

HUBUNGAN PENGETAHUAN DIET, KEPATUHAN DIET TERHADAP KUALITAS HIDUP PENDERITA DIABETES MELITUS DI TIGA PUSKESMAS KABUPATEN PROBOLINGGO

Putri Kurnia Dewi¹, Handono Fatkhur Rahman², Sri Astutik Andayani³

^{1,2,3} Program Studi S1 Keperawatan, Fakultas Kesehatan, Universitas Nurul Jadid, Probolinggo, Indonesia

Article Info

Article history:

Received February, 6, 2025

Accepted May 9, 2025

Keywords:

Diabetes Mellitus
Knowledge
Compliance
Quality of Life
Dietary Compliance

ABSTRACT

One of the more prevalent health conditions in Indonesia is diabetes mellitus, locally often referred to as kencing manis. This metabolic disorder is characterized by blood glucose levels exceeding established thresholds. This study aimed to investigate the relationship between dietary knowledge, dietary adherence, and the quality of life among individuals with diabetes mellitus. Employing a quantitative descriptive approach with a cross-sectional design, the research utilized a questionnaire as its primary data collection instrument. Data analysis was conducted using the Spearman rank correlation test. The findings, processed via SPSS software, revealed a statistically significant association between dietary knowledge and quality of life, indicated by a P-value of 0.001 ($p < 0.05$). Similarly, a significant relationship was observed between dietary adherence and quality of life, with a P-value of 0.007 ($p < 0.05$). Consequently, it can be concluded that significant associations exist between dietary knowledge, dietary adherence, and the quality of life among patients with diabetes mellitus receiving care at three Community Health Centers (Puskesmas) within Probolinggo Regency.

ABSTRAK

Salah satu Kondisi yang lebih sering terjadi di Indonesia yaitu penyakit kencing manis atau dalam dunia medis ialah diabetes melitus, penyakit ini menjadikan kadar gula darah dalam tubuh melebihi batas. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan pengetahuan diet, kepatuhan diet terhadap kualitas hidup pada penderita diabetes melitus. Penelitian ini menggunakan pendekatan deskriptif kuantitatif dengan desain cross-sectional. Instrumen penelitian ini menggunakan lembar kuesioner. Data di analisis menggunakan Uji Spearman. Penelitian ini menunjukkan bahwa Uji Spearman Rank dengan program SPSS yakni nilai P Value : 0,001 < 0,05 artinya $\rho < \alpha$ bermakna ada hubungan antara pengetahuan diet dengan kualitas hidup, sedangkan nilai P Value : 0,007 < 0,05 artinya $\rho < \alpha$ bermakna ada hubungan antara kepatuhan Diet kualitas hidup. Sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan pengetahuan diet, kepatuhan diet terhadap kualitas hidup pada penderita diabetes Delitus di Tiga Puskesmas Kabupaten Probolinggo.

This is an open-access article under the [CC BY 4.0](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/) license.



Corresponding Author:

Putri Kurnia Dewi

Faculty of Nursing Sciences, Universitas Nurul Jadid, Probolinggo

Gedung Universitas Nurul Jadid, Jl. PP Nurul Jadid, Dusun Tj. Lor, Karanganyar, Kec. Paiton, Kabupaten

Probolinggo, Jawa Timur 67291

Email: puutrii749@gmail.com

Latar Belakang

Penyakit diabetes mellitus (DM) yang lebih dikenal di Indonesia dengan sebutan penyakit “kecing manis” adalah salah satu penyakit yang prevalensinya kian lama kian meningkat (Phitri & Widiyaningsih, 2013). Kadar gula darah yang melebihi batas yang dapat diterima merupakan ciri penyakit DM, suatu penyakit kronis. Ketidakmampuan pankreas untuk membuat hormon insulin dengan benar atau tubuh untuk menggunakan hormon yang dihasilkannya secara efisien mengakibatkan tingginya kadar gula darah (Wibisana et al., 2021).

Secara global, jumlah orang dewasa dengan DM berusia 20 hingga 79 tahun meningkat lebih dari tiga kali lipat, dari 151 juta atau 4,6% dari total populasi, menjadi 537 juta atau 10,5%. Penderita DM diperkirakan akan mengalami kenaikan

prevalensi 643 juta 11,3% tahun 2030 dan tahun 2045 akan meningkat menjadi 783 juta 12,2 % dari populasi, jumlah kematian akibat diabetes 67 juta (IDF, 2021) (Webber, 2013). Berdasarkan profil kesehatan Indonesia pada tahun 2019 prevalensi DM tertinggi pertama yaitu provinsi Jawa Timur sebesar 844.018, dari 844.018 sebanyak 816.729 atau 96,77% sudah mendapatkan pelayanan kesehatan sesuai standar. (Kemenkes R1, 2019).

