

HUBUNGAN KEPATUHAN DIET DENGAN KADAR GULA DARAH PADA PASIEN DIABETES MELITUS

Literatur Review

**Diajukan untuk memenuhi persyaratan dalam memperoleh gelar
Ahli Madya Keperawatan di STIKes Ahmad Dahlan Cirebon**



Oleh :

AKHBAR MARTIN

NIM : 19002

**PROGRAM STUDI DIPLOMA III KEPERAWATAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN AHMAD DAHLAN
CIREBON
2021/2022**

HUBUNGAN KEPATUHAN DIET DENGAN KADAR GULA DARAH PADA PASIEN DIABETES MELITUS

Literatur Review

Diajukan untuk memenuhi persyaratan dalam memperoleh gelar

Ahli Madya Keperawatan di STIKes Ahmad Dahlan Cirebon



Oleh :

AKHBAR MARTIN

NIM : 19002

**PROGRAM STUDI DIPLOMA III KEPERAWATAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN AHMAD DAHLAN
CIREBON
2021/2022**

PERSETUJUAN PEMBIMBING

LITERATUR REVIEW

HUBUNGAN KEPATUHAN DIET DENGAN KADAR GULA DARAH PADA PASIEN DIABETES MELITUS

Disusun Oleh :

AKHBAR MARTIN

19002

Telah disetujui oleh pembimbing pada tanggal :

Cirebon, 6 Juni 2022

Menyetujui

Pembimbing,



NS.ALAM SALEH SIREGAR M.Kep
NIK: 2021.1.01.043

HALAMAN PENGESAHAN

LITERATUR REVIEW

**“HUBUNGAN KEPATUHAN DIET DENGAN KADAR GULA DARAH
PADA PASIEN DIABETES MELLITUS”**

Disusun Oleh:
Akhbar Martin
NIM : 19002

Telah dipertahankan dalam siding KTI di depan Dewan Penguji
Pada tanggal : Cirebon, 8 Juni 2022

SUSUNAN DEWAN PENGUJI

Ketua : Ns. Alam Saleh Siregar. M.Kep ()
NIK. 2021.1.01.043
Anggota : Yani Trihandayani, Ners., M.Kep ()
NIDN. 0405027803
Anggota : Sumarmi, Ners., M.Kep ()
NIDN. 0406018301


Mengetahui.

**Ketua STIKes Ahmad Dahlan
Cirebon**



Hj. Ruswati, Ners., M.Kep.
NIDN. 0404107003

**Ketua Program Studi DIII
Keperawatan**


Titin Supriatin, Ners., M.Kep.
NIDN. 0411108004

HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS

Karya Tulis Ilmiah ini adalah hasil karya penulis sendiri, dan semua sumber yang dikutip maupun dirujuk telah penulis nyatakan dengan benar.

NAMA : Akhbar Martin

NIM : 19002

TANDA TANGAN :

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Akhbar Martin', written in a cursive style.

Tanggal : 31 Mei 2022

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kepada Allah SWT, karena atas berkat dan rahmat-Nya, penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah (KTI) ini. Penulisan KTI ini dilakukan dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk mencapai gelar Ahli Madya Keperawatan pada Program Studi Diploma III Keperawatan STIKes Ahmad Dahlan Cirebon. Karya Tulis Ilmiah ini terwujud atas bimbingan dan pengarahan dari Ns.Alam Saleh Siregar M.Kep selaku pembimbing, serta bantuan dari berbagai pihak yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu. Penulis pada kesempatan ini menyampaikan ucapan terima kasih kepada :

1. Hj. Ruswati,Ners.,M.Kep selaku Ketua STIKes Ahmad Dahlan Cirebon.
2. Titin Supriatin,Ners.,M.Kep selaku Ketua Program Studi DIII Keperawatan STIKes Ahmad Dahlan Cirebon
3. Ns.Alam Saleh Siregar M.Kep selaku pembimbing yang selalu memberikan bimbingan dan arahan dengan penuh kesabaran dalam penyusunan laporan ini.
4. Orang tua dan keluarga penulis yang telah memberikan bantuan dukungan material dan moral; dan
5. Teruntuk kedua orang tua, sahabat serta teman-teman yang telah banyak membantu penulis dalam menyelesaikan KTI ini.

Akhir kata, penulis berharap Allah SWT berkenan membalas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu. Semoga Karya Tulis Ilmiah ini membawa manfaat bagi pengembangan ilmu.

Cirebon, 6 April 2022

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
PERSETUJUAN PEMBIMBING.....	Error! Bookmark not defined.
HALAMAN PENGESAHAN	iii
HALAMAN PERYATAAN ORISINALITAS	Error! Bookmark not defined.
KATA PENGANTAR.....	v
DAFTAR ISI.....	vi
DAFTAR TABEL.....	viii
DAFTAR LAMPIRAN	ix
DAFTAR BAGAN.....	x
ABSTRACT	xi
ABSTRAK	xii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	3
1.3 Tujuan Penelitian.....	4
1.3.1 Tujuan Umum.....	4
1.3.2 Tujuan Khusus	4
1.4 Manfaat Penelitian.....	4
1.4.1 Manfaat Teoritis.....	4
1.4.2 Manfaat Praktis	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	6
2.1 Telaah Pustaka.....	6
2.1.1 Konsep Diabetes Melitus	6
2.1.2 Etiologi.....	7
2.1.3 Manifestasi Klinis	7
2.1.4 Klasifikasi	8
2.1.5 Pencegahan	9
2.1.6 Komplikasi.....	9
2.1.7 Penatalaksanaan	10
2.1.8 Lima Komponen dalam Penatalaksanaan Diabetes Melitus.....	10
2.2 Konsep Kepatuhan.....	14
2.2.1 Pengertian Kepatuhan	14
2.2.2 Faktor yang Mempengaruhi Tingkat Kepatuhan	15
2.2.3 Cara-cara meningkatkan kepatuhan.....	16
2.3 Konsep Kadar Gula Darah.....	17
2.3.1 Pengertian Kadar Gula Darah	17
2.3.2 Faktor yang Mempengaruhi Meningkatnya Kadar Gula Darah	18
2.3.3 Pemeriksaan Gula Darah	19

2.3.4	Pengaruh Diet Terhadap Pengendalian Kadar Gula Darah	21
BAB III	METODE	22
3.1	Stategi pencarian literature	22
3.1.1	<i>Framework</i>	22
3.1.2	Kata Kunci	22
3.1.3	Database atau Search engine.....	22
3.2	Kriteria Inklusi dan Eklusi	23
3.2.1	Hasil pencarian dan Seleksi studi	23
3.2.2	Artikel Hasil Pencarian	25
BAB IV	HASIL DAN ANALISIS PENELITIAN	29
4.1	Hasil Penelitian.....	29
4.1.1	Karakteristik Umum Literatur	29
4.1.2	Karakteristik Hasil Penelitian	30
4.2	Analisis Penelitian	31
BAB V	PEMBAHASAN.....	34
5.1	Gambaran Kepatuhan Diet Dengan Kadar Gula Darah Pada Pasien DM	34
5.2	Analisis Hubungan Kepatuhan Diet Dengan Kadar Gula Darah Pada Pasien DM	37
BAB VI	KESIMPULAN.....	42
6.1	Kesimpulan.....	42
6.2	Saran	43
6.2.1	Bagi Penderita Diabetes Mellitus	43
6.2.2	Bagi Institusi Pendidikan	43
6.2.3	Bagi Peneliti Selanjutnya.....	43
6.2.4	Bagi Pelayanan Kesehatan.....	43
DAFTAR PUSTAKA		
LAMPIRAN		

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Olahraga.....	13
Tabel 3.2 Kriteria Inklusi dan Eklusi dengan format PICOS.....	24
Tabel 3.3 Daftar Artikel Hasil Pencarian.....	26
Tabel 4.1 Karakteristik Umum Literatur.....	30
Tabel 4.2 Karakteristik Hasil Penelitian	31
Tabel 4.3 Analisis Penelitian.....	32
Tabel 5.1.1 Gambaran Kepatuhan Diet Pada Pasien DM	34
Tabel 5.1.2 Gambaran Kepatuhan Diet Pada Pasien DM	35
Tabel 5.1.3 Gambaran Kepatuhan Diet Pada Pasien DM	35
Tabel 5.1.4 Gambaran Kadar Gula Darah Pada Pasien DM	35
Tabel 5.1.5 Gambaran Kadar Gula Darah Pada Pasien DM	36
Tabel 5.1.6 Gambaran Kadar Gula Darah Pada Pasien DM	36
Tabel 5.1.7 Gambaran Kadar Gula Darah Pada Pasien DM	37

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Lembar Konsultasi.....	47
Lampiran 2 Jadwal Kegiatan KTI.....	49
Lampiran 3 Artikel Jurnal Terkait.....	50
Lampiran 4 Penilaian SANRA.....	51
Lampiran 5 Daftar Riwayat Hidup.....	53

DAFTAR BAGAN

Bagan 3.1 Data Alur Literature Rievew	24
--	-----------

**RELATIONSHIP OF DIETARY ADHERENCE TO BLOOD SUGAR LEVELS
IN DIABETIC MELLITUS PATIENTS**

Akhbar Martin, Alam Saleh Siregar

Xii + 44 pages + 5 attachments + 13 Tables + 1 chart

ABSTRACT

Background: *Diabetes mellitus is a disease with abnormalities in the glucose metabolism (a type of monosaccharide sugar in the body) of the human body. As one of the non-communicable diseases, which lasts a long time or is chronic and is characterized by high blood sugar levels.* **Objective:** *Mto know the relationship of dietary compliance with blood sugar levels in patients with diabetes mellitus.* **Method :** *In the search for article data sources, it is done through the mendeley database and Google Scholar (201 2-2022) to retrieve relevant articles published in Indonesian. Keywords related to Diet Adherence Diabates Mellitus, Blood Sugar Levels. Inclusion.* **Results and Analysis:** *There is a relationship between diet adherence in diabetes mellitus patients and blood sugar levels and dietary compliance can affect the blood sugar levels of diabetes mellitus patients.* **Conclusion:** *Factors that make a person disobey the diabetes mellitus diet are the lack of knowledge about diabetes mellitus disease, confidence, and belief in diabetes mellitus disease.* **Suggestion:** *It is hoped that people with Diabetes Mellitus will have awareness and motivation for themselves and family support so that they are willing to follow the Diabetes Mellitus diet.*

Keywords : Diabetes Mellitus Diet Compliance, Blood Sugar Levels

Bibliography : 20 (2013-2021)

HUBUNGAN KEPATUHAN DIET DENGAN KADAR GULA DARAH PADA PASIEN DIABETES MELLITUS

Akhbar Martin, Alam Saleh Siregar

Xii + 44 halaman + 5 lampiran + 13 tabel + 1 bagan

ABSTRAK

Latar Belakang: Diabetes mellitus merupakan suatu penyakit dengan kelainan dalam metabolisme glukosa (salah satu jenis gula monosakarida di dalam tubuh) tubuh manusia. Sebagai salah satu penyakit tidak menular, yang berlangsung lama atau kronis serta ditandai dengan kadar gula darah yang tinggi. **Tujuan:** Mengetahui hubungan kepatuhan diet dengan kadar gula darah pada pasien diabetes melitus. **Metode :** Dalam pencarian sumber data artikel dilakukan melalui database Mendeley dan Google Scholar (2012-2022) untuk mengambil artikel relevan yang diterbitkan dalam bahasa Indonesia. Kata kunci yang terkait dengan dengan *Kepatuhan Diet Diabetes Melitus, Kadar Gula Darah*. **Inklusi. Hasil dan Analisis :** Terdapat hubungan antara kepatuhan diet pada pasien diabetes melitus dengan kadar gula darah dan kepatuhan diet dapat mempengaruhi kadar gula darah pasien diabetes melitus. **Kesimpulan:** Faktor yang membuat seseorang tidak patuh terhadap diet diabetes melitus adalah kurangnya pengetahuan terhadap penyakit diabetes mellitus, keyakinan, dan kepercayaan terhadap penyakit diabetes mellitus. **Saran:** Diharapkan pada penderita Diabetes Melitus memiliki kesadaran serta motivasi terhadap dirinya dan dukungan keluarga agar mau menjalankan kepatuhan diet Diabetes Melitus.

