

JURNAL PROMOTIF PREVENTIF

Determinan Kepatuhan Diet pada Pasien Diabetes Melitus: Studi Cross-Sectional di Klinik Rawat Jalan Manado, Indonesia

Determinants of Dietary Compliance Among Patients with Diabetes Mellitus: A Cross-Sectional Study at an Outpatient Clinic in Manado, Indonesia

Frances W. S. Kapojos*, Nova H. Kapantow, Gregoria S. S. Djarkasi

Program Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat, Pascasarjana Universitas Sam Ratulangi Manado

Article Info

Article History

Received: 20 Jun 2025

Revised: 25 Jun 2025

Accepted: 30 Jun 2025

ABSTRACT / ABSTRAK

Diabetes mellitus is one of the four major non-communicable diseases contributing to 74% of global mortality. Adherence to dietary recommendations is a key component in the management of diabetes. This study aimed to analyze the factors influencing dietary compliance among patients with diabetes mellitus at the outpatient clinic of Prof. Dr. R. D. Kandou General Hospital, Manado, Indonesia. A quantitative cross-sectional study was conducted involving 102 respondents selected using non-probability sampling and the Slovin formula. Data were collected through a structured questionnaire. The Chi-square test was used to assess associations between variables, while logistic regression analysis was applied to identify the most influential predictors. The results showed that disease duration ($p < 0.001$), family support ($p < 0.001$), and patient motivation ($p < 0.001$) were significantly associated with dietary compliance. Multivariate analysis identified motivation as the most dominant factor, with an odds ratio ($\text{Exp}[B]$) of 49.304. Motivation, family support, and disease duration were the primary determinants of dietary adherence among diabetic patients. These findings highlight the importance of motivation- and family-based interventions in outpatient diabetes care.

Keywords: *Dietary Compliance, Diabetes Mellitus*

Diabetes melitus adalah salah satu dari empat penyakit tidak menular utama yang berkontribusi terhadap 74% kematian global. Kepatuhan terhadap rekomendasi diet merupakan komponen kunci dalam manajemen diabetes. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis faktor-faktor yang memengaruhi kepatuhan diet di antara pasien dengan diabetes melitus di klinik rawat jalan RSUP Prof. R. D. Kandou, Manado, Indonesia. Sebuah studi potong lintang kuantitatif dilakukan dengan 102 responden yang dipilih menggunakan pengambilan sampel non-probabilitas dan rumus Slovin. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner terstruktur. Data dianalisis menggunakan uji Chi-Square untuk melihat hubungan antar variabel, dan regresi logistik guna mengidentifikasi variabel prediktor yang paling berpengaruh secara simultan. Hasil penelitian menemukan bahwa durasi penyakit ($p < 0,001$), dukungan keluarga ($p < 0,001$), dan motivasi pasien ($p < 0,001$) secara signifikan terkait dengan kepatuhan diet. Analisis multivariat menunjukkan bahwa motivasi sebagai faktor yang paling dominan, dengan rasio peluang ($\text{Exp}[B]$) sebesar 49,304. Motivasi, dukungan keluarga, dan durasi penyakit merupakan penentu utama kepatuhan diet pada pasien diabetes. Temuan ini menunjukkan pentingnya intervensi berbasis motivasi dan keluarga dalam perawatan diabetes rawat jalan.

Kata kunci: Kepatuhan Diet, Diabetes Melitus

Corresponding Author:

Name : Frances W. S. Kapojos

Affiliate : Program Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat, Pascasarjana Universitas Sam Ratulangi Manado

Address : Kampus UNSRAT Bahu, Pascasarjana, Gedung L2, Lt. 2, No. 2-4, Manado 95115

Email : kapojosfrances@gmail.com

PENDAHULUAN

Diabetes Mellitus (DM) merupakan penyakit kronis yang ditandai dengan peningkatan kadar glukosa darah akibat gangguan produksi atau kerja insulin. Kondisi ini menjadi salah satu masalah kesehatan global yang mendesak karena meningkatnya prevalensi dan angka kematian dari tahun ke tahun. Menurut International Diabetes Federation (IDF, 2021), jumlah penderita DM di seluruh dunia mencapai 537 juta jiwa pada tahun 2021 (10,5% dari populasi dunia), dan diperkirakan akan meningkat menjadi 643 juta pada tahun 2030 dan 783 juta pada tahun 2045. Data Organisasi Kesehatan Dunia (WHO, 2022) menunjukkan bahwa DM termasuk dalam empat besar Penyakit Tidak Menular (PTM) yang menyumbang sekitar 74% dari total kematian global, dengan 1,5 juta kematian per tahun akibat DM. Tingginya beban penyakit ini juga dikaitkan dengan gaya hidup modern yang rendah aktivitas fisik dan pola makan tidak sehat.

Di tingkat nasional, Indonesia menempati peringkat ketujuh dunia dengan jumlah penderita DM sebanyak 10,7 juta jiwa (IDF, 2021). Hal ini menandakan bahwa Indonesia memiliki kontribusi signifikan terhadap beban diabetes di kawasan Asia Tenggara, yang prevalensinya mencapai 11,3% dari populasi usia 20-79 tahun. Riskesdas tahun 2018 menunjukkan bahwa prevalensi DM berdasarkan diagnosis dokter tertinggi ditemukan di DKI Jakarta (3,4%), diikuti oleh DI Yogyakarta, Kalimantan Timur, dan Sulawesi Utara, masing-masing sebesar 3%. Data Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023 menunjukkan prevalensi DM di Sulawesi Utara mengalami sedikit penurunan menjadi 2,7%, namun masih berada di atas angka nasional sebesar 2,2%. Hal ini menunjukkan bahwa wilayah Sulawesi Utara tetap berada dalam kelompok provinsi dengan beban diabetes yang relatif tinggi.