Salah satu prevalensi DM tertinggi di Jawa Timur yakni kabupaten probolinggo, tahun 2019 pertama tertinggi di puskesmas kraksaan dengan jumlah penderita sebesar 1,084 pasien, kedua yakni puskesmas sumberasih dengan jumlah penderita sebanyak 977 pasien, ketiga di puskesmas dringu dengan jumlah penderita sebanyak 844 pasien, keempat puskesmas krucil dengan jumlah penderita sebanyak 829 pasien, diabetes tertinggi kelima puskesmas paiton dengan jumlah penderita sebanyak 798 pasien (Probolinggo, 2020). Tahun 2020 puskesmas kraksaan meningkat dengan jumlah penderita sebesar 1.269 pasien, kedua puskesmas sumberasih meningkat dengan jumlah penderita sebanyak 1,165 pasien, ketiga puskesmas dringu meningkat dengan jumlah penderita sebanyak 1,006 pasien, keempat yaitu puskesmas krucil meningkat dengan jumlah penderita sebanyak 999 pasien, kelima yaitu puskesmas maron dengan jumlah penderita sebanyak 972 pasien (Dinas Kesehatan Kabupaten Probolinggo, 2019). Tahun 2021 puskesmas kraksaan meningkat dengan jumlah penderita sebesar 1,336 pasien, kedua yaitu puskesmas sumberasih meningkat dengan jumlah penderita sebanyak 1,240 pasien, ketiga puskesmas krucil meningkat dengan jumlah penderita sebanyak 1,041 pasien, puskesmas keempat dringu dengan peningkatan jumlah penderita sebanyak 1.037 orang, dan puskesmas kelima maron dengan peningkatan penderita sebanyak 1.024 orang. dari penderita 1.037 orang, dan kelima puskesmas maron dengan jumlah penderita yang terus meningkat 1.024 orang. Hasil studi pendahuluan pada tanggal 3 januari 2024 pada penelitian ini adalah semua pasien penderita diabetes melitus yang bertempat di wilayah kerja puskesmas kraksaan, paiton, dan kotaanyar sebanyak 420 yang terdiri dari 95 orang puskesmas kraksaan, 117 puskesmas paiton, 210 puskesmas kotaanyar.

Faktor yang dapat mempengaruhi DM yakni keturunan dan usia, ini tidak dapat dirubah, namun faktor lain pencetus DM yang dapat dirubah ialah aktifitas fisik, diet, kebiasaan hidup yang kurang baik seperti merokok, minum alkohol (Fauziyyah & Utama, 2024). Selain dari hal tersebut, untuk mengubah kebiasaan hidup yang kurang baik yakni dengan mengubah pemahaman berfikir. Salah satunya yakni dengan meningkatkan pengetahuan dalam pengobatan DM, pengetahuan yang tidak memadai menimbulkan tantangan dalam pengobatan DM, karena kurangnya akan kesadaran yang disebabkan pengetahuan rendah dapat menimbulkan peningkatan kejadian penyakit (Dafriani & Dewi, 2019). Pengetahuan memainkan peran penting dalam perkembangan penyakit di masa depan, pencegahan dan deteksi dini (Fatema et al., 2017). Didukung oleh penelitian Irawan yang memaparkan bahwasanya pengetahuan berperan penting dalam mengelola penyakit DM (Irawan, 2018). Nurhayati juga berasumsi bahwa pengetahuan baik dapat meningkatkan pola hidup baik (Nurhayati, 2022).

Ketidaktahuan pasien tentang konsekuensi dari kegagalan mempertahankan gaya hidup sehat mereka dikarenakan karena ketidakpatuhannya dalam mengelola DM, kepatuhan salah satu kriteria utama yang menentukan efektivitas terapi untuk pasien DM yang diperkuat oleh unsur-unsur lain termasuk dukungan pasien terhadap gaya hidup sehat, dosis obat yang benar, dan kebenaran rejimen pengobatan (Purwandari & Susanti, 2017). Kepatuhan yang buruk terhadap rencana perawatan merupakan masalah yang menantang (Aladhab & Alabood, 2019). Banyak pasien percaya bahwa obat dapat mendukung diet mereka itu tidak terlalu diperlukan (Hestiana, 2017). Kepatuhan pola makan yang baik merupakan perilaku yang positif agar gula darah tetap dalam batas normal, Pasien DM disarankan untuk mengikuti diet yang ditentukan, rencana diet untuk penderita DM dirancang demi menjaga kesehatan yang optimal, sehingga pasien dapat melanjutkan kegiatan rutin mereka karena diet adalah awal yang baik dalam mengelola DM (Nur Magfiroh et al., 2023). Didukung oleh penelitian Anggi yakni dengan pengetahuan yang memadai menimbulkan pola diet untuk mengelola penyakit DM (Anggi & Rahayu, 2020). Liawati juga berasumsi bahwa kepatuhan diet dapat mengubah kebiasaan buruk menjadi baik bagi penderita DM (Liawati et al., 2022).