Kata kunci : “Kepatuhan Diet Diabetes Melitus, Kadar Gula Darah”.

Daftar Pustaka : 20 (2013-2021)

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Menurut WHO, Diabetes Mellitus atau kencing manis telah menjadi masalah kesehatan dunia. Prevalensi dan insiden penyakit ini meningkat secara drastis di negara-negara industri maju dan sedang berkembang termasuk Indonesia. WHO memprediksi data DM akan meningkat menjadi 300 juta pada 25 tahun mendatang (Siswono, 2005). International Diabetes Federation (IDF) memperkirakan penderita DM di Indonesia tahun 2020 berjumlah 178 juta penduduk yang berusia di atas 20 tahun dan dengan asumsi prevalensi DM sebesar 4,6% akan didapatkan 8,2 juta pasien DM. Tingginya angka tersebut menjadikan Indonesia peringkat keempat jumlah penderita DM terbanyak di dunia setelah Amerika Serikat, India, dan Cina (Dewi et al., 2018).

Diabetes mellitus (DM) merupakan salah satu masalah kesehatan yang besar. Data dari studi global menunjukkan bahwa jumlah penderita Diabetes Melitus pada tahun 2011 telah mencapai 366 juta orang di dunia. Tanpa tindakan yang dilakukan, jumlah ini diperkirakan akan meningkat menjadi 552 juta pada tahun 2030. Diabetes mellitus telah menjadi penyebab dari 4.6 juta kematian. Selain itu pengeluaran biaya kesehatan untuk diabetes mellitus telah mencapai 465 miliar USD (Trisnawati & Setyorogo, 2013).

Berdasarkan International Diabetes Federation tahun 2017 tingkat prevalensi global penderita DM pada tahun 2015 sebesar 9,9% dari keseluruhan penduduk di dunia dan pada tahun 2017 menjadi 911 juta kasus. Indonesia menempati urutan ke 7 dengan penderita DM sejumlah 10,3 juta penderita setelah Cina, India, Amerika Serikat, Brazil, Rusia, Mexico (2). Menurut data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2013 menunjukkan bahwa terjadi peningkatan prevalensi pada penderita diabetes melitus di Indonesia yang diperoleh berdasarkan diagnosis dokter atau gejala yaitu 1,1% pada tahun 2007 menjadi 2,1% pada tahun 2013 (Khasanah & Fitri, 2019).

Salah satu provinsi Indonesia dengan prevalensi diabetes melitus yang tinggi yaitu provinsi Banten. Data di wilayah Banten menunjukkan bahwa sebanyak 56.560 penderita diabetes melitus (DinKes Banten, 2011). Kota Tangerang sebagai salah satu kota besar di Banten yang selalu masuk kedalam 20 besar penyakit diabetes melitus di Kota Tangerang (Dinkes Kota Tangerang, 2016). Berdasarkan data profil kesehatan 33 puskesmas di Kota Tangerang, jumlah pengunjung penyandang Diabetes pada tahun 2015 sebanyak 20,524 orang (DinKes Kota Tangerang, 2016). Hal ini menunjukkan kemungkinan akan adanya peningkatan jumlah penyandang diabetes melitus sebanyak 2-3 kali lipat pada tahun 2030 jika tidak dilakukan pencegahan (Lestari et al., 2018).

Selain itu, International Diabetes Federation (IDF) memperkirakan bahwa sebanyak 183 juta orang tidak menyadari bahwa mereka mengidap diabetes mellitus. Sebesar 80% orang dengan diabetes mellitus tinggal di negara berpenghasilan rendah dan menengah, termasuk di Asia Tenggara. Jumlah penderita diabetes mellitus terbesar berusia antara 40-59 tahun (Etika, A.N., Monalisa, 2016).

Kepatuhan diet pasien DM sangat berperan penting untuk menstabilkan kadar glukosa darah, sedangkan kepatuhan itu sendiri merupakan suatu hal yang penting untuk dapat mengembangkan rutinitas (kebiasaan) yang dapat membantu penderita dalam mengikuti jadwal diet. Pasien yang tidak patuh dalam menjalankan terapi diet menyebabkan kadar gula yang tidak terkendali. Menurut Lopulalan (2008), kepatuhan dapat sangat sulit, dan membutuhkan faktor-faktor yang mendukung agar kepatuhan dapat berhasil. Faktor pendukung tersebut adalah dukungan keluarga, pengetahuan, dan motivasi agar menjadi bias dengan perubahan yang dilakukan dengan cara mengatur untuk meluangkan waktu dan kesempatan yang dibutuhkan untuk menyesuaikan diri (Dewi & Amir, 2018).

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, masalah yang dirumuskan dalam penelitian ini “Adakah pengaruh hubungannya antara kepatuhan diet terhadap kadar gula darah pada pasien diabetes melitus?”

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Secara umum *literatur review* ini bertujuan untuk mengetahui hubungan kepatuhan diet dengan kadar gula darah pada pasien diabetes melitus.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Untuk mengetahui tingkat kepatuhan diet pada pasien diabetes melitus
2. Untuk mengetahui perbedaan kadar gula darah
3. Untuk menganalisis pengaruh kepatuhan diet dengan kadar gula darah pada pasien diabetes melitus

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Manfaat penelitian ini diharapkan dapat dijadikan pengetahuan tentang seberapa pengaruh hubungannya antara kepatuhan diet dengan kadar gula darah pada pasien diabetes melitus.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Bagi Masyarakat

Hasil *literature review* ini diharapkan dapat menambah wawasan masyarakat mengenai hubungan kepatuhan diet dengan kadar gula darah pada penderita diabetes melitus sehingga dapat memberi informasi mengenai dukungan keluarga dalam mengatur kepatuhan diet pada pasien diabetes melitus.

2. Bagi Institusi

Diharapkan bisa menjadi sumber dalam pengembangan ilmu keperawatan dan sebagai masukan dalam proses pembelajaran

mengenai hubungan kepatuhan diet dengan kadar gula darah pada pasien diabetes melitus.

3. Bagi Penderita Diabetes Melitus

Diharapkan pada penderita Diabetes Melitus memiliki kesadaran serta motivasi terhadap dirinya dan dukungan keluarga agar mau menjalankan kepatuhan diet Diabetes Melitus : Penderita Diabetes Melitus diharapkan melakukan pola diet yang teratur sesuai dan terprogram sesuai anjuran kebutuhan setiap individu, Lakukan dengan sungguh-sungguh dan didampingi sehingga hasil yang diinginkan dapat tercapai, Diharapkan kedepannya mengurangi pemakaian obat-obatan. Mulailah menurunkan kadar gula darah dengan pola kepatuhan diet yang terprogram, seperti mengatur jumlah, jenis dan jadwal makan.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan hasil peneliti ini dapat digunakan sebagai salah satu acuan dan sumber data bagi penelitian selanjutnya dan dilakukan penelitian yang lebih lanjut dengan variabel yang berbeda.

5. Bagi Pelayanan Kesehatan

Hasil review literatur ini merupakan masukan bagi pelayanan keperawatan diabetes melitus dan diharapkan dengan hasil penelitian ini pelayanan keperawatan diabetes melitus dapat memberikan Penkes atau Edukasi kepada pasien yang sedang menjalani diet diabetes melitus agar mereka patuh terhadap diet dan memeriksa kadar gula darah.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Telaah Pustaka

2.1.1 Konsep Diateses Melitus

Diabetes melitus (DM) penyakit unik yang bisa diderita oleh seluruh anggota keluarga kita termasuk anak kita yang masih berusia 5 tahun disamping itu diabetes juga dipengaruhi oleh setiap gaya hidup kita dan juga pola makan, aktifitas, sekolah dan bahkan pekerjaan. Penyakit Diabetes juga dapat diobati dengan mengkonsumsi obat. Diabetes butuh kewaspadaan dan perhatian makanan serta aktifitasnya, pemantauan gula darah, penyuntikan insulin, sampai perawatan diri dan kakinya(Ulfa N, 2012).

Diabetes Melitus memiliki 5 pilar penanganan Diabetes Melitus, pertama edukasi, medis, terapi gizi, farmakologi dan self monitoring, dari 5 pilar tersebut yang mempengaruhi kepatuhan yaitu terapi gizi, dalam kepatuhan terapi gizi membutuhkan tugas keluarga yang hidup bersama lansia tersebut. Diet Diabetes melitus yang diperuntukkan penderita diabetes agar kadar gula terkontrol. Kadar gula tidak terkontrol dikarenakan makanan yang tinggi lemak, kurangnya olah raga. Dalam keluarga makanan bagi penderita Diabetes sama dengan makan pada keluarga yang lainnya, yaitu makanan seimbang. Sesuai dengan kebutuhan tubuh akan zat gizi. Bagi penderita DM makanan yang harus dikonsumsi

tentunya yang mengandung karbohidrat, protein, vitamin, lemak, mineral dan juga kaya akan serat (Wulansari et al., 2019).

Diabetes Melitus merupakan suatu penyakit di mana kadar glukosa (gula sederhana) di dalam darah tinggi karena tubuh tidak dapat melepaskan atau menggunakan insulin secara cukup (Fajar,2008). Glukosa darah pada penderita diabetes melitus saat puasa ≥ 126 mg/dl dan 2 jam setelah makan ≥ 200 mg/dl, dimana gula darah yang normal adalah ≤ 126 mg/dl saat puasa dan ≤ 200 mg/dl 2 jam setelah makan (Hans Tandra, 2008). Penyakit ini merupakan penyakit degeneratif non infeksi yang bersifat menahun akibat tingginya kadar glukosa dalam darah. Penyakit diabetes sangat berbahaya karena dapat menyebabkan munculnya penyakit-penyakit lain yang lebih berbahaya seperti jantung, ginjal dan kebutaan (Wulansari et al., 2019).

2.1.2 Etiologi

Diabetes biasanya disebabkan faktor genetik (keturunan) dan faktor lingkungan serta juga dapat menyertai saat kehamilan. Tetapi saat ini penderita diabetes melitus kebanyakan di karenakan faktor lingkungan. Dapat juga akibat gangguan pada insulin, kurangnya produksi atau tidak normalnya fungsi insulin disebabkan kerusakan pada sebagian atau seluruh sel-sel kelenjar pankreas (sel beta) (Wulansari et al., 2019).

2.1.3 Manifestasi Klinis

Gejala yang biasa di alami penderita diabetes antara lain sering buang air kecil dan dalam jumlah banyak (poliuria) baik siang atau malam, selalu merasa lapar (polidipsi). Penderita sering tidak menyadari dirinya terkena

diabetes, karena gejala diatas dianggap hal yang biasa. Kepastian mengidap diabetes hanya bisa di dapatkan melalui hasil pemeriksaan gula darah di laboratorium (Redaksi AgroMedia, 2009). Banyak penderita baru menyadari terserang diabetes dan periksa ke dokter kalau dia sudah lemas, matanya mulai kabur, kakinya mulai kesemutan, luka tidak sembuh-sembuh dan terjadi komplikasi (Wulansari et al., 2019).