Salah satu tantangan utama dalam penanganan DM adalah rendahnya tingkat kepatuhan pasien terhadap pengelolaan diet yang menjadi pilar penting terapi, di samping edukasi, aktivitas fisik, terapi gizi medis, dan farmakologi (PERKENI, 2015). Meskipun diet terbukti efektif dalam menurunkan kadar glukosa darah, banyak pasien DM yang masih mengabaikan prinsip-prinsip diet sehat. Faktor seperti kejenuhan terhadap menu diet, kurangnya motivasi, dan lemahnya dukungan sosial dari keluarga turut memengaruhi kepatuhan pasien (Bertalina & Purnama, 2016). Di sisi lain, budaya lokal juga dapat menjadi penghambat atau pendukung dalam praktik diet pasien. Budaya masyarakat Minahasa, misalnya, memiliki kebiasaan kuliner yang kaya lemak dan gula, serta tradisi konsumsi makanan berlebihan dalam berbagai acara sosial, seperti pesta, arisan, atau pernikahan (Subekti & Yuwanto, 2024). Hasil survei awal di Poliklinik Rawat Jalan RSUP Prof. DR. R. D. Kandou Manado menunjukkan bahwa 80% dari 15 pasien DM yang diwawancarai mengaku sulit mengontrol pola makan karena kebiasaan makan dalam budaya Minahasa. Selain itu, 75% responden merasa lelah menjalani pengobatan, dan 20% tidak memiliki pengingat untuk minum obat secara teratur, khususnya pada pasien laki-laki.

Meskipun berbagai studi telah mengkaji kepatuhan diet penderita DM, belum banyak penelitian yang secara spesifik menganalisis pengaruh budaya lokal terhadap pola makan pasien, khususnya dalam konteks budaya masyarakat Minahasa. Padahal, nilai-nilai budaya dan kebiasaan makan sangat memengaruhi keberhasilan pengelolaan diet pasien. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis faktor-faktor yang memengaruhi kepatuhan diet

penderita Diabetes Mellitus di Poliklinik Rawat Jalan RSUP Prof. DR. R. D. Kandou Manado, dengan mempertimbangkan dimensi budaya dan sosial yang khas di masyarakat Minahasa.

BAHAN DAN METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain analitik observasional dan rancangan potong lintang (*cross-sectional study*). Penelitian dilaksanakan di Poliklinik Rawat Jalan Kementerian Kesehatan Rumah Sakit R.D. Kandou, dengan populasi penelitian mencakup seluruh pasien yang terdiagnosis diabetes mellitus dan menjalani perawatan di fasilitas tersebut. Teknik pengambilan sampel dilakukan secara non-probability sampling, dengan penentuan jumlah sampel menggunakan rumus Slovin sehingga diperoleh sebanyak 102 responden. Kriteria inklusi dan eksklusi ditetapkan untuk menjamin kesesuaian subjek dengan tujuan penelitian. Variabel independen dalam penelitian ini meliputi umur, jenis kelamin, tingkat pengetahuan, lama menderita penyakit, motivasi, dan dukungan keluarga. Variabel dependen yang diteliti adalah kepatuhan terhadap diet diabetes. Instrumen pengumpulan data berupa kuesioner terstruktur yang telah diuji validitas dan reliabilitasnya. Hasil uji validitas menunjukkan bahwa seluruh item memiliki nilai r hitung lebih besar dari r tabel (0,514), sedangkan uji reliabilitas menghasilkan nilai Cronbach's Alpha lebih dari 0,660, yang menunjukkan konsistensi internal yang memadai. Penelitian ini telah memperoleh persetujuan etik dari Komite Etik Penelitian Kesehatan (KEPK). Data dianalisis secara univariat untuk mendeskripsikan karakteristik responden, bivariat menggunakan uji chi-square untuk mengetahui hubungan antara variabel independen dengan kepatuhan diet, serta multivariat dengan uji regresi logistik guna mengidentifikasi variabel prediktor yang paling berpengaruh secara simultan.

HASIL

Tabel 1. Distribusi Responden Berdasarkan Karakteristik Sosiodemografi

Karakteristik Sosiodemografi		n	%
Umur	Mean	52,85	
	Median	55,00	
	Minimum	21	
	Maximum	65	
Status Pernikahan	Menikah	99	97,1
	Belum Menikah	3	2,9
Tempat Tinggal	Luar Manado	53	52
	Manado	49	48
Pekerjaan	Lainnya	68	66,6
	PNS	16	15,7
	Swasta	16	15,7
	Buruh	2	2
Pengobatan	Insulin dan Oral	42	41,2
	Insulin	36	35,3
	Oral	24	23,5

Sumber: Data Primer, 2025

Pada Tabel 1 Karakteristik dapat dilihat bahwa umur klien rata-rata 52,85 tahun dimana umur paling muda 21 tahun dan paling tua 65 tahun. Status pernikahan sebagian besar menikah (97,1%), domisili paling banyak berada di luar daerah Manado 52%, pekerjaan sebagian besar lainnya (66,6%), dan pengobatan sebagian besar menggunakan insulin dan oral (41,2%).

