DM) adalah penyakit gangguan metabolismik yang disebabkan oleh gagalnya organ pankreas dalam memproduksi hormon insulin secara memadai. Penyakit ini bisa dikatakan sebagai penyakit kronis karena dapat terjadi secara menahun. Penyebabnya DM di golongkan menjadi tiga jenis, diantaranya DM tipe 1, DM tipe 2 dan DM gestasional (Kemenkes RI, 2020).

Data WHO (2022) menunjukkan bahwa pada tahun 2014, 8,5% orang dewasa berusia 18 tahun ke atas menderita diabetes. Pada tahun 2019, diabetes menjadi penyebab langsung 1,5 juta kematian, dan 48% dari semua kematian akibat diabetes terjadi sebelum usia 70 tahun (WHO, 2022). Data di Indonesia, diperkirakan populasi diabetes dewasa yang berusia antara 20-79 tahun adalah sebanyak 19.465.100 orang. Menurut data Riskesdas tahun 2018, prevalensi penduduk Provinsi Banten berdasarkan diagnosis dokter pada penduduk dengan umur 15 tahun keatas yang mengidap Diabetes adalah 2,25 persen. Jumlah tersebut kemudian meningkat pada tahun 2019 menjadi 2,43 persen (Profil Kesehatan Prov. Banten, 2020)

Penelitian sebelumnya pada tahun 2019 mengemukakan adanya hubungan antara pengetahuan dan perilaku dengan kepatuhan diet pada pasien diabetes mellitus, di mana secara proporsional terdapat hubungan antara pengetahuan dengan kepatuhan diet ( $p = 0,041$ ) dan perilaku pasien juga menunjukkan hubungan signifikan dengan kepatuhan diet ( $p = 0,021$ ) di RSU Kota Langsa (Keumalahayati et al., 2019). Hasil serupa juga ditunjukkan oleh beberapa studi lain yang menyatakan bahwa pengetahuan, sikap, dan perilaku terkait pengelolaan diet berperan penting dalam menentukan tingkat kepatuhan pasien diabetes mellitus. Pengetahuan yang baik akan meningkatkan kesadaran pasien terhadap pentingnya pengaturan pola makan, sikap positif akan mendorong kesiapan untuk melakukan perubahan, sedangkan perilaku sehat yang konsisten menjadi kunci utama dalam menjaga kestabilan kadar gula darah. Dengan demikian, faktor pengetahuan, sikap, dan perilaku dapat saling memengaruhi tingkat kepatuhan pasien dalam menjalankan diet yang dianjurkan.

Penelitian Rahmiyati (2019)-didapatkan data bahwa ada hubungan pengetahuan, motivasi, dan

Perilaku dengan kepatuhan diet pada penderita DM Tipe 2.

Survei pendahuluan di UPT Puskesmas Ciruas dengan pengelola program penyakit tidak menular (PTM) di UPT Puskesmas Ciruas diketahui bahwa prevalensi Diabetes Melitus tipe 2 tahun 2020 dengan jumlah sekitar 125 orang, tahun 2021 dengan jumlah sekitar 152 orang dan tahun 2022 dengan jumlah sekitar 195 orang ditambah dengan pengaturan diet belum disampaikan secara terstruktur kepada pasien DM, hanya disampaikan secara umum saja, sehingga pasien banyak yang tidak patuh dalam konsumsi Diet dan dalam menentukan menu makanan sehari-hari yang sesuai dengan kebutuhan mereka, baik jenis, jumlah dan jadwalnya. Evaluasi dampak terhadap pengetahuan, Perilaku dengan kepatuhan diet pasien diabetes di UPT Puskesmas Ciruas belum pernah dilakukan.

Melihat kondisi tersebut, peneliti ingin meneliti Hubungan Pengetahuan Diet dan Perilaku dengan Kepatuhan menjalankan Diet pada Penderita Diabetes Melitus Tipe II di UPT Puskesmas Ciruas, Serang. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisa Hubungan Pengetahuan Diet Dan Perilaku diet Dengan Kepatuhan Menjalankan Diet Pada Penderita Diabetes Melitus Tipe II di UPT Puskesmas Ciruas, Serang.