2.1.4 Klasifikasi

Dalam penelitian (Wulansari et al., 2019) Berdasarkan penyebab, perjalanan klinik dan terapinya, diabetes yang utama ada empat tipe, yaitu:

- a. Tipe 1 IDDM (insulin dependent diabetes mellitus) Biasa terjadi pada anak-anak. penyebabnya adalah kegagalan pankreas memproduksi insulin, salah satunya karena faktor genetik (keturunan).
- b. Tipe II NIDDM (non-insulin-dependent diabetes mellitus) Diabetes tipe ini adalah jenis yang paling sering dijumpai. Biasanya terjadi pada usia diatas 40 tahun, tetapi bisa pula timbul pada usia di atas 20 tahun. Pada tipe II, pankreas tetap menghasilkan insulin, tetapi kadarnya lebih tinggi dari normal. Akibatnya tubuh membentuk kekebalan terhadap efeknya, sehingga terjadi kekurangan insulin relative (Redaksi AgroMedia, 2009). Tipe ini juga dipengaruhi oleh faktor genetik yang didorong gaya hidup sehari-hari (faktor lingkungan) dan obesitas.

- c. Diabetes yang berhubungan dengan keadaan atau sindrom lainnya
Diabetes akibat dari penyakit lain, yang mengganggu produksi insulin atau mempengaruhi kerja insulin (Hans Tandra, 2008).
- d. Diabetes Gestasional (diabetes pada kehamilan) Diabetes yang hanya muncul saat hamil, keadaan ini terjadi karena pembentukan beberapa hormon pada ibu hamil yang menyebabkan resistensi insulin

2.1.5 Pencegahan

Faktor keturunan tidak bisa dicegah tetapi faktor lingkungan dapat dirubah. Salah satunya dengan melaksanakan pola hidup yang sehat dan seimbang dapat mengurangi resiko terkena penyakit diabetes. Caranya dengan tidak makan berlebih, menjaga berat badan, melakukan aktivitas fisik yang rutin serta melakukan pemeriksaan gula darah setahun sekali jika termasuk dalam satu atau dua dari faktor risiko (Wulansari et al., 2019).

2.1.6 Komplikasi

Perbaikan dalam kontrol gula darah akan memperkecil resiko penderita terhadap komplikasi. Penderita akan termotivasi untuk lebih ketat dalam mengontrol gula darahnya agar terhindar dari komplikasi. Komplikasi yang dapat menurut Ruby (2008) dalam jurnal (Wulansari et al., 2019), di antaranya yaitu:

1. Penglihatan kabur.
2. Katarak.
3. Retinopati.

4. Gagal ginjal.
5. Kerusakan pada system saraf.
6. Potensi seksual.
7. Nekrobiosis lipoidika (masalah kulit yang diakibatkan kerusakan pada pembuluh darah halus).
8. Serangan jantung dan stroke
9. Amputasi pada organ yang tidak dapat diperbaiki lagi

2.1.7 Penatalaksanaan

Penatalaksanaan adalah suatu terapi dan tindakan yang terkait atau direncanakan untuk mengoreksi keadaan penyakit (Teguh Subianto, 2009). Penatalaksanaan diabetes meliputi pengkajian yang konstan dan modifikasi rencana penanganan oleh profesional kesehatan disamping penyesuaian terapi oleh pasien sendiri setiap hari. Meskipun tim kesehatan akan mengarahkan penanganan tersebut namun pasien sendirilah yang harus bertanggung jawab dalam pelaksanaan terapi yang kompleks itu setiap harinya. Karena alasan ini, pendidikan pasien dan keluarganya dipandang sebagai komponen yang penting dalam menangani penyakit diabetes (Wulansari et al., 2019).

2.1.8 Lima Komponen dalam Penatalaksanaan Diabetes Melitus

Proses pengobatan diabetes merupakan suatu proses yang berlangsung 24 jam dan seringkali berhubungan dengan perubahan gaya hidup. Pada umumnya penderita diabetes melitus patuh berobat selama ia masih menderita gejala/yang subyektif dan mengganggu hidup rutinnnya sehari-

hari. Begitu ia bebas dari keluhan-keluhan tersebut maka kepatuhannya untuk berobat sangat berkurang (Agung, 2009) dalam jurnal (Wulansari et al., 2019). :

1. Diet

Diet dan pengendalian berat badan merupakan dasar dari penatalaksanaan diabetes. Penatalaksanaan nutrisi pada penderita diabetes diarahkan untuk mencapai tujuan berikut ini:

- a) Memberikan semua unsur makanan esensial (misalnya vitamin, mineral).
- b) Mencapai dan mempertahankan berat badan yang sesuai.
- c) Memenuhi kebutuhan energi.
- d) Mencegah fluktuasi kadar glukosa darah setiap harinya dengan mengupayakan kadar glukosa darah mendekati normal melalui cara-cara yang aman dan praktis.
- e) Menurunkan kadar lemak darah jika kadar ini meningkat.

Bagi penderita yang memerlukan insulin untuk membantu mengendalikan kadar glukosa darah, upaya mempertahankan konsistensi jumlah kalori dan karbohidrat yang dikonsumsi pada jam-jam makan yang berbeda merupakan hal penting. Disamping itu, konsistensi interval waktu diantara jam makan dengan mengkonsumsi camilan (jika diperlukan), akan membantu mencegah reaksi hipoglikemia dan pengendalian

keseluruhan kadar glukosa darah (Brunner & Suddarth, 2002) dalam jurnal (Wulansari et al., 2019).

2. Olahraga

Semua gerak badan dan olah raga akan menurunkan glukosa darah. Olah raga mengurangi resistensi insulin sehingga kerja insulin lebih baik dan mempercepat pengangkutan glukosa masuk dalam sel untuk kebutuhan energi. Makin banyak olah raga, makin cepat dan makin banyak glukosa yang dipakai. Olah raga membakar kalori atau glukosa dalam tubuh. Banyak orang melakukan olah raga keras untuk menurunkan glukosa darah. Kadar olah raga perlu disesuaikan dengan dosis obat dan diet agar glukosa darah tetap normal. Pemeriksaan glukosa darah perlu lebih sering dilakukan bila berolah raga lebih banyak. Olah raga bagi penderita diabetes tidak perlu berjam-jam. Cukup dilakukan secara rutin dalam 30 menit sehari selama 5-7 hari seminggu. Mulailah dengan 10 menit per hari, kemudian tiap minggu ditingkatkan 5 menit sampai akhirnya mencapai 30 menit dan olahraga 30 menit sampai 1 jam setelah makan. Sama dengan olahraga, pekerjaan di rumah, misalnya menyapu, setrika atau berkebun, juga bisa menurunkan glukosa darah (Wulansari et al., 2019).

Beberapa aktivitas yang dapat dilakukan untuk membakar kalori :

Tabel 2.1 Olahraga

Aktivitas fisik (BB 70 kg)	Lama latihan untuk membakar 150 kal (menit)
Cuci mobil	45-60
Bersihkan jendela dan lantai	45-60
Main Voli	45
Main sepak bola	30-45
Berkebun	30-45
Jalan (5 km/jam)	30-40
Bersepeda	30
Dansa	30
Renang (laps)	20
Jogging (8 km/jam)	20
Lari (20 km/jam)	15

Sumber dari : (Wulansari et al., 2019)

3. Pemantauan gula darah

Melakukan pemantauan kadar gula darah secara mandiri, membantu penderita untuk mengatur terapinya sehingga dapat mengendalikan kadar gula darah secara optimal. Penderita diabetes tipe 2 yang tidak memakai insulin perlu memeriksa kadar gula darah setiap hari atau dua kali seminggu (Hans Tandra, 2008). Setiap 6 sampai 12 bulan sekali, pasien harus membandingkan hasil pengukuran secara mandiri dengan hasil pemeriksaan kadar gula darah yang dilakukan di laboratorium pada saat yang bersamaan (Wulansari et al., 2019).

4. Obat

Pengobatan secara menyeluruh mencakup diet yang benar, olah raga teratur dan obat-obatan yang diminum atau suntikan insulin. Pada DM tipe 1, mutlak diperlukan suntikan insulin setiap hari. Sedangkan pada DM tipe 2, kadang dengan diet dan olah raga saja glukosa darah bisa menjadi normal. Umumnya penderita perlu minum obat antidiabetes

secara oral atau tablet. Dalam keadaan tertentu, penderita DM tipe 2, memerlukan suntiksn insulin atau bahkan kombinasi suntikan insulin dan tablet (Wulansari et al., 2019).

5. Pengetahuan

Diabetes merupakan sakit kronis yang memerlukan perilaku penanganan mandiri yang khusus seumur hidup. Karena diet, olah raga dan stress fisik serta emosional dapat mempengaruhi pengendalian diabetes, diantaranya belajar keterampilan merawat diri sendiri guna menghindari penurunan atau kenaikan kadar glukosa darah yang mendadak, tetapi juga harus memiliki perilaku preventif dalam gaya hidup untuk menghindari komplikasi diabetik jangka panjang. Informasi diabetes melitus bisa didapatkan dari media cetak maupun elektronik ataupun dengan bertanya kepada petugas kesehatan yang ada (Wulansari et al., 2019).

2.2 Konsep Kepatuhan

2.2.1 Pengertian Kepatuhan

Kepatuhan merupakan sikap dalam mematuhi aturan penggunaan obat yang diberikan oleh tenaga kesehatan, yang menjadi salah satu aspek penting untuk mencapai keberhasilan terapi (deliani et al., 2021).

Tingkat kepatuhan pasien diabetes mellitus merupakan ketaatan terhadap makanan dan minuman yang dikonsumsi pasien DM setiap hari untuk menjaga kesehatan dan mempercepat proses penyembuhan, tingkat kepatuhan tersebut berupa 3J yaitu tepat jadwal, tepat jenis, dan tepat jumlah

(Hartono 1995 dari Esti Windusari 2013). Sementara itu menurut Syahbudin (2007) diet diabetes mellitus merupakan pengaturan pola makan bagi penderita mellitus berdasarkan jumlah, jenis dan jadwal pemberian makan (Purwaningtyas 2020).

Kepatuhan penderita dalam mentaati diet diabetes mellitus sangat berperan penting untuk menstabilkan kadar glukosa pada penderita diabetes mellitus, sedangkan kepatuhan itu sendiri merupakan suatu hal yang penting untuk dapat mengembangkan rutinitas (kebiasaan) yang dapat membantu penderita dalam mengikuti jadwal diet yang kadangkala sulit untuk dilakukan oleh penderita. Kepatuhan dapat sangat sulit dan membutuhkan dukungan agar menjadi biasa dengan perubahan yang dilakukan dengan cara mengatur untuk meluangkan waktu dan kesempatan yang dibutuhkan untuk menyesuaikan diri. Kepatuhan terjadi bila aturan menggunakan obat yang diresepkan serta pemberiannya diikuti dengan benar (Phitri & Widiyaningsih, 2013).

2.2.2 Faktor yang Mempengaruhi Tingkat Kepatuhan

Faktor-faktor yang mempengaruhi kepatuhan diet pada pasien Diabetes Mellitus dibagi menjadi dua yaitu faktor instrinsik dan ekstrinsik. Menurut Carpenito, 2000 dalam Bragista Guntur, 2016) dalam jurnal (Purwaningtyas 2020):

- a. Faktor Komunikasi Berbagai komunikasi antara seseorang dengan keluarganya dapat mempengaruhi tingkat kepatuhan, misalnya

dengan komunikasi yang lancar maka seseorang akan patuh dalam menjalani pengobatan dan diet.

- b. Pengetahuan Tingkat pengetahuan akan menentukan seseorang dalam melakukan suatu tindakan. Seseorang yang memiliki pengetahuan yang tinggi akan patuh dalam menjalankan pengobatan dan diet.
- c. Fasilitas Kesehatan Fasilitas kesehatan merupakan sarana penting dimana dalam memberikan penyuluhan terhadap penderita diharapkan penderita menerima penjelasan dari tenaga kesehatan.