Tabel 2. Analisis Univariat

	Variabel	n	%
JenisKelamin	Laki-laki	36	35,3
	Perempuan	66	64,7
Pendidikan	Pendidikan Rendah	15	14,7
	Pendidikan Tinggi	87	85,3
Lama sakit	≤ 5 Tahun	50	49,0
	> 5 Tahun	52	51,0
DukunganKeluarga	Kurang Baik	19	18,6
	Baik	83	81,4
Motivasi	Kurang Baik	17	16,7
	Baik	85	83,3
KepatuhanDiet	TidakPatuh	26	25,5
	Patuh	76	74,5

Sumber: Data Primer, 2025

Pada tabel 2 untuk variabel jenis kelamin dapat dilihat bahwa paling banyak berjenis kelamin perempuan (64,7%), dan pendidikan sebagian besar memiliki pendidikan tinggi yang terdiri dari SMA dan lulusan perguruan tinggi (85,3%), untuk Lama sakit paling banyak lebih dari 5 tahun (51%). Untuk dukungan keluarga sebagian besar memiliki dukungan yang baik (81,4%), motivasi sebagian besar baik (83,3%), dan kepatuhan diet sebagian besar patuh (75%)

Berdasarkan tabel 3, pada variabel jenis kelamin didapati jenis kelamin laki dengan kepatuhan diet yang patuh 7.84%, dan patuh 27.45%, sementara jenis kelamin perempuan tidak patuh 17.65% dan patuh 47.06%. Hasil uji statistik dengan menggunakan uji analisis *chi square* dimana diperoleh nilai $p=0.576 > \alpha=0.05$, artinya faktor jenis kelamin tidak memiliki hubungan terhadap kepatuhan diet. Dapat dilihat juga pada tabel diatas nilai OR (Odd Ratio) = 0.762 artinya jenis kelaminn tidak memiliki faktor resiko terhadap kepatuhan diet oleh karena nilai OR kurang dari 1 dengan nilai lower 0.293 dan upper 1.979.

Pada pendidikan didapati pendidikan rendah dengan kepatuhan diet yang tidak patuh 5.88%, dan patuh 8.82%, sementara pendidikan tinggi tidak patuh 19.61% dan patuh 65.69%. Hasil uji statistik dengan menggunakan uji analisis *chi square* dimana diperoleh nilai $p=0.163 > \alpha=0.05$, artinya faktor pendiidkan tidak memiliki hubungan terhadap kepatuhan diet. Dapat dilihat juga pada tabel diatas nilai OR (Odd Ratio) = 2.233 artinya bahwa pendidikan yang rendah memiliki peluang 2.233 terjadinya ketidakpatuhan diet pada pasien penderita diabetes mellitus dengan nilai lower 0.709 dan upper 7.05.

Tabel 3. Analisis Bivariat

Variabel	Kepatuhan Diet				Total		p-Value	OR 95%CI
	Tidak Patuh		Patuh		n	%		
	n	%	n	%				
Jenis Kelamin								
Laki-laki	8	7.84	28	27.45	36	35.29	,576	,762 (,293-1,979)
Perempuan	18	17.65	48	47.06	66	64.71		
Pendidikan								
Pendidikan Rendah	6	5.88	9	8.82	15	14.71	,163	2,233 (,709-7,05)
Pendidikan Tinggi	20	19.61	67	65.69	87	85.29		
Lama Sakit								
≤ 5 tahun	22	21.57	28	27.45	50	49.02	,000	9,429 (2,947-30,62)
> 5 Tahun	4	3.92	48	47.06	52	50.98		
Dukungan Keluarga								
Kurang Baik	15	14.71	4	3.92	19	18.63	,000	24,545 (6,877-87,614)
Baik	11	10.78	72	70.59	83	81.37		
Motivasi								
Kurang Baik	12	11.76	5	4.92	17	16.67	,000	12.171 (3.702-40.022)
Baik	14	13.73	71	69.61	85	83.33		

Sumber: Data Primer (diolah), 2025

Untuk Lama sakit didapati pendidikan ≤ 5 tahun dengan kepatuhan diet yang tidak patuh 21.57%, dan patuh 27.45%, sementara Lama sakit > 5 tahun tidak patuh 3.92% dan patuh 47.06%. Hasil uji statistik dengan menggunakan uji analisis *chi square* dimana diperoleh nilai $p=0.000 < \alpha=0.05$, artinya faktor Lama sakit memiliki hubungan terhadap kepatuhan diet. Dapat dilihat juga pada tabel diatas nilai OR (Odd Ratio) = 9.429 artinya bahwa lama sakit ≤5 tahun memiliki peluang 9.429 terjadinya ketidakpatuhan diet pada pasien penderita diabetes mellitus dengan nilai lower 2.947 dan upper 30.62.

Untuk dukungan keluarga didapati dukungan yang kurang baik dengan kepatuhan diet yang tidak patuh 14.71%, dan patuh 3.92%, sementara dukungan yang baik tidak patuh 10.78% dan patuh 70.59%. Hasil uji statistik dengan menggunakan uji analisis *chi square* dimana diperoleh nilai $p=0.000 < \alpha=0.05$, artinya faktor dukungan keluarga memiliki hubungan terhadap kepatuhan diet. Dapat dilihat juga pada tabel diatas nilai OR (Odd Ratio) = 24.545 artinya bahwa dukungan keluarga yang kurang baik memiliki peluang 24.545 terjadinya ketidakpatuhan diet pada pasien penderita diabetes mellitus dengan nilai lower 6.877 dan upper 87.614.

Untuk motivasi didapati motivasi yang kurang baik dengan kepatuhan diet yang tidak patuh 11.76%, dan patuh 4.92%, sementara motivasi yang baik tidak patuh 13.73% dan patuh 69.61%. Hasil uji statistik dengan menggunakan uji analisis *chi square* dimana diperoleh nilai $p=0.000 < \alpha=0.05$, artinya faktor motivasi memiliki hubungan terhadap kepatuhan diet. Dapat dilihat juga pada tabel diatas nilai OR (Odd Ratio) = 12.171 artinya bahwa motivasi yang kurang baik memiliki peluang 12.171 terjadinya ketidakpatuhan diet pada pasien penderita diabetes mellitus dengan nilai lower 3.702 dan upper 40.022.