Salah satu elemen kunci yang dapat mempengaruhi kesehatan seseorang adalah kualitas hidup mereka. Pasien dengan DM mengalami penurunan rasa sakit, istirahat, dan tingkat aktivitas (Maruf & Palupi, 2021). Sifat penyakit kronis dapat berdampak pada terapi dan menyebabkan penurunan kualitas hidup pasien. Kualitas hidup pasien DM dapat dipengaruhi oleh usia, berapa lama mereka menderita penyakit ini, dan seberapa sering mereka memeriksa gula darah mereka (Teli, 2017). Peningkatan kualitas hidup pasien menjadi penting karena setiap tahunnya tingkat prevalensi diabetes mellitus selalu meningkat (Prabowo et al., 2022). Untuk meningkatkan kualitas hidup yang baik bagi penderita DM ialah dengan cara memberikan pemahaman demi meningkatkan pengetahuan mereka dan memberikan pola diet sehingga mereka dapat mengetahui kadar gulanya dengan melakukan pemeriksaan kadar gula secara berkala (Mardiana et al., 2024). Didukung oleh penelitian Teli yakni antara kualitas hidup dengan pasien DM saling berkaitan (Teli, 2017).

Tujuan dari penelitian ini ialah untuk mengetahui adanya keterkaitan antara pengetahuan, kepatuhan diet dengan kualitas hidup penderita DM di tiga puskesmas Kabupaten Probolinggo.

Metode Penelitian

Design Penelitian

Pendekatan deskriptif analitik dengan rancangan *cross-sectional* digunakan pada penelitian ini.

Populasi, Sample dan Sampling

Penelitian ini dilakukan di tiga wilayah puskesmas Kraksaan, Paiton dan Kotaanyar, Kabupaten Probolinggo pada bulan Februari – Maret tahun 2024. Jumlah populasi dalam penelitian ini melibatkan semua pasien penderita diabetes melitus yang bertempat di wilayah kerja puskesmas Kraksaan, Paiton, dan Kotaanyar sebanyak 420 yang terdiri dari 95 orang puskesmas Kraksaan, 117 puskesmas Paiton, 210 puskesmas Kotaanyar. Teknik pengambilan sampel menggunakan tabel *Krejcie* dengan taraf kesalahan 5% yang berarti dengan jumlah populasi 420 menjadi sebanyak 191 sampel.

Instrument atau alat ukur

Instrumen penelitian ini menggunakan lembar kuesioner yaitu, kuisoner pengetahuan (*Diabetes Knowledge Questionnaire*), kuisoner kepatuhan diet dan kuisoner kualitas hidup (*Diabetes Quality Of Life Clinical Trial Questioner*). Lembar kuisoner yang digunakan sudah dilakukan validitas dan reliabilitas dengan koefisien *Cronbach Alpha* sebesar 0,931 dan terdapat 30 pertanyaan yang menunjukkan bahwa kuisoner dinyatakan valid dan reliabel, kuisoner terdiri dari pernyataan *Favorable* dan *Unfavorable* dengan skala *guttman*.

Analisis Data

Analisa data pada penelitian ini menggunakan uji rank *Spearmen*, karena skala data pengetahuan diet bersifat ordinal, sedangkan kepatuhan diet dan kualitas hidup yang bersifat nominal tetapi diintervalkan atau dirubah menjadi peringkat, sehingga uji *Spearmen* digunakan pada penelitian ini.

Etik Penelitian

Dalam pelaksanaan penelitian ini, aspek etika menjadi perhatian utama. Seluruh pihak yang terlibat dalam penelitian ini berkomitmen untuk menjaga integritas dan objektivitas penelitian, serta menyatakan tidak ada konflik kepentingan yang dapat memengaruhi hasil penelitian. Penelitian ini melibatkan partisipan manusia, yaitu penderita diabetes melitus yang mengisi kuisoner. Oleh karena itu, prinsip-prinsip etika penelitian seperti perolehan *informed consent* (persetujuan setelah penjelasan) dari responden, penjaminan kerahasiaan data pribadi responden, serta memastikan tidak ada dampak negatif atau kerugian yang ditimbulkan kepada partisipan selama dan setelah penelitian berlangsung, menjadi landasan penting dalam pelaksanaan studi ini.

