

Tersedia online di: journal.gunabangsa.ac.id**Journal of Health (JoH)**

ISSN (online): 2407-6376 | ISSN (print): 2355-8857



Analysis of Factors Associated with Dietary Adherence Among Patients with Diabetes Mellitus

Analisis Faktor – Faktor yang berhubungan dengan Kepatuhan Diet pada Pasien Diabetes Melitus

Zahrotul Jannah^{1*}, Teti Oktianingsih², Saka Adhijaya Pendit³

Program Studi Sarjana Keperawatan, STIKes RSPAD Gatot Soebroto, Jakarta Pusat, Indonesia

ABSTRACT

Background Diabetes mellitus is a chronic metabolic disease that requires long-term management, particularly adherence to dietary recommendations, to achieve optimal glycemic control and prevent complications. According to the latest World Health Organization (WHO) report in 2023, the global number of people living with diabetes mellitus continues to increase and is estimated to reach approximately 422 million. Dietary adherence plays a crucial role in improving quality of life and reducing the risk of both acute and chronic complications. However, many patients still experience difficulties in consistently following dietary recommendations. **Objective:** This study aimed to determine the factors associated with dietary adherence among patients with diabetes mellitus, with particular emphasis on family support, knowledge, and attitudes. **Methods:** This study employed a quantitative cross-sectional design. A total of 99 patients with diabetes mellitus were recruited using purposive sampling based on predetermined inclusion criteria. Data were collected using a structured questionnaire that had been tested for validity and reliability. Data analysis included univariate analysis to describe respondents' characteristics and bivariate analysis using the Chi-square test to examine the associations between variables. **Results:** The results demonstrated statistically significant associations between family support and dietary adherence ($p < 0.05$), knowledge and dietary adherence ($p < 0.05$), and attitudes and dietary adherence ($p < 0.05$). Patients who received good family support, possessed adequate knowledge, and had positive attitudes were more likely to adhere to dietary recommendations. **Conclusion:** Family support, knowledge, and attitudes were significantly associated with dietary adherence among patients with diabetes mellitus.

Keywords: Diabetes mellitus, dietary adherence, family support, knowledge, attitude.

INFORMASI ARTIKEL

Diterima : 09 Januari 2026
 Direvisi : 30 Juni 2026
 Disetujui : 01 Juli 2026
 Dipublikasi : 31 Juli 2026

KORESPONDENSI

Zahrotul Jannah
 zjannah001@gmail.com

Copyright © 2026 Author(s)



Di bawah lisensi *Creative Commons Attribution 4.0 International License*.

INTISARI

Latar Belakang: Diabetes melitus merupakan penyakit metabolik kronis yang memerlukan pengelolaan jangka panjang, terutama kepatuhan terhadap anjuran diet, untuk mengontrol kadar glukosa darah dan mencegah terjadinya komplikasi. Menurut laporan terbaru dari WHO tahun 2023, jumlah penderita Diabetes Melitus di seluruh dunia semakin naik dan diperkirakan mencapai sekitar 422 juta orang. Kepatuhan diet berperan penting dalam meningkatkan kualitas hidup serta menurunkan risiko komplikasi akut maupun kronis pada pasien diabetes melitus. Namun, masih banyak pasien yang mengalami kesulitan dalam menjalankan anjuran diet secara konsisten. **Tujuan:** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan kepatuhan diet pada pasien diabetes melitus, khususnya dukungan keluarga, pengetahuan, dan sikap. **Metode:** Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif dengan pendekatan *cross-sectional*. Sampel penelitian terdiri dari 99 responden pasien diabetes melitus yang dipilih menggunakan teknik *purposive sampling* berdasarkan kriteria inklusi. Pengumpulan data dilakukan

menggunakan kuesioner terstruktur yang telah diuji validitas dan reliabilitasnya. Analisis data meliputi analisis univariat untuk menggambarkan karakteristik responden dan analisis bivariat menggunakan uji Chi-Square untuk mengetahui hubungan antarvariabel. **Hasil:** Penelitian menunjukkan adanya hubungan yang bermakna secara statistik antara dukungan keluarga kepatuhan diet ($p < 0,05$), pengetahuan dan kepatuhan diet ($p < 0,05$), serta sikap dan kepatuhan diet ($p < 0,05$). Pasien dengan dukungan keluarga yang baik, pengetahuan yang memadai, dan sikap yang positif cenderung lebih patuh terhadap anjuran diet. **Kesimpulan:** Dukungan keluarga, pengetahuan, dan sikap berhubungan secara signifikan dengan kepatuhan pada pasien diabetes melitus.

Kata kunci: Diabetes melitus, kepatuhan diet, dukungan keluarga, pengetahuan, sikap.