Tabel 4. Faktor Dominan Terhadap Kepatuhan Diet Pasien Diabetes Melitus

	Variabel	B	Sig.	Exp(B)	95% C.I.	
					Lower	Upper
Step 1 ^a	Lama sakit	4,022	,002	55,830	4,286	727,237
	Dukungan Keluarga	3,694	,001	40,209	4,157	388,908
	Motivasi	4,014	,005	55,351	3,410	898,535
	Constant	-18,160	,001	,000		
Step 2 ^a	Lama sakit	3,493	,001	32,879	4,082	264,847
	Motivasi	3,898	,000	49,304	5,586	435,147
	Constant	-10,562	,001	,000		

Sumber: Data Primer (diolah), 2025

Pada Tabel 4 menunjukkan bahwa skala kedua variabel baik variabel dependen maupun variabel independen yang ada merupakan skala nominal sehingga digunakan uji analisis simultan atau analisis secara parsial dengan menggunakan uji *binary logistic regression* dengan method Bacward:LR dimana pada simultasn step pertama dilakukan pada variabel yang memiliki hubungan yaitu Lama sakit, dukungan keluarga dan motivasi, dimana didapati Lama sakit dan motivasi memiliki pengaruh lebih besar terhadap kepatuhan diet pasien diabetes mellitus dimana diperoleh Exp(B) pada Lama sakit sebesar 55,830 dan motivasi 55,351. kemudian dilakukan uji kembali tahap akhir dengan antara variabel Lama sakit dan motivasi, didapati variabel motivasi lebih berpengaruh terhadap kepatuhan diet pasien diabetes mellitus dimana Exp(B) sebesar 49,304 artinya faktor resiko motivasi mempunyai peluang terjadinya ketidakpatuhan diet 49.304 kali lebih besar.

PEMBAHASAN

Hubungan Jenis Kelamin dengan Kepatuhan Diet Pada Pasien Dibates Melitus di RSUP di Poliklinik Rawat Jalan RSUP Prof Dr R.D. Kandou Manado

Hasil uji statistik dengan menggunakan uji analisis chi square dimana diperoleh nilai $p=0.576 > \alpha=0.05$, artinya faktor jenis kelamin tidak memiliki hubungan terhadap kepatuhan diet. Dapat dilihat juga pada tabel diatas nilai OR (Odd Ratio) = 0.762 artinya jenis kelaminn tidak memiliki faktor resiko terhadap kepatuhan diet oleh karena nilai OR kurang dari 1 dengan nilai lower 0.293 dan upper 1.979. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Kurniati (2022), dimana didapati nilai P- value 0,681 artinya tidak ada hubungan jenis kelamin dengan kepatuhan control gula darah pasien diabetes mellitus di puskesmas Ngraho. Sama halnya juga penelitian yang dilakukan oleh. Sama halnya dengan penelitian yang dilakukan oleh Erdaliza, dkk (2024) dimana hasil analisis chi square antara jenis kelamin terhadap pengontrolan kadar gula darah sehingga terjadi komplikasi didapati $0,404 > 0.05$, namun berbeda dengan penelitan yang dilakukan oleh Adhanty dkk (2021), dimana jenis kelamin memiliki berhubungan dengan kepatuhan diet pada pasien diabetes dimana didapati hasil analisis statistik $p=0.029$.

Menurut Nugroho, Warlisti, dan Bakri (2018), ketidakberartian hubungan antara gender dan kepatuhan diet mungkin disebabkan oleh fakta bahwa gender bukanlah faktor yang secara

langsung berhubungan dengan perilaku kepatuhan, sesuai dengan teori Health Belief Model atau model kepercayaan kesehatan. Perbedaan gender dalam pengendalian tidak menjadi isu. Karena kontrol yang ketat sangat penting untuk responden, baik wanita maupun pria, guna mencegah terjadinya komplikasi. Pendidikan pasien adalah salah satu pilar penting dalam pengendalian dan manajemen diabetes mellitus untuk mengoptimalkan pengobatan. Jika pendidikan dilakukan secara efisien, hal ini dapat meningkatkan ketaatan dan pengelolaan mandiri pasien terhadap penyakit yang dideritanya. Menurut pernyataan WHO pada tahun 2006, perawat memainkan peran penting dalam membantu mengatasi masalah kepatuhan rendah terhadap diet jangka panjang untuk penyakit kronis, seperti diabetes mellitus. Perawat adalah posisi yang ideal untuk mendidik pasien tentang pola makan yang sehat, menjelaskan pentingnya pengawasan kadar gula darah untuk meningkatkan kepatuhan dan mengurangi risiko komplikasi jangka panjang, karena perawat selalu berkomunikasi dengan pasien selama 24 jam sehari, sehingga lebih memahami kondisi pasien (Kurniati, 2022).

Hubungan Pendidikan dengan Kepatuhan Diet Pada Pasien Diabetes Mellitus di RSUP di Poliklinik Rawat Jalan RSUP Prof Dr R.D. Kandou Manado

Hasil uji statistik dengan menggunakan uji analisis chi square diperoleh nilai $p=0.163 > \alpha=0.05$, artinya faktor pendidikan tidak memiliki hubungan terhadap kepatuhan diet. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Adhanty dkk (2021), dimana pada variabel tingkat pendidikan sebagian besar responden memiliki tingkat pendidikan rendah (53,8%). Dalam hasil penelitian ini menunjukkan bahwa tidak ada perbedaan yang signifikan antara tingkat pendidikan dengan kepatuhan diet ($0,979 > 0,05$). Sama halnya juga dengan penelitian yang dilakukan oleh Manutama, dkk (2024), dimana pendidikan memiliki hubungan yang bermakna dengan kepatuhan diet pada pasien diabetes dimana didapati hasil analisis statistik $p=0.015$.

Menurut beberapa penelitian, seseorang yang memiliki tingkat pendidikan tinggi sering dikaitkan dengan kesadaran dan kewaspadaan yang lebih baik terhadap komplikasi penyakit diabetes dan lebih patuh terhadap diet dibandingkan dengan yang memiliki tingkat pendidikan rendah. Meski demikian, pendidikan tidak selalu menjadi indikator yang dapat menentukan perilaku kesehatan karena perilaku seseorang tidak hanya terbentuk saat melaksanakan pendidikan namun bisa terbentuk akibat adanya pengaruh dari lingkungan di sekitarnya (Adhanty dkk., 2021).