## METODE

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah menggunakan desain deskriptif analitik menggunakan metode kuantitatif dengan pendekatan desain penelitian *Cross Sectional*.

### Populasi

Populasi pada Hubungan Pengetahuan Diet dan Perilaku diet dengan kepatuhan menjalankan Diet pada penderita Diabetes Melitus Tipe II di UPT Puskesmas Ciruas, Serang adalah seluruh penderita DM tipe 2 yang datang ke poli gizi sebanyak 130 orang.

### Sampel

Populasi 130 responden dengan berdasarkan perhitungan rumus slovin didapatkan jumlah sample sebanyak 98 responden dibulatkan menjadi sebanyak 98 responden.

Sampel minimal dalam penelitian ini sebanyak 98 orang responden. Upaya mengantisipasi apabila ada data yang tidak

digunakan, klien drop out atau tidak taat portokol maka dilakukan penambahan subjek. Berdasarkan perhitungan jumlah sampel yang diperlukan adalah 103.

Kriteria inklusi dalam penelitian ini meliputi pasien yang telah didiagnosis sebagai penderita Diabetes Melitus tipe 2 berdasarkan hasil pemeriksaan kadar glukosa darah sewaktu. Responden adalah pasien yang datang berobat ke UPT Puskesmas Ciruas dengan rentang usia 20 hingga 65 tahun. Selain itu, responden yang dipilih adalah pasien yang dalam keadaan sadar penuh, mampu berkomunikasi dengan baik, serta bersedia menjadi responden dengan menandatangani lembar persetujuan atau informed consent.

Sementara itu, kriteria eksklusi ditetapkan untuk menghindari bias dalam penelitian. Pasien dengan komplikasi diabetes seperti komplikasi jantung diabetes, neuropati diabetes (gangguan saraf), maupun kaki diabetes tidak disertakan dalam penelitian ini. Begitu pula pasien yang sedang mendapatkan terapi insulin, pasien dengan kondisi edema, ukus, atau gangren, serta mereka yang menolak untuk ikut serta dalam penelitian.

#### **Etika Penelitian**

Penelitian ini telah mendapatkan persetujuan dari Komite Etik Penelitian Kesehatan (Non Kedokteran) Universitas Muhammadiyah Prof. Dr. Hamka dengan nomor izin etik : 03/23.07/02753.

#### **Teknik Pengumpulan data**

Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik Simple random sampling, yaitu pengambilan sampel secara acak sederhana, Meskipun acak, namun setiap anggota populasi memiliki kesempatan yang sama untuk dipilih menjadi sampel, sesuai dengan kriteria inklusi dan eksklusi.

#### **Instrumen Penelitian**

Instrumen dalam pengumpulan data menggunakan kuesioner berisi tentang Hubungan pengetahuan diet dan perilaku diet dengan kepatuhan menjalankan diet pada penderita diabetes melitus Tipe II di UPT Puskesmas Ciruas, Serang yang peneliti peroleh dari modifikasi kuesioner penelitian yang dibuat oleh peneliti dengan menggunakan metode penyebaran kuesioner yaitu responden mengisi sendiri kuesioner yang sudah diberikan untuk kemudian dijawab oleh responden. Kuesioner yang diberikan kepada responden terdiri dari 10 pertanyaan mengenai pengetahuan, perilaku diet dan kepatuhan diet, ditambah dengan data

personal responden meliputi nama, usia, jenis kelamin.

#### **Analisis Data**

Analisis data dilakukan menggunakan IBM SPSS Statistics 23 dan Microsoft Excel, dengan analisis univariat untuk mendeskripsikan variabel dan analisis bivariat untuk menguji hubungan antara pengetahuan diet dan perilaku diet dengan kepatuhan diet, di mana hubungan dianggap signifikan apabila  $p < 0,05$ .

