

HUBUNGAN PENGETAHUAN DAN SIKAP DENGAN KEPATUHAN DIET DM PADA PASIEN DIABETES MELLITUS

Tri Mulyono Herlambang¹, Anasril²

^{1,2} Poltekkes Kemenkes Aceh

E-mail: trimulyono216@gmail.com

INFO ARTIKEL

Riwayat Artikel:

Received : 2-11-2025

Revised : 13-11-2025

Accepted : 23-11-2025

Keywords:

Knowledge, Attitude,
Compliance, DM Patients

Kata Kunci:

Pengetahuan, Sikap,
Kepatuhan, Penderita DM

DOI: 10.62335

ABSTRACT

Diet therapy is very important for people with diabetes mellitus, because by undergoing the right diet therapy, blood glucose levels and weight can remain normal. For people with DM, knowledge and attitudes about sugar diets, including the type, amount, and schedule, are the first steps in forming healthy behaviors in controlling blood sugar. This study aims to determine the relationship between knowledge and attitudes with adherence to a sugar diet in people with diabetes mellitus. The type of research used in this study is quantitative, with a cross-sectional study design. Data collection techniques used questionnaires. There were 35 respondents in this study. Data analysis used the Chi-Square test. The results of the study showed that there was a significant relationship between knowledge and attitude with diet compliance with a p-value of 0.012 ($p < 0.05$) and $p = 0.004$ ($p < 0.05$). It is recommended that the Sawang Community Health Center provide education on diet compliance and good eating habits to people with diabetes mellitus.

ABSTRAK

Terapi diet sangat penting bagi penderita diabetes melitus, dikarenakan dengan menjalani terapi diet yang tepat, maka kadar glukosa darah dan berat badan penderita dapat tetap normal. Bagi penderita DM pengetahuan dan sikap tentang diet gula baik jenisnya, jumlahnya, maupun jadwalnya merupakan langkah awal terbentuknya perilaku yang sehat dalam mengendalikan gula darah. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan pengetahuan dan sikap dengan kepatuhan diet gula pada penderita *Diabetes Mellitus*. Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif, desain penelitian yang digunakan adalah

crosssectional study. Teknik pengumpulan data menggunakan kuesioner. Responden dalam penelitian ini berjumlah 35 orang. Analisa data menggunakan uji Chi-Square. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan dan sikap dengan kepatuhan diet dengan nilai $p=0,012$ ($p<0,05$), dan $p=0,004$ ($p<0,05$). Disarankan kepada Puskesmas Sawang untuk dapat memberikan edukasi tentang kepatuhan diet dan pola makan yang baik kepada penderita DM

PENDAHULUAN

Diabetes Mellitus (DM) merupakan salah satu penyakit degeneratif yang tidak menular dan diprediksi jumlahnya akan terus meningkat setiap tahunnya sehingga dianggap sebagai ancaman utama bagi kesehatan manusia pada abad 21. Data *World Health Organization* (WHO) menunjukkan bahwa sekitar 422 juta orang di dunia menderita DM, dimana sebagian besar merupakan negara dengan penduduk berpenghasilan rendah dan menengah (WHO, 2021). Menurut *Internasional of Diabetic Federation* (IDF) bahwa tingkat prevalensi global penderita DM akan terus meningkat sebesar 8,3% dari keseluruhan penduduk di dunia dan mengalami peningkatan menjadi 387 juta kasus. IDF pada tahun 2019 menempatkan Indonesia sebagai negara peringkat keenam dalam jumlah penderita DM yang mencapai 10,3 juta dan diprediksi mengalami kenaikan menjadi 13,7 juta pada tahun 2030 (Haryati, dkk. 2021).