Secara teori, seseorang dengan pendidikan yang tinggi akan mempunyai kesempatan untuk berperilaku baik. Orang yang berpendidikan tinggi lebih mudah memahami dan mematuhi perilaku diet dibandingkan dengan orang yang berpendidikan rendah. Tingkat pendidikan yang lebih tinggi akan memudahkan seseorang untuk menyerap informasi dan mengimplemen-tasikannya dalam perilaku dan gaya hidup sehari-hari, khususnya dalam mematuhi pengelolaan diet DM. Menurut Hestiana (2018) seseorang yang berpendidikan lebih tinggi akan mempunyai pengetahuan yang lebih luas dibandingkan dengan seseorang yang tingkat pendidikannya lebih rendah karena pendidikan merupakan dasar utama untuk keberhasilan dalam pengobatan Manutama, dkk (2024).

Hubungan Lama Pengobatan dengan Kepatuhan Diet Pada Pasien Dibates Melitus di RSUP di Poliklinik Rawat Jalan RSUP Prof Dr R.D. Kandou Manado

Hasil uji statistik dengan menggunakan uji analisis chi square dimana diperoleh nilai $p=0.000 < \alpha=0.05$, artinya faktor Lama sakit memiliki hubungan terhadap kepatuhan diet. Dapat dilihat juga pada tabel diatas nilai OR (Odd Ratio) = 9.429 artinya bahwa lama sakit kurang dari 5 tahun memiliki peluang 9.429 terjadinya ketidakpatuhan diet pada pasien penderita diabetes mellitus dengan nilai lower 2.947 dan upper 30.62. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Manutama dkk, (2024), berdasarkan analisis bivariat dengan menggunakan uji Chi-Square yang dilakukan dari 92 responden didapatkan $p\text{-value}=0,048$ ($p<0,05$) yang artinya terdapat hubungan yang signifikan antara lama sakit dengan kepatuhan diet pasien DM tipe 2. Namun berbeda dengan Srywahyuni (2022), dimana diketahui bahwa hubungan lama menderita dengan Kepatuhan diet pada penelitian didapatkan hasil $p\text{-value} = 0,134$, yang artinya tidak terdapat hubungan yang signifikan antara lama menderita dengan Kepatuhan menjalankan Diet. Begitu juga dengan penelitian yang dilakukan oleh Palupi dkk (2020), menunjukkan bahwa berdasarkan dari uji hubungan yang dilakukan diketahui nilai p value yang diperoleh sebesar $0,495 > \alpha$ (0,05). Hasil tersebut menunjukkan tidak ada hubungan signifikan antara lama menderita dengan tingkat kepatuhan diet pasien DM tipe 2.

Secara teori menyatakan bahwa pasien semakin lama menderita DM maka pasien akan memiliki kecenderungan untuk mengkonsumsi makanan-makanan yang tidak sehat, tidak mengikuti program diet dan kebosanan akan meningkat. Pasien yang lama menderita DM dan disertai komplikasi akan memiliki kepercayaan diri yang rendah. Hal ini dikarenakan adanya komplikasi dapat memengaruhi kemampuan pasien untuk mengelola perawatan diri serta penyakitnya, karena semakin lama pasien menderita DM semakin kecil pula kemungkinan untuk menjadi patuh (Bertalina dan Purnama, 2016)

Lama sakit ini berhubungan dengan usia pertama kali penderita terdiagnosa Diabetes Mellitus, semakin muda usia penderita terdiagnosa Diabetes Mellitus maka semakin lama penderita akan menanggung sakit dan saat ini menurut Syafputri (2012) penyakit Diabetes Mellitus tipe II mulai banyak menyerang kaum usia muda penyakit Diabetes Mellitus tipe II mulai banyak menyerang kaum usia muda. Hal ini dapat terjadi karena perubahan gaya hidup, serta menyangkut kecenderungan mengonsumsi makanan yang kurang serat ditambah dengan minuman yang banyak mengandung glukosa. Selain itu, kurangnya aktivitas yang membakar lemak atau kurang gerak. Beberapa penelitian menemukan bahwa pasien yang telah lama menderita DM namun disertai komplikasi memiliki efikasi diri yang rendah. Dengan adanya komplikasi akan memengaruhi kemampuan pasien untuk mengelola perawatan diri dan penyakitnya. Tingkat kepatuhan dengan durasi penyakit cenderung memiliki hubungan negatif. Semakin lama pasien menderita diabetes, semakin kecil kemungkinan untuk menjadi patuh terhadap pengobatan. Sebaliknya, lama sakit pasien DM tipe II memiliki korelasi positif, dimana pasien yang telah lama menderita DM tipe 2 memiliki pengalaman serta telah belajar dari rasa sakit yang telah ia alami selama masa sakitnya sehingga kepatuhan pasien meningkat seiring berjalannya waktu (Bertalina & Purnama, 2016).

Hubungan Dukungan Keluarga dengan Kepatuhan Diet Pada Pasien Diabetes Melitus di RSUP di Poliklinik Rawat Jalan RSUP Prof Dr R.D. Kandou Manado

Hasil uji analisis chi square dimana diperoleh nilai $p=0.000 < \alpha=0.05$, artinya faktor dukungan keluarga memiliki hubungan terhadap kepatuhan diet. Dapat dilihat juga pada tabel diatas nilai OR (Odd Ratio) = 24.545 artinya bahwa dukungan keluarga yang kurang baik memiliki peluang 24.545 terjadinya ketidakpatuhan diet pada pasien penderita diabetes mellitus dengan nilai lower 6.877 dan upper 87.614.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Oktafiani dkk (2020) diketahui bahwa berdasarkan uji Chi Square didapatkan nilai $p=0,000$ ($p<0,05$) sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan dukungan keluarga dengan kepatuhan diet penderita Diabetes Melitus di Puskesmas Pancur. Sama halnya juga penelitian yang dilakukan oleh Della dkk. (2023) dimana hasil analisis antara dukungan keluarga dengan kepatuhan pengobatan didapati $p=0,002$.