PENDAHULUAN

Diabetes melitus merupakan penyakit metabolik kronis yang ditandai dengan hiperglikemia akibat gangguan sekresi insulin, kerja insulin, atau keduanya sehingga kadar gula dalam darah meningkat menjadi 180-200 mg/dl (Indriyani dkk., 2023). Secara global, *International Diabetes Federation* (IDF) melaporkan bahwa terdapat sekitar 589 juta orang dewasa (usia 20–79 tahun) hidup dengan diabetes melitus (IDF, 2025). Menurut laporan terbaru dari WHO tahun 2023, jumlah penderita Diabetes Melitus di seluruh dunia semakin naik dan diperkirakan mencapai sekitar 422 juta orang. Berdasarkan Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2023 mendapatkan bahwa prevalensi diabetes melitus Indonesia di tahun 2023 meningkat dibandingkan tahun 2018 yaitu dari 1,5% menjadi 1,7 % untuk semua umur dan 2,0% menjadi 2,2 % untuk usia ≥ 15 tahun (Liana S dkk., 2024). Data dari Dinas Kesehatan DKI Jakarta tahun 2020 mencatat bahwa dari seluruh penduduk DKI Jakarta terdapat 233.918 orang yang menderita diabetes melitus, dengan persentase prevalensi sebesar 2,15% (Fathan dkk., 2025)

Kepatuhan diet pada pasien diabetes melitus dipengaruhi oleh berbagai faktor, baik faktor internal maupun eksternal. Pengetahuan pasien mengenai diabetes dan pengaturan diet yang masih rendah dapat menjadi penghambat dalam perilaku patuh terhadap diet (Suhartatik dkk., 2022). Selain itu, dukungan keluarga memiliki peran penting sebagai sistem pendukung utama dalam membantu pasien mengatur pola makan, memberikan motivasi, dan menciptakan lingkungan yang mendukung perilaku sehat. Sikap pasien terhadap pengelolaan penyakit juga memengaruhi kepatuhan diet, di mana sikap yang positif cenderung mendorong pasien untuk lebih konsisten menjalankan diet yang dianjurkan (Muhammad Fikar, 2024).

Dampak diabetes melitus bagi kehidupan dapat memengaruhi berbagai sistem organ tubuh manusia dalam jangka waktu tertentu dan dapat berdampak negatif pada kesehatan. Untuk mengontrol kondisi ini, salah satu upaya yang dianjurkan adalah menerapkan terapi nutrisi atau pola diet yang tepat. Karena diet dianggap sebagai obat utama yang bisa mencegah munculnya Diabetes Mellitus yang laten serta mengurangi risiko komplikasi akut maupun kronik, maka penting bagi pasien untuk mematuhi anjuran diet yang telah ditentukan. Penerapan diet perlu adanya dukungan keluarga yang baik (Widyarni & Setiandari L. O, 2020)

Meskipun berbagai penelitian telah mengkaji faktor-faktor tersebut secara terpisah maupun parsial, penelitian yang mengkaji dukungan keluarga, pengetahuan, dan sikap secara simultan pada tingkat pelayanan kesehatan primer, khususnya di wilayah kerja Puskesmas Kecamatan Kalideres, masih terbatas. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis faktor-faktor yang berhubungan dengan kepatuhan diet, khususnya dukungan keluarga, pengetahuan, dan sikap pada pasien diabetes melitus di wilayah kerja Puskesmas Kecamatan Kalideres.

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain cross-sectional. Penelitian dilaksanakan di wilayah kerja Puskesmas Kecamatan Kalideres pada bulan Desember 2025. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh pasien diabetes melitus yang berobat di Puskesmas Kecamatan Kalideres. Sampel penelitian berjumlah 99 responden yang dipilih menggunakan teknik purposive sampling berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi yang telah ditetapkan. Instrumen penelitian yang digunakan adalah kuesioner terstruktur yang terdiri atas lima bagian, yaitu karakteristik responden, dukungan keluarga, pengetahuan, sikap, dan kepatuhan diet pada pasien diabetes melitus. Seluruh instrumen telah melalui uji validitas dan reliabilitas sehingga layak digunakan sebagai alat pengumpulan data.

Data dikumpulkan secara langsung dengan pendampingan peneliti untuk memastikan kelengkapan dan keakuratan pengisian kuesioner. Analisis data dilakukan secara univariat untuk menggambarkan distribusi masing-masing variabel penelitian. Analisis bivariat digunakan untuk mengetahui hubungan antara dukungan keluarga, pengetahuan, dan sikap dengan kepatuhan diet pada pasien diabetes melitus menggunakan uji *Chi-Square* dengan tingkat kemaknaan $p < 0,05$. Hasil analisis data disajikan dalam bentuk tabel dan narasi untuk memudahkan interpretasi hasil penelitian.

Penelitian ini telah memperoleh persetujuan etik dari Komite Etik Penelitian Kesehatan STIKES RSPAD Gatot Subroto dengan nomor surat ethical clearance: 005321/KEPK/ STIKES RSPAD Gatot Subroto/2025. Seluruh responden telah menandatangani informed consent sebelum pengumpulan data.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian disusun secara sistematis, dimulai dari gambaran karakteristik responden, dilanjutkan dengan hasil analisis univariat untuk menggambarkan distribusi masing-masing variabel penelitian, serta analisis bivariat untuk mengetahui hubungan antara dukungan keluarga, pengetahuan, dan sikap dengan kepatuhan diet. Penyajian hasil didukung oleh data kuantitatif yang disajikan dalam bentuk tabel dan narasi guna menjawab tujuan penelitian yang telah ditetapkan sebelumnya.

