

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

4.1 Hasil Penelitian

4.1.1 Kepatuhan Diet

Tabel 3

Kepatuhan Diet Pada DM Tipe II di Puskesmas Garuda Kota Bandung Tahun 2023

n (53)

Kepatuhan Diet	Frekuensi	Persentase
Patuh	26	49 %
Tidak Patuh	27	51 %
Total	53	100 %

Tabel 3 diatas dapat dilihat bahwa sebagian besar responden 27 (51%) memiliki kategori tidak patuh.

4.1.2 Gula Darah Sewaktu

Tabel 4

Gula Darah Sewaktu Pada DM Tipe II di Puskesmas Garuda Kota Bandung Tahun 2023

n (53)

Gula Darah Sewaktu (GDS)	Frekuensi	Persentase
Normal	25	47 %
Tidak Normal	28	53 %
Total	53	100 %

Tabel 4 diatas dapat dilihat bahwa sebagian besar responden 28 (53%) memiliki kadar gula darah tidak normal.

4.1.3 Hubungan Kepatuhan Diet dengan Gula Darah Sewaktu

Tabel 5

Hubungan Kepatuhan Diet dengan Kadar Gula Darah Sewaktu Pada DM Tipe II di Puskesmas Garuda Kota Bandung Tahun 2023

n (53)

No	Kepatuhan Diet	Gula Darah Sewaktu (GDS)				Jumlah		<i>p value</i>
		Normal		Tidak Normal		n	%	
		n	%	n	%			
1	Patuh	22	42%	4	7%	26	49%	0,000
2	Tidak Patuh	3	6%	24	45%	27	51%	
Jumlah		25	48%	28	52%	53	100%	

Tabel 5 diatas dapat dilihat bahwa nilai *p value* (0,000) < α (0,05) yang artinya terdapat hubungan yang signifikan antara kepatuhan diet dengan kadar gula darah sewaktu.

4.2 Pembahasan

4.2.1 Kepatuhan Diet

Berdasarkan tabel 3 dapat diketahui bahwa kepatuhan diet sebagian besar responden 27 (51%) memiliki kategori tidak patuh. Hal ini sejalan dengan penelitian Carolus Borromeus Mulyatno (2022) dengan judul Pengaruh Kepatuhan Diet Pada Pasien DM Tipe 2 Dengan Kadar Gula Dalam Darah menunjukkan bahwa dari 50 responden, yang tidak patuh sebanyak 34 (68%) responden dan yang patuh sebanyak 16 (32%) responden. Hasil penelitian Salma et al (2020) dengan judul Hubungan Kepatuhan Diet Dengan Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 menunjukkan bahwa dari 28 responden, sebagian besar responden 23 (82 %) memiliki kepatuhan diet dengan kategori kurang dan yang memiliki kepatuhan baik hanya sejumlah 5 (18 %). Hasil

penelitian Eti Sri Lestari et al (2018) dengan judul Hubungan Kepatuhan Diet Dengan Kadar Gula Darah Sewaktu Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 menunjukkan bahwa dari 31 responden yang memiliki kepatuhan diet dengan kategori tidak patuh yaitu 17 (55%), cukup patuh 9 (29%), dan patuh 5 (16%).

Diet merupakan salah satu dari empat pilar pengendalian diabetes melitus yang terdiri dari edukasi, diet, aktifitas fisik, dan farmakologi (Marbun et al., 2022). Penelitian yang dilakukan oleh Ramdani et al (2017) dengan judul Analisis Faktor Dominan yang Mempengaruhi Kadar Gula Darah Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 mengatakan bahwa faktor paling dominan yang menyebabkan kadar gula darah meningkat pada Diabetes Melitus tipe 2 adalah pola diet pasien. Selain itu, faktor pola diet memiliki tingkat korelasi yang kuat karena penderita Diabetes Melitus tipe 2 dominan mempunyai berat badan yang berlebih (obesitas). Kepatuhan merupakan perilaku individu sesuai anjuran terapi dan kesehatan (Faradilla, 2020). Sedangkan diet adalah pengaturan terhadap makanan yang dikonsumsi tubuh dan berpantang terhadap jenis makanan dan minuman tertentu (Aditya, 2009). Pengelolaan diet merupakan komponen utama keberhasilan penatalaksanaan DM tipe II yang dilakukan dengan cara pengaturan jadwal, jumlah, dan jenis makanan yang dimakan setiap hari untuk membantu meningkatkan kebiasaan makan dan mengontrol metabolisme sehingga dapat mengontrol kadar gula darah (G. V. Simanjuntak et al., 2021). Menurut Lawrence Green dalam buku Notoatmodjo (2007) faktor – faktor yang mempengaruhi perilaku kepatuhan diet ditentukan oleh tiga faktor utama, yaitu faktor predisposisi (faktor pendorong), faktor reinforcing (faktor