2.2.3 Cara-cara meningkatkan kepatuhan

Faktor cara yang dapat meningkatkan kepatuhan antara lain : Menurut (Edi, 2020).

- a. Meningkatkan kontrol diri.

Penderita diabetes melitus harus meningkatkan kontrol dirinya untuk meningkatkan ketaatannya dalam menjalani pengobatan, karena dengan adanya kontrol diri yang baik dari penderita diabetes melitus akan semakin meningkatkan kepatuhannya dalam menjalani pengobatan. Kontrol diri yang dilakukan meliputi kontrol berat badan, kontrol makan dan emosi.

- b. Meningkatkan efikasi diri.

Efikasi diri dipercaya muncul sebagai prediktor yang penting dari kepatuhan. Seseorang yang mempercayai diri mereka sendiri untuk

dapat mematuhi pengobatan yang kompleks akan lebih mudah melakukannya.

- c. Mencari informasi tentang pengobatan diabetes melitus .

Kurangnya pengetahuan atau informasi berkaitan dengan kepatuhan serta kemauan dari penderita untuk mencari informasi mengenai diabetes melitus dan terapi medisnya, informasi tersebut biasanya didapat dari berbagai sumber seperti media cetak, elektronik atau melalui program pendidikan di rumah sakit. Penderita diabetes melitus hendaknya benar-benar memahami tentang penyakitnya dengan cara mencari informasi penyembuhan penyakitnya tersebut.

- d. Meningkatkan monitoring diri penderita diabetes melitus.

Harus melakukan monitoring diri , karena dengan monitoring diri, penderita dapat lebih mengetahui tentang keadaan dirinya seperti keadaan gula dalam darahnya, berat badan, dan apapun yang dirasakan.

2.3 Konsep Kadar Gula Darah

2.3.1 Pengertian Kadar Gula Darah

Kadar gula darah merupakan tingkat konsentrasi gula dalam darah yang dinyatakan dalam mg/dl. Kadar gula darah dibedakan menjadi kadar glukosa darah sewaktu dan puasa. Pada penelitian ini menggunakan kadar glukosa darah sewaktu, dimana gula darah yang diambil pada suatu waktu tanpa adanya puasa. Kadar gula darah dinyatakan terkontrol bila gula darah sewaktu antara 100-200 mg/dl, dinyatakan tidak terkontrol bila >200 mg/dl. Pengukuran gula darah dilakukan menggunakan glukosa meter atau

glucometer. Glukosa meter atau glucometer adalah perangkat medis untuk menentukan perkiraan konsentrasi glukosa dalam darah (Niranjan Banik, Adam Koesoemadinata, Charles Wagner, Charles Inyang, 2013).

Gula darah merupakan parameter medis yang dapat menjadi acuan diagnosis penyakit diabetes. WHO mencatat bahwa sekitar 1,5 juta orang telah meninggal disebabkan oleh penyakit diabetes dan diabetes dinyatakan sebagai penyakit ke-7 di dunia yang paling banyak menyebabkan kematian di tahun 2030 (Madona et al., 2018).

Kadar glukosa dalam darah dapat berubah-ubah menjadi naik atau turun dari jam ke jam, dari hari ke hari, tergantung pada makanan yang dikonsumsi dan aktifitas fisik seseorang. Adapun kadar gula darah yang normal adalah sebagai berikut dalam jurnal (Madona et al., 2018) :

- a. Gula darah puasa (8 jam tidak makan)= 70-110 mg/dl
- b. Gula darah 2 jam PP (2 jam sesudah makan)= 100-140 mg/dl
- c. Gula darah acak = 70-125 mg/d

2.3.2 Faktor yang Mempengaruhi Meningkatnya Kadar Gula Darah

Faktor yang mempengaruhi kadar gula darah Diabetes Mellitus (Menurut Fox & Kilvert 2010) dalam jurnal (Hasanah, 2019):

- a. Olahraga

Dengan berolahraga dapat menurunkan resistensi insulin sehingga insulin dapat berfungsi secara normal untuk sel di dalam tubuh serta membakar lemak untuk mencegah terjadinya obesitas.

b. Pola makan

Makanan yang mengandung tinggi karbohidrat dan tinggi serat dapat mempengaruhi sel beta pankreas dalam menghasilkan insulin.

c. Cemas

Kecemasan merupakan respon terhadap penyakit yang dirasakan penderita sebagai suatu tekanan, rasa tidak nyaman, gelisah, dan kecewa. Gangguan psikologis tersebut membuat penderita menjadi acuh terhadap peraturan pengobatan yang harus dijalankan seperti diet, terapi medis, dan olah raga sehingga mengakibatkan kadar gula darah tidak dapat terkontrol

d. Usia

Pertambahan usia menyebabkan terjadinya perubahan fisik dan penurunan fungsi tubuh yang berpengaruh terhadap asupan serta penyerapan zat gizi sehingga dapat memicu terjadinya obesitas yang berkaitan erat dengan penyakit degeneratif khususnya diabetes mellitus

e. Alkohol

Mengonsumsi alkohol dapat meningkatkan kadar glukosa karena mengandung kalori yang tinggi

2.3.3 Pemeriksaan Gula Darah

Ada berbagai cara yang biasa dilakukan untuk memeriksa kadar glukosa darah (Rudi,2013) dalam jurnal (Hasanah, 2019):

a. Tes Glukosa

Darah Puasa Tes glukosa darah puasa mengukur Kadar Glukosa Darah setelah tidak mengkonsumsi apapun kecuali air selama 8 jam. Tes ini biasanya dilakukan pagi hari sebelum sarapan. Hasil pemeriksaan kadar gula darah puasa dikategorikan Hiperglikemi apabila hasilnya 101-125mg/dL, Normal apabila menunjukkan 71-100mg/dL, dan Hipoglikemia apabila hasilnya 0-70mg/dL.

b. Tes Glukosa

Darah Sewaktu Kadar Glukosa Darah sewaktu disebut juga kadar glukosa darah acak atau kasual. Tes glukosa darah sewaktu dapat dilakukan kapan saja, kadar glukosa darah dikatakan normal jika tidak lebih dari 200mg/Dl.

c. Uji Toleransi

Glukosa Oral Tes toleransi glukosa oral adalah tes yang mengukur kadar glukosa darah sebelum dan dua jam sesudah mengkonsumsi glukosa sebanyak 75 gram yang dilarutkan dalam 300 mL air, hasil uji toleransi glukosa oral dikatakan normal jika kurang dari 140mg/dL, hiperglikemia apabila 140-199mg/dL, dan Hiploglikemia jika sama atau lebih dari 200mg/dL.

d. Uji HBA1C

Uji HBA1C mengukur kadar glukosa darah rata-rata dalam 2 –3 bulan terakhir. Uji ini lebih sering digunakan untuk mengontrol kadar

glukosa darah pada penderita diabetes. Klarifikasi kadar HbA1C. dikatakan normal jika kurang dari 5,7%, hiperglikemia 5,7-6,4%, dan dikatakan hipoglikemia sama atau lebih dari 6,5%

2.3.4 Pengaruh Diet Terhadap Pengendalian Kadar Gula Darah

Diabetes militus merupakan kelainan pengelolaan karbohidrat dalam tubuh yang disebabkan oleh kurangnya hormone insulin, sehingga karbohidrat tidak dapat digunakan oleh sel untuk diubah menjadi tenaga akibatnya karbohidrat yang ada didalam tubuh dalam bentuk glukosa dalam darah. Peningkatan prevalensi diabetes militus selain dari faktor keturunan juga berkaitan dengan kepatuhan diet, Kepatuhan diet DM dapat dilihat dari jenis makanan yang dikonsumsi, jumlah porsi makanan, frekuensi makan serta makanan yang dibatasi, kepatuhan dalam menjalankan diet merupakan harapan dari setiap penderita diabetes militus harus mampu menjalankan anjuran dokter atau para medis, agar kadar glukosa dalam darah dapat terkontrol (Simbolon, 2021).

BAB III

METODE

3.1 Strategi pencarian literature

3.1.1 Framework

PICOS *framework* yang digunakan dalam mencari jurnal tersebut.

- a. *Population/problem* : Populasi yang akan menganalisa masalah
- b. *Intervention* : Tindakan intervensi atau penatalaksanaan pada kasus yang terjadi serta penjelasannya
- c. *Comparation* : Perbandingan dari penatalaksanaan lain
- d. *Outcome* : Suatu hasil dari penelitian
- e. *Study design* : Model penelitian yang digunakan untuk di review

3.1.2 Kata Kunci

Dalam pencarian jurnal menggunakan kata kunci (*AND, AND*) yang dipakai untuk lebih detail lagi dalam pencarian jurnal dan dapat mempermudah pencarian jurnal yang diinginkan. Kata kunci yang digunakan adalah “Kepatuhan “*AND*” Diet “*AND*” Diabetes Melitus “*AND*” Kadar Gula Darah”.

3.1.3 Database atau Search engine

Data sekunder merupakan data yang digunakan dalam melakukan penelitian ini. Dimana data yang didapatkan tidak langsung terjun pengawasan, tetapi mengambil dari data penelitian terdahulu yang telah

dilaksanakan. Sumber data yang digunakan menggunakan databes *Publish And Perish* yang berupa artikel atau jurnal.

3.2 Kriteria Inklusi dan Eklusi

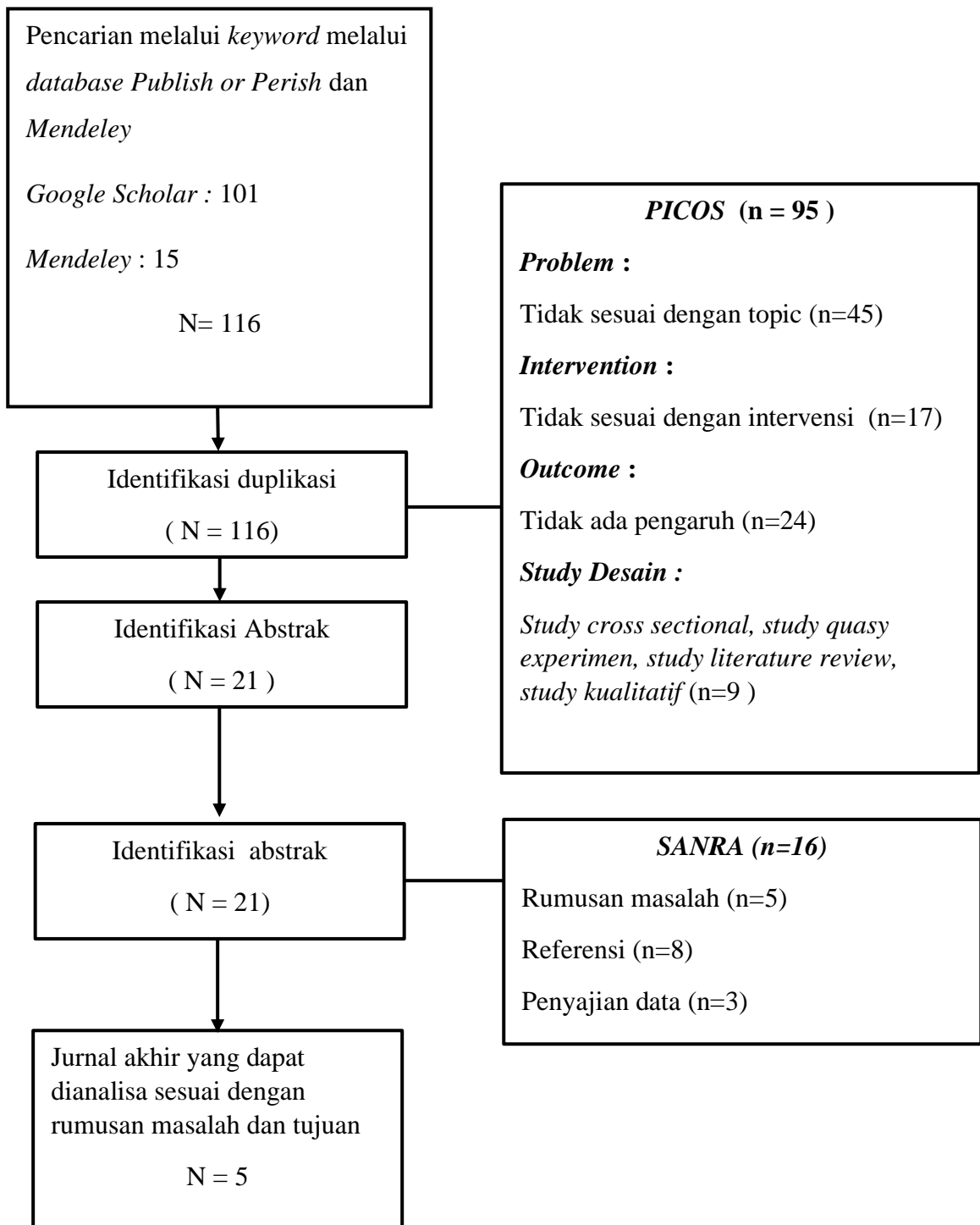
Table 3.2 Kriteria Inklusi dan Eklusi dengan format PICOS