Di Indonesia, penyakit DM merupakan salah satu penyakit degeneratif tertinggi. Berdasarkan hasil Survei Kesehatan Indonesi (SKI) prevalensi DM berdasarkan diagnosa dokter di Indonesia mencapai 1,7%. Provinsi dengan prevalensi DM tertinggi adalah DKI Jakarta sebanyak 3,1%. Aceh berada pada urutan ke 13 dengan jumlah sebanyak 1,6% (Kemenkes RI, 2024).

Penatalaksanaan utama bagi pasien *diabetes mellitus* yaitu terapi diet. Terapi diet sangat penting bagi penderita diabetes melitus, dikarenakan dengan menjalani terapi diet yang tepat, maka kadar glukosa darah dan berat badan penderita dapat tetap normal. Pengaturan terapi diet bagi penderita *diabetes mellitus* harus dapat dikondisikan dengan kebutuhan kalori serta aktivitas sehari-hari yang dilakukan oleh penderita. Dalam pelaksanaan terapi diet ini harus memperhatikan aspek 3J yaitu jenis makanan, jumlah makanan, dan jadwal makan (Lande'eo, 2023)

Hasil penelitian Hidayat, dkk (2023) menunjukkan bahwa adanya hubungan antara pengetahuan dengan kepatuhan diet pada pasien diabetes tipe II. Diabetes dapat dikendalikan dan dicegah dengan pengetahuan yang baik dan kepatuhan yang baik. Sedangkan hasil sikap responden tentang DM sebagian besar baik atau positif sebanyak 65 responden (91,5%), kepatuhan diet responden sebagian besar patuh sebanyak 59 responden (81,1%). Hasil ini mengimplikasikan bahwa kepatuhan diet yang dijalankan oleh pasien *diabetes mellitus* tidak terlepas dari pengetahuan dan sikap yang mendukung aturan dan pola diet yang tepat bagi penderita DM.

Penelitian yang dilakukan oleh Keumalahayati, dkk (2023) menunjukkan bahwa secara proporsional terdapat hubungan antara pengetahuan dengan kepatuhan diet *diabetes mellitus*, dan sikap pasien juga menunjukkan hubungan yang signifikan dengan kepatuhan

diet oleh pasien *diabetes mellitus*. Dari hasil penelitian ini dapat diketahui bahwa pengetahuan dan sikap yang mendukung ikut memberi andil dalam kepatuhan diet pada penderita DM.

Studi pendahuluan yang dilakukan di Desa Lhok Pawoh pada Oktober 2024, mendapatkan 6 orang penderita DM dengan 2 orang (33,3%) diantaranya patuh terhadap diet DM terutama dalam memilih jenis makanan yang dikonsumsi, jumlah makanan yang dikonsumsi dan jadwal makan yang teratur. Sedangkan 4 orang (66,7%) lainnya tidak patuh terhadap diet DM terutama tidak peduli terhadap jenis makanan yang dikonsumsi serta jumlah makanan yang berlebihan. Hasil wawancara dengan pihak keluarga yang anggota keluarganya tidak patuh, didapatkan informasi bahwa penderita DM tidak peduli dengan aturan diet yang dianjurkan petugas kesehatan, bahkan ada yang merasa tidak selera makan bila mengikuti aturan diet dari petugas kesehatan..

Bagi penderita DM pengetahuan tentang diet gula baik jenisnya, jumlahnya, maupun jadwalnya merupakan langkah awal terbentuknya perilaku yang sehat dalam mengendalikan gula darah. Selanjutnya sikap yang positif juga akan memperkuat perilaku tersebut untuk diwujudkan, sehingga keberadaan pengetahuan dan sikap merupakan bagian pokok untuk terbentuknya perilaku yang sehat.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini ialah penelitian deskriptif kuantitatif dengan jenis design *cross sectional*. Populasi adalah seluruh penderita DM yang tinggal di Desa Lhok Pawoh Kecamatan Sawang Kabupaten Aceh Selatan yang berjumlah sebanyak 35 orang. Instrument penelitian terdiri dari kuesioner *pengetahuan*, *kuesioner sikap* dan Untuk variabel Kepatuhan diet digunakan *Perceived Dietary Adherence Questioner* (PDAQ). Analisa data menggunakan uji chi-square dengan menggunakan program SPSS.