Dukungan keluarga dapat dikaitkan dengan terapi diet yang diberikan oleh keluarga. Contohnya, penderita diabetes mellitus dalam menjalani dietnya keluarga bertindak sebagai pemberi semangat dan pemberi motivasi agar pasien mau menjalankan diet secara teratur sesuai jadwal yang telah ditentukan oleh keluarga. Karena, pada dasarnya dalam menjalankan diet yang telah dijadwalkan penderita tidak konsisten melakukan dietnya misalnya meminum obat tidak sesuai jadwal yang telah diberikan. Selain itu rendahnya pengetahuan penderita DM tipe 2 tentang diet yang harus dijalani karena kurangnya informasi dan pendidikan (Oktafiani dkk., 2020).

Dampak positif dukungan keluarga terhadap kepatuhan diet adalah dapat mengontrol apa saja yang dapat dikonsumsi sesuai anjuran tenaga kesehatan selama diet, saling mengingatkan, serta memberikan support kepada anggota keluarga yang sedang menjalankan diet diabetes mellitus. Dukungan keluarga baik dapat mencegah terjadinya komplikasi serta membantu pengobatan sehingga pasien lebih semangat dan dapat melakukan aktivitas seperti biasa. Ketidakpatuhan diet dapat memperlambat penyembuhan pasien. Dukungan keluarga dapat menjadi pengaruh dalam menentukan keyakinan dan kesehatan pasien dalam menjalani pengobatan. Dukungan keluarga dapat digambarkan sebagai perasaan memiliki keyakinan bahwa pasien merupakan anggota keluarga yang aktif dalam kehidupan sehari-hari. Dukungan keluarga dapat membantu pasien untuk menahan stress akibat penyakitnya. Sehingga dukungan keluarga memiliki dampak penting dalam kepatuhan diet pada pasien diabetes mellitus (Priharsiwi dan Kurniawati, 2021).

Hubungan Motivasi dengan Kepatuhan Diet Pada Pasien Diabetes Melitus di RSUP di Poliklinik Rawat Jalan RSUP Prof Dr R.D. Kandou Manado

Hasil uji analisis chi square dimana diperoleh nilai $p=0.000 < \alpha=0.05$, artinya faktor motivasi memiliki hubungan terhadap kepatuhan diet. Dapat dilihat juga pada tabel diatas nilai OR (Odd Ratio) = 12.171 artinya bahwa motivasi yang kurang baik memiliki peluang 12.171 terjadinya ketidakpatuhan diet pada pasien penderita diabetes mellitus dengan nilai lower 3.702 dan upper 40.022.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Manalu dan Togatorop (2025), dimana didapati hubungan motivasi dengan kepatuhan diet diabetes mellitus pada penderita diabetes mellitus di desa Sianipar Sihail-hail dengan hasil uji Pearson Product

Moment dengan nilai $r = 0,278$ yang berarti ada hubungan yang signifikan antara hubungan motivasi dengan kepatuhan diet diabetes mellitus pada penderita diabetes mellitus di desa Sianipar.

Sama halnya juga dengan penelitian yang dilakukan oleh Manutama, dkk (2024) , dimana hasil analisis motivasi pasien, dengan kepatuhan Diet pasien diabetes melitus tipe II di Rumah Sakit Daerah (RSD) Mangusada Kabupaten Badung Bali, didapati hasil uji Chi-Square didapatkan $p\text{-value}=0,001$ ($p < 0,05$) yang artinya terdapat hubungan yang signifikan antara motivasi pasien dengan kepatuhan diet pasien DM tipe 2.

Semakin baik motivasi pasien maka tingkat kepatuhan diet semakin tinggi. Sebaliknya, semakin rendah motivasi pasien maka tingkat kepatuhan diet semakin rendah. Motivasi diri adalah dorongan, baik dari dalam maupun dari luar diri manusia untuk menggerakkan dan mendorong sikap dan perubahan perilakunya. Motivasi ini didasarkan dari faktor internal individu yang bersifat psikologis dan sebagai akibat dari internalisasi dari informasi dan hasil pengamatan suatu objek yang melahirkan persepsi sehingga individu dapat terdorong untuk berbuat atau melakukan sesuatu (Manalu dan Togatorop, 2025).

Individu yang bertindak berdasarkan motivasi diri (intrinsik) akan lebih bertahan dibandingkan dengan individu yang berperilaku berdasarkan motivasi dari luar diri (ekstrinsik). Pasien DM tipe 2 yang mempunyai keinginan (motivasi) yang kuat untuk sembuh akan menjadi pendorong bagi individu untuk mengikuti seluruh anjuran dalam proses pengobatan dan penatalaksanaan penyakit tersebut. Tingkat motivasi diri yang baik, hal ini didukung dengan latar belakang responden yang sebagian besar mempunyai pengetahuan yang baik sehingga akan meningkatkan motivasi pasien (Manutama, dkk. 2024).

Faktor Dominan Terhadap Kepatuhan Diet Pada Pasien Dibates Melitus di RSUP di Poliklinik Rawat Jalan RSUP Prof Dr R.D. Kandou Manado

Motivasi memiliki pengaruh lebih besar terhadap kepatuhan diet pasien diabetes mellitus dimana diperoleh $\text{Exp}(B)$ sebesar 49,304, artinya bahwa motivasi memengaruhi 49,3 kali terhadap kepatuhan diet. Hasil penelitian berkaitan dengan teori yang mengungkapkan kepatuhan diet pasien DM dapat dipengaruhi motivasi. Motivasi merupakan suatu proses psikologis yang mencerminkan interaksi antara sikap, kebutuhan, persepsi, dan keputusan yang terjadi pada diri seseorang, dan motivasi sebagai proses psikologis timbul diakibatkan oleh faktor di dalam diri seseorang itu sendiri dan faktor di luar dirinya. Faktor di dalam diri seseorang dapat berupa kepribadian, sikap, pengalaman dan pendidikan atau sebagai harapan, cita-cita yang menjangkau kemasa depan. Sedangkan faktor di luar diri, dapat ditimbulkan oleh berbagai sumber dari lingkungannya atau faktor-faktor lain yang sangat kompleks.