Kriteria	Inklusi	Eklusi
<i>Problem</i>	Jurnal nasional dan internasional dari database yang berbeda dan berkaitan dengan variable penelitian yaitu Kadar gula darah yang tidak normal	Jurnal nasional dan internasional dari database yang berbeda dan tidak ada kaitannya dengan variable penelitian
<i>Intervention</i>	Mematuhi Diet	Tidak ada intervensi
<i>Comparation</i>	Tidak ada faktor pembanding	ada faktor pembanding
<i>Outcome</i>	Adanya hubungan antara kepatuhan diet dengan kadar gula darah	Tidak ada pengaruh hubungan antara kepatuhan diet dengan kadar gula darah
<i>Study Design</i>	<i>Cross Sectional</i>	Selain <i>Cross Sectional</i>
Tahun Terbit	Jurnal yang diterbitkan pada tahun 2013-2021	Jurnal yang diterbitkan sebelum tahun 2013
Bahasa	Bahasa Indonesia	Selain bahasa indonesia

3.2.1 Hasil pencarian dan Seleksi studi

Dari hasil pencarian literature review melalui database *Google Scholer* dan *publish or perish* yang menggunakan keyword “Kepatuhan “AND” Diet “AND” Diabetes Melitus “AND” Kadar Gula Darah” dalam pencarian penelitian 116 Jurnal dan kemudian jurnal tersebut diseleksi, ada 95 jurnal dieklusi karena tahun terbit dibawah tahun 2013 dan bahasanya tidak menggunakan Bahasa Indonesia atau Bahasa Inggris. Penelitian kelayakan dari 21 jurnal tersisa dan dilakukan penilaian sanra tereklusi 16 jurnal. Tersisa 5 jurnal yang dilakukan review.

Bagan 3.1 Data Alur Literature Rievew



3.2.2 Artikel Hasil Pencarian

Table 3.3 Daftar Artikel Hasil Pencarian

No	Author	Tahun	Volume/ Angka	Judul	Metode (Desain, Sample, Variabel, Instrumen, Analisis)	Hasil Penelitian	Database
1.	Meliana Nursihhah , Dwi Septian Wijaya	2021	Vol 2 No 3	Hubungan Kepatuhan Diet Terhadap Pengendalian Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2	D : <i>Cross-Sectional</i> S : <i>Proportionate stratified random sampling</i> V : Kepatuhan diet, Pengendalian kadar gula darah I : Observasi A : <i>Uji Chi Square</i>	Hasil penelitian menunjukkan bahwa responden yang patuh diet dan gula darah terkendali (77,3%), sedangkan responden yang tidak patuh diet dan gula darah tidak terkendali (92,9%) hasil uji statistik dengan uji Chisquare diperoleh nilai p sebesar $(0,000) < \alpha (0,05)$, artinya ada hubungan yang bermakna antara kepatuhan diet dengan pengendalian kadar gula darah.	<i>Google Scholar</i>
2.	Nur Salma, Fadli , Abd. Hayat Fattah	2020	Vol 11 No 1	Hubungan Kepatuhan Diet Dengan Kadar Gula Darah Puasa Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2	D : <i>Cross-Sectional</i> S : <i>Total sampling</i> V : kepatuhan diet, kadar gula darah I : Kuesioner	Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada pengaruh kepatuhan diet terhadap kadar GDP pasien diabetes mellitus tipe 2 di Puskesmas Lancirang tahun 2020 sedangkan persentase pengaruhnya sebesar 14,4 %	<i>Google Scholar</i>

					A : Uji regresi linear	yang ditunjukkan dengan nilai R square=0,144. Sehingga dalam proses penurunan gula darah puasa sebaiknya para penderita atau pasien mengubah perilaku khususnya	
3.	Khris Witdiati, Sulistyo Andarmoyo, Lina Ema Purwanti	2021	Vol 5 No 1	Hubungan Antara Kepatuhan Diet Dan Glukosa Darah Pada Pasien Diabetes Mellitus	D : Cross- sectional. S : Purpose sampling V : Kepatuhan diet, Glukosa darah pada pasien diabetes mellitus I : Kuesioner A : Uji Chi Square.	Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara kepatuhan diet dengan kadar gula darah pasien Diabetes Melitus di UGD RSI Siti Aisyah Kota Madiun. Hasil uji statistik chi square diperoleh p value 0,012 dengan menggunakan taraf signifikansi $\alpha = 0,05$. Dapat disimpulkan bahwa kepatuhan diet dapat mempengaruhi kadar gula darah pasien Diabetes Melitus. Diharapkan pasien dapat menjalankan diet dengan baik sehingga kadar gula darah terkontrol dan dapat menurunkan risiko komplikasi.	Google Scholar
4.	Tri Ardianti K , Zul Fina Fitri	2019	Vol 9 No 2	Hubungan Pengetahuan dan Kepatuhan Diet dengan Kadar Gula Darah pada pasien Diabetes Melitus Di Poli Penyakit Dalam RSUD	D : Cross-Sectional S : Total sampling V : Variabel bebasnya, pengetahuan dan	Kadar gula darah tidak terkontrol sebanyak 33 responden (60%) dan kadar gula darah terkontrol sebanyak 22 responden (40%). Pengetahuan	Google Scholar

					Idaman Tahun 2018	Banjarbaru	kepatuhan diet. Variable terikatnya kadar gula darah pada pasien DM. I : Kuesioner A : <i>Uji Chi Square</i>	responden dalam kategori baik sebanyak 46 responden (83,6%) dan pengetahuan responden dalam kategori cukup sebanyak 9 responden (16,4%). Kepatuhan diet dalam kategori kadang mematuhi diet sebanyak 30 responden (54,5%) dan kepatuhan diet dalam kategori selalu mematuhi diet sebanyak 7 responden (12,7%). Pengetahuan terbukti tidak memiliki hubungan dengan kadar gula darah pada pasien DM di RSUD Idaman Banjarbaru, pvalue = 0,23 > α (0,1). Kepatuhan diet terbukti memiliki hubungan dengan kadar gula darah pada pasien DM di RSUD Idaman Banjarbaru, p-value = 0,00 < α (0,1).	
5.	Hj. Mariana Nuryati, Jhoni Darjudin	2013	Vol 1 No 1	-			D : <i>Cross sectional</i> S : <i>Purpose sampling</i> V : Tingkat kepatuhan diet pada pasien diabetes mellitus, kadar gula darah I : Kuesioner	Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar (66,7%) responden yang tidak patuh terhadap diet memiliki kadar gula darah yang tidak normal. Terdapat hubungan antara tingkat kepatuhan diet dengan kadar gula darah dengan p- value (0,045). Semakin patuh	<i>Google Scholar</i>

A : *Uji Chi square*

melaksanakan diet maka semakin rendah terjadinya pasien dengan gula darah yang abnormal, sebaliknya semakin tidak patuh menjalankan diet maka semakin tinggi terjadinya pasien dengan gula darah yang abnormal. Rumah sakit diharapkan dapat memodifikasi metoda promosi kesehatan yang lebih efektif dari sebelumnya mengenai diet DM dan meningkatkan komunikasi antara tenaga kesehatan dengan pasien.

BAB IV
HASIL DAN ANALISIS PENELITIAN

4.1 Hasil Penelitian

4.1.1 Karakteristik Umum Literatur

Pada bagian ini terdapat *literature* yang keasliannya dapat dipertanggungjawabkan dengan tujuan penelitian. Tampilan hasil *literature* dalam tugas akhir *literature review* berisi tentang ringkasan dan pokok-pokok hasil dari setiap artikel yang terpilih dalam bentuk tabel, kemudian dibawah bagian tabel dijabarkan apa yang ada dalam tabel tersebut berupa makna dan trend dalam bentuk paragraph (Hariyanto, etal., 2020).

Table 4.1 Karakteristik Umum Literatur

No	Kategori	F	%
A. Tahun Publikasi			
1.	2013	1	9,1
2.	2019	1	9,1
3.	2020	1	9,1
4.	2021	2	18,2
Jumlah		5	100
B. Desain Penelitian			
1.	<i>Cross sectional</i>	5	100
C. Sampling Penelitian			
1.	<i>Purposive Sampling</i>	2	18,2
2.	<i>Total sampling</i>	2	18,2
3.	<i>Proportionate stratified random sampling</i>	1	9,1
Jumlah		5	100
D. Instrumen Penelitian			
1.	Kuesioner	4	36,4
2.	Observasi	1	9,1
Jumlah		5	100
E. Analisis Statistik Penelitian			

1.	Chi Square	4	36,4
2.	Uji Regresi Linear	1	9,1
Jumlah		5	100

Berdasarkan tabel 4.1 penelitian yang dilakukan menggunakan *literature review* sebagian besar dipublikasikan pada tahun 2021, seluruh desain yang digunakan dalam penelitian *literature review* menggunakan desain *Cross Sectional*. Teknik pengambilan sampel yang digunakan sebagian besar *Purposive Sampling* dan *Total Sampling*. Instrumen yang digunakan sebagian besar adalah kusioner yang digunakan sebagian besar adalah *Chi Square*.

4.1.2 Karakteristik Hasil Penelitian

Tabel 4.2 Karakteristik Hasil Penelitian

No	Kategori	F	%
A.	Tingkat kepatuhan		
1.	Patuh dan Tidak Patuh	3	60
2.	Rendah, Sedang, Tinggi	1	20
3.	Baik, Cukup, Kurang	1	20
Jumlah		5	100
B.	Kadar Gula Darah		
1.	Terkontrol dan Tidak terkontrol	1	20
2.	Normal atau Tidak normal	2	40
3.	Gula Darah Sewaktu	1	20
4.	Terkendali atau Tidak terkendali	1	20
Jumlah		5	100

Berdasarkan tabel 4.2 dilakukan *literature review* didapatkan hasil dari 5 jurnal. Berdasarkan tingkat kepatuhan sebagian besar responden yang paling banyak patuh dan tidak patuh (60%), Sedangkan untuk kepatuhan diet rendah, sedang, tinggi (10%), dan kepatuhan diet kategori baik, cukup, kurang (20%). Dari jurnal yang direview juga didapatkan responden yang

memiliki kadar gula darah terkontrol dan tidak terkontrol (20%) dan kadar gula darah normal atau tidak normal (40%) sedangkan yang kadar gula darah sewaktu (20%), dan gula darah terkontrol dan tidak terkontrol (20%). Terdapat hubungan kepatuhan diet dengan kadar gula darah.