HASIL DAN PEMBAHASAN

a. Karakteristik Responden

Karakteristik responden terdiri dari umur, jenis kelamin, pendidikan, pekerjaan, lama sakit. Adapun hasil uji pada setiap karakteristik pada penelitian sebagai berikut:

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Karakteristik di Desa Lhok Pawoh Kecamatan Sawang

No	Karakteristik	Frekuensi	(%)
Umur			
1	Pralansia	28	80
2	Lansia	7	20
Jenis Kelamin			
1	Laki-laki	14	40
2	Perempuan	21	60
Pendidikan			
1	PT	5	14,3
2	SMA	16	45,7
3	SMP	7	20
4	SD	7	20

Pekerjaan			
1	PNS	3	8,6
2	Tani	13	37,1
3	Swasta	15	42,9
4	IRT	4	11,4
Lama Sakit			
1	≤ 10 Tahun	30	85,7
2	> 10 Tahun	5	14,3
Jumlah		35	100

Dari tabel di atas dapat diketahui bahwa mayoritas responden berumur pralansia yaitu 28 orang (80%), jenis kelamin perempuan 21 orang (60%) tingkat pendidikan SMA yaitu 16 orang (45,7%), dan bekerja di sektor pertanian yaitu 13 orang (37,1%), dan menderita DM ≤ 10 tahun sebanyak 30 orang (85,7%).

b. Pengetahuan

Pengetahuan dikategorikan menjadi dua kategori yaitu baik dan cukup. Secara lengkap distribusi dan frekuensi pengetahuan dapat dilihat pada tabel berikut ini:

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pengetahuan di Desa Lhok Pawoh Kecamatan Sawang

No	Pengetahuan	Frekuensi	(%)
1	Baik	12	34,3
2	Kurang	23	65,7
Jumlah		35	100

Berdasarkan tabel diatas dapat diketahui bahwa mayoritas responden memiliki pengetahuan pada kategori kurang, yaitu sebanyak 23 orang (65,7%). Pengetahuan menjadi motivasi bagi seseorang untuk bersikap dan berperilaku sehingga dapat pula menjadi dasar terbentuknya suatu tindakan yang dilakukan seseorang. Pengetahuan merupakan produk dari informasi, pada saat informasi dianalisa, diproses dan ditempatkan sesuai tempatnya maka akan disebut sebagai pengetahuan (Sunarti & Patimah, 2019).

Tingkat pendidikan yang tinggi sangat berpengaruh dalam proses pemberian pengetahuan, dan tentunya penderita maupun keluarga yang berpendidikan memiliki pengetahuan yang banyak berkaitan masalah kesehatan. Hal ini berdampak pada perilaku sehat karena individu lebih menyadari pentingnya kesehatan dan lebih berhati-hati dalam menjaga kesehatan tubuhnya (Irawan, 2010 dalam Wardhani 2021)

c. Sikap

Sikap di kelompokkan menjadi dua kategori yaitu positif dan negatif. Secara lengkap sikap responden dapat dilihat pada tabel berikut ini:

Tabel 3 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Sikap di Desa Lhok Pawoh Kecamatan Sawang

No	Sikap	Frekuensi	(%)
1	Positif	17	48,6
2	Negatif	18	51,4
Jumlah		35	100

Berdasarkan tabel diatas dapat diketahui bahwa mayoritas responden memiliki sikap yang negatif, yaitu sebanyak 18 orang (51,4%).