Karakteristik Responden

Tabel 1. Karakteristik Responden

No	Karakteristik Responden	Frekuensi (f)	Presentase (%)
1.	Jenis Kelamin		
	Laki- Laki	42	42,4
	Perempuan	57	57,6
	Total	99	100
2.	Umur		
	Dewasa 19 – 59 tahun	75	75,8
	Lansia $\geq$ 60 tahun	24	24,2
	Total	99	100
3.	Pendidikan Akhir		
	Tidak Sekolah	5	5,1
	SD	15	15,2
	SMP	30	30,3
	SMA	35	35,4
	Sarjana	14	14,1
	Total	99	100

Sumber: data primer

Berdasarkan tabel 1 Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas responden berjenis kelamin Perempuan sebanyak 57,6%. Pada kriteria usia didapatkan mayoritas responden dengan usia dewasa 19 – 59 tahun sebanyak 75,8%, Pada kriteria pendidikan akhir didapatkan mayoritas responden pendidikan akhir SMA sebanyak 35,4%.

Analisis Univariat

Analisis variabel independent Dukungan Keluarga

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Dukungan Keluarga

Karakteristik Responden	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Dukungan Keluarga		
Baik	3	3
Cukup	18	18,2
Kurang	78	78,8
Total	99	100

Sumber: data primer

Berdasarkan tabel 2 menunjukkan bahwa responden dengan dukungan keluarga baik sebanyak 3%, responden dengan dukungan keluarga cukup sebanyak 18,2%, sedangkan responden dengan dukungan keluarga kurang sebanyak 78,8%. Menurut Putri dkk., 2024 Kurangnya dukungan keluarga dapat disebabkan oleh kurangnya pemahaman keluarga mengenai diet diabetes melitus, kesibukan anggota keluarga, atau ketidakmampuan keluarga menyediakan makanan yang sesuai diet akibat keterbatasan ekonomi. Faktor emosional seperti sikap kurang peduli atau anggapan bahwa diet tidak terlalu penting juga menjadi penghambat utama keberhasilan diet pasien DM (Putri dkk., 2024).

Penelitian ini sejalan dengan penelitian Lindawati Farida Tampubolon, 2023 yang berjudul “Hubungan dukungan keluarga dengan kepatuhan diet pada pasien diabetes melitus” didapatkan hasil dukungan keluarga pada kategorik baik sebanyak 44 orang 81.5% dan pada kategorik buruk sebanyak 4 orang 7,4% (Lindawati Farida Tampubolon, 2023). Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian Putri dkk., 2024 dengan Judul “factor – factor yang berhubungan dengan kepatuhan diet penderita diabetes melitus di UPTD puskesmas I Denpasar barat” didapatkan hasil dukungan keluarga lebih banyak reponden dengan dukungan keluarga yang tinggi yaitu sebanyak 45 orang 75,0%, dan responden yang memiliki dukungan keluarga rendah sebanyak 15 orang 25% (Putri dkk., 2024).

Keluarga merupakan bagian terkecil dari masyarakat yang terdiri dari kepala keluarga dan anggota keluarga lainnya yang bertempat tinggal di dalam satu rumah karena adanya hubungan darah maupun ikatan pernikahan, sehingga terdapat interaksi antara anggota keluarga satu dengan anggota keluarga lainnya, apabila salah satu dari anggota keluarga memperoleh masalah kesehatan, maka akan dapat berpengaruh kepada anggota keluarga lainnya. Sehingga keluarga merupakan fokus pelayanan kesehatan yang strategis karena keluarga mempunyai peran utama dalam pemeliharaan kesehatan seluruh anggota keluarga, dan masalah keluarga saling berkaitan, keluarga juga dapat sebagai tempat pengambil keputusan dalam perawatan Kesehatan (Pendit dkk., 2019).

Analisis variabel Independen Pengetahuan

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Pengetahuan

Karakteristik Responden	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Pengetahuan		
Baik	21	21,2
Cukup	33	33,3
Kurang	45	45,5
Total	99	100

Sumber: data primer

Berdasarkan tabel 3 menunjukkan tingkat pengetahuan didapatkan responden dengan tingkat pengetahuan baik sebanyak (21,2%), responden dengan tingkat pengetahuan cukup sebanyak (33,3%), dan responden dengan pengetahuan kurang sebanyak (45,5%). Menurut (Wardhani, 2021) Pengetahuan yang kurang dapat menghambat proses pengambilan keputusan pasien terkait diet, karena pasien tidak memahami manfaat diet, bahaya tidak patuh, maupun jenis makanan yang harus dihindari. Hal ini berdampak pada tingginya jumlah responden yang tidak patuh dalam menjalankan diet (Wardhani, 2021).