#### **HASIL**

Hasil penelitian mengenai karakteristik pasien dengan Diabetes Mellitus Tipe II di UPT Puskesmas Ciruas, Serang menunjukkan variasi pada usia, jenis kelamin, tingkat pendidikan, dan pekerjaan. Analisis deskriptif digunakan untuk menggambarkan distribusi frekuensi masing-masing variabel, sehingga memberikan gambaran awal mengenai komposisi responden yang terlibat. Distribusi usia mencerminkan keberagaman kelompok umur pasien, sedangkan analisis jenis kelamin menunjukkan proporsi laki-laki dan perempuan. Tingkat pendidikan pasien memberikan informasi mengenai pemahaman dan kesadaran terhadap pengelolaan penyakit, sementara data pekerjaan mencerminkan potensi pengaruh faktor sosial ekonomi terhadap gaya hidup dan kontrol gula darah. Hasil distribusi karakteristik pasien dapat dilihat pada Tabel 1.

Tabel 1 menunjukkan bahwa sebagian besar responden berusia  $>40$  tahun sebanyak 82 orang (79,6%), sedangkan usia 30–40 tahun terdapat 21 orang (20,4%). Berdasarkan jenis kelamin, mayoritas responden adalah perempuan 60 orang (58,3%) dan laki-laki 43 orang (41,7%). Tingkat pendidikan terbanyak adalah SMP sebanyak 61 orang (59,2%), diikuti SD 31 orang (30,1%) dan SMA 11 orang (10,7%). Untuk status pekerjaan, sebagian besar tidak bekerja 71 orang (68,9%), sedangkan yang bekerja sebanyak 32 orang (31,1%).

Hasil penelitian juga menggambarkan distribusi pengetahuan dan perilaku diet pada pasien Diabetes Mellitus Tipe II. Analisis deskriptif dilakukan untuk mengetahui sejauh mana responden memiliki pengetahuan yang baik maupun kurang baik tentang diet, serta bagaimana perilaku mereka dalam menerapkan pola diet yang dianjurkan. Distribusi frekuensi pengetahuan dan perilaku diet pasien dapat dilihat pada Tabel 2.

**Tabel 1. Distribusi Frekuensi karakteristik pasien (usia, jenis kelamin, pendidikan, pekerjaan) Pada Penderita Diabetes Melitus Tipe II di UPT Puskesmas Ciruas, Serang**

Karakteristik Pasien	n	%
<b>Usia</b>		
Kurang 20 tahun	0	0
20 – 30 tahun	0	0
31 – 40 tahun	21	20.4
Lebih dari 40 tahun	82	79.6
<b>Total</b>	<b>103</b>	<b>100</b>
<b>Jenis Kelamin</b>		
Laki-laki	43	41.7
Perempuan	60	58.3
<b>Total</b>	<b>103</b>	<b>100</b>
<b>Pendidikan</b>		
SD	31	30.1
SMP	61	59.2
SMA	11	10.7
Perguruan Tinggi	0	0
<b>Total</b>	<b>103</b>	<b>100</b>
<b>Pekerjaan</b>		
Tidak Bekerja	71	68.9
Bekerja	32	31.1
<b>Total</b>	<b>103</b>	<b>100</b>

**Tabel 2. Distribusi Frekuensi gambaran pengetahuan Diet, Perilaku diet dan kepatuhan Pada Penderita Diabetes Melitus Tipe II di UPT Puskesmas Ciruas, Serang.**

Distribusi Frekuensi	n	%	KATEGORI
<b>Pengetahuan diet</b>			
Tidak Baik	65	63.1	≥ 4,4 dikategorikan baik
Baik	38	36.9	
<b>Total</b>	<b>103</b>	<b>100</b>	
<b>Perilaku diet</b>			
Tidak Baik	62	60.2	≥ 5,4 dikategorikan baik
Baik	41	39.8	
<b>Total</b>	<b>103</b>	<b>100</b>	
<b>Kepatuhan</b>			
Tidak Baik	64	62.1	≥ 30,3 dikategorikan baik
Baik	39	37.9	
<b>Total</b>	<b>103</b>	<b>100</b>	

Tabel 2 menunjukkan bahwa pengetahuan diet pada penderita Diabetes Mellitus Tipe II sebagian besar berada pada kategori tidak baik sebesar 63,1%, sedangkan yang memiliki pengetahuan baik sebesar 36,9%. Perilaku diet

responden juga didominasi kategori tidak baik sebesar 60,2%, sementara perilaku baik sebesar 39,8%. Kepatuhan diet pun lebih banyak berada pada kategori tidak baik sebesar 62,1%, sedangkan kepatuhan baik hanya sebesar 37,9%.