4.2 Analisis Penelitian

Tabel 4.3 Analisis Penelitian

No	Variabel yang Diteliti	Analisis Literatur	Sumber Empiris
1	Variabel Independen Kepatuhan diet dan Variabel Dependen Pengendalian kadar gula darah	Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa distribusi responden berdasarkan kepatuhan diet sebagian besar responden tidak patuh (69,2%) dan sebagian kecil responden patuh (30,8%). Berdasarkan hasil uji statistik bahwa responden yang patuh diet dan gula darah terkontrol (77,3%), sedangkan responden yang tidak patuh diet dan gula darah tidak terkontrol (92,9%) , hasil uji statistik dengan uji Chi-square diperoleh nilai p sebesar $(0,000) < \alpha (0,05)$, artinya ada hubungan yang bermakna antara kepatuhan diet dengan pengendalian kadar gula darah. Selain itu juga nilai OR sebesar 44,686 menunjukkan bahwa responden yang tidak patuh diet memiliki resiko 44,686 kali lebih besar gula darah tidak terkontrol dibandingkan dengan responden yang patuh diet.	(Meliana Nursihhah et al., 2021)
2	Variabel Independen kepatuhan diet dan Variabel Dependen kadar gula darah	Hasil penelitian ini rata-rata pasien mengalami diabetes melitus tipe 2 umur 50 tahun. dengan jenis kelamin semua perempuan. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Masruroh (2018) tentang hubungan umur dan status gizi dengan kadar gula darah pada pasien diabetes melitus tipe 2. Dari 30 responden yang diteliti sebagian besar berjenis kelamin perempuan sebanyak 16 orang (53,3 %) dan laki laki 14 orang dan rata rata umur penderita adalah 57 tahun. Hasil ini menunjukkan bahwa ada hubungan dari ketiga variabel kepatuhan diet dengan kadar gula darah puasa pada pasien diabetes melitus di poliklinik Puskesmas Lancirang. Sehingga dari ketiga variabel kepatuhan diet yang paling berpengaruh terhadap kadar gula darah puasa adalah	(Nur Salma et al., 2020)

		kepatuhan diet berdasarkan jumlah kalori dengan nilai (B) = 8,58, yang artinya 8,58 kali kepatuhan diet berdasarkan jumlah kalori memiliki pengaruh terhadap perubahan kadar gula darah puasa pada pasien diabetes militus tipe 2.
3.	Variabel Independen Keparuhan diet dan Variabel Dependen Glukosa darah pada pasien diabetes mellitus	Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara kepatuhan diet dengan kadar gula darah pasien Diabetes Melitus di UGD RSI Siti Aisyah Kota Madiun. Hasil uji statistik chi square diperoleh p value 0,012 dengan menggunakan taraf signifikasi $\alpha = 0,05$. Dapat disimpulkan bahwa kepatuhan diet dapat mempengaruhi kadar gula darah pasien Diabetes Melitus. Diharapkan pasien dapat menjalankan diet dengan baik sehingga kadar gula darah terkontrol dan dapat menurunkan risiko komplikasi. (Khris Witdiati et al., 2021)
4.	Variabel bebasnya, pengetahuan dan kepatuhan diet. Variable terikatnya kadar gula darah pada pasien DM	Hasil penelitian berdasarkan pengetahuan dengan kadar gula darah dapat diketahui dari 46 responden yang berpengetahuan baik sebanyak 26 responden memiliki kadar gula darah tidak terkontrol sedangkan 9 responden berpengetahuan cukup sebanyak 7 responden memiliki kadar gula darah tidak terkontrol. Hasil analisa uji statistik (Chi Square) p-value 0,23. Terlihat p-value = $0,23 > \alpha (0,1)$. Maka Ho diterima, hasil dapat disimpulkan pengetahuan terbukti tidak ada hubungan dengan kadar gula darah pasien diabetes melitus di Poli Penyakit Dalam RSUD Idaman Banjarbaru. Menurut penelitian Manan S pengetahuan yang baik tidak menjamin tindakan pasien baik terhadap upaya pengendalian kadar gula darah. (Tri Ardianti K et al., 2019)
5.	Variabel Independen Tingkat kepatuhan diet pada pasien diabetes mellitus dan Variabel Dependen kadar gula darah	Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar (66,7%) responden yang tidak patuh terhadap diet memiliki kadar gula darah yang tidak normal. Terdapat hubungan antara tingkat kepatuhan diet dengan kadar gula darah dengan p-value (0,045). Semakin patuh melaksanakan diet maka semakin rendah terjadinya pasien dengan gula darah yang abnormal, sebaliknya semakin tidak patuh menjalankan diet maka semakin tinggi terjadinya pasien dengangula darah yang abnormal.Rumah sakit diharapkan dapat memodifikasi metoda promosi kesehatan yang lebih efektif dari sebelumnya mengenai diet DM dan meningkatkan komunikasi antara tenaga kesehatan dengan pasien. (Hj. Mariana Nuryati et al., 2013)

Dilihat dari tabel 4.3 dapat disimpulkan bahwa hasil analisis *literature review* terdapat 5 jurnal yang menyatakan bahwa terdapat hubungan antara kepatuhan diet pada pasien diabetes melitus dengan kadar gula darah dan kepatuhan diet dapat mempengaruhi kadar gula darah pasien Diabetes Melitus.

BAB V

PEMBAHASAN

Hasil penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan kepatuhan diet dengan kadar gula darah pada pasien diabetes melitus. Hampir semua penelitian menggunakan desain cross sectional dengan rentang waktu 2013-2021 dan menggunakan Bahasa Indonesia. Terdapat 2 jurnal yang memiliki kesamaan dalam metode sampel penelitian, yaitu : *Purpose Sampling* (Khris Witdiati et al., 2021) (Hj. Mariana Nuryati et al., 2013) terdapat 2 jurnal dengan sampel : *Total sampling* (Nur Salma et al., 2020) (Tri Ardianti K et al., 2019) terdapat 1 jurnal dengan sampel : *Proportionate stratified random sampling* (Meliana Nursihhah et al., 2021) Populasi yang digunakan dalam 5 jurnal ini meliputi tingkat kepatuhan dan kadar gula darah.

5.1 Gambaran Kepatuhan Diet Dengan Kadar Gula Darah Pada Pasien DM

Tabel 5.1.1 Gambaran Kepatuhan Diet Pada Pasien DM

No	Judul	Kepatuhan Diet		Keterangan
		Patuh	Tidak Patuh	
1	(Meliana Nursihhah et al., 2021)	34	7	Menurut jurnal dari (Meliana Nursihhah et al., 2021) bahwa Kepatuhan diet dalam kategori patuh.
2	(Tri Ardianti K et al., 2019)	7	0	Menurut jurnal dari (Tri Ardianti K et al., 2019) bahwa Kepatuhan diet dalam kategori patuh.
3	(Hj. Mariana Nuryati et al., 2013)	14	20	Menurut jurnal dari (Hj. Mariana Nuryati et al., 2013) bahwa Kepatuhan diet dalam kategori tidak patuh.

Dapat dilihat bahwa sebagian besar jurnal yang dilakukan *riview* menyebutkan bahwa sebagian besar responden kepatuhan diet pada kategori

patuh dan tidak patuh. Kategori patuh karena pasien mendapatkan dukungan keluarga pada saat melakukan diet hipertensi. Dan kategori tidak patuh karena tidak mendapatkan dukungan dari keluarga.

Tabel 5.1.2 Gambaran Kepatuhan Diet Pada Pasien DM

No	Judul	Kepatuhan Diet			Keterangan
		Rendah	Sedang	Tinggi	
1	(Khris Witdiati et al., 2021)	32	16	6	Menurut jurnal dari (Khris Witdiati et al., 2021) bahwa kepatuhan diet dalam kategori rendah

Dapat dilihat bahwa sebagian besar jurnal yang dilakukan *riview* menyebutkan bahwa sebagian besar responden kepatuhan diet pada kategori rendah. Kategori rendah karena tingkat pendidikan juga mempengaruhi tingkat pengetahuan pasien tentang penyakit yang diderita.

Tabel 5.1.3 Gambaran Kepatuhan Diet Pada Pasien DM

No	Judul	Kepatuhan Diet			Keterangan
		Baik	Cukup	Kurang	
1	(Nur Salma et al., 2020)	5	0	23	Menurut jurnal dari (Nur Salma et al., 2020) bahwa kepatuhan diet dalam kategori kurang

Dapat dilihat bahwa sebagian besar jurnal yang dilakukan *riview* menyebutkan bahwa sebagian besar responden kepatuhan diet pada kategori kurang. Kategori kurang karena pengetahuan tentang diet dan motivasi terhadap kepatuhan penerapan diet.

Tabel 5.1.4 Gambaran Kadar Gula Darah Pada Pasien DM

No	Judul	Kepatuhan Diet		Keterangan
		Patuh	Tidak Patuh	
1	(Meliana Nursihhah et al., 2021)	14	29	Menurut jurnal dari (Meliana Nursihhah et al., 2021) bahwa Kepatuhan diet dalam kategori patuh. (Meliana Nursihhah et al., 2021)

Dapat dilihat bahwa sebagian besar jurnal yang dilakukan *riview* menyebutkan bahwa sebagian besar responden kadar gula darah pada kategori tidak terkontrol. Kategori tidak terkontrol karena akan mempengaruhi kadar gula darahnya menjadi tidak terkontrol. Hal ini akan mengakibatkan timbulnya komplikasi.

Tabel 5.1.5 Gambaran Kadar Gula Darah Pada Pasien DM

No	Judul	Kadar Gula Darah		Keterangan
		Normal	Tidak normal	
1	(Nur Salma et al., 2020)	0	28	Menurut jurnal dari (Nur Salma et al., 2020) bahwa Kadar gula darah dalam kategori tidak normal
2	(Hj. Mariana Nuryati et al., 2013)	32	34	Menurut jurnal dari (Hj. Mariana Nuryati et al., 2013) bahwa Kadar gula darah dalam kategori tidak normal

Dapat dilihat bahwa sebagian besar jurnal yang dilakukan *riview* menyebutkan bahwa sebagian besar responden kadar gula darah pada kategori tidak normal. Kategori tidak normal karena jika tidak patuh menjalani diet maka kadar gula darah tidak normal.

Tabel 5.1.6 Gambaran Kadar Gula Darah Pada Pasien DM

No	Judul	Kadar Gula Darah Sewaktu (mg/dl)		Keterangan
		<200	≥200	
1	(Khris Witdiati et al., 2021)	40	14	Menurut jurnal dari (Khris Witdiati et al., 2021) bahwa dalam kadar gula darah sewaktu (mg/dl) kategori kurang dari <200 (mg/dl).

Dapat dilihat bahwa sebagian besar jurnal yang dilakukan *riview* menyebutkan bahwa sebagian besar responden kadar gula darah sewaktu (mg/dl) pada kategori kurang dari <200 (mg/dl). Kategori kurang dari <200 (mg/dl) karena seseorang pada usia ini menjadi kurang aktif, berat badan bertambah, massa otot berkurang, dan akibat proses menua yang

mengakibatkan penyusutan sel-sel beta yang progresif.

Tabel 5.1.7 Gambaran Kadar Gula Darah Pada Pasien DM

No	Judul	Kadar Gula Darah		Keterangan
		Terkendali	Tidak terkendali	
1	(Meliana Nursihhah et al., 2021)	41	102	Menurut jurnal dari (Meliana Nursihhah et al., 2021) bahwa Kadar gula darah dalam kategori tidak terkendali.