Penelitian ini sejalan dengan penelitian Putri dkk., 2024 yang berjudul “factor – factor yang berhubungan dengan kepatuhan diet penderita diabetes melitus di UPTD puskesmas I Denpasar barat” didapatkan hasil responden dengan pengetahuan rendah yaitu sebanyak 37 orang (61,7%), dan responden dengan pengetahuan tinggi sebanyak 23 orang (38,3%) (Putri dkk., 2024). Penelitian pendukung lain oleh penelitian Annalia Wardhani, 2021 yang berjudul “Hubungan pengetahuan dengan kepatuhan diet pada penderita diabetes melitus di wilayah kerja Puskesmas AstambulTahun 2020” didapatkan hasil responden yang tingkat pengetahuannya cukup sebanyak 24 responden (60%) dari total sampel (Wardhani, 2021).

Pengetahuan adalah informasi yang telah dikombinasikan dengan pemahaman dan potensi untuk menindaki yang lantas melekat di benak seseorang. Pengetahuan merupakan hasil dari tahu dan mengerti yang ini terjadi setelah seseorang melakukan penginderaan terhadap suatu obyek tertentu. Penginderaan terjadi melalui pancaindera manusia, yakni indera penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa dan raba (Susilawati dkk., 2022). Pengetahuan merupakan domain yang sangat penting bagi seseorang untuk terbentuknya tindakan seseorang (*Over Behavior*). Pendidikan kesehatan kepada pasien tentang penyakitnya dapat membantu proses penyembuhan. Dukungan dari keluarga dan orang-orang terdekat juga mampu untuk meningkatkan mental serta psikologis pasien (Adhijaya P dkk., 2023).

Pengetahuan seseorang dipengaruhi oleh pengalaman, lingkungan, serta pengaruh sosial dan budaya. Pengalaman yang didapat oleh seseorang diartikan dan dikembangkan menjadi keyakinan, yang selanjutnya mendorong munculnya motivasi dan niat untuk bertindak, sehingga memengaruhi perilaku seseorang. Pengetahuan tentang disiplin dalam menjalani pola hidup sehat serta mencegah komplikasi sangat penting. Penderita Diabetes Melitus yang kurang memahami tentang diet Diabetes Melitus akan menghambat munculnya perilaku kepatuhan, sehingga cenderung tidak mengikuti anjuran dari petugas kesehatan. Pengetahuan mengenai manajemen diabetes merupakan bagian penting untuk mencapai kesuksesan dalam mengelola penyakit Diabetes Melitus. Oleh karena itu, pengetahuan juga merupakan salah satu faktor yang terkait dengan kepatuhan diet pada pasien Diabetes Melitus (Susilawati dkk., 2022).

Analisis variabel Independen Sikap

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Sikap

No	Karakteristik Responden	Frekuensi (f)	Persentase (%)
1.	Sikap		
	Baik	50	50,5
	Kurang	49	49,5
	Total	99	100

Sumber: data primer

Berdasarkan tabel 4 menunjukkan sikap didapatkan responden dengan sikap baik (50,5%), sedangkan responden dengan sikap kurang sebanyak (49,5%). Menurut Muhammad Fikar, 2024 Sikap yang baik dapat terbentuk dari pengalaman positif, edukasi kesehatan, hingga dukungan lingkungan.

Namun, sikap positif bisa saja tidak termanifestasi apabila tidak didukung kemampuan atau kesempatan untuk menjalankan diet secara konsisten (Muhammad Fikar, 2024).

Penelitian ini sejalan dengan penelitian Putri dkk., 2024 yang berjudul “ faktor – faktor yang berhubungan dengan kepatuhan diet penderita diabetes melitus di UPTD puskesmas I Denpasar barat ” didapatkan hasil responden dengan sikap buruk yaitu sebanyak 35 orang (58,3%) (Putri dkk., 2024). sikap merupakan salah satu faktor predisposisi yang berperan penting dalam menentukan apakah pasien bersedia menjalankan diet dengan kesadaran dan kemauan sendiri.

Sikap pasien sangat dipengaruhi oleh tingkat pengetahuannya, terutama dalam hal kepatuhan terhadap diet, yang merupakan bagian utama dari pengobatan Diabetes Melitus. Setiap penderita sebaiknya memiliki sikap positif seperti sikap yang mendukung kepatuhan diet pada pasien diabetes melitus ditunjukkan melalui kesediaan, kesadaran, dan komitmen untuk menjalankan anjuran diet secara konsisten dan mendukung terhadap kepatuhan diet, agar tidak mengalami komplikasi. Responden yang memiliki sikap negatif cenderung tidak mematuhi anjuran diet, sedangkan responden dengan sikap positif kebanyakan mematuhi diet yang diberikan oleh dokter. Ada hubungan yang signifikan antara sikap dengan kepatuhan makan, karena sikap merupakan salah satu faktor yang memengaruhi tingkat kepatuhan terhadap diet (Sari dkk., 2021)

Analisis variabel dependen Kepatuhan Diet

Tabel 5. Distribusi Frekuensi Kepatuhan Diet

Karakteristik Responden	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Kepatuhan Diet		
Patuh	46	46,5
Tidak Patuh	53	53,5
Total	99	100

Sumber: data primer

Berdasarkan tabel 5 menunjukkan kepatuhan diet didapatkan responden dengan kepatuhan diet yang patuh sebanyak (46,5%), sedangkan responden dengan kepatuhan diet yang tidak patuh sebanyak (53,5%). Menurut Lindawati Farida Tampubolon, 2023 Kepatuhan diet sangat dipengaruhi oleh dukungan keluarga, pengetahuan, dan sikap. Ketiga faktor ini bekerja secara simultan: pengetahuan mempengaruhi cara pasien memahami diet, dukungan keluarga membantu pelaksanaan diet, dan sikap menentukan motivasi pasien untuk tetap konsisten (Lindawati, 2023).