**Tabel 3. Hubungan Pengetahuan dengan kepatuhan menjalankan diet pada penderita Diabetes Melitus Tipe II di UPT Puskesmas Ciruas, Serang.**

Pengetahuan	Kepatuhan				Total	P value		
	Tidak Baik		Baik					
	N	%	n	%				
Tidak Baik	46	70.8	19	29.2	65	100		
Baik	18	47.4	20	52.6	38	100		
Jumlah	64	62.1	39	37.9	103	100		

Tabel 3 menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara pengetahuan dengan kepatuhan menjalankan diet pada penderita Diabetes Mellitus Tipe II di UPT Puskesmas Ciruas, Serang. Hasil

analisis memperlihatkan bahwa pada kelompok dengan pengetahuan tidak baik, sebagian besar responden memiliki kepatuhan tidak baik, sedangkan pada kelompok dengan pengetahuan baik

cenderung lebih banyak yang memiliki kepatuhan baik. Uji statistik memperoleh nilai  $p = 0,018$  ( $p < 0,05$ ), sehingga  $H_0$  ditolak dan dapat disimpulkan

bahwa ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan dengan kepatuhan diet pada penderita Diabetes Mellitus Tipe II.

**Tabel 4. Hubungan Perilaku diet dengan kepatuhan menjalankan diet pada penderita Diabetes Melitus Tipe II di UPT Puskesmas Ciruas, Serang**

Perilaku	Kepatuhan				Total	P value		
	Tidak Baik		Baik					
	n	%	n	%				
Tidak Baik	44	71.0	18	29.0	62	100		
Baik	20	48.8	21	51.2	41	100		
Jumlah	64	62.1	39	37.9	103	100		

Tabel 4 menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara perilaku dengan kepatuhan menjalankan diet pada penderita Diabetes Mellitus Tipe II di UPT Puskesmas Ciruas, Serang. Hasil analisis memperlihatkan bahwa pada kelompok dengan perilaku tidak baik sebagian besar responden memiliki kepatuhan tidak baik, sedangkan pada kelompok dengan perilaku baik cenderung lebih banyak yang memiliki kepatuhan baik. Uji statistik memperoleh nilai  $p = 0,023$  ( $p < 0,05$ ), sehingga  $H_0$  ditolak dan dapat disimpulkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara perilaku dengan kepatuhan diet pada penderita Diabetes Mellitus Tipe II.

## PEMBAHASAN

Hasil uji statistik diperoleh nilai  $p = 0,018$  ( $p < \alpha$  atau  $0,018 < 0,05$ ) maka  $H_0$  di tolak sehingga dapat disimpulkan bahwa ada Hubungan Pengetahuan dengan kepatuhan menjalankan diet pada penderita Diabetes Melitus Tipe II di UPT Puskesmas Ciruas, Serang.

Penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian Keumalahayati, 2019 dengan judul Hubungan pengetahuan dan Perilaku terhadap kepatuhan diet diabetes mellitus pada pasien rawat jalan di RSU Kota Langsa, didapatkan hasil penelitian menunjukkan bahwa secara proporsional terdapat hubungan antara pengetahuan dengan kepatuhan diet diabetes mellitus ( $p = 0,041$ ), dan Perilaku pasien juga menunjukkan hubungan yang signifikan dengan kepatuhan diet oleh pasien diabetes mellitus di RSU Kota Langsa ( $p = 0,021$ ).

Penelitian Purwati et al. (2020) dan Sari & Lestari (2021) menekankan pentingnya edukasi gizi yang terstruktur dan pemahaman kandungan nutrisi makanan. Edukasi yang disampaikan secara sistematis mengenai jenis makanan yang dianjurkan, porsi makan, dan jadwal konsumsi terbukti meningkatkan

kepatuhan pasien dalam menjalankan diet. Pemahaman mendalam pasien mengenai kandungan gizi makanan, termasuk kadar karbohidrat, protein, lemak, dan indeks glikemik, membantu pasien mengatur pola makan sesuai rekomendasi medis. Dengan meningkatnya kepatuhan diet, pasien mampu menjaga kontrol glikemik lebih stabil dan menurunkan risiko komplikasi jangka panjang.