Hasil Penelitian

1. Analisis Data Univariat

- a. Karakteristik Responden Jenis Kelamin, Usia, Pendidikan, Berat Badan, Pekerjaan

Tabel.1. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Karakteristik Jenis Kelamin, Usia, Pendidikan, Berat Badan, Pekerjaan

Karakteristik	n	(%)
Jenis Kelamin		
laki-laki	45	24,1
perempuan	145	75,9
Usia (30-80 tahun)	191	55.01 – 57.69
Pendidikan		
SD	52	27,2
SMP	70	36,6
SMA	51	26,7
Sarjana	18	9,4
Berat Badan (36-81 kg)	191	56.33 – 58.97
Pekerjaan		
PNS	8	4,2
Pegawai Swasta	8	4,2
Wiraswasta	7	3,7
Buruh Tani	28	14,7
IRT	125	65,4
Tidak Bekerja	15	7,9
TOTAL	191	100

Berdasarkan tabel 1, memperoleh hasil bahwa karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin perempuan lebih banyak daripada laki-laki. Sedangkan, karakteristik responden berdasarkan pendidikan ialah mayoritas responden lulusan SMP. Dan karakteristik responden berdasarkan pekerjaan mayoritas pekerjaan IRT.

- b. Karakteristik Responden Berdasarkan Lama Menderita DM, Pengetahuan Diet, Kepatuhan Diet, Kualitas Hidup

Tabel.2. Distribusi frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Lama Menderita DM, Pengetahuan Diet, Kepatuhan Diet, Kualitas Hidup

	Mean±SD	95% CI minimal-maximal	N
Lama Menderita Diabetes	2,47±1,16	2.30 – 2.63	191
Pengetahuan Diet	25,06±3,39	24.58 – 25.55	191
Kepatuhan Diet	59.51±2,932	59.09 – 59.93	191
Kualitas Hidup	161,57±11,08	159.99 – 163.15	191

Berdasarkan tabel 2, menunjukkan lama menderita dari estimasi interval dapat disimpulkan bahwa 95% diyakini bahwa rata – rata lama menderita pada penderita DM adalah diantara 2,30 sampai dengan 2.63 tahun. Estimasi interval pengetahuan diet menarik kesimpulan bahwa 95% rata – rata pengetahuan diet pada penderita DM di puskesmas adalah diantara 24.58 sampai dengan 25.55. Kepatuhan diet menunjukkan interval yang diperkirakan, 95% pasien DM memiliki pola diet yang berkisar antara 59,09 hingga 59,93. Sedangkan kualitas hidup estimasi interval 95 % penderita DM melaporkan kualitas hidup berkisar antara 159,99 hingga 163,15.

2. Analisis Data Bivariat

- a. Hubungan Pengetahuan Diet pada Kualitas Hidup Pada Penderita DM di Puskesmas Kabupaten Probolinggo

Tabel.3. Tabulasi Silang Hubungan Pengetahuan Diet Terhadap Kualitas Hidup Pada Penderita DM di Puskesmas Kabupaten Probolinggo

Pengetahuan Diet	Kualitas Hidup			Total	Persentase	P Value	Correlation Coefficient
	Baik	Cukup	Kurang				
Baik	130	5	1	136	71,2%	.001	.234
Cukup	29	8	4	41	21,5%		
Kurang	14	0	0	14	7,3%		
Jumlah	173	13	5	191			
	90,6%	6,8%	2,6%		100%		

Tabel 6, menunjukkan bahwa diperoleh *p value* 0,001 <0,05 dan koefisien koelasi sebesar 0,234 artinya tingkat kekuatan korelasi adalah hubungan cukup. Angka koefisien korelasi diatas bernilai positif, yaitu sebesar 0,234 maka arah hubungan variable positif.

- b. Hubungan Kepatuhan Diet Terhadap Kualitas Hidup Pada Penderita DM di Puskesmas Kabupaten Probolinggo

Tabel.4. Tabulasi Silang Hubungan Kepatuhan Diet Terhadap Kualitas Hidup Pada Penderita DM di Puskesmas Kabupaten Probolinggo

Kepatuhan Diet	Kualitas Hidup			Total	Persentase	P Value	Correlation Coefficient
	Baik	Cukup	Kurang				
Baik	119	4	3	126	66,0%	.007	.193
Cukup	41	7	0	48	25,1%		
Kurang	13	2	2	17	8,9%		
Jumlah	173	13	5	191			
	90,6%	6,8%	2,6%		100%		

Tabel 8, menunjukkan bahwa diperoleh p value $0,007 < 0,05$ dan koefisien korelasi sebesar $0,193$ artinya tingkat kekuatan korelasi adalah hubungan cukup. Angka koefisien korelasi diatas bernilai positif yaitu sebesar $0,193$ maka arah hubungan variable positif.