Penelitian ini sejalan dengan penelitian M Fikar, 2024 dengan judul “Hubungsn pengetahuan dan sikap dengan kepatuhan diet pada penderita diabetes melitus di wilayah kerja puskesmas poasia kota Kendari tahun 2023” didapatkan hasil bahwa dari 40 responden, pengetahuan baik yang patuh terhadap diet diabetes melitus sebanyak 12 (30,0%) responden, pengetahuan baik yang tidak patuh terhadap diet diabetes melitus sebanyak 5 (7,3%) responden, pengetahuan kurang yang patuh terhadap diet Diabetes Melitus sebanyak 6 (15,0%) responden dan pengetahuan kurang yang tidak patuh terhadap diet Diabetes Melitus sebanyak 17 orang (42,5,0%) (M Fikar dkk., 2024)

Rendahnya tingkat kepatuhan ini menggambarkan bahwa sebagian besar pasien belum menjalankan diet sesuai anjuran tenaga kesehatan seperti pengaturan diet dilakukan dengan menerapkan prinsip jumlah, jenis, dan jadwal makan (3J), yaitu mengonsumsi makanan bergizi seimbang, tinggi serat, membatasi gula sederhana dan lemak jenuh, serta menjaga keteraturan waktu makan. secara konsisten dan berkelanjutan. Ketidakpatuhan terhadap diet diabetes dapat menyebabkan pengaturan asupan makanan, jenis makanan, serta waktu makan menjadi tidak terkontrol, sehingga berpotensi menimbulkan ketidakstabilan kadar gula darah. Kondisi ini dapat

menghambat upaya pengendalian penyakit dan mempercepat terjadinya fluktuasi glukosa darah, baik dalam bentuk hiperglikemia maupun hipoglikemia.

Analisis Bivariat

Tabel 6. Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kepatuhan Diet

Dukungan Keluarga	Kepatuhan Diet				Total		P Value
	Patuh		Tidak Patuh				
	F	%	F	%	F	%	
Baik	1	33,3	2	66,7	3	100	0,006
Cukup	14	77,8	4	22,2	18	100	
Kurang	31	38,7	47	60,3	78	100	
Total	46	46,5	53	53,5	99	100	

Sumber: data primer

Berdasarkan tabel 6 Dapat disimpulkan bahwa Dukungan keluarga memiliki hubungan yang signifikan ditunjukkan dengan nilai Sig (2-tailed) yaitu 0,006, dikarenakan cells nya lebih dari 20% maka dilihat dari fishare's Exact Test dengan hasil 0,006. Berdasarkan hasil analisis bivariat menunjukkan adanya hubungan antara dukungan keluarga dengan kepatuhan diet pada pasien diabetes melitus di wilayah kerja Puskesmas Kecamatan Kalideres.

Penelitian ini juga sejalan dengan Putri dkk., 2024 yang berjudul "faktor-faktor yang berhubungan dengan kepatuhan diet penderita diabetes melitus di UPTD puskesmas I Denpasar barat" didapatkan hasil uji statistik *chi-square* yang dilakukan pada variabel dukungan keluarga didapatkan *p-value* = 0,005 (<0,05) artinya ada hubungan yang signifikan antara dukungan keluarga dengan kepatuhan diet penderita diabetes mellitus di UPTD Puskesmas I Denpasar Barat (Putri dkk., 2024). Penelitian ini juga sejalan dengan Lindawati Farida Tampubolon, 2023 yang berjudul "Hubungan dukungan keluarga dengan kepatuhan diet pada pasien diabetes melitus" didapatkan hasil Hasil penelitian menunjukkan ada hubungan antara dukungan keluarga dengan kepatuhan diet pada pasien DM di RS Santa Elisabeth Medan tahun 2023 (*p-value* = 0.038). Peneliti berpendapat bahwa dukungan keluarga yang baik akan meningkatkan kepatuhan pasien dalam melaksanakan program diet (Lindawati, 2023).

Dukungan dari keluarga sangat berpengaruh terhadap penderita Diabetes Melitus dalam menjalani diet secara tepat. Dukungan keluarga sangat penting seperti memberikan motivasi, mengingatkan jadwal makan, serta membantu menyiapkan makanan sesuai anjuran untuk meningkatkan kepatuhan diet agar penderita bisa menjalankan diet dengan baik. Keberadaan dukungan keluarga memberikan dampak positif, yaitu membantu mengikuti nasihat tenaga kesehatan dalam menjalankan diet. Selain itu, keluarga bisa saling mengingatkan dan memotivasi satu sama lain, terutama bagi anggota keluarga yang sedang menjalani diet. Dengan dukungan ini, penderita Diabetes Melitus semakin termotivasi untuk terus menjalani diet dan menginginkan kualitas hidup yang lebih baik (Inayati & Hasanah, n.d.).