Beberapa permasalahan yang timbul dan berdampak pada motivasi dan beberapa tantangan dalam menjalani diet pada pasien DM antara lain rasa bosan akibat harus mengikuti pola makan yang sama secara terus-menerus. Selain itu, ada pula pasien 4 yang sengaja melanggar aturan diet karena merasa sudah cukup menjaga pola makan sebelumnya. melakukan diet, oleh karena itu dalam pelaksanaan diet perlu ada motivasi dan kepatuhan (Martinus, 2025).

Semakin baik motivasi akan semakin tinggi tingkat kepatuhan pasien dalam melakukan diet. Sebaliknya semakin rendah motivasi pasien maka tingkat kepatuhan diet semakin rendah.

Responden yang memiliki motivasi diri yang baik akan menjadi pendorong bagi individu dalam mematuhi dan mengikuti program diet yang telah dianjurkan oleh petugas kesehatan. ketika seseorang termotivasi dengan adanya Rangsangan dari stimulus (dukungan keluarga, lingkungan, sosial) akan membentuk suatu ekspektasi (harapan) yang memengaruhi respon (motivasi) sehingga menghasilkan sikap/perilaku (kepatuhan dalam diet) yang akan bertahan lama atau bersifat continue. Pola makan yang tidak sehat di mana mereka cenderung terus menerus mengonsumsi karbohidrat dan makanan yang tidak sehat dimana sumber glukosa secara berlebihan, dan menaikkan kadar glukosa darah sehingga perlu adanya pengaturan diet bagi pasien diabetes mellitus. Motivasi merupakan arah dan internitas dari usaha seseorang, motivasi dapat menggerakkan dan mengarahkan perilaku seseorang terhadap tujuan. Motivasi diri dapat memengaruhi perilaku kesehatan individu-individu untuk berperilaku yang sehat dan menjaga kesehatannya. Motivasi merupakan suatu proses psikologis yang mencerminkan interaksi antara sikap, kebutuhan, persepsi, dan keputusan yang terjadi pada diri seseorang, dan motivasi sebagai proses psikologis timbul diakibatkan oleh faktor di dalam diri seseorang itu sendiri dan faktor di luar dirinya. Faktor di dalam diri seseorang dapat berupa kepribadian, sikap, pengalaman dan pendidikan atau sebagai harapan, cita-cita yang menjangkau kemasa depan. Sedangkan faktor di luar diri, dapat ditimbulkan oleh berbagai sumber dari lingkungannya atau faktor-faktor lain yang sangat kompleks (Datuela dkk., 2021).

Pasien penyandang DM diharuskan untuk menjalankan diet untuk mengontrol kadar gula darahnya. Terapi diet yang efektif pada pasien diabetes mellitus tergantung bagaimana motivasi penderita melakukan diet DM. Mengubah gaya hidup dengan menjalankan diet teratur (mengubah apa yang dimakan dan diminum) dapat mengendalikan kadar glukosa darah. Tanpa motivasi, pasien diabetes mellitus akan kesulitan untuk memenuhi hal tersebut (Buckman, 2010).

KESIMPULAN DAN SARAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa faktor lama menderita penyakit, dukungan keluarga, dan motivasi internal memiliki pengaruh yang bermakna terhadap kepatuhan diet pada pasien Diabetes Melitus di Poliklinik Rawat Jalan RSUP Prof. Dr. R.D. Kandou Manado. Di antara faktor-faktor tersebut, motivasi pasien ditemukan sebagai faktor yang paling dominan dalam menentukan kepatuhan terhadap pengelolaan diet.

Berdasarkan temuan penelitian, disarankan agar rumah sakit mengembangkan kebijakan pelayanan terpadu yang melibatkan dokter, perawat, ahli gizi, dan apoteker secara terintegrasi dalam penatalaksanaan Diabetes Melitus, dengan dukungan pelatihan berkelanjutan bagi tenaga kesehatan. Tenaga kesehatan perlu meningkatkan kompetensi dalam memberikan edukasi dan motivasi diet kepada pasien sesuai standar, sementara pasien didorong untuk aktif mengikuti terapi secara rutin, meningkatkan pengetahuan, serta melibatkan dukungan keluarga dan kelompok sebaya guna memperkuat kepatuhan diet yang berkelanjutan.

DAFTAR PUSTAKA

Adhanty, S., Ayubi, D., & Anshari, D. (2021). Hubungan Health Locus of Control dengan Kepatuhan Diet pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 di RSUD Kota Depok Tahun 2020.