Pembahasan

a. Mengidentifikasi Pengetahuan Diet Penderita DM

Hasil penelitian pada bulan februari – maret tahun 2024 di Puskesmas Kabupaten Probolinggo didapatkan hasil tabel 3 membuktikan bahwasanya sebagian besar pengetahuan pada penderita DM berkategori baik dengan rerata pendidikan tertinggi mereka adalah SMP. Pembelajaran dan pendidikan mayoritas responden dengan latar belakang pendidikan tinggi memiliki tingkat pengetahuan yang tinggi. Seseorang memiliki tingkat pengetahuan tinggi yang akan menemukanakan lebih mudah untuk mendapatkan informasi dan memiliki kemampuan lebih besar untuk memahami dan memperoleh informasi (Ubaidillah et al. 2021). Pemahaman individu dan status pendidikan saling terkait erat Semakin baik status pendidikan seseorang, semakin baik pula jumlah pengetahuan yang tersedia atau statusnya meningkat, maka jumlah ilmu pengetahuan yang tersedia juga akan meningkat (Sasmita 2021). Semakin meningkatnya pendidikan maka semakin mudah bagi mereka untuk memperoleh informasi, sehingga pengetahuan pun semakin bertambah (Purnama and Bertalina 2016). Peneliti meyakini bahwa responden dengan tingkat pengetahuan tinggi lebih cenderung menggunakan informasi yang diberikan oleh tenaga kesehatan, sehingga membuat mereka yakin terhadap kemampuan mereka dalam mengelola kesehatan mereka.

Peneliti berasumsi dari 15 pertanyaan yang sudah diisi responden jawaban tertinggi berada pada penderita mengerti bagaimana cara terbaik untuk pemeriksaan dan jawaban terendah adalah anak beresiko terkena diabetes jika keluarganya menderita diabetes, dengan tingkat pendidikan menengah memungkinkan responden memiliki pengetahuan yang cukup karena informasi bisa diperoleh dari pendidikan non formal seperti dari media elektronik. Pengalaman dapat dijadikan sebagai sumber pengetahuan, yaitu suatu metode untuk mengulang kembali pengetahuan yang diperoleh dalam membantu masalah yang dihadapi.

b. Mengidentifikasi Kepatuhan Diet Penderita DM

Berdasarkan hasil penelitian pada bulan Februari – Maret tahun 2024 di Puskesmas Kabupaten Probolinggo didapatkan hasil tabel 4 menunjukkan bahwa sebagian besar kepatuhan diet pada penderita DM berkategori baik dengan jenis kelamin paling banyak yakni perempuan. Kepatuhan secara umum didefinisikan sebagai tingkatan perilaku seseorang yang mendapatkan pengobatan, mengikuti diet dan melaksanakan gaya hidup sesuai dengan rekomendasi pemberi pelayanan kesehatan, tetapi diet merupakan salah satu pilar dari penatalaksanaan diabetes melitus yang menjadi tantangan sulit bagi penderita diabetes dalam mengontrol kepatuhan pola makan (Almaini and Heriyanto 2019). modifikasi bisa dilakukan diet dibuat dengan mengurangi asupan kalori dan membatasi konsumsi karbohidrat, lemak, gula (Herawat, Sapang, dan Harna 2018). Dengan protokol yang tepat, protokol perawatan primer dan sekunder dapat dilakukan secara ideal, dan kualitas kesehatan dapat terjamin (Tipe et al. 2018).

Peneliti berasumsi dari data beberapa pertanyaan dan tiga indikator yaitu jumlah, jenis, dan jadwal terdapat pada jenis makanan yang memiliki jawaban tertinggi dan beberapa pertanyaan pada jawaban terendah berada pada jadwal makanan dimana penderita sangat susah dan tidak pernah menulis jadwal makanan yang benar, dapat dilihat dari hasil penelitian di atas sebagian besar penderita diabetes di Wilayah Kerja Puskesmas Kabupaten Probolinggo memiliki kepatuhan seperti melaksanakan jumlah makan, jadwal dan jenis. Penting bagi penderita diabetes mellitus dalam mematuhi pola diet dimana pasien yang masih butuh banyak bimbingan atau dorongan dari keluarga dan lingkungannya sehingga pasien tersebut tau bagaimana cara menyikapi hal-hal yang baik yaitu kepatuhan.

c. Mengidentifikasi Kualitas Hidup Penderita DM

Berdasarkan hasil penelitian pada bulan Februari – Maret tahun 2024 di Puskesmas Kabupaten Probolinggo didapatkan hasil tabel 5 menampilkan sebagian besar kualitas hidup pasien diabetes berkategori baik dengan jenis kelamin paling banyak yakni perempuan. Penderita diabetes melitus dituntut untuk memiliki tingkat konsistensi dan produktivitas yang tinggi dalam bekerja. (Purwandari and Susanti 2017). Kualitas hidup baik seseorang apabila ia sejahtera secara fisik dan psikis serta mampu menjalankan aktivitas sehari-hari. Salah satu akhir pengobatan diabetes adalah untuk memastikan bahwa kualitas hidup penderita diabetes memuaskan. Menurut (Purwandari and Susanti 2017), kualitas hidup pasien DM merupakan persepsi individu terhadap keseluruhan cara hidupnya dari berbagai aspek biologis, psikologis, dan, budaya, spiritual, dan lingkungan serta kemampuan dalam menjalankan tugas sehari-hari.