Dukungan keluarga mencakup sikap, tindakan, serta penerimaan terhadap anggota keluarga, baik yang dalam kondisi sehat maupun sakit. Individu yang memiliki sistem pendukung dalam keluarga akan merasa lebih aman karena selalu ada yang siap membantu kapan pun diperlukan. Salah satu faktor yang memengaruhi perilaku anggota keluarga adalah seberapa besar dukungan yang diberikan oleh keluarga kepada anggota mereka (Meilinda dkk., 2025).

Tabel 7. Hubungan Pengetahuan Dengan Kepatuhan Diet

Tingkat Pengetahuan	Kepatuhan Diet				Total		P Value
	Patuh		Tidak Patuh				
	F	%	F	%	F	%	
Baik	18	85,7	3	14,3	21	100	0,000
Cukup	26	78,8	7	21,2	33	100	
Kurang	2	4,4	43	95,6	45	100	
Total	46	46,5	53	53,5	99	100	

Sumber: data primer

Berdasarkan tabel 7 Dapat disimpulkan bahwa tingkat pengetahuan memiliki hubungan yang signifikan ditunjukkan dengan nilai Sig (2-tailed) yaitu 0,000. Berdasarkan hasil analisis bivariat menunjukkan adanya hubungan antara Pengetahuan dengan kepatuhan diet pada pasien diabetes melitus di wilayah kerja Puskesmas Kecamatan Kalideres.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian(Widyarni & Setiandari L. O, 2020) yang berjudul “Analisis Faktor Yang Berpengaruh Terhadap Kepatuhan Diet Pada Pasien Diabetes Mellitus Di Ruang Rawat Inap Rumah Sakit Dr. R Soeharsono Banjarmasin” didapatkan hasil analisis dengan $p\text{ value} = 0,004 < \alpha 0,05$, maka hipotesis penelitian diterima, yang artinya terdapat hubungan yang bermakna (signifikan) antara tingkat pengetahuan terhadap kepatuhan diet pada pasien Diabetes Mellitus di ruang rawat inap Rumah Sakit DR. R. Soeharsono Banjarmasin (Widyarni & Setiandari L. O, 2020) Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian Putri dkk., 2024 yang berjudul “faktor – faktor yang berhubungan dengan kepatuhan diet penderita diabetes melitus di UPTD puskesmas I Denpasar barat” didapatkan hasil uji statistik *chi-square* yang dilakukan pada variabel pengetahuan didapatkan nilai $p\text{-value} = 0,03 (<0,05)$ artinya ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan dengan kepatuhan diet penderita diabetes mellitus di UPTD Puskesmas I Denpasar Barat (Putri dkk., 2024).

Pengetahuan seseorang dipengaruhi oleh pengalaman, lingkungan, serta pengaruh sosial dan budaya. Pengalaman yang didapat oleh seseorang diartikan dan dikembangkan menjadi keyakinan, yang selanjutnya mendorong munculnya motivasi dan niat untuk bertindak, sehingga memengaruhi perilaku seseorang. Pengetahuan tentang disiplin dalam menjalani pola hidup sehat serta mencegah komplikasi sangat penting. Penderita Diabetes Melitus yang kurang memahami tentang diet Diabetes Melitus akan menghambat munculnya perilaku kepatuhan, sehingga cenderung tidak mengikuti anjuran dari petugas kesehatan. Pengetahuan mengenai manajemen diabetes merupakan bagian penting untuk mencapai kesuksesan dalam mengelola penyakit Diabetes Melitus. Oleh karena itu, pengetahuan juga merupakan salah satu faktor yang terkait dengan kepatuhan diet pada pasien Diabetes Melitus (Susilawati1 dkk., 2022)

Tabel 8. Hubungan Sikap Dengan Kepatuhan Diet

Sikap	Kepatuhan Diet				Total		P Value
	Patuh		Tidak Patuh				
	F	%	F	%	F	%	
Baik	44	88	6	12	50	100	0,000
Kurang	2	4,1	47	95,9	49	100	
Total	46	46,5	53	53,5	99	100	

Sumber: data primer

Berdasarkan tabel 8 didapatkan hasil bahwa sikap memiliki hubungan yang signifikan ditunjukkan dengan nilai Sig (2-tailed) yaitu 0,000. Hasil analisis bivariat menunjukkan adanya hubungan antara Pengetahuan dengan kepatuhan diet pada pasien diabetes melitus di wilayah kerja Puskesmas Kecamatan Kalideres.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian Muhammad Fikar, 2024 yang berjudul “Hubungan pengetahuan dan sikap dengan kepatuhan diet pada penderita diabetes melitus di wilayah kerja Puskesmas Poasia kota Kendari tahun 2023” didapatkan hasil analisis uji statistik menggunakan uji *chi-square* menunjukkan bahwa nilai $p\text{ value} = 0,021 < \alpha = 0,05$ maka H_a diterima dan H_o ditolak. Ini berarti ada hubungan yang signifikan antara sikap dengan kepatuhan diet pada penderita *Diabetes Melitus* di wilayah kerja Puskesmas Poasia Kota Kendari (Muhammad Fikar, 2024). Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian Putri dkk., 2024 yang berjudul “factor – factor yang berhubungan dengan kepatuhan diet penderita diabetes melitus di UPTD puskesmas I Denpasar barat” didapatkan hasil uji statistik *chi-square* yang dilakukan pada variabel sikap didapatkan nilai $p\text{-value} = 0,000 (<0,05)$ artinya ada hubungan yang signifikan antara sikap dengan kepatuhan diet penderita diabetes mellitus di UPTD Puskesmas I Denpasar Barat (Putri dkk., 2024).