- Perilaku Dan Promosi Kesehatan: Indonesian Journal of Health Promotion and Behavior, 3(1), 5.
- Bertalina, B., & Purnama, P. (2016). Hubungan lama sakit, pengetahuan, motivasi pasien dan dukungan keluarga dengan kepatuhan diet pasien Diabetes Mellitus. *Jurnal Kesehatan*, 7(2), 329-340.
- Buckman R, MC. (2010). *Apa Yang Seharusnya Anda Ketahui Tentang Hidup Dengan Diabetes*. Yogyakarta: PT Citra Aji Parama.
- Datuela, N., Akbar, H., & Langingi, A. R. C. (2021). Hubungan Motivasi Diri dengan Kepatuhan Diet pada Penderita Diabetes Mellitus di Klinik Kotamobagu Wound Care Center. *Promotif : Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 11(2), 158-163.
- Della, A., Subiyanto, P., & Maria, A. (2023). Faktor-faktor yang berhubungan dengan kepatuhan pengobatan pasien diabetes melitus tipe 2. *Jurnal Keperawatan Klinis Dan Komunitas (Clinical and Community Nursing Journal)*, 7(2), 124.
- Erdaliza, E., Mitra, M., Rany, N., Harnani, Y., & Abidin, A. R. (2024). Faktor risiko yang berhubungan dengan komplikasi Diabetes Mellitus Tipe 2. *Jurnal kesehatan komunitas (Journal of community health)*, 10(3), 534-545.
- Hestiana, D. W. (2017). Faktor-faktor yang berhubungan dengan kepatuhan dalam pengelolaan diet pada pasien rawat jalan diabetes mellitus tipe 2 di Kota Semarang. *JHE (Journal of Health Education)*, 2(2), 137-145
- International Diabetes Federation, 2021. <https://diabetesatlas.org/>
- Kementerian Kesehatan. (2018). *Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018*. Jakarta : Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan
- Kementerian Kesehatan. (2023). *Survei Kesehatan Indonesia 2023 Dalam Angka*. Jakarta : Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan
- Kurniati, M. F. (2022). Hubungan Usia Dan Jenis Kelamin Dengan Kepatuhan Kontrol Gula Darah Puasa Pasien Diabetes Mellitus Di Puskesmas Ngraho. *Jurnal Ilmu Kesehatan MAKIA*, 12(1), 52-59.
- Manalu, R. M., & Togatorop, M. (2025). Hubungan Motivasi Dengan Kepatuhan Diet Diabetes Meliutus Pada Penderita Diabetes Melitus Di Desa Sianipar Sihail-Hail Kecamatan Balige Kabupaten Toba Tahun 2024. *Jurnal Kebidanan, Keperawatan Dan Kesehatan (BIKES)*, 4(3), 69-74.
- Manutama, P. A. A., Arjita, I. P. D., Saputra, I. P. B. A., & Bagiansah, M. (2024). Hubungan Lama Sakit, Tingkat Pendidikan, Motivasi Pasien, dan Dukungan Keluarga dengan Kepatuhan Diet Pasien Diabetes Melitus Tipe II di Rumah Sakit Daerah (RSD) Mangusada Kabupaten Badung Bali. *MAHESA: Malahayati Health Student Journal*, 4(6), 2323-2334.
- Martinus Manuel, N. B. (2025). *Hubungan Motivasi Dengan Kepatuhan Pelaksanaan Diet Pada Penderita Diabetes Melitus Di Radjak Hospital Cileungsi (Doctoral dissertation, Universitas Mohammad Husni Thamrin)*.
- Nasution, F., Andilala, A., & Siregar, A. A. (2021). Faktor Risiko Kejadian Diabetes Mellitus. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 9(2), 94-102.
- Nugroho, E. R., Warlisti, I. V., & Bakri, S. (2018). Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kepatuhan Kunjungan Berobat Dan Kadar Glukosa Darah Puasa Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 Di Puskesmas Kendal 1. *Jurnal Kedokteran Diponegoro (Diponegoro Medical Journal)*, 7(4), 1731-1743.

- Oktafiani, D., Noer, R. M., & Agusthia, M. (2020). Hubungan Dukungan Keluarga dengan Kepatuhan Diet Penderita Diabetes Melitus di Wilayah Kerja Puskesmas Pancur Kecamatan Lingga Utara. *Kampurui Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 2(2), 1-5.
- Palupi, M., Sholichah, R. M. A., & Mashinta, I. D. (2020, September). Hubungan Lama Menderita Dengan Kepatuhan Diet Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 Di Ruang Rawat Inap Rsud Kabupaten Kediri. In *Prosiding Conference on Research and Community Services* (Vol. 2, No. 1, pp. 646-654).
- PERKENI (2015). *Penatalaksanaan DM Sesuai Konsensus Perkeni 2015*. Jakarta: PB Perkeni
- Srywahyuni, A. (2022). Hubungan Lama Menderita Dan Dukungan Keluarga Terhadap Kepatuhan Diet Penderita DM Di Bukittinggi. *'AFIYAH*, 9(2).
- Subekti, H., & Yuwanto, L. (2024). "Mari Kitorang Bapesta": Budaya Pesta Dalam Masyarakat Minahasa Dilihat Dari Kacamata Hirarki Kebutuhan Maslow Dan Collective Self-Esteem. *Santhet (Jurnal Sejarah Pendidikan Dan Humaniora)*, 8(1), 233-237.
- Udogadi, N. S., Onyenibe, N. S., & Abdullahi, M. K. (2019). Dietary management of diabetes mellitus with focus on Nigeria. *International Journal of Diabetes Research*, 2(1), 26-32.
- WHO, (2022). https://www.who.int/health-topics/diabetes#tab=tab_1
- Widiyanti, C. D. A. (2019). *Tingkat Pengetahuan Masyarakat Terkait Pola Makan Dan Aktivitas Fisik Untuk Mencegah Diabetes Melitus Tipe 2 Di Apotek Fitri Farma (Doctoral Dissertation, Universitas Muhammadiyah Gresik)*.
- Yazid, F. D., Suprayitno, E., & Setiawati, E. M. (2023). Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kepatuhan Terapi Insulin Pada Pasien Dm Type 2: Literature Review.
- Yulia, S. (2015). *Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kepatuhan Dalam Menjalankan Diet Pada Penderita Diabetes Mellitus Tipe 2*. Skripsi. Fakultas Ilmu Keolahragaan. Universitas Negeri Semarang. Semarang.
- Zulkarnaini, Z., Hayani, N., Azwarni, A., & Keumalahayati, K. (2022). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Kepatuhan Diet Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe-Ii Di Puskesmas Tamiang Hulu Kabupaten Aceh Tamiang. *Jurnal Ilmiah Hospitality*, 11(2), 907-914.