pendukung), dan faktor enabling (faktor pemungkin). Faktor predisposisi adalah faktor – faktor yang mempermudah terjadinya perilaku seseorang yang terdiri dari kepercayaan, pengetahuan, dan sikap. Penderita DM yang memiliki kepercayaan kuat akan lebih patuh terhadap anjuran dan larangan. Penderita dengan kepatuhan rendah adalah mereka yang tidak terpapar pengetahuan mengenai penyakitnya. Mereka berfikir bahwa dirinya akan sembuh dan sehat sehingga tidak perlu melakukan kontrol terhadap kesehatannya. Sikap merupakan keinginan untuk tetap mempertahankan kesehatannya yang berhubungan dengan perilaku penderita dalam mengontrol pola diet terhadap penyakitnya. Faktor reinforcing adalah faktor yang mendorong atau memperkuat terjadinya perilaku yang terwujud dalam sikap seseorang yang terdiri dari dukungan petugas kesehatan dan dukungan keluarga. Dukungan petugas kesehatan sangat besar artinya bagi penderita sebab petugas kesehatan yang sering berinteraksi dengan penderita sehingga pemahaman terhadap kondisi fisik dan psikisnya lebih baik, selain itu mempengaruhi rasa percaya dan menerima anjuran – anjuran yang diberikan. Dukungan keluarga juga sangat berarti karena penderita akan merasa senang dan tentram apabila mendapatkan perhatian dan dukungan dari keluarga yang menimbulkan kepercayaan dirinya untuk menghadapi atau mengelola penyakitnya dengan baik dan penderita mau menuruti saran yang diberikan oleh keluarga untuk menunjang pengelolaan penyakitnya. Faktor enabling adalah sarana dan prasarana atau fasilitas terjadinya perilaku kesehatan, misalnya rumah sakit, puskesmas, posyandu, dsb.

Penelitian yang dilakukan oleh Phitri & Widiyaningsih (2013) dengan judul Hubungan Antara Pengetahuan dan Sikap Penderita Diabetes Mellitus Dengan Kepatuhan Diet Diabetes Mellitus menemukan bahwa penderita DM yang memiliki asupan energi melebihi kebutuhan akan mempunyai risiko 31 kali lebih besar untuk mengalami kadar glukosa darah tidak terkontrol dibandingkan dengan penderita DM yang asupan energinya sesuai kebutuhan. Hasil penelitian Sugandi et al (2018) dengan judul Faktor – Faktor yang Mempengaruhi Kepatuhan Diet Pada Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 menunjukkan bahwa faktor yang berhubungan dengan kepatuhan diet diabetes pada penderita DM tipe 2 adalah pengetahuan ($p\ value=0,009$), sikap ($p\ value=0,004$), motivasi ($p\ value=0,008$), dukungan keluarga ($p\ value=0,031$). Pada pasien DM yang mempunyai pengetahuan yang baik memungkinkan pasien dapat mengontrol dirinya dalam mengatasi masalah yang dihadapi dan mematuhi segala apa yang telah dianjurkan oleh petugas kesehatan. Pengetahuan responden didapatkan melalui berbagai sumber, seperti media cetak, media massa, kader posyandu, prolanis dan pengalaman responden. Semakin baik pengetahuan responden tentang diet maka semakin tinggi pula tingkat kepatuhan responden dalam menjalankan diet DM. Apabila pengetahuan penderita DM baik, maka sikap terhadap diet DM semestinya dapat mendukung terhadap kepatuhan diet DM itu sendiri. Responden dengan sikap positif cenderung mematuhi program diet yang dianjurkan. Mereka yakin dengan patuh terhadap program diet dapat mencegah dan menghambat terjadinya komplikasi. Motivasi dilatar belakangi oleh adanya kesadaran dari individu tentang pentingnya menjalankan program diet serta