Sikap biasanya diartikan sebagai tindakan yang dilakukan seseorang untuk memberikan tanggapan terhadap sesuatu. Menurut pendapat para ahli, sikap merupakan suatu reaksi atau respon berupa penilaian yang muncul dari seseorang terhadap sesuatu objek. Sikap juga dapat dianggap sebagai bentuk kesadaran seseorang terhadap lingkungan sekitarnya. Proses terbentuknya sikap dimulai ketika objek di sekitar seseorang memberikan rangsangan, kemudian rangsangan tersebut diterima oleh indra seseorang. Informasi mengenai objek tersebut kemudian diproses di dalam otak, sehingga muncul suatu reaksi (Simanihuruk dkk., 2021)

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, diketahui bahwa sebagian besar pasien diabetes melitus di wilayah kerja Puskesmas Kecamatan Kalideres memiliki tingkat kepatuhan diet yang masih rendah. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan keluarga, pengetahuan, dan sikap dengan kepatuhan diet pada pasien diabetes melitus. Temuan ini menunjukkan bahwa pasien yang memperoleh dukungan keluarga yang baik, memiliki pengetahuan yang memadai, dan menunjukkan sikap positif terhadap pengelolaan diabetes cenderung memiliki kepatuhan diet yang lebih baik. Dengan demikian, dukungan keluarga, pengetahuan, dan sikap merupakan faktor-faktor yang berhubungan dengan kepatuhan diet pada pasien diabetes melitus, sehingga ketiga aspek tersebut perlu menjadi perhatian dalam upaya meningkatkan kepatuhan diet dan mendukung pengelolaan diabetes melitus secara optimal.

APRESIASI

Penulis menyampaikan apresiasi dan terima kasih kepada semua pihak yang telah memberikan dukungan dan kontribusi yang bermakna dalam pelaksanaan dan penyelesaian penelitian ini. Apresiasi khusus disampaikan kepada STIKes RSPAD Gatot Soebroto yang telah memberikan fasilitas dan dukungan akademik selama proses penelitian berlangsung.

Penulis juga mengucapkan terima kasih kepada pihak Puskesmas Kecamatan Kalideres yang telah memberikan izin serta membantu kelancaran proses pengumpulan data penelitian. Dukungan dan kerja sama yang diberikan sangat membantu penulis dalam memperoleh data yang dibutuhkan.

Selain itu, penulis mengapresiasi seluruh responden yang telah bersedia meluangkan waktu dan berpartisipasi dalam penelitian ini. Tanpa keterlibatan responden, penelitian ini tidak dapat terlaksana

dengan baik. Semoga hasil penelitian ini dapat memberikan manfaat bagi pengembangan ilmu pengetahuan dan pelayanan kesehatan, khususnya dalam upaya meningkatkan kepatuhan diet pada pasien diabetes melitus.