Peneliti berasumsi dari 9 indikator pertanyaan tertinggi terdapat pada domain tekanan kesehatan dimana reponden merasa berkecil hati terhadap masalah kesehatannya dan pertanyaan pada jawaban terendah terdapat pada fungsi isik dimana reponden terbatas ketika melakukan suatu aktivitas seperti jalan menanjak atau menaiki beberapa anak tangga.

d. Mengidentifikasi Hubungan Pengetahuan Diet, Kepatuhan Diet Terhadap Kualitas Hidup Penderita DM

Berdasarkan hasil penelitian yang didapatkan tabel 6 menunjukkan hasil bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan diet dengan kualitas hidup penderita DM. Hasil dari penelitian ini di dukung oleh Saputra yang berpendapat bahwaterdapat hubungan signifikansi secara statistik antara pengetahuan dengan kualitas hidup (Saputra & Rosyid, 2024). Peneliti lainnya juga menyebutkan DM tipe 2 tingkat pengetahuan pasien dan kualitasnya kehidupan, serta hasil analisis antara keduanya menunjukkan adanya hubungan positif yang signifikan antara keduanya (Nurhayati 2022). Ulfa juga membuktikan dalam penelitiannya bahwa seseorang dengan pengetahuan yang rendah menyebabkan kualitas hidupnya buruk (Ulfa & Muflihatin, 2022). Dengan meningkatkan pengetahuan kualitas kehidupan membaik pengalaman seseorang dalam melakukan pengembangan diri akan memberi mereka wawasan tentang cara melaksanakan tugas tersebut. Dengan pengalaman yang telah diperoleh, akan menjadi lebih banyak dan menambah pengetahuan sudah diperoleh maka akan semakin banyak dan bertambah ilmunya (Prabowo et al., 2022).

Penelitian Soetoko menyebutkan bahwa untuk menciptakan kualitas hidup baik bagi penderita DM dimulai dari pengetahuan mereka, yakni penderita dengan pengetahuan baik dapat berperilaku sesuai dengan aturan, sebaliknya penderita dengan pengetahuan buruk dapat mengambil langkah-langkah yang tidak semestinya. Dengan ini, pengetahuan baik bisa mengolah bagaimana pengaturan diet dalam kehidupan sehari-harinya, sehingga dapat menciptakan kualitas hidup yang lebih baik (Soetoko & Fatmawati, 2022).

Dari uraian tersebut, peneliti berasumsi penderita DM dengan pengetahuan buruk bisa menyebabkan kualitas hidupnya semakin buruk, hal ini disebabkan karena mereka kurang akan informasi-informasi yang benar dalam menangani penyakitnya. Sebaliknya, penderita DM dengan pengetahuan baik dapat memberikan kualitas hidup yang baik pula. Hasil dari penelitian yang didapatkan tabel 7 menunjukkan hasil bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kepatuhan diet dengan kualitas hidup penderita DM. Sejalan dengan penelitian Rahmawati yang membuktikan bahwa kepatuhan diet berhubungan secara signifikan dengan kualitas hidup penderita DM (Rahmawati & Wijayanti, 2024). Hal ini di dukung oleh Liawati bahwa kepatuhan dalam diet pada pasien DM sangatlah penting karena Diet sangatlah penting untuk mempertahankan gula darah pada pasien DM agar pasien dapat hidup secara normal dan apabila pasien patuh akan diet dengan baik maka dapat mempertahankan kondisi agar tidak terjadi komplikasi sehingga pasien dapat menikmati hidupnya (Liawati et al. 2022). Penelitian ini Bertolak belakang dengan penelitian yang dilakukan Siregar menyatakan dalam penemuannya yakni mayoritas kualitas hidup penderita buruk disebabkan oleh ketidakpatuhannya dalam mengelola diet (Siregar et al., 2022).

Dalam penelitian ini, reponden dengan penderita DM menyatakan mematuhi pola diet, hal ini mungkin penderita ingin mengubah hidupnya lebih baik dengan mematuhi pola diet demi kesembuhannya, karena bagi peneliti hal yang baik adalah dimulai dari pribadi masing-masing mau atau tidak untuk mengubah hidupnya. Sebaliknya, jika penderita tidak patuh pada pola dietnya maka kualitas hidupnya akan semakin memburuk. Sejalan dengan asumsi Sijabat yang menyatakan pasien penderita DM tipe2 mematuhi pola dietnya sehingga kualitas hidupnya semakin membaik (Sijabat et al., 2023).