Sikap merupakan suatu ekspresi seseorang yang merefleksikan kesukaannya atau ketidaksukaannya pada suatu obyek. Sikap memiliki arti pandangan atau suatu kecenderungan dalam mengekspresikan suatu hal baik benda ataupun orang dengan bentuk suka atau tidak suka. Bisa diartikan bahwa sikap memiliki makna sebuah kecenderungan manusia dalam mereaksikan suatu hal yang dilihatnya. Bentuk dari reaksi manusia dapat berupa perasaan acuh atau tidak acuh, suka ataupun tidak suka, menerima atau tidak menerima.

d. Kepatuhan Diet

Kepatuhan di kelompokkan menjadi dua yaitu patuh dan tidak patuh. Secara lengkap tingkat kepatuhan dapat dilihat pada tabel berikut ini:

Tabel 4. Disteribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Kepatuhan Diet DM di Desa Lhok Pawoh Kecamatan Sawang

No	Kepatuhan Diet	Frekuensi	(%)
1	Patuh	16	45,7
2	Tidak Patuh	19	54,3
Jumlah		35	100

Berdasarkan tabel diatas dapat diketahui bahwa mayoritas responden tidak patuh terhadap diet DM, yaitu sebanyak 19 orang (54,3%).

Kepatuhan diet menjadi suatu perubahan perilaku yang positif dan diharapkan, sehingga proses kesembuhan penyakit lebih cepat dan terkontrol. Pengaturan diet yang seumur hidup bagi pasien DM menjadi sesuatu yang sangat membosankan dan menjemukan, jika dalam diri pasien tidak timbul pengertian dan kesadaran yang kuat dalam menjaga kesehatannya. Perubahan perilaku diet bagi pasien DM yang diharapkan adalah mau melakukan perubahan pada pola makannya dari yang tidak teratur menjadi diet yang terencana.

e. Hubungan Pengetahuan dengan Kepatuhan Diet DM

Analisa hubungan pengetahuan dengan kepatuhan diet DM dilakukan dengan menggunakan uji chi-square dengan Tingkat kepercayaan 95% ($\alpha=0,05$). Hasil uji hubungan pengetahuan dengan kepatuhan diet DM dapat dilihat pada tabel berikut:

**Tabel 5 Hubungan pengetahuan dengan kepatuhan diet DM di
Desa Lhok Pawoh Kecamatan Sawang**

Pengetahuan	Kepatuhan Diet				Jumlah		<i>p-Value</i>
	Patuh		Tidak Patuh				
	f	%	f	%	f	%	
Baik	9	25,7	3	8,6	12	34,3	0,012
Kurang	7	20	16	45,7	23	65,7	
Total	16		19		35	100	

Berdasarkan tabel diatas dapat diketahui bahwa dari 12 responden yang memiliki pengetahuan baik, sebanyak 9 orang (25,7%) diantaranya patuh menjalani diet DM, dan 3 orang (8,6%) tidak patuh. Dari 23 responden yang memiliki pengetahuan cukup, 7 orang (20%) diantaranya patuh menjalani diet DM dan 16 orang (45,7%) tidak patuh. Hasil uji *chi-square* menunjukkan bahwa nilai $p=0,012$ ($p<0,05$). Artinya ada hubungan pengetahuan dengan kepatuhan diet.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Mahya, Ardyanti & Bernadetha, 2024) bahwa terdapat adanya hubungan pengetahuan dengan kepatuhan diet Diabetes Mellitus dengan nilai yang signifikan yaitu nilai $p\text{-value} = 0,003$ yang dimana nilai $p\text{-value} < 0,05$, yang berarti bahwa terdapat hubungan antara pengetahuan dengan kepatuhan diet Diabetes Mellitus.