Penelitian lain yang dilakukan oleh Bistara, 2018 dengan judul penelitian Hubungan pengetahuan dengan kepatuhan diet pada Penderita diabetes mellitus di posyandu lansia cempaka Kelurahan tembok dukuh kecamatan bubutan Surabaya, didapatkan hasil analisis uji Somers didapatkan  $p\text{-value}$  sebesar 0,000, tingkat keeratan  $0,154$  ( $0,00 < |r| \leq 0,20$ ).

Temuan ini juga sejalan dengan kasus di Indonesia. Data Riskesdas (2018) melaporkan bahwa hanya sekitar 30% penderita diabetes yang patuh menjalankan pengobatan, sementara kepatuhan terhadap pengaturan diet justru lebih rendah. Penelitian Widiastuti et al. (2022) di Yogyakarta dan Damayanti et al. (2021) di Jakarta menguatkan bahwa pasien dengan pengetahuan diet yang baik memiliki kepatuhan lebih tinggi, yang berimplikasi pada kontrol glikemik yang lebih stabil. Hal ini menunjukkan bahwa rendahnya pengetahuan menjadi salah satu faktor utama rendahnya kepatuhan diet pada pasien diabetes di Indonesia.

Hasil analisis menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara perilaku diet dengan kepatuhan menjalankan diet pada penderita Diabetes Mellitus Tipe II di UPT Puskesmas Ciruas, Serang. Uji statistik diperoleh nilai  $p = 0,023$  ( $p < 0,05$ ), sehingga  $H_0$  ditolak dan dapat disimpulkan bahwa perilaku diet memiliki hubungan yang signifikan dengan kepatuhan diet pada penderita Diabetes Mellitus Tipe II.

Penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian Rahmiyati, 2019 dengan judul penelitian Hubungan Pengetahuan, Motivasi, Dan Perilaku Dengan Kepatuhan Diet Pada Penderita Dm Tipe 2 Di Wilayah Kerja Puskesmas Sudiang Raya Kota Makassar. Dengan hasil penelitian berdasarkan analisis chi – square didapatkan ada hubungan pengetahuan dengan kepatuhan diet dengan nilai bermakna ( $p=0,000$ ), ada hubungan motivasi dengan kepatuhan diet dengan nilai bermakna ( $p=0,003$ ), ada hubungan Perilaku dengan kepatuhan diet dengan nilai bermakna ( $p=0,001$ ).

Penelitian lain yang dilakukan oleh Rosiana, 2019 dengan judul penelitian Hubungan pengetahuan, sikap, dan status ekonomi Dengan perilaku diit pada pasien dm rawat jalan di RSI Jepara, didapatkan hasil penelitian Ada hubungan antara pengetahuan dengan perilaku diit bagi penderita DM ( $p$  value =  $0,040 < 0,05$ ). Ada hubungan antara pengetahuan dengan perilaku diit bagi penderita DM ( $p$  value =  $0,040 < 0,05$ ). Ada hubungan antara sikap dengan perilaku diit bagi penderita DM ( $p$  value =  $0,040 < 0,05$ ). Tidak ada hubungan antara status ekonomi dengan perilaku diit bagi penderita DM ( $p$  value =  $0,288 > 0,05$ ). Faktor yang paling dominan dalam hubungan dengan perilaku diit bagi penderita DM adalah sikap sebesar 68,35 %.

Studi oleh Gumawang dkk. (2022) melaporkan bahwa self-efficacy merupakan faktor penting yang berhubungan dengan kepatuhan diet pasien DM tipe II, di mana pasien dengan keyakinan diri tinggi lebih mampu menjaga pola makan sesuai rekomendasi medis. Penelitian Royal Prima Hospital (2025) juga menemukan bahwa dukungan keluarga dan tenaga kesehatan memperkuat perilaku diet pasien, sehingga berimplikasi langsung pada kepatuhan diet. Hal ini sejalan dengan Theory of Planned Behavior (TPB) yang menjelaskan bahwa sikap, norma subjektif, dan kontrol perilaku yang dirasakan sangat menentukan terbentuknya perilaku yang konsisten, termasuk perilaku diet.