Dapat dilihat bahwa sebagian besar jurnal yang dilakukan *riview* menyebutkan bahwa kadar gula darah pada kategori tidak terkendali. Kategori tidak terkendali karena responden yang tidak patuh diet memiliki resiko 44,686 kali lebih besar gula darah tidak terkendali dibandingkan dengan responden yang patuh diet.

5.2 Analisis Hubungan Kepatuhan Diet Dengan Kadar Gula Darah Pada Pasien DM

Menurut Meliana Nursihhah , Dwi Septian Wijaya (2021) dalam jurnal Hubungan Kepatuhan Diet Terhadap Pengendalian Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2. Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa distribusi responden berdasarkan kepatuhan diet sebagian besar responden tidak patuh (69,2%) dan sebagian kecil responden patuh (30,8%). Berdasarkan hasil uji statistik bahwa responden yang patuh diet dan gula darah terkendali (77,3%), sedangkan responden yang tidak patuh diet dan gula darah tidak terkendali (92,9%) , hasil uji statistik dengan uji Chisquare diperoleh nilai p sebesar $(0,000) < \alpha (0,05)$, artinya ada hubungan yang bermakna antara kepatuhan diet dengan pengendalian kadar gula darah.

Selain itu juga nilai OR sebesar 44,686 menunjukkan bahwa responden yang tidak patuh diet memiliki resiko 44,686 kali lebih besar gula darah tidak terkendali dibandingkan dengan responden yang patuh diet. (Nursihhah & Wijaya septian, 2021).

Menurut Nur Salma, Fadli , Abd. Hayat Fattah (2020) dalam jurnal Hubungan Kepatuhan Diet Dengan Kadar Gula Darah Puasa Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2. Hasil penelitian ini rata-rata pasien mengalami diabetes melitus tipe 2 umur 50 tahun. dengan jenis kelamin semua perempuan. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Masruroh (2018) tentang hubungan umur dan status gizi dengan kadar gulah darah pada pasien diabetes melitus tipe 2. Dari 30 reponden yang diteliti sebagian besar berjenis kelamin perempuan sebanyak 16 orang (53,3 %) dan laki laki 14 orang dan rata rata umur penderita adalah 57 tahun. Hasil ini menunjukkan bahwa ada hubungan dari ketiga variabel kepatuhan diet dengan kadar gula darah puasa pada pasien diabetes melitus di poliklinik Puskesmas Lancirang. Sehingga dari ketiga variabel kepatuhan diet yang paling berpengaruh terhadap kadar gula darah puasa adalah kepatuhan diet berdasarkan jumlah kalori dengan nilai (B) = 8,58, yang artinya 8,58 kali kepatuhan diet berdasarkan jumlah kalori memiliki pengaruh terhadap perubahan kadar gula darah puasa pada pasien diabetes militus tipe 2. (Mukhlisah Nurul Khair, Naharia La Ubo, 2020).

Menurut Khris Witdiati, Sulistyو Andarmoyo & Lina Ema Purwanti (2021) dalam jurnal *The Relationship Between Dietary Adherence And*

Glucose Blood In Diabetes Mellitus Patients. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara kepatuhan diet dengan kadar gula darah pasien Diabetes Melitus di UGD RSI Siti Aisyah Kota Madiun. Hasil uji statistik chi square diperoleh p value 0,012 dengan menggunakan taraf signifikansi $\alpha = 0,05$. Dapat disimpulkan bahwa kepatuhan diet dapat mempengaruhi kadar gula darah pasien Diabetes Melitus. Diharapkan pasien dapat menjalankan diet dengan baik sehingga kadar gula darah terkontrol dan dapat menurunkan risiko komplikasi. (Witdiati et al., 2021).

Menurut Tri Ardianti K, Zul Fina Fitri (2019) dalam jurnal Hubungan Pengetahuan dan Kepatuhan Diet dengan Kadar Gula Darah pada pasien Diabetes Melitus Di Poli Penyakit Dalam RSUD Idaman Banjarbaru Tahun 2018. Hasil penelitian ini menyatakan bahwa Kadar gula darah tidak terkontrol sebanyak 33 responden (60%) dan kadar gula darah terkontrol sebanyak 22 responden (40%). Pengetahuan responden dalam kategori baik sebanyak 46 responden (83,6%) dan pengetahuan responden dalam kategori cukup sebanyak 9 responden (16,4%). Kepatuhan diet dalam kategori kadang mematuhi diet sebanyak 30 responden (54,5%) dan kepatuhan diet dalam kategori selalu mematuhi diet sebanyak 7 responden (12,7%). Pengetahuan terbukti tidak memiliki hubungan dengan kadar gula darah pada pasien DM di RSUD Idaman Banjarbaru, pvalue = 0,23 $>\alpha$ (0,1). Kepatuhan diet terbukti memiliki hubungan dengan kadar gula darah pada pasien DM di RSUD Idaman Banjarbaru, p-value = 0,00 $<\alpha$ (0,1). (Borneo et al., 2019).

Menurut Hj. Mariana Nuryati, Jhoni Darjudin (2013) dalam jurnal Hubungan Tingkat Kepatuhan Diet Pada Pasien Diabetes Mellitus Dengan Kadar Gula Darah Di Poliklinik Endokrin Rumah Sakit. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar (66,7%) responden yang tidak patuh terhadap diet memiliki kadar gula darah yang tidak normal. Terdapat hubungan antara tingkat kepatuhan diet dengan kadar gula darah dengan p-value (0,045). Semakin patuh melaksanakan diet maka semakin rendah terjadinya pasien dengan gula darah yang abnormal, sebaliknya semakin tidak patuh menjalankan diet maka semakin tinggi terjadinya pasien dengan gula darah yang abnormal. Rumah sakit diharapkan dapat memodifikasi metoda promosi kesehatan yang lebih efektif dari sebelumnya mengenai diet DM dan meningkatkan komunikasi antara tenaga kesehatan dengan pasien. (Darjudin, 2013).

Faktor-faktor yang mempengaruhi kepatuhan diet DM pada pasien Diabetes Mellitus dibagi menjadi dua yaitu faktor instrinsik dan ekstrinsik. Menurut Carpenito, 2000 dalam Bragista Guntur, 2016) faktor yang mempengaruhi kepatuhan yaitu faktor instrinsik meliputi motivasi, keyakinan, sikap, kepribadian, pendidikan dan pemahaman terhadap instruksi sedangkan faktor ekstrinsik meliputi dukungan sosial, dukungan dari profesional kesehatan, kualitas interaksi dan perubahan model terapi. (Purwaningtyas & 2020).

Kepatuhan mayoritas responden tidak patuh disebabkan karena pasien DM merasa kadar gula yang ada pada dirinya telah normal, padahal

kenormalan atau stabilitas kadar gula pasien DM dipengaruhi obat yang mereka minum, sehingga mereka makannya kurang bisa teratur sesuai diet yang ditetapkan oleh program terapi. Anggapan yang salah ini yang menyebabkan tidak patuh. Semakin lama seseorang menderita DM semakin tidak patuh dengan alasan bosan berobat. Seorang perempuan lebih tinggi resiko munculnya komplikasi hal ini karena seorang perempuan lebih sering memasak, mencicipi, menghabiskan sisa makan anaknya, kurang aktivitas fisik yang menyebabkan penumpukan kalori dalam tubuh (Etika, A.N, Monalisa, 2016).

Beramsusi dengan adanya peningkatan umur, maka intoleransi terhadap glukosa akan mengalami peningkatan. Para ahli juga sepakat bahwa resiko terkena penyakit diabetes melitus tipe 2 akan meningkat mulai usia 45 tahun keatas. Semakin bertambahnya usia maka individu akan mengalami penyusutan sel β pankreas yang progresif, sehingga hormon yang dihasilkan terlalu sedikit dan menyebabkan kadar glukosa naik. Dan jenis kelamin merupakan salah satu faktor yang berhubungan dengan terjadinya diabetes.

Dengan demikian dapat dikatakan kepatuhan diet adalah ketaatan terhadap makanan dan minuman yang dikonsumsi orang tiap hari dalam keadaan sehat untuk menjaga kesehatan dan untuk mempercepat proses penyembuhan bagi orang yang sakit.

BAB VI

KESIMPULAN

6.1 Kesimpulan

Diet merupakan salah satu dari lima pilar pengendalian diabetes mellitus. Kepatuhan dalam diet merupakan salah satu faktor untuk menstabilkan kadar gula dalam darah menjadi normal dan mencegah komplikasi. Faktor yang membuat seseorang tidak patuh terhadap diet diabetes melitus adalah kurangnya pengetahuan terhadap penyakit diabetes mellitus, keyakinan, dan kepercayaan terhadap penyakit diabetes mellitus.

Segi pengetahuan mayoritas responden berpengetahuan baik dengan prilaku kepatuhan diet pada pasien diabetes mellitus, dimana pengetahuan yang baik sangat dipengaruhi oleh usia, pekerjaan, serta tingkat pendidikan dimana semakin tinggi tingkat pendidikan semakin tinggi pula tingkat pengetahuannya. Disimpulkan bahwa tingkat pengetahuan pasien diabetes mellitus dengan kepatuhan diet ada hubungannya dengan usia, jenis kelamin, Pendidikan dan pekerjaan.

Berdasarkan tujuan penelitian ini dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara kepatuhan diet pada pasien diabetes melitus dengan kadar gula darah dan kepatuhan diet dapat mempengaruhi kadar gula darah pasien
Diabetes Melitus

6.2 Saran

6.2.1 Bagi Penderita Diabetes Mellitus

Diharapkan pada penderita Diabetes Melitus memiliki kesadaran serta motivasi terhadap dirinya dan dukungan keluarga agar mau menjalankan kepatuhan diet Diabetes Melitus : Penderita Diabetes Melitus diharapkan melakukan pola diet yang teratur sesuai dan terprogram sesuai anjuran kebutuhan setiap individu, Lakukan dengan sungguh-sungguh dan didampingi sehingga hasil yang diinginkan dapat tercapai, Diharapan kedepannya mengurangi pemakaian obat-obatan. Mulailah menurunkan kadar gula darah dengan pola kepatuhan diet yang terprogram, seperti mengatur jumlah, jenis dan jadwal makan.

6.2.2 Bagi Institusi Pendidikan

Diharapkan agar meningkatkan kompetensi kemampuan dalam hubungan kepatuhan diet dengan kadar gula darah pada pasien diabetes mellitus.

6.2.3 Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan hasil peneliti ini dapat digunakan sebagai salah satu acuan dan sumber data bagi penelitian selanjutnya dan dilakukan penelitian yang lebih lanjut dengan variabel yang berbeda.

6.2.4 Bagi Pelayanan Kesehatan

Hasil review literatur ini merupakan masukan bagi pelayanan keperawatan diabetes melitus dan diharapkan dengan hasil penelitian ini pelayanan keperawatan diabetes melitus dapat memberikan Penkes atau

Edukasi kepada pasien yang sedang menjalani diet diabetes melitus agar mereka patuh terhadap diet dan memeriksa kadar gula darah.

