



# Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kepatuhan Diet pada Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 di Puskesmas Kecamatan Pasar Minggu Tahun 2018

## The Factors that Associated with Dietary Adherence in Type 2 Diabetes Mellitus Patients at Pasar Minggu Primary Health Care in 2018

Youvita Indamaika Simbolon<sup>1</sup>, Triyanti, Ratu Ayu Dewi Sartika

Departemen Gizi Masyarakat, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Indonesia

### ABSTRACT

*The level of dietary adherence in Indonesia is still low. Diet in maintaining food is often become an obstacle because the patient is still tempted by all food that can worsen their health. The purpose of this study was to determine the factors that associated with dietary adherence in type 2 diabetes mellitus patients. This study was using a cross-sectional design. The sample were all type 2 diabetes mellitus type 2 with the age range 25-65 years was outpatient, sample were taken with non-random sampling method with purposive sampling of 130 people. Data collected through anthropometric measurements, filling-out questionnaires, 1x24 hour food recall and dan (semi-quantitative food frequency questionnaire) SFFQ form. The results showed 13.8% of respondents were diet-compliant. There was a significant relationship between gender ( $p=0.008$ ) and length of suffering ( $p=0.044$ ) with between dietary adherence. The result of logistic regression test showed that the duration of suffering is the dominant factor associated with dietary adherence in type 2 diabetes mellitus patients. Type 2 diabetes mellitus patients were expected to pay attention to the diet recommended and carry it out well, to actively to improve the knowledge related to the disease diabetes mellitus and related to the other factors and still preserve diet that has been run for who has long been suffering from type 2 diabetes mellitus.*

### ABSTRAK

Tingkat kepatuhan diet di Indonesia rata-rata masih rendah. Diet dalam menjaga makanan seringkali menjadi kendala karena masih tergoda dengan segala makanan yang dapat memperburuk kesehatan. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan kepatuhan diet pada penderita diabetes melitus tipe 2. Penelitian ini menggunakan disain cross-sectional. Sampel yang diteliti adalah seluruh penderitadiabetes melitus tipe 2 dengan rentang usia 25-65 tahun yang sedang rawat jalan, sampel diambil dengan metode non-random sampling dengan teknik purposive sampling sebanyak 130 orang. Pengumpulan data dilakukan melalui pengukuran antropometri, pengisian kuesioner, form food recall 1x24 jam dan semi-quantitative food frequency questionnaire (SFFQ). Hasil penelitian menunjukkan sebanyak 13,8% responden yang patuh diet. Hasil uji chi-square menunjukkan ada hubungan yang bermakna antara kepatuhan diet diabetes melitus tipe 2 dengan jenis kelamin ( $p=0,008$ ) dan lama menderita ( $p=0,044$ ). Hasil uji regresi logistik menunjukkan lama menderita merupakan faktor dominan yang berhubungan dengan kepatuhan diet diabetes melitus tipe 2. Penderita diabetes melitus diharapkan untuk memperhatikan pola makan yang dianjurkan dan melaksanakannya dengan baik, mampu secara aktif untuk meningkatkan pengetahuannya terkait penyakit diabetes melitus dan faktor-faktor terkait lainnya dan tetap mempertahankan pola makan yang sudah dijalankan bagi yang sudah lama menderita diabetes melitus tipe 2.

**Keywords :** type 2 diabetes mellitus, dietary adherence, individual characteristics, psychosocial factors

**Kata Kunci :** diabetes melitus tipe 2, kepatuhan diet, karakteristik individu, faktor psikososial

**Correspondence :** Triyanti, Departemen Gizi Masyarakat, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Indonesia, Gedung F Lantai 2 Kampus Baru UI Depok 16424, Indonesia .  
Email : triyantigizi@gmail.com, 082233045047

## PENDAHULUAN

Diabetes melitus adalah penyakit metabolik dengan karakteristik hiperglikemia yang terjadi karena kelainan sekresi insulin, kerja insulin atau dua-duanya (PERKENI, 2015). Diabetes melitus merupakan penyakit menahun yang akan diderita seumur hidup dan penyakit kronis yang angka kejadiannya terus meningkat setiap tahunnya. Diabetes melitus terjadi ketika tubuh tidak dapat menghasilkan cukup hormon insulin atau tidak dapat menggunakan insulin secara efektif. Insulin berfungsi sebagai kunci yang mengizinkan sel tubuh mengambil glukosa dan menggunakannya sebagai energi (International Diabetes Federation, 2013). Berdasarkan data World Health Organization (WHO) bahwa sekitar 150 juta orang menderita diabetes mellitus di seluruh dunia, dan kemungkinan terjadi peningkatan dua kali lipat pada tahun 2025. Sebagian besar peningkatan ini akan terjadi di negara-negara berkembang yang disebabkan oleh penuaan, diet tidak sehat, obesitas dan gaya hidup sedentari. Pada tahun 2025, sebagian besar di negara-negara maju yang terkena diabetes melitus yaitu berusia 65 tahun atau lebih, tetapi di negara-negara berkembang sebagian besar yang terkena diabetes melitus yaitu berusia 45-64 tahun disaat usia masa produktif mereka (WHO, 2018). WHO memprediksi kenaikan jumlah penderita diabetes melitus di Indonesia dari 8,4 juta pada tahun 2000 menjadi sekitar 21,3 juta pada tahun 2030, sehingga adanya peningkatan jumlah penderita diabetes melitus sebanyak 2-3 kali lipat pada tahun 2035. Sedangkan International Diabetes Federation memprediksi adanya kenaikan jumlah penderita diabetes melitus di Indonesia dari 9,1 juta pada tahun 2014 menjadi 14,1 juta pada tahun 2035. Berdasarkan data tersebut, terjadi kenaikan dari 7,6 juta pada tahun 2013 dan Indonesia menempati peringkat ke-7 di dunia menjadi 9,1 juta orang penderita diabetes melitus pada tahun 2014 dan Indonesia menempati peringkat ke-5 di dunia (Perkumpulan Endokrinologi Indonesia, 2015). Dari tahun ke tahun penderita diabetes di Indonesia semakin bertambah, bahkan penyakit diabetes melitus membunuh lebih banyak dibandingkan penyakit HIV (Susanti & Sulistyarini, 2013).

Klasifikasi etiologis diabetes melitus menurut American Diabetes Association (2010) dibagi dalam 4 jenis yaitu diabetes melitus tipe 1, diabetes melitus tipe 2, diabetes melitus tipe lain, dan diabetes gestasional. Diabetes melitus tipe 2 adalah jenis diabetes melitus yang paling banyak ditemukan (lebih dari 90%). Timbul makin sering setelah umur 40 dengan catatan pada dekade ke 7 kekerapan diabetes mencapai 3 sampai 4 kali lebih tinggi daripada rata-rata orang dewasa (Suyono, 2007). Diabetes melitus tipe 2 merupakan penyakit hiperglikemi akibat insensivitas sel terhadap insulin. Kadar insulin mungkin sedikit menurun atau berada dalam rentang normal. Karena insulin tetap dihasilkan oleh sel-sel beta pankreas, maka diabetes

mellitus tipe 2 dianggap sebagai non-insulin dependen diabetes melitus (Fatimah, 2015). Seseorang dikatakan menderita diabetes melitus tipe 2 ketika pankreas tidak menghasilkan cukup insulin untuk mempertahankan kadar glukosa darah normal atau tubuh tidak dapat menggunakan insulin yang diproduksi, yang umumnya dikenal sebagai resistensi insulin. Pankreas adalah kelenjar besar yang berada di belakang lambung yang memproduksi hormon insulin. Insulin memindahkan glukosa dari darah ke sel-sel yang diubah menjadi energi. Ini dapat terjadi disebabkan oleh usia, keturunan, berat badan berlebih, kurang olahraga dan peningkatan diet yang tidak sehat (National Health Service, 2018).

Kepatuhan adalah sejauh mana perilaku seseorang dalam minum obat, mengikuti diet, dan/atau melaksanakan perubahan gaya hidup, sesuai dengan rekomendasi yang diberikan oleh tenaga kesehatan (Ganiyu et al., 2013). Keterlibatan penderita diabetes melitus tipe 2 dalam kehidupan sehari-hari untuk menangani penyakit yang dideritanya sangat penting (Safitri, 2013). Salah satu cara untuk mencegah terjadinya diabetes melitus lebih lanjut adalah patuh terhadap diet diabetes melitus (Dwipayanti, 2011). Kepatuhan diet diabetes melitus adalah perilaku meyakini dan menjalankan rekomendasi diet diabetes melitus yang diberikan oleh petugas kesehatan. Kepatuhan diet merupakan salah satu kunci keberhasilan dalam penatalaksanaan penyakit diabetes melitus tipe 2 (Tovar, 2007). Hal ini karena perencanaan makan merupakan salah satu dari 4 pilar utama dalam pengelolaan diabetes melitus tipe 2 (PERKENI, 2015). Dalam melaksanakan kepatuhan diet adalah minat atau keinginan dari penderita untuk melakukan diet. Minat atau keinginan untuk mendapatkan tubuh yang sehat merupakan kekuatan terbesar dari dalam individu untuk melakukan diet diabetes melitus (Purwandari, 2017). Kepatuhan dalam melaksanakan diet menjadi salah satu faktor yang sangat penting bagi penderita diabetes melitus (Susanti & Tedjasukmana, 2012). Rekomendasi diet yaitu makan teratur, kurangi asupan gula, lemak dan alkohol, menghindari makanan tertentu, meningkatkan asupan serat, kurangi berat badan dan lebih banyak mengonsumsi makanan sehat (Frandsen & Kristensen, 2002).

Di Indonesia, tingkat kepatuhan diet pada penderita diabetes melitus rata-rata masih rendah. Hasil penelitian yang dilakukan oleh (Adnyani, Widyantari & Saputra, 2015) di Puskesmas III Denpasar Utara diketahui hanya 9,4% yang patuh. Penelitian yang sama di wilayah kerja Puskesmas Kedungmundu, Semarang, menunjukkan bahwa tingkat kepatuhan diet penderita diabetes melitus adalah sebesar 31,4% (Yulia, 2015). Pengelolaan diet yang buruk dapat mengakibatkan terjadinya penyakit seperti penyakit jantung koroner, penyakit pembuluh darah tungkai, penyulit pada mata, ginjal dan syaraf yang pada akhirnya dapat membahayakan keselamatan penderita diabetes melitus tipe 2

sendiri atau mempengaruhi produktivitas kerja (Soegondo, Soewondo & Subekti, 2005). Jumlah kasus diabetes melitus di Puskesmas Kecamatan Pasar Minggu, Jakarta Selatan yaitu 549 kasus sepanjang tahun 2017. Adanya peningkatan kejadian diabetes melitus tanpa komplikasi pada tahun 2016 dari peringkat kelima menjadi peringkat keempat pada tahun 2017 di Puskesmas Kecamatan Pasar Minggu. Dengan tingginya angka kasus diabetes melitus di Puskesmas Kecamatan Pasar Minggu serta belum adanya penelitian terkait kepatuhan diet di Puskesmas Kecamatan Pasar Minggu. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui faktor determinan kepatuhan diet pada penderita diabetes melitus tipe 2 di Puskesmas Kecamatan Pasar Minggu tahun 2018.

## METODE

Penelitian ini merupakan bagian dari penelitian “payung” yang bertemakan “Intervensi Apoteker dan Ahli Gizi dalam Kelola Kontrol Glikemik, Lipid, Tekanan Darah, Kepatuhan dan Sosioekonomi Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Rawat Jalan pada Fasilitas Kesehatan Tingkat 1 dan 2”. Penelitian ini menggunakan desain studi cross-sectional yaitu variabel independen dan dependen dianalisis dalam waktu yang bersamaan. Pengambilan data penelitian ini dilakukan pada tanggal 24 April – 11 Mei 2018. Penelitian ini sudah lolos kaji etik dengan nomor 0140/UN2.F1/ETIK/2018. Jumlah sampel dalam penelitian ini yaitu 130 orang. Populasi penelitian adalah penderita diabetes melitus tipe 2 pada kelompok usia 25-65 tahun yang tercatat di Puskesmas Kecamatan Pasar Minggu. Pengambilan sampel dengan menggunakan metode non-random sampling dengan teknik purposive sampling. Metode ini dipilih berdasarkan populasi studi yang memiliki kriteria spesifik sesuai dengan kriteria inklusi dan eksklusi. Kriteria inklusi adalah penderita diabetes tipe 2 dengan usia 25 sampai 65 tahun yang datang sebagai penderita rawat jalan di Puskesmas Kecamatan Pasar Minggu. Kriteria eksklusi yaitu penderita diabetes melitus tipe 2 yang memiliki penyakit berat (gagal ginjal kronik, jantung koroner, operasi jantung), hamil, menyusui, memiliki disabilitas (lumpuh atau buta), dan pengguna kontrasepsi hormonal.

Cara pengumpulan data yaitu usia, jenis kelamin, pendidikan, lama menderita, pengetahuan diabetes melitus, dukungan keluarga, dukungan tenaga kesehatan dikumpulkan dengan cara melakukan wawancara menggunakan kuesioner. Data mengenai kepatuhan diet yaitu jumlah dan jenis makan yang dikonsumsi diperoleh melalui wawancara dengan Semi-Quantitative Food Frequency Questionnaire (SFFQ) dan jadwal makan diperoleh melalui wawancara dengan 24-hours food recall. Responden dinyatakan patuh jika memenuhi syarat yaitu asupan energi 80-110%, karbohidrat 45-65%, serat 20-35 gram/hari, lemak 20-30%, protein 10-20%, dan gula murni < 5% kebutuhan energi, rata-rata jenis makanan yang dihindari atau dibatasi < 3

dalam seminggu dengan interval antara jam makan dan selingan makan < 3 jam. Umur dibagi menjadi umur dewasa madya jika ≤55 tahun dan dewasa akhir jika > 55 tahun. Tingkat pendidikan dibagi menjadi tinggi jika ≥ lulus SMA sederajat dan rendah jika < lulus SMA sederajat. Status gizi dibagi menjadi gizi lebih jika Indeks Masa Tubuh >25 dan tidak gizi lebih jika ≤ 25. Lamanya menderita dibagi menjadi durasi pendek jika ≤ 5 tahun dan lama jika > 5 tahun. Tingkat pengetahuan dibagi menjadi baik jika jumlah jawaban benar ≥ 60% dan kurang jika jumlah jawaban benar <60%. Dukungan keluarga dibagi menjadi baik jika skor ≥ median dan kurang jika < median. Dukungan tenaga kesehatan dibagi menjadi baik jika ≥ median dan kurang jika < median.

Analisis data yang dilakukan adalah analisis univariat, analisis bivariat menggunakan uji chi-square, dan analisis multivariat menggunakan pemodelan regresi logistik.

## HASIL

Sebanyak 13,8% subjek patuh tetapi sebanyak 86,2% subjek tergolong tidak patuh dalam menjalankan diet. Subjek yang termasuk golongan usia dewasa madya (36-55 tahun) yaitu 53,8%. Subjek golongan usia dewasa akhir (56-65 tahun) yaitu 46,2%. Subjek yang berjenis kelamin perempuan sebanyak 73,1% sisanya berjenis kelamin laki-laki. Subjek yang berpendidikan rendah sebanyak 55,4% dan yang berpendidikan tinggi sebanyak 44,6%. Subjek telah menderita diabetes melitus berkisar < 1 – 22 tahun. Subjek yang menderita diabetes melitus tipe 2 dalam durasi pendek (< 5 tahun) yaitu 46,2%, dalam durasi sedang (5-9 tahun) sebanyak 30,8% dan dalam durasi panjang (≥ 10 tahun) sebanyak 23,1%. Subjek yang mempunyai pengetahuan baik sebanyak 70,0% sedangkan yang mempunyai pengetahuan kurang sebanyak 30,0%. Subjek yang memperoleh dukungan keluarga yang baik sebanyak 54,6% sisanya kurang mendapat dukungan keluarga yaitu sebanyak 45,4%. Subjek yang memperoleh dukungan dari tenaga kesehatan yang baik sebanyak 50% (Tabel 1).

**Tabel 1.**  
**Distribusi Data Kepatuhan Diet, Usia, Jenis Kelamin, Pendidikan, Lama Menderita, Pengetahuan Diabetes Melitus, Dukungan Keluarga dan Dukungan Tenaga Kesehatan pada Penderita Diabetes Melitus Tipe di Puskesmas Kecamatan Pasar Minggu Tahun 2018**

Variabel	Kategori	n	%
Kepatuhan diet	Patuh	18	13,8
	Tidak patuh	112	86,2
Usia	Dewasa madya	70	53,8
	Dewasa akhir	60	46,2
Jenis kelamin	Laki-laki	35	26,9
	Perempuan	95	73,1
Pendidikan	Tinggi	58	44,6
	Rendah	72	55,4
Lama menderita	Durasi pendek	60	46,2
	Durasi sedang	40	30,8
	Durasi panjang	30	23,1
Pengetahuan Diabetes Melitus	Baik	91	70,0
	Kurang	39	30,0
Dukungan keluarga	Baik	71	54,6
	Kurang	59	45,4
Dukungan tenaga kesehatan	Baik	65	50,0
	Kurang	65	50,0

Faktor determinan kepatuhan diet adalah jenis kelamin dan lama menderita. Sebanyak 15,7% subjek pada kategori usia dewasa madya berada pada kategori patuh, serta 11,7% responden pada kategori usia dewasa akhir berada pada kategori patuh. Hasil uji statistik diketahui tidak ada hubungan yang bermakna antara usia dengan kepatuhan diet. Sebanyak 28,6% subjek laki-laki pada kategori patuh, serta 8,4% responden perempuan berada pada kategori patuh. Hasil uji statistik diketahui ada hubungan yang bermakna antara variabel jenis kelamin dan kepatuhan diet. Sebanyak 15,5% subjek dengan pendidikan tinggi yang patuh, serta 12,5% responden dengan pendidikan rendah yang patuh. Hasil uji statistik diketahui tidak ada hubungan yang bermakna antara variabel pendidikan dan kepatuhan diet. Sebanyak 26,7% subjek dengan durasi panjang menderita diabetes melitus yang patuh, serta 10,0% subjek dengan durasi pendek menderita diabetes melitus yang patuh. Hasil uji statistik diketahui ada hubungan yang bermakna antara variabel lama menderita dan kepatuhan diet. Sebanyak 17,9% subjek dengan tingkat pengetahuan kurang yang patuh dan sebanyak 12,1% subjek dengan tingkat pengetahuan baik yang patuh. Hasil uji statistik menunjukkan tidak ada hubungan yang bermakna antara pengetahuan dengan kepatuhan diet.

Tabel 2.

## Hubungan antara Karakteristik Individu dengan Kepatuhan Diet

Variabel Independen	Variabel Dependen				Total	P-value	OR (95% CI)
	Patuh		Tidak Patuh				
	n	%	n	%	n	%	
Usia (n=130)							
Dewasa Madya	11	15,7	59	84,3	70	100,0	0,681
Dewasa Akhir	7	11,7	53	88,3	60	100,0	
Jenis Kelamin (n=130)							
Laki-Laki	10	28,6	25	71,4	35	100,0	0,008
Perempuan	8	8,4	87	91,6	95	100,0	
Pendidikan (n=130)							
Tinggi	9	15,5	49	84,5	58	100,0	0,811
Rendah	9	12,5	63	87,5	72	100,0	
Lama Menderita (n=130)							
Durasi Pendek	10	10,0	90	90,0	100	100,0	0,044
Durasi Panjang	8	26,7	22	73,3	30	100,0	
Pengetahuan Diabetes Melitus (n=130)							
Baik	11	12,1	80	87,9	91	100,0	0,542
Kurang	7	17,9	32	82,1	39	100,0	

Tabel 3.

## Hubungan antara Faktor Psikososial dengan Kepatuhan Diet

Variabel Independen	Variabel Dependen				Total	P-value	OR (95% CI)
	Patuh		Tidak Patuh				
	n	%	n	%	n	%	
Dukungan Keluarga (n=130)							
Baik	7	9,9	64	90,1	71	100,0	0,235
Kurang	11	18,6	48	81,4	59	100,0	
Dukungan Keluarga (n=130)							
Baik	8	12,3	57	87,7	65	100,0	0,800
Kurang	10	15,4	55	84,6	65	100,0	

Hasil multivariate menunjukkan bahwa variabel yang berhubungan bermakna dengan kepatuhan diet adalah jenis kelamin dan lama menderita. Sedangkan variabel dukungan keluarga dan dukungan tenaga kesehatan sebagai variabel pengontrol. Berdasarkan seluruh proses analisis dalam Tabel 4 dapat disimpulkan bahwa lama menderita merupakan variabel yang paling dominan berhubungan dengan kepatuhan diet pada

penderita diabetes melitus tipe 2 karena mempunyai OR paling besar (OR = 3,148). Lama menderita berpeluang untuk meningkatkan kepatuhan diet 3,148 kali pada penderita diabetes melitus tipe 2.

Tabel 4.  
Hasil Analisis Multivariat

Variabel	B	P-Value	OR
Jenis Kelamin	-1,412	0,010	0,244
Lama Menderita	1,147	0,047	3,148
Dukungan Keluarga	0,885	0,183	2,243
Dukungan Tenaga Kesehatan	-0,297	0,661	0,743

## PEMBAHASAN

Rentang usia responden yaitu berada pada kisaran 36-63 tahun. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa responden dewasa madya (36-55 tahun) lebih banyak (53,8%) dibandingkan dewasa akhir (56-65 tahun) yaitu (46,2%). Pada penelitian ini menunjukkan tidak ada hubungan antara usia dengan kepatuhan diet diabetes melitus tipe 2. Terbukti dari penelitian yang dilakukan oleh (Aini et al., 2007) dan (Yulia, 2015) secara statistik menunjukkan tidak ada hubungan yang bermakna antara usia dengan kepatuhan diet diabetes melitus tipe 2. Tidak ada hubungan antara usia dengan kepatuhan diet diabetes melitus tipe 2 karena responden yang memiliki usia dewasa madya maupun dewasa akhir menunjukkan perilaku ketidakpatuhan. Semakin tua usia seseorang belum tentu lebih mengetahui pentingnya diet apabila tidak ditunjang dengan pengetahuan dan pengalaman yang pernah dialami (Yulia, 2015).

Responden dalam penelitian ini terdiri dari 73,1% perempuan dan 26,9% laki-laki. Berdasarkan hasil tersebut yang melakukan pemeriksaan rawat jalan sebagian besar berjenis kelamin perempuan. Pada penelitian ini, proporsi kepatuhan diet diabetes melitus tipe 2 lebih tinggi pada laki-laki sebesar 28,6% dibandingkan pada perempuan sebesar 8,4%. Hasil penelitian ini menunjukkan ada hubungan yang bermakna antara jenis kelamin dengan kepatuhan diet diabetes melitus tipe 2 dan sejalan dengan penelitian (Babwah, 2006) dan (Hestiana, 2017). Hasil dari tabulasi silang menunjukkan bahwa laki-laki lebih banyak yang patuh diet dibandingkan perempuan. Hasil penelitian (Hestiana, 2017) juga mendukung bahwa laki-laki lebih banyak yang patuh terhadap diet dibandingkan perempuan. Hal ini karena peranan laki-laki sebagai pencari nafkah dan kepala keluarga sehingga memotivasi diri mereka untuk menjadi lebih sehat dengan cara mematuhi anjuran diet yang diberikan dan kemungkinan adanya dukungan dari pasangan hidupnya dengan mengkonsumsi makanan sesuai aturan diet penyakit diabetes melitus (Haq, 2013).

Hasil analisis bivariat menunjukkan bahwa responden yang berpendidikan tinggi sebesar 15,5% lebih patuh dalam menjalankan diet diabetes melitus dibandingkan yang berpendidikan rendah sebesar 12,5%. Analisis hasil penelitian ini

menunjukkan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara pendidikan dengan kepatuhan diet diabetes melitus tipe 2. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Alhariri et al., 2017) bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara pendidikan dengan kepatuhan diet diabetes melitus tipe 2. Menurut penelitian yang dilakukan oleh (Murata et al., 2013), pendidikan merupakan salah satu determinan penting yang berhubungan dengan tingkat pengetahuan diabetes melitus dan tingkat pengetahuan tersebut yang berhubungan langsung dengan kepatuhan diet. Orang yang berpendidikan tinggi lebih mudah memahami dan mematuhi perilaku diet dibandingkan dengan orang yang berpendidikan rendah. Tingkat pendidikan lebih tinggi akan memudahkan seseorang atau masyarakat untuk menyerap informasi dan mengimplementasikannya dalam perilaku dan gaya hidup sehari-hari, khususnya dalam mematuhi pengelolaan diet diabetes melitus (Hestiana, 2017).

Hasil penelitian ini menyatakan bahwa responden dengan durasi pendek (46,2%), responden dengan durasi sedang (30,8%) dan durasi panjang (23,1%). Hasil tabulasi silang kepatuhan diet lebih tinggi pada kelompok dengan durasi panjang (26,7%) dibandingkan dengan durasi pendek (10,0%). Secara statistik pada penelitian ini menunjukkan ada hubungan yang bermakna antara lama menderita dengan kepatuhan diet diabetes melitus tipe 2. Hasil penelitian yang sama juga ditemukan pada penelitian (Yulia, 2015) bahwa ada hubungan yang bermakna antara lama menderita dengan kepatuhan diet diabetes melitus. Responden yang mengalami penyakit diabetes melitus setelah bertahun-tahun, bisa menerima penyakit yang dialami sehingga penderita diabetes melitus mempunyai tingkat penerimaan yang lebih baik terhadap perawatan diabetes melitus termasuk melakukan praktik-praktik baik dalam makanan dan minuman, motivasi untuk sehat sehingga mengikuti kepatuhan diet (Haque, 2013). Lama sakit pada penderita diabetes melitus tipe 2 juga memiliki korelasi positif dengan kepatuhan diet dimana orang yang sudah lama menderita diabetes melitus tipe 2 memiliki pengalaman serta telah belajar dari rasa sakit yang telah ia alami selama masa sakitnya sehingga kepatuhan responden meningkat seiring berjalannya waktu (Abraham, 2011). Karena selang waktu yang lama dengan otomatis penderita diabetes melitus telah banyak menerima edukasi dari petugas kesehatan sehingga dapat mempengaruhi pengetahuannya (Risti, 2017). Pengetahuan merupakan langkah awal dari seseorang untuk menentukan sikap dan perilakunya, sehingga tingkat pengetahuan akan sangat berpengaruh terhadap penerimaan suatu edukasi (Astuti, Paratmanitya, & Wahyuningsih, 2015).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa 70,0% responden memiliki pengetahuan yang baik, dan 30,0% pengetahuan kurang. Hasil tabulasi silang menunjukkan tingkat kepatuhan diet lebih tinggi ditemukan pada kelompok dengan pengetahuan kurang (18,6%) dibandingkan dengan kelompok dengan

pengetahuan baik (9,9%). Hasil penelitian ini, tidak ada hubungan yang bermakna antara pengetahuan diet dengan kepatuhan diet diabetes melitus tipe 2. Sejalan dengan penelitian (Hestiana, 2017) bahwa tidak ada hubungan yang bermakna antara pengetahuan dengan kepatuhan diet diabetes melitus tipe 2. Hal ini menunjukkan ada faktor lain yang mempengaruhi tingkat kepatuhan diet selain tingkat pengetahuan yaitu faktor lingkungan. Menurut (Riyanto dan Budiman, 2013), yang termasuk faktor lingkungan yaitu dukungan keluarga dan dukungan tenaga kesehatan. Hal ini menunjukkan bahwa pengetahuan kurang lebih banyak yang mendapatkan dukungan dari faktor lingkungan yaitu dukungan keluarga dan dukungan tenaga kesehatan. Walaupun tingkat pengetahuan kurang rendah, dengan adanya dukungan dari keluarga maupun tenaga kesehatan untuk memotivasi responden sehingga responden lebih patuh terhadap makanan yang dikonsumsi setiap harinya.

Sebesar 54,6% responden dalam penelitian ini memperoleh dukungan keluarga yang baik sementara itu 45,4% responden memperoleh dukungan keluarga yang kurang. Hasil tersebut menunjukkan bahwa mayoritas responden telah mendapatkan dukungan dari keluarga dalam menjalankan diet diabetes melitus. Menurut Amelia (2015), idealnya, dengan dukungan keluarga yang kuat maka seseorang akan semakin patuh dalam menjalankan diet. Namun, hasil uji statistik menunjukkan tidak adanya hubungan yang bermakna antara dukungan keluarga dengan kepatuhan diet diabetes melitus tipe 2. Walaupun hasil uji statistik tidak menunjukkan hubungan yang bermakna, secara konseptual, dukungan keluarga memiliki hubungan yang erat dengan kepatuhan diet diabetes melitus tipe 2. Hasil penelitian oleh (Bertalina & Purnama, 2016) menunjukkan adanya hubungan yang bermakna antara dukungan keluarga dengan tingkat kepatuhan diet pada penderita diabetes melitus.

Menurut Bertalina & Purnama (2016) bahwa dukungan keluarga yang baik akan mempengaruhi seseorang untuk menjalankan dan mematuhi diet yang dianjurkan seperti mengingatkan untuk menghindari makanan/minuman yang dilarang, mengingatkan untuk menerapkan diet diabetes melitus dan mengingatkan cek kadar gula darah dan konsultasi diet secara rutin adalah dukungan keluarga yang banyak diberikan. Semakin besar dukungan keluarga yang diberikan kepada penderita diabetes melitus, maka semakin tinggi tingkat kepatuhan diabetes melitus dalam menjalankan diet yang diberikan.

Idealnya, dukungan tenaga kesehatan dapat menjadi pendorong individu dalam menerapkan suatu perilaku sehat. Namun, hasil analisis bivariat menunjukkan bahwa tidak ada hubungan antara dukungan tenaga kesehatan dengan kepatuhan diet diabetes melitus tipe 2. Walaupun hasil analisis bivariat tidak menunjukkan hubungan yang bermakna, dukungan tenaga kesehatan memiliki hubungan yang erat dengan

kepatuhan diet diabetes melitus tipe 2. Ini karena adanya Program Pengelolaan Penyakit Kronis (PROLANIS) di Puskesmas Kecamatan Pasar Minggu. Dengan adanya program ini, tenaga kesehatan yang ada di Puskesmas Kecamatan Pasar Minggu kurang berkontribusi apapun terhadap penderita diabetes melitus tipe 2. Seharusnya dukungan tenaga kesehatan memiliki hubungan yang erat dengan kepatuhan diet diabetes melitus tipe 2. Tenaga kesehatan merupakan salah satu garda utama dalam menunjang kepatuhan pasien. Hasil penelitian (Yulia, 2015) menunjukkan bahwa ada hubungan yang bermakna antara kepatuhan diet diabetes melitus tipe 2. Dukungan tenaga kesehatan sangat diperlukan untuk meningkatkan kepatuhan, misalnya dengan adanya komunikasi. Hal ini sesuai dengan teori yang ada, dimana petugas kesehatan merupakan orang pertama yang mengetahui tentang kondisi kesehatan penderita sehingga mereka memiliki peran yang besar dalam menyampaikan informasi mengenai kondisi kesehatan dan hal-hal yang harus dilakukan oleh penderita untuk proses kesembuhannya (Hestiana, 2017). Penelitian ini diperkuat dengan penelitian (Senuk, Supit, & Onibala, 2013) bahwa dukungan petugas kesehatan memiliki hubungan yang bermakna dengan kepatuhan diet diabetes melitus sehingga dapat disimpulkan bahwa dukungan petugas kesehatan berpengaruh terhadap kepatuhan diet penderita diabetes melitus, dimana semakin baik dukungan petugas kepada penderita maka akan semakin baik kepatuhan penderita.

Lama menderita berpeluang untuk meningkatkan kepatuhan diet 3,148 kali pada penderita diabetes melitus. Hasil analisis multivariat menunjukkan lama menderita adalah faktor yang paling dominan dalam penelitian ini karena memiliki OR terbesar. Pada penderita diabetes melitus, dengan bertambahnya waktu membuat penderita telah belajar bagaimana cara menjaga kesehatan yang dialaminya (Ulum dkk, 2014). Lamanya penyakit yang diderita oleh penderita mempunyai pengaruh terhadap kepatuhan diet dan penderita dengan durasi panjang lebih banyak yang patuh terhadap diet. Menurut (Walker, 2007), semakin lama waktu sakit yang dialami oleh penderita diabetes melitus akan meningkatkan waktu penerimaan penderita terhadap penyakitnya sehingga berpengaruh pada banyaknya informasi yang didapat penderita terhadap penatalaksanaan penyakit diabetes melitus, termasuk juga pengelolaan diet diabetes melitus yang harus dijalani. Penderita yang telah lama menderita diabetes melitus tipe 2 memiliki pengalaman serta telah belajar dari rasa sakit yang telah dialami selama masa sakitnya sehingga kepatuhan penderita meningkat seiring berjalannya waktu (Bertalina dan Purnama, 2016).

## KESIMPULAN

Subjek yang mematuhi diet di Puskesmas Kecamatan Pasar Minggu tahun 2018 adalah 13,8%. Ada hubungan yang bermakna

antara lama menderita dengan kepatuhan diet diabetes melitus tipe 2. Lama menderita berpeluang untuk meningkatkan kepatuhan diet 3,148 kali pada penderita diabetes mellitus. Diharapkan agar penderita yang sudah lama menderita dan patuh terhadap diet, agar tetap mempertahankan pola makan yang dianjurkan.

## Konflik Kepentingan

Dalam penelitian ini tidak ada konflik kepentingan

## Ucapan Terima Kasih

Saya mengucapkan terima kasih kepada Puskesmas Kecamatan Pasar Minggu, seluruh responden, pembimbing, dan semua pihak yang telah membantu terselenggaranya penelitian ini.

## DAFTAR PUSTAKA

- Abraham, Mehammedsrage. (2011). "Self-Care in Type 2 Diabetes: A Systematic Literature Review on Factors Contributing to Self-Care among Type 2 Diabetes Mellitus Patients". Tesis. Linnaeus University.
- Adnyani, Ida A. P. S., Widyantari, Desak Made., dan Saputra, Kadek. (2015). "Hubungan Health Locus of Control Dengan Keatuhan Penatalaksanaan Diet DM Tipe 2 Di Paguyuban DM Puskesmas III Denpasar Utara." *Ners Journal* Vol. 3 No.3: 61–67.
- Aini, D. N., Arifianto., & Prasetia, B. (2007). "Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kepatuhan Penderita Diabetes mellitus Dalam Menjalankan Diet". Program Studi Ilmu Keperawatan STIKES Widya Husada Semarang 113-121.
- Alhariri, Abdullah, Faiz Daud, Amer Almaiman, Sultan Ayes, and Mohammed Saghir. (2017). "Factors Associated with Adherence to Diet and Exercise among Type 2 Diabetes Patients in Hodeidah City , Yemen" 7: 264–71.
- Amelia, Fhadilla. (2015). "Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kepatuhan Diet Dashi Pada Penderita Hipertensi Usia 30-65 Tahun Di Puskesmas Bojonggede Kabupaten Bogor Tahun 2015". Skripsi. Fakultas Kesehatan Masyarakat. Universitas Indonesia.
- American Diabetes Association (ADA). (2010). "Diagnosis and Classification of Diabetes Mellitus." *Diabetes Care*, Volume 33. doi:10.2337/dc10-S062.
- Astuti Sri., Paratmanitya, Yhona., & Wahyuningsih. (2015). "Tingkat Pengetahuan dan Dukungan Keluarga Tidak Berhubungan Dengan Kepatuhan Menjalani Terapi Diet Penderita Diabetes Mellitus Tipe 2 di Puskesmas Kasihan II Bantul Yogyakarta." *Jurnal Gizi Dan Dietetik Indonesia* Vol. 3 No.2, Mei 2015: 105-112.

- Babwah, F., et al. (2006). "The Role of Gender in Compliance and Attendance at an Outpatient Clinic for Type 2 Diabetes in Trinidad".
- Bertalina dan Purnama. (2016). "Hubungan Lama Sakit, Pengetahuan, Motivasi Penderita Dan Dukungan Keluarga Dengan Kepatuhan Diet Penderita Diabetes Mellitus". *Jurnal Kesehatan*, Volume VII, Nomor 2, Agustus 2016, hlm 329–40.  
doi:10.1002/1521-3773(20010316)40:6<9823::AID-ANIE9823>3.3.CO;2-C.
- Dwipayanti, P. I. (2011). "Hubungan Pengetahuan Tentang Diet Diabetes Mellitus dengan Kepatuhan Pelaksanaan Diet Pada Penderita Diabetes Mellitus." *Jurnal Keperawatan & Kebidanan - Stikes Dian Husada Mojokerto*, 47–53.
- Fatimah, Restyana Noor. (2015). "Diabetes Melitus Tipe 2." *J Majority Volume 4 nomor 5*: 93–101.  
doi:10.2337/dc12-0698.
- Frandsen, K.B., and Kristensen, J. S. (2002). "Diet and Lifestyle in Type 2 Diabetes: The Patient's Perspective." *Practical Diabetes International* 19 (3): 77–80. doi:10.1002/pdi.327.
- Ganiyu, Adewale B., Langalibalele H. Mabuza, Nomsa H. Malete, Indiran Govender, and Gboyega A. Ogunbanjo. (2013). "Non-Adherence to Diet and Exercise Recommendations amongst Patients with Type 2 Diabetes Mellitus Attending Extension II Clinic in Botswana." *African Journal of Primary Health Care and Family Medicine* 5 (1): 2–7.  
doi:10.4102/phcfm.v5i1.457.
- Haque, Dina Fitriani. (2013). "Hubungan Antara Pelayanan Kesehatan Dan Faktro Lainnya Dengan Kepatuhan Diet DM Pada Anggota Persadia penyandang DM Tipe 2 Di Depok Tahun 2013". Skripsi. Fakultas Kesehatan Masyarakat Program Studi Gizi Universitas Indonesia.
- Hestiana, Dita Wahyu. (2017). "Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kepatuhan Dalam Pengelolaan Diet pada Penderita Rawat Jalan Diabetes Mellitus Tipe 2 Di Kota Semarang". *Journal of Health* 2 (2): 138-145.
- International Diabetes Federation. (2013). *IDF Diabetes Atlas 6th Edition*. 6TH.  
doi:10.1006/mgme.2001.3260.
- Murata, G.H., et al. (2003). "Factors Affecting Diabetes Knowledge in Type 2 Diabetic Veterans". *Diabetologia*, 46: 1170-1178.
- National Health Service [NHS]. (2018). "Introduction: Diabetes is a lifelong condition that causes a person's blood sugar level to become too high". Retrieved from <https://www.nhsinform.scot/illnesses-and-conditions/diabetes/type-2-diabetes> akses tanggal 22 Maret 2018
- PERKENI. (2015). *Pengelolaan Dan Pencegahan Diabetes Melitus Tipe 2 Di Indonesia 2015*. Pengurus Besar Perkumpulan Endokrinologi Indonesia (PB PERKENI).
- Purwandari, Henny. (2017). "Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kepatuhan Klien Diabetes Militus Dalam Menjalankan Program Terapi DM". *Stikes Satria Bhakti Nganjuk*. Hal.149-58.
- Risti, K.N., dan Isnaeni, Farida N. (2017). "Hubungan Motivasi Diri dan Pengetahuan Gizi Terhadap Kepatuhan Diet DM Pada Penderita Diabetes Mellitus Tipe II Rawat Jalan Di RSUD Karanganyar". *Jurnal Kesehatan*, Vol. 10 No. 2 hal. 94-103.
- Riyanto, A., dan Budiman. (2013). *Pengetahuan dan Sikap dalam Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Safitri, Inda Noviani. (2013). "Kepatuhan Penderita Diabetes Melitus Tipe II Ditinjau Dari Lokus of Control." *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan* 1 (02): 18.  
<http://ejournal.umm.ac.id/index.php/jipt/article/download/1583/1686>.
- Senuk, Abdurrahim., Supit, Wenny., dan Onibala, Franly. (2013). "Hubungan Pengetahuan dan Dukungan Keluarga Dengan Kepatuhan Menjalani Diet Diabetes Melitus Di Poliklinik RSUD Kota Tidore Kepulauan Provinsi Maluku Utara". *Ejournal Keperawatan (e-Kp) Volume 1 Nomor 1*. Hal.1-7.
- Soegondo, S., Soewondo, P. dan Subekti, I. (2005). "Penatalaksanaan Diabetes Melitus Terpadu". Jakarta: Balai Penerbit FKUI.
- Susanti, C. E, and Tedjasukmana, B. (2012). "Effect Of Knowledge On Nutrition Diet Behavior With Attitude To Mediation Functional Foods For Diabetes Mellitus Patients In Surabaya." *Journal Conference In Business, Accounting, And Management (CBAM) (Vol. 1 No 1 December 2012)*: 151–64.  
<http://journal.unissula.ac.id/cbam/article/view/300>.
- Susanti, Mei Lina., and Sulistyarini, Tri. (2013). "Dukungan Keluarga Meningkatkan Kepatuhan Penderita Diabetes Melitus Di Ruang Rawat Inap RS. Baptis Kediri." *Jurnal STIKES Volume 6 (1)*: 1–10.
- Suyono, Slamet. (2007). "Patofisiologi Diabetes Melitus". Jakarta: Balai Penerbit FKUI. Hal. 7-15.
- Tovar, E. (2007). *Relationship Between Psycosocial Factors And Adherence To Diet And Exercise In Adult With Type 2 Diabetes: A Test Of A Theoretical Model*. Disertasi. The University of Texas Medical Branch Graduate School of Biomedical Science. Akses pada 29 Maret 2018 dari Texas Digital Library <https://tdl-ir.tdl.org/tdl-ir/handle/2152.3/196>

- Ulum, Zahrotun, Kusnanton dan Widyawati, Yuni Ika. (2014). "Kepatuhan Medikasi Penderita Diabetes Mellitus Tipe 2 Berdasarkan Teori Health Belief Model (HBM) Di Wilayah Kerja Puskesmas Mulyorejo Surabaya". Fakultas Keperawatan Universitas Airlangga.
- Walker. (2007). Importance of Illness Beliefs and Self Efficacy for Patients with Coronary Heart Disease. *Journal of Advanced Nursing*, 48(3), 216-225.
- World Health Organization. (2018). Diabetes Mellitus. Retrieved from <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs138/en/> diakses pada 12 Maret 2018.
- Yulia, Siti. (2015). "Kepatuhan Dalam Menjalankan Diet Pada Penderita Diabetes Mellitus Tipe 2". Skripsi. Fakultas Ilmu Keolahragaan Jurusan Ilmu Kesehatan Masyarakat Universitas Negeri Semarang.