Pengetahuan kesehatan yang baik terhadap Diabetes Mellitus dapat mengurangi terjadinya komplikasi Diabetes Mellitus secara signifikan, yang dimana dengan pengetahuan dapat mematuhi diet Diabetes Mellitus. Responden yang memiliki pengetahuan yang baik terhadap penyakitnya sebagian besar akan memiliki pemahaman mengatur pola diet yang baik sehingga dapat meningkatkan kepatuhan diet yang sedang dijalani secara efektif sesuai yang sudah dianjurkan, sehingga dapat mengurangi terjadinya komplikasi Diabetes Mellitus dan dapat meningkatkan kualitas hidup penderita.

f. Hubungan Sikap dengan Kepatuhan Diet DM

Analisa hubungan sikap dengan kepatuhan diet DM dilakukan dengan menggunakan uji *chi-square* dengan Tingkat kepercayaan 95% ($\alpha=0,05$). Hasil uji hubungan sikap dengan kepatuhan diet DM dapat dilihat pada tabel berikut:

**Tabel 4.6 Hubungan Sikap dengan Kepatuhan Diet DM di Desa Lhok
Pawoh Kecamatan Sawang**

Sikap	Kepatuhan Diet				Jumlah		<i>p-Value</i>
	Patuh		Tidak Patuh				
	f	%	f	%	f	%	
Positif	12	34,3	5	14,3	17	48,6	0,004
Negatif	4	11,4	14	40	18	51,4	
Total	16		19		35	100	

Tabel di atas menunjukkan bahwa dari 17 responden yang memiliki sikap positif, sebanyak 12 orang (34,3%) diantaranya patuh menjalani diet, dan 5 orang (14,3%) tidak patuh. Dari 18 responden yang memiliki sikap negatif, 4 orang (11,4%) patuh menjalani diet, dan 14 orang (40%) tidak patuh. Hasil uji *chi-square* menunjukkan bahwa nilai $p=0,004$ ($p<0,05$). Artinya ada hubungan sikap dengan kepatuhan diet DM.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Mahya, dkk (2024) hasil uji statistik menunjukkan ada hubungan antara sikap dengan perilaku diet pada pasien diabetes melitus. Kesimpulan tersebut berdasarkan hasil pada uji chi square yaitu p value 0,021 ($p<0,05$) uji statistik menunjukkan ada hubungan antara sikap dengan perilaku diet pada pasien Diabetes Melitus.

Faktor sikap pasien sangat dipengaruhi oleh pengetahuan, dan terkait kepatuhan diet yang merupakan suatu bentuk terapi utama pada DM, maka setiap penderita semestinya mempunyai sikap yang positif (mendukung) terhadap kepatuhan diet agar tidak terjadi komplikasi. Responden yang memiliki sikap yang tidak baik cenderung tidak mematuhi diet sedangkan responden yang mempunyai sikap baik sebagian besar mematuhi diet yang dianjurkan oleh dokter

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian diperoleh kesimpulan dalam penelitian ini bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan dengan kepatuhan diet dengan nilai $p=0,012$ ($p<0,05$), dan terdapat hubungan yang signifikan antara sikap dengan kepatuhan diet dengan nilai $p=0,004$ ($p<0,05$).

DAFTAR PUSTAKA

- Choirunnisa L. (2018). Skripsi. Hubungan Dukungan Keluarga dengan Kepatuhan Melakukan Kontrol Rutin pada Penderita Diabetes Mellitus di Surabaya. Program Studi Pendidikan Ners. Universitas Airlangga. Surabaya
- Dwibarto, R., (2022) Kepatuhan Penderita Diabetes Mellitus Dalam Melaksanakan Diet Dan Terapi Olahraga. Jurnal Ilmiah STIKES Citra Delima Bangka Belitung. Vol.6 No.1. 33-39
- Fikar, dkk (2024). Hubungan Pengetahuan dan Sikap dengan Kepatuhan Diet pada Penderita Diabetes Mellitus di Wilayah Kerja Puskesmas Poasia Kota Kendari. Jurnal Penelitian Sains dan Kesehatan Avicenna, 3(2) 2024, 116-122
- Haryati, dkk, (2021) Pencegahan, Deteksi Dini, Dan Penatalaksanaan Penyakit Diabetes Melitus. Purbalingga. Eureka Media Aksara
- Herman, A (2022) Pendidikan Kesehatan: Peningkatan Pengetahuan dan Kepatuhan Diet Pasien Diabetes Melitus berbasis Video. Pekalongan. NEM
- Hidayat, N, dkk (2023). Hubungan Pengetahuan dan Sikap Penderita Diabetes Mellitus dengan Kepatuhan Diet Diabetes Mellitus di RSUD Sleman. Jurnal MIKKI.12 (2) 2023. 89-98
- Irwan (2017). Etika dan Perilaku Kesehatan. Yogyakarta. Absolute Media
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2024). Survei Kesehatan Indonesia (SKI) Dalam Angka. Di unduh dari <https://www.badankebijakan.kemkes.go.id/ski-2023-dalam-angka/>, pada tanggal 23 Oktober 2024
- Keumalahayati, dkk (2019). Hubungan pengetahuan dan sikap terhadap kepatuhan diet diabetes mellitus pada pasien rawat jalan di RSUD Kota Langsa. Sago Gizi, 1(1), 113-121