Menurut asumsi peneliti dapat dilihat dari hasil penelitian di atas sebagian besar penderita diabetes di Puskesmas Kabupaten Probolinggo memiliki kepatuhan. Penting bagi penderita diabetes mellitus mematuhi pola diet dimana pasien yang masih masih butuh banyak bimbingan atau dorongan dari keluarga dan lingkungannya sehingga pasien tersebut tau bagaimana cara menyikapi hal-hal yang baik yaitu kepatuhan.

Keterbatasan Penelitian

Pelaksanaan penelitian pengisian kuesioner dilakukan menggunakan lampiran kertas yang berpotensi mengalami kerusakan, dan peneliti mengalami kesulitan dalam berkomunikasi dengan responden lansia. Metode yang digunakan dengan desain *cross-sectional* hanya dapat menunjukkan hubungan antar variabel, akan tetapi tidak dapat menunjukkan hubungan sebab akibat. Instrumen dalam penelitian ini berbasis *self report* yang memiliki potensi bias karena bergantung pada kejujuran responden.

Kesimpulan

Dari hasil penelitian yang didapat, dapat disimpulkan bahwa mayoritas pengetahuan, kepatuhan diet, dan kualitas hidup penderita DM menjadi baik dari yang sebelumnya, sehingga dengan pengetahuan yang tinggi dapat memahami dan mematuhi pola diet bagi penderita DM dengan baik yang nantinya akan menciptakan kualitas hidup penderita menjadi baik. Saran untuk peneliti selanjutnya agar melakukan program skrining kadar gula darah dan diet untuk menurunkan angka kematian yang disebabkan penyakit DM.

Ucapan Terimakasih

Dengan melafalkan rasa syukur alhamdulillah hirabbil 'alamin, penulis berterimakasih kepada Allah SWT, orang tua beserta keluarga tercinta dan seluruh pihak yang terkait dalam proses penelitian ini.

Konflik Kepentingan

Kami menyatakan bahwa tidak ada konflik kepentingan dalam penelitian ini, semua pihak yang terlibat dalam penelitian ini berkomitmen untuk menjaga integritas dan objektivitas penelitian.

Credit Author Statement

Penulis pertama bertanggung jawab penuh atas konsep metodologi, pengumpulan data, penulisan artikel dari awal sampai akhir. Sementara penulis kedua dan ketiga berperan dalam review, visualisasi, dan validasi.

Daftar Pustaka

- Aladhab, R. A., & Alabood, M. H. (2019). Adherence of Patients with Diabetes to a Lifestyle Advice and Management Plan in Basra, Southern Iraq. *Dubai Diabetes and Endocrinology Journal*, 25(3–4), 100–105. <https://doi.org/10.1159/000500915>
- Anggi, S. A., & Rahayu, S. (2020). Kepatuhan Diet pada Pasien Diabetes Melitus Tipe II. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Stikes Hang Tuah Surabaya*, 15(1), 124–138. <https://doi.org/10.30643/jiksht.v15i1.71>
- Dafriani, P., & Dewi, R. I. S. (2019). Tingkat Pengetahuan pada Pasien Diabetes Melitus (DM) Tipe 2. *Jurnal Abdimas Saintika*, 1(1), 45–50.
- Dinas Kesehatan Kabupaten Probolinggo. (2019). Profil kesehatan kabupaten probolinggo. *Pemerintah Kabupaten Probolinggo*, 1–155.
- Fatema, K., Hossain, S., Natasha, K., Chowdhury, H. A., Akter, J., Khan, T., & Ali, L. (2017). Knowledge attitude and practice regarding diabetes mellitus among Nondiabetic and diabetic study participants in Bangladesh. *BMC Public Health*, 17(1), 1–10. <https://doi.org/10.1186/s12889-017-4285-9>
- Fauziyyah, M. H., & Utama, F. (2024). Literature Review: Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Diabetes Mellitus Di Indonesia. *PREPOTIF: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 8(1), 266–278. <https://ejournal.undip.ac.id/index.php/mkmi/article/view/43144>
- Irawan, E. (2018). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Pengetahuan Masyarakat Tentang Diabetes Mellitus Tipe II. *Jurnal Keperawatan BSI*, 4(2), 115–121.
- Kemendes R1. (2019). Profil kesehatan Indonesia 2019. In *Kementrian Kesehatan Republik Indonesia*.
- Liawati, N., Arsyah, S. N., & Patimah, I. (2022). Hubungan Kepatuhan Diet Dengan Kualitas Hidup Diabetes Mellitus Tipe 2. *Jurnal Medika Cendikia*, 9(02), 163–173. <https://doi.org/10.33482/medika.v9i02.195>
- Mardiana, N., Murti, N. N., & T, Y. P. (2024). Peningkatan Kualitas Hidup Penderita Diabetes Mellitus (Dm) Melalui Penyuluhan Dan Pemeriksaan Gula Darah Di Kelurahan Teritip Balikpapan. *E-Amal Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 15(1), 37–48. <https://doi.org/https://ejournal.stpmataram.ac.id/Amal>
- Maruf, M. A., & Palupi, D. L. M. (2021). Hubungan antara tingkat stres dengan kualitas hidup penderita diabetes mellitus di wilayah kerja rumah sakit umum surakarta. *Prosiding Seminar Informasi Kesehatan Nasional*, 2(1), 400–410.
- Nur Magfiroh, Y., Fajar Nurhasuti, R., & Sureni, I. (2023). *Hubungan Kepatuhan Diet Dengan Perubahan Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Mellitus Di Puskesmas Jambon Kabupaten Ponorogo*. 1(1), 2023.
- Nurhayati, C. (2022). Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Diabetes Mellitus, Self Management Dengan Kualitas Hidup Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2. *Journal of Nursing and Health Science*, 1(2), 58–65.
- 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.
- Prabowo, N. A., Ardyanto, T. D., Myrtha, R., Apriningsih, H., Indriani, A. T., Dyanneza, F., Kuncorowati, N. D. A.,