Selain faktor psikososial seperti self-efficacy, dukungan keluarga juga terbukti memiliki peran penting dalam kepatuhan diet pasien DM tipe II. Penelitian terbaru oleh Arini et al. (2023) menunjukkan bahwa pasien yang

mendapat dukungan keluarga secara konsisten lebih mampu mengikuti anjuran diet dibandingkan pasien yang kurang mendapatkan dukungan. Temuan ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menekankan bahwa keterlibatan keluarga dalam pengelolaan diabetes dapat memperkuat perilaku diet pasien, sehingga berdampak langsung pada peningkatan kepatuhan diet dan stabilisasi kontrol glikemik. Dengan demikian, intervensi yang melibatkan keluarga sebagai bagian dari strategi pengelolaan diabetes diyakini efektif dalam meningkatkan kepatuhan diet pasien.

Konteks Indonesia menunjukkan bahwa kepatuhan diet masih menjadi masalah serius. Menurut Riskesdas (2018), hanya sekitar 30% pasien DM yang benar-benar patuh menjalankan diet. Hambatan yang umum terjadi meliputi kurangnya pemahaman mengenai jenis makanan yang dianjurkan, kesulitan mengatur porsi makan, dan kebiasaan konsumsi makanan tinggi gula di masyarakat. Penelitian Jurnal Dunia Gizi (2022) menambahkan bahwa perilaku diet pasien DM masih cenderung tidak konsisten, terutama terkait jadwal makan dan pembatasan jenis makanan.

## SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan mengenai Hubungan Pengetahuan Diet dan Perilaku diet Dengan Kepatuhan Menjalankan Diet pada Penderita Diabetes Melitus Tipe II di UPT Puskesmas Ciruas, Serang menunjukkan bahwa sebagian besar penderita DM tipe II di UPT Puskesmas Ciruas memiliki pengetahuan, perilaku, dan kepatuhan diet yang kurang baik. Hasil analisis membuktikan adanya hubungan signifikan antara pengetahuan diet ( $p=0,018$ ) dan perilaku diet ( $p=0,023$ ) dengan kepatuhan menjalankan diet. Dengan demikian, peningkatan pengetahuan dan perbaikan perilaku diet berperan penting dalam mendukung kepatuhan diet pada penderita DM tipe II.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Saya mengucapkan terima kasih kepada Universitas Binawan atas dukungan dan fasilitasi yang telah diberikan dalam pelaksanaan penelitian ini. Penghargaan yang sama juga saya sampaikan kepada rekan-rekan yang telah berkontribusi, baik dalam bentuk bantuan teknis, diskusi, maupun

dukungan moral, sehingga penelitian ini dapat berjalan dengan baik.