DAFTAR PUSTAKA

- Borneo, S. H., Km, J. A. Y., Banjarbaru, N., & Selatan, K. (2019). *Pendahuluan*. 9(2).
- Darjudin, J. (2013). *Vol . I No . 1 Oktober 2013 ISSN 2339-1383 ISSN 2339-1383*. I(1), 1–7.
- deliani, I. G. A. I., Ratnasari, P. M. D., & Yuliawati, A. N. (2021). Analisis Hubungan Kepatuhan Pengobatan Terhadap Kontrol Glikemik Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Di Instalasi Rawat Jalan Rumah Sakit “X” Buleleng. *Jurnal Ilmiah Ibnu Sina (JIIS): Ilmu Farmasi Dan Kesehatan*, 6(2), 331–340. <https://doi.org/10.36387/jiis.v6i2.739>
- Dewi, T., & Amir, A. (2018). Kepatuhan Diet Pasien Dm Berdasarkan Tingkat. *Media Gizi Pangan*, 25(1), 55–63.
- Dewi, T., Amir, A., & Sabir, M. (2018). Kepatuhan Diet Pasien Dm Berdasarkan Tingkat Pengetahuan dan Dukungan Keluarga. *Media Gizi Pangan*, 25(1), 55–63.
- Edi, I. G. M. S. (2020). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kepatuhan Pasien Pada Pengobatan. *Jurnal Ilmiah Medicamento*, 1(1), 1–8. <https://doi.org/10.36733/medicamento.v1i1.719>
- Etika, A.N., Monalisa, V. (2016). *Riwayat Penyakit Keluarga Dengan Kejadian Dia B Et E S Me L L I Tus*. 4(1), 51–57.
- Hasanah, F. K. (2019). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Meningkatnya Kadar Gula Darah Pasien di Klinik Fanisa Kota Pariaman dengan Menggunakan Analisis Faktor. *UNPjoMath*, 2(3), 14–19.
- Khasanah, T. A., & Fitri, Z. F. (2019). Hubungan Pengetahuan dan Kepatuhan Diet dengan Kadar Gula Darah pada pasien Diabetes Melitus Di Poli Penyakit Dalam RSUD Idaman Banjarbaru Tahun 2018. *Jurnal Kesehatan Indonesia*, 9(2), 84. <https://doi.org/10.33657/jurkessia.v9i2.171>
- Lestari, D. D., Winahyu, karina megasari, & Anwar, S. (2018). Kepatuhan Diet pada Klien Diabetes Melitus Tipe 2 Ditinjau dari Dukungan Keluarga di Puskesmas Cipondoh Tangerang. *Jurnal Ilmu Keperawatan Indonesia*, 2(1), 83–94.
- Madona, P., Saputra, E., & Syamsir, H. N. (2018). Widodo, W. (2017). *Monitoring of Patient With Diabetes Mellitus*. *Jurnal Ilmiah Kedokteran Wijaya Kusuma*, 3(2), 55. <https://doi.org/10.30742/jikw.v3i2.23> Alat Ukur Kadar Gula Darah dan Informasi Dosis Insulin Berbasis Sinyal Photoplethysmograph (PPG). I(2), 2.

- Mukhlisah Nurul Khair, Naharia La Ubo, N. M. (2020). Jurnal Media Keperawatan: Politeknik Kesehatan Makassar. *Jurnal Media Keperawatan: Politeknik Kesehatan Makassar*, 11(1), 85–91.
- Niranjan Banik, Adam Koesoemadinata, Charles Wagner, Charles Inyang, H. B. (2013). *No Title Стационарная медицинская помощь (основы организации)*. <https://doi.org/10.1190/segam2013-0137.1>
- Nursihhah, M., & Wijaya septian, D. (2021). Hubungan Kepatuhan Diet Terhadap Pengendalian Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2. *Jurnal Medika Hutama*, Vol 02, No(Dm), 9. <http://jurnalmedikahutama.com/index.php/JMH/article/view/203>
- Phitri, H. E., & Widiyaningsih. (2013). Hubungan Antara Pengetahuan Dan Sikap Penderita Diabetes Mellitus Dengan Kepatuhan Diet Diabetes Mellitus Di Rsud Am . Parikesit Kalimantan Timur. *Jurnal Keperawatan Medikal Bedah*, 1(1), 58–74.
- Purwaningtyas, R. Y., & . A. (2020). Tingkat Kepatuhan Pasien Diabetes Mellitus dalam Mengendalikan Kadar Gula Darah di Wilayah Puskesmas Kembiritan. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Rustida*, 7(1), 83–88. <https://doi.org/10.55500/jikr.v7i1.126>
- Simbolon, Y. M. (2021). *KARYA TULIS ILMIAH LITERATUR REVIEW : HUBUNGAN KEPATUHAN DIET DENGAN KADAR GULA DARAH PADA PASIEN DIABETES MILLITUS TAHUN 2021 YOPI*. 1, 6.
- Trisnawati, S. K., & Setyorogo, S. (2013). Faktor Risiko Kejadian Diabetes Melitus Tipe II Di Puskesmas Kecamatan Cengkareng Jakarta Barat Tahun 2012. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 5(1), 6–11.
- Witdiati, K., Andarmoyo, S., & Purwanti, L. E. (2021). the Relationship Between Dietary Adherence and Glucose Blood in Diabetes Mellitus Patients. *Health Sciences Journal*, 5(1), 14. <https://doi.org/10.24269/hsj.v5i1.672>
- Wulansari, W. D., Yuswatiningsih, E., & Y, Y. (2019). Hubungan Tugas Keluarga Dengan Kepatuhan Diet Diabetes Militus Tipe 2 Pada Lansia. *Hospital Majapahit*, 11(1), 24–34.

LAMPIRAN

Lampiran 1 Lembar Konsultasi Bimbingan Karya Tulis Ilmiah









SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN (STIKes) AHMAD DAHLAN CIREBON

Jalan Walet No. 21 Telp. [0231] 201942 Cirebon - 45151
e-mail : stikes_adc@gmail.com

LEMBAR KONSULTASI BIMBINGAN KARYA TULIS ILMIAH

NAMA : AKHBAR MARTIN
NIM : 19002
PEMBIMBING : ALAM SALEH SIREGAR.Ns. M.Kep

No	Tanggal	Materi Konsultasi	Rekomendasi Pembimbing	Paraf	
				Mahasiswa	Pembimbing
1	6 April 2022	Judul	Perbaiki judul		
2	7 April 2022	Judul diperjelas	Perbaiki judul & referensi		
3	10 April 2022	Konsul BAB 1 (Daring)	Konsul BAB 1 & revisi		
4	19 April 2022	Konsul BAB 2	Revisi BAB 2 & penambahan materi		
5	22 April 2022	Konsul BAB 3	Lanjut BAB 4		
6	28 April 2022	Konsul ulang BAB 1,2,3	Revisi BAB 1,2,3		
7	9 Mei 2022	Konsul BAB 4	Revisi BAB 4		
8	10 Mei 2022	Konsul revisian BAB 4	Lanjut BAB 5		
9	19 Mei 2022	Konsul BAB 5, 6, Abstrak	Revisi BAB 5,6,Abstrak		

10	30 Mei 2022	Konsul BAB 5,6, Abstrak, Full text	ACC		
11	5 Juni 2022	Konsul Media PPT	Perbaikan Media PPT		
12	7 Juni 2022	Revisi Media PPT	ACC		

**Lampiran 2 Jadwal Kegiatan Program Studi DIII Keperawatan STIKes
Ahmad Dahlan Cirebon**

JADWAL KEGIATAN

**PROGRAM STUDI DIII KEPERAWATAN STIKES AHMAD DAHLAN
CIREBON**

No	Jadwal Kegiatan	April				Mei				Juni			
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
1.	Proses bimbingan penyusunan KTI												
2.	Pengumpulan draft KTI ke bagian Akademik												
3.	Siding KTI												
4.	Perbaiki draft naskah KTI												
5.	Pengumpulan draft yang sudah direvisi dan soft file												

Lampiran 3 Artikel Jurnal Terkait Literature Review

No	Judul	Nama	Tahun
1.	Hubungan Kepatuhan Diet Terhadap Pengendalian Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2	Meliana Nursihhah , Dwi Septian Wijaya	2021
2.	Hubungan Kepatuhan Diet Dengan Kadar Gula Darah Puasa Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2	Nur Salma, Fadli , Abd. Hayat Fattah	2020
3.	Hubungan Antara Kepatuhan Diet Dan Glukosa Darah Pada Pasien Diabetes Mellitus	Khris Witdiati, Sulisty Andarmoyo, Lina Ema Purwanti	2021
4.	Hubungan Pengetahuan dan Kepatuhan Diet dengan Kadar Gula Darah pada pasien Diabetes Melitus Di Poli Penyakit Dalam RSUD Idaman Banjarbaru Tahun 2018	Tri Ardianti K , Zul Fina Fitri	2019
5.	Hubungan Tingkat Kepatuhan Diet Pada Pasien Diabetes Mellitus Dengan Kadar Gula Darah Di Poliklinik Endokrin Rumah Sakit	Hj. Mariana Nuryati, Jhoni Darjudin	2013

Lampiran 4 Penilaian SANRA

Penilaian SANRA

No	Author	A	B	C	D	E	F	TOTAL
1.	Meliana Nursihhah , Dwi Septian Wijaya	1	2	1	2	1	2	9
2.	Nur Salma, Fadli , Abd. Hayat Fattah	1	2	1	1	1	2	8
3.	Khris Witdiati, Sulistyo Andarmoyo, Lina Ema Purwanti	2	1	1	2	2	1	9
4.	Tri Ardianti K , Zul Fina Fitri	1	2	2	1	1	1	8
5.	Hj. Mariana Nuryati, Jhoni Darjudin	1	1	1	2	1	1	7
6.	Keumalahayati , Supriyanti , Kasad	1	1	1	0	1	1	5
7.	Diska Dwi Lestari , Karina Megasari Winahyu , Samsul Anwar	1	0	1	1	1	1	5
8.	Norma Risnasari	1	1	1	0	1	1	5
9.	Rizki Yulia P, Aripin	1	0	1	1	1	1	5
10.	Andi Nuraina Sudirman , Abdul Wahab Pakaya	1	1	1	0	1	1	5
11.	Connie Melva Sianipar	1	0	1	1	1	1	5
12.	Milda Hidayah	1	1	1	0	1	1	5
13.	Dita Wahyu Hestiana	1	1	1	0	1	1	5
14.	Feni Eka Dianty, Yusran Hasymi, Dea Ade Merisca	1	1	1	0	1	1	5
15.	Riza Triana , Darwin Karim, Jumaini	1	0	1	1	1	1	5

16.	Dwi Rahayu	1	1	1	1	1	0	5
17.	Nurmala Datuela, Hairil Akbar, Ake Royke Calvin Langingi	1	1	1	1	1	0	5
18.	Yusti Fauzia, Ethyca Sari, Budi Artini	1	0	2	1	0	1	5
19.	Selvy Anggi Dwi , Sri Rahayu	1	1	1	0	1	1	5
20.	Thresia Dewi, Aswita Amir, Muh. Sabir	1	1	1	1	1	0	5
21.	Dwi Arini Ernawati, Ika Murti Harini, Nur Signa Aini Gumilas, Ayugita	1	1	1	0	1	1	5

Keterangan :

A : Justifikasi pentingnya artikel ini bagi pembaca

B : Pernyataan tujuan atau rumusan masalah

C : Deskripsi tentang pencarian sumber literature

D : Referensi

E : Penalaran Ilmiah

F : Penyajian Data yang sesuai

Lampiran 5 Daftar Riwayat Hidup

DAFTAR RIWAYAT HIDUP



Nama : Akhbar Martin
Tempat / Tanggal Lahir : Cirebon, 25 Desember 2000
Agama : Islam
No. Telepon : 085624072245
Alamat : Desa Kasugengan Lor ,Kec.
Depok, Kab. Cirebon RT/RW
025/005, Blok Perumahan
Simangu

Nama Orang Tua
Ayah : Juberi
Ibu : Lusiani

Jenjang Pendidikan
1. SD : SDN 1 Kasugengan Lor
2. SMP : SMPN 4 Palimanan
3. SMA : SMAN 1 Jamblang

Judul KTI : Hubungan Kepatuhan Diet
Dengan Kadar Gula Darah Pada
Pasien Diabetes Mellitus

Pembimbing :Ns. ALAM SALEH SIREGAR M.Kep