- Nugroho, N. A., Suwandono, A., Kamenyangan, M. G., & Shofiyah, L. (2022). Peningkatan Pengetahuan dan Kualitas Hidup Pasien Diabetes Mellitus di Rumah Sakit UNS. *Smart Society Empowerment Journal*, 2(3), 66. <https://doi.org/10.20961/ssej.v2i3.63868>
- Probolinggo, dinas kesehatan K. (2020). *Kabupaten Probolinggo Tahun 2019*. 403.
- Purwandari, H., & Susanti, S. N. (2017). Hubungan Kepatuhan Diet Dengan Kualitas Hidup Pada Penderita Dm Di Poli Penyakit Dalam Rsud Kertosono. *Strada Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 6(2), 16–21. <https://doi.org/10.30994/sjik.v6i2.3>
- Rahmawati, A. D., & Wijayanti, A. C. (2024). *Hubungan Kepatuhan Diet Dengan Kualitas Hidup Penderita Diabetes Melitus di Wilayah Kerja Puskesmas Gondangrejo*. Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Saputra, K. A., & Rosyid, F. N. (2024). *Hubungan tingkat pengetahuan terhadap kualitas hidup penderita diabetes mellitus*. 8, 4456–4464.
- Sijabat, F., Purba, D., Siregar, R., Siregar, R. R., Studi, P., & Keperawatan, D.-I. (2023). Hubungan kepatuhan diet dengan kualitas hidup pada pasien penderita diabetes mellitus tipe 2 di RSUD Dr. Pirngadi kota medan. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 1–8.
- Siregar, L. M., Hutajulu, J., Syapitri, H., & Sikutiro, H. (2022). Hubungan Kepatuhan Diet Dengan Kualitas Hidup Pada Penderita Diabetes Melitus Di Puskesmas Lut Tawar Kecamatan Lut Tawar Kabupaten Aceh Tengah. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Dan Lingkungan Hidup*, 7(2), 153–157. <https://doi.org/10.51544/jkmlh.v7i2.3023>
- Soetoko, A. S., & Fatmawati, D. (2022). Meningkatkan Kualitas Hidup Penderita Gangguan Metabolik di Klinik Pratama Semarang melalui Pelatihan Pengaturan Diet dan Senam Kaki. *Jurnal ABDIMAS-KU: Jurnal Pengabdian Masyarakat Kedokteran*, 1(3), 126. <https://doi.org/10.30659/abdimasku.1.3.126-133>
- Teli, M. (2017). Kualitas Hidup Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Di Puskesmas Se Kota Kupang. *Jurnal Info Kesehatan*, 15(1), 119–134.
- Ulfa, S., & Muflihatin, S. K. (2022). Hubungan Pengetahuan dengan kualitas hidup Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 di wilayah kerja Puskesmas Pasundan Kota Samarinda. *Borneo Student Research*, 4(1), 22–30.
- Webber, S. (2013). International Diabetes Federation. In *Diabetes Research and Clinical Practice* (Vol. 102, Issue 2). <https://doi.org/10.1016/j.diabres.2013.10.013>
- Wibisana, E., Wreksagung H, H., & Chotimah, S. (2021). Hubungan Tingkat Pengetahuan Dengan Kepatuhan Pelaksanaan Diet Pada Pasien Diabetes Mellitus. *Jurnal Ilmu Keperawatan Indonesia (JIKPI)*, 2(1), 8–13. <https://doi.org/10.57084/jikpi.v2i1.608>