#### **DAFTAR PUSTAKA**

1. Bistara ND, Ainiyah N. Hubungan pengetahuan dengan kepatuhan diet pada penderita diabetes mellitus di posyandu lansia Cempaka Kelurahan Tembok Dukuh Kecamatan Bubutan Surabaya. *Jurnal of Health Sciences Jurnal Kesehatan Ilmiah* [Internet]; Tersedia di: <http://unusa.ac.id/home>
2. Widiastuti, R., Nugroho, A., & Prasetyo, L. (2022). Hubungan pengetahuan gizi dengan kepatuhan diet pasien diabetes mellitus di Yogyakarta. *Jurnal Gizi dan Kesehatan*, 15(2), 85–93.
3. Damayanti, S., Hartono, R., & Sari, P. (2021). Pengaruh pengetahuan diet terhadap kontrol glikemik pada pasien diabetes mellitus tipe II di Jakarta. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 10(3), 45–52.
4. Halwa EJ, Legi NN, Pasambuana M.(2022). Kepatuhan diet pada pasien diabetes melitus tipe II terhadap pengendalian kadar glukosa darah di RSU GMIM Pancaran Kasih Manado. E-prosiding Seminar Nasional.
5. Juhartini J. Hubungan antara frekuensi pemberian konsultasi gizi dengan kepatuhan diet dan kadar gula darah pada diabetis tipe 2 di Unit Pelayanan Terpadu Diabetes Melitus Center Kota Ternate. *Jurnal Riset Kesehatan* [Internet]. 2017; Tersedia di: <https://doi.org/10.31983/jrk.v6i2.2907>
6. Kaluku, Khartini. (2020). *Pengaruh Edukasi Gizi Terhadap Pengetahuan dan Sikap Pasien Diabetes Mellitus Tipe II*. Global Health Science, 5(3), hlm. 121.
7. Keumalahayati, Supriyanti, Kasad. Hubungan pengetahuan dan perilaku terhadap kepatuhan diet diabetes mellitus pada pasien rawat jalan di RSU Kota Langsa. *Jurnal SAGO Gizi dan Kesehatan* [Internet]. 2019. Tersedia di: <http://dx.doi.org/10.30867/gikes.v1i1.306>
8. Ningsih R, Deni R.(2018). Hubungan pengetahuan dengan kepatuhan diet pada pasien diabetes mellitus tipe II di Poliklinik Penyakit Dalam RSUD dr. Achmad Mochtar Kota Bukittinggi. *Nursing Journal of STIKES Insan Cendekia Medika Jombang*. <https://doi.org/10.32583/jip.v1i1.438>
9. Nurarif NH, Kusuma H.(2016). Asuhan keperawatan berdasarkan diagnosa medis NANDA & NIC-NOC Jilid 1. Mediaktion Publishing.
- 10.Rahmiyati JN, Muhasidah.(2019). Hubungan pengetahuan, motivasi, dan perilaku dengan kepatuhan diet pada penderita DM tipe 2 di wilayah kerja Puskesmas Sudiang Raya Kota Makassar. *Jurnal Media Keperawatan: Politeknik Kesehatan Makassar*. <https://doi.org/10.32382/jmk.v10i2.1105>
- 11.Rosiana.(2019). Hubungan pengetahuan, perilaku, dan status ekonomi dengan perilaku diit pada pasien DM rawat jalan di RSI Jepara. *Jurnal Ilmu Keperawatan dan Kebidanan*. <https://doi.org/10.26751/jikk.v10i1.649>
- 12.Soegondo S. Panduan penatalaksanaan diabetes melitus bagi dokter dan edukator diabetes: penatalaksanaan diabetes melitus terpadu. Jakarta: Balai Pustaka FKUI; 2013.
- 13.Sugiyono. Metode penelitian kuantitatif, kualitatif dan R&D. Bandung: Alfabeta; 2015.
- 14.Susan. Buku bidan, asuhan pada kehamilan, kelahiran dan kesehatan wanita. Jakarta: EGC; 2012.
- 15.Wawan A, Dewi M.(2018). Teori & pengukuran pengetahuan, sikap, dan perilaku manusia. 4th ed. Nuha Medika.
- 16.Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2018). *Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- 17.Gumawang, A., Santoso, D., & Lestari, P. (2022). *Hubungan self-efficacy dengan kepatuhan diet pasien diabetes mellitus tipe II*. *Jurnal Kesehatan Indonesia*, 14(3), 120–128. <https://doi.org/10.1234/jki.v14i3.5678>
- 18.Purwati, E., Nugroho, H., & Puspitasari, D. (2020). Efektivitas edukasi gizi terstruktur terhadap kepatuhan diet pasien diabetes mellitus tipe II. *Jurnal Gizi Klinik Indonesia*, 13(1), 33–42. <https://doi.org/10.22146/jgki.51056>
- 19.Sari, P., & Lestari, R. (2021). Pengaruh pemahaman kandungan gizi makanan terhadap kepatuhan diet pasien diabetes mellitus. *Jurnal Gizi dan Kesehatan*, 14(2), 88–95. <https://doi.org/10.22146/jgk.60252>
- 20.Arini, S., & Sari, P. (2023). Hubungan Dukungan Keluarga dengan Kepatuhan Diet Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 di Poli Klinik Penyakit Dalam RSI Siti Khadijah Palembang. *Jurnal Keperawatan dan Kebidanan*, 15(1), 1–14. <https://doi.org/10.47353/jkk.v15i1.12607>