- Kunaryanti, Andriyani, & Wulandari, (2018). Hubungan Tingkat Pengetahuan tentang Diabetes Melitus dengan Perilaku Mengontrol Gula Darah pada Pasien Diabetes Melitus Rawat Jalan Rawat Jalan di RSUD Dr. Moewardi Surakarta. <https://doi.org/10.23917/jk.v11i1.7007>
- Lande'eo, I.O (2023) Skripsi. Hubungan Tingkat Pengetahuan Keluarga Dan Kepatuhan Diet Lansia Penderita Diabetes Melitus Di Puskesmas Meko Kabupaten Poso Sulawesi Tengah. Universitas Hasanuddin. Di unduh dari <https://repository.unhas.ac.id/id/eprint/29131> pada tanggal 28 Oktober 2024
- Mahya, J., Ardyanti, D., & Bernadetha (2024) Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Dengan Kepatuhan Diet Diabetes Mellitus Tipe II Di Rt 02 Kampung Tenun Samarinda. ZAHRA: Journal Of Health And Medical Research Vol. 4 No. 4 ; 494-514
- Mita, D.T (2021) Skripsi. Hubungan Mekanisme Koping Dengan Kepatuhan Diet Pada Penderita DM di Rumah Sakit Islam Sultan Agung Semarang. Universitas Islam Sultan Agung. Di unduh dari <https://repository.unissula.ac.id/26547> pada tanggal 28 Oktober 2024.
- Rachmawati, C.W (2019). Promosi Kesehatan Dan Ilmu Perilaku. Malang. Wineka Media
- Setiadi. (2018). Konsep dan Praktik Penulisan Riset Keperawatan (Edisi 2). Jakarta: Graha Ilmu.
- Sugiyono. (2020). Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D. Bandung: Alfabeta.
- Swarjana k, (2022). Konsep pengetahuan, sikap, perilaku, persepsi, stres, kecemasan, nyeri, dukungan sosial, kepatuhan, motivasi, kepuasan, pandemi covid-19, akses layanan kesehatan – lengkap dengan konsep teori, cara mengukur variabel, dan contoh kuesioner. Jakarta : andi,
- Wardhani, A., 2021. Hubungan Pengetahuan Dengan Kepatuhan Diet Pada Penderita Diabetes Melitus di Wilayah Kerja Puskesmas Astambul Tahun 2020. Jurnal Ilmu Kesehatan Insan Seha, [online] 9(1), pp.10–14. Available at:
- WHO. (2021). Diabetes Key Fact Retrieved, from <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/diabetes> . 1 November, 2024
- Zeilen Fitriana, E. A. S. (2021). Analisis Faktor Yang Mempengaruhi Kepatuhan Menjalankan Diet Pada Lansia Penderita Diabetes Mellitus Tipe Dua. Jurnal Keperawatan Silampari , 4(2), 351–358.