dukungan keluarga sebagai orang yang paling dekat dengan responden. Semakin tinggi motivasi yang dimiliki responden maka semakin tinggi pula kesadaran untuk patuh dalam menjalankan diet DM. Dukungan yang diberikan oleh keluarga, akan membuat responden merasa diperdulikan dan dicintai, hal ini akan membuat responden memiliki keinginan yang kuat untuk menjalankan program diet yang sudah dianjurkan. Hasil penelitian Ubaidillah, Z., & Dipanusa (2019) dengan judul Faktor – Faktor Ketidakpatuhan Diet Pada Klien Diabetes Melitus mengatakan bahwa dukungan keluarga sangat berpengaruh terhadap kepatuhan diet Diabetes Melitus dikarenakan penderita DM sangat memerlukan pendampingan dalam menjalani proses terapi atau diet DM, sehingga gula darah penderita DM dapat terkontrol dengan baik dan tidak menimbulkan komplikasi. Namun dalam beberapa kasus ditemukan responden yang memiliki dukungan keluarga tinggi tetapi masih tidak patuh dalam menjalani diet. Hal ini dikarenakan persepsi diri yang kurang baik dalam menjalani diet Diabetes Melitus. Persepsi yang baik akan memberikan motivasi lebih dalam melakukan tindakan, sementara jika persepsi buruk akan berdampak pada kurangnya motivasi diri dalam melakukan tindakan. Penderita yang mempunyai persepsi negative mengenai diet mempunyai resiko 2 kali tidak patuh dalam menjalani diet dibandingkan dengan penderita yang mempunyai persepsi positif tentang diet DM. Hasil penelitian Fauzia et al (2015) dengan judul Gambaran Faktor – Faktor yang Mempengaruhi Kepatuhan Diet Penderita Diabetes Melitus menunjukkan bahwa faktor yang berpengaruh adalah faktor pengetahuan 96% sebanyak 29 orang, faktor sikap 93% sebanyak 28 orang, faktor dukungan

keluarga 100% sebanyak 30 orang, dan faktor dukungan tenaga Kesehatan 93% sebanyak 28 orang. Semakin tinggi tingkat pendidikan seseorang maka semakin mudah orang tersebut menerima informasi, sehingga banyak pula pengetahuan yang dimiliki. Meskipun dengan tingkat pendidikan menengah memungkinkan seseorang memiliki pengetahuan yang baik karena informasi selain diperoleh dari pendidikan formal juga bisa diperoleh dari pendidikan non formal ataupun informasi yang didapat dari media massa maupun media elektronik. Dukungan keluarga dapat meningkatkan kepatuhan penderita dalam penatalaksanaan diet. Keluarga merupakan orang yang paling dekat dengan penderita DM sehingga memungkinkan mereka untuk memantau dan mengingatkan setiap saat mengenai program diet yang harus dilakukan oleh penderita tersebut. Dukungan tenaga kesehatan juga sangat diperlukan untuk meningkatkan kepatuhan, karena tenaga kesehatan merupakan orang pertama yang mengetahui tentang kondisi kesehatan responden, sehingga mereka memiliki peran yang besar untuk menyampaikan informasi mengenai kondisi kesehatan dan hal – hal yang harus dilakukan oleh responden untuk mengatasi gula darah tinggi. Hal sederhana dalam dukungan tersebut adalah dengan adanya teknik komunikasi yang dapat dilakukan melalui pendidikan kesehatan berupa penyuluhan.

Peneliti berpendapat bahwa ketidakpatuhan diet pada penderita Diabetes Melitus Tipe II