DAFTAR PUSTAKA

- Adhijaya Pendit, S., Reti, H., Studi Keperawatan, P., Keperawatan, F., Pembangunan Indonesia Manado, U., & Widya Nusantara Palu, U. (n.d.). *Volume 12 No 2 Tahun 2023 Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Nyeri Berulang Pada Pasien Lansia Dengan Osteoarthritis di Poli Geriatri Factors Affecting Repeat Pain In Elderly Patients With Osteoarthritis At The Geriatric Police*. <https://itkesmu-sidrap.e-journal.id/JIKP>
- Fathan, M., Utama, N., Soleha, M., Diana, I., Faldi, T., Tinggi, S., Kesehatan, I., & Timur, J. (2025). Memahami Definisi, Penyebab Dan Gejala Diabetes Melitus Melalui Kegiatan Penyuluhan Masyarakat Di Posyandu Kemuning Ii Kelurahan Klender. In *Jurnal Pengabdian IKIFA* (Vol. 4, Issue 1). <https://epik.ikifa.ac.id/jpi/article/view/243>
- IDF. (2025). *The Diabetes Atlas*. <https://diabetesatlas.org/>
- Inayati, O. H., & Hasanah, L. (n.d.). Gamabaran Dukungan Keluarga Dengan Kehadiran Lansia Pada Posyandu Lansia Di Desa Errabu Kecamatan Bluto. *Cetak) Journal of Innovation Research and Knowledge*, 2(7), 2022. Retrieved January 22, 2026, from <https://bajangjournal.com/index.php/JIRK/article/view/4294/3147>
- Liana Sari, P., Abbas, A., Dwi Jayanti Kesehatan Masyarakat, K., Ilmu Kesehatan Bhakti Wiyata, I., & Timur, J. (2024b). Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Diabetes Mellitus Pada Wanita di Desa Jajar Kabupaten Kediri *Factors Associated with the Incidence of Diabetes Mellitus in Women in Jajar Village, Kediri Regency*. 3(2). <https://doi.org/https://doi.org/10.56399/jgl.v3i2.207>
- Lindawati Farida Tampubolon, P. S. J. P. J. R. S. S. (2023). Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kepatuhan Diet Pada Pasien Diabetes Melitus. *Jurnal Gawat Darurat*, Volume 5, 149–150. <https://garuda.kemdiktisaintek.go.id/documents/detail/4135619>
- Meilinda Meilinda, Saka Adhijaya Pendit, & Dayuningsih Dayuningsih. (2025). Hubungan Dukungan Keluarga Dan Kepatuhan Diet Hipertensi Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia. *Jurnal Kesehatan Amanah*, 9(1), 93–102. <https://doi.org/10.57214/jka.v9i1.725>
- Muhammad Fikar, Eman Sulaiman, Mustafa, & La Ode Liaumin Azim. (2024). Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Dengan Kepatuhan Diet Pada Penderita Diabetes Mellitus di Wilayah Kerja Puskesmas Poasia Kota Kendari Tahun 2023. *Jurnal Penelitian Sains Dan Kesehatan Avicenna*, 3(2), 116–122. <https://doi.org/10.69677/avicenna.v3i2.80>
- Pendit, S. A., Astika, T., & Supriyatna, N. (2019). Analisis Pengaruh Dukungan Keluarga, dan Faktor Lainnya terhadap Pemberian Imunisasi MR pada Balita. *Jurnal Keperawatan Silampari*, 3(1), 322–331. <https://doi.org/10.31539/jks.v3i1.848>
- Putri, R., Ketut Martini, N., Putu Widya Astuti, N., & Studi Kesehatan Masyarakat, P. (2024). *Factors Related to Dietary Adherence of People with Diabetes Mellitus at West Denpasar 1 Health Centre* Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Kepatuhan Diet Penderita Diabetes Mellitus di UPTD Puskesmas I Denpasar Barat. In *Agustus* (Vol. 3, Issue 2). <https://jurnal.undhirabali.ac.id/index.php/jakasakti/index>

- Sari, N. I., Engkeng, S., Rahman, A., Kesehatan, F., Universitas, M., Ratulangi, S., Abstrak, M., Kunci, K., Kesehatan, P., & Keras, M. (2021). Pengaruh Penyuluhan Kesehatan Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Peserta Didik Tentang Bahaya Minuman Keras Di Smk Pertanian Pembangunan Negeri Kalasey Kabupaten Minahasa. In *Jurnal KESMAS* (Vol. 10, Issue 5). <https://ejournal.unsrat.ac.id/v2/index.php/kesmas/article/view/35110>
- Simanihuruk, P., Tamba, D., & Sagala, R. (2021). Pengaruh Sikap, Norma Subyektif Dan Kontrol Perilaku Yang Dirasakan Terhadap Minat Berwirausaha Dengan Pendekatan *Theory of Planned Behaviour* (Studi Kasus Pada Mahasiswa Fakultas Ekonomi Unika Santo Thomas Medan). *Jurnal Manajemen Dan Bisnis*, volume 2, 98–112. <https://doi.org/10.54367/jmb.v2i1.1189>
- Suhartatik, S., Gizi, J., & Masyarakat, K. (2022). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Tingkat Kepatuhan Diet Penderita Diabetes Mellitus. *Healthy Tadulako Journal (Jurnal Kesehatan Tadulako)*, 8(3). <https://jurnal.fk.untad.ac.id/index.php/htj/article/view/536>
- Susilawati¹, R., Pratiwi², F., & Adhitya³, Y. (2022). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Dismenorrhoe Terhadap Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Mengenai Disminorrhoe di Kelas Xi Sma N 2 Banguntapan *Effect of Health Education Level of Knowledge About Dismenorrhoe Teen Princess Dismenorrhoe on in Class Xi Sma N 2 Banguntapan*. <https://jurnal.lppm-mmy.ac.id/index.php/jik/article/view/10>
- Wardhani, A. (2021). Hubungan Pengetahuan Dengan Kepatuhan Diet Pada Penderita Diabetes Melitus Di Wilayah Kerja Puskesmas Astambul Tahun 2020. *Jurnal Ilmu Kesehatan Insan Sehat*, 9(1), 10–14. <https://doi.org/10.54004/jikis.v9i1.16>
- Widyarni, A., & Setiandari L. O, E. (2020). Analisis Faktor Yang Berpengaruh Terhadap Kepatuhan Diet Pada Pasien Diabetes Mellitus Di Ruang Rawat Inap Rumah Sakit Dr. R Soeharsono Banjarmasin. *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia (MPPKI)*, 3(2), 105–112. <https://doi.org/10.56338/mppki.v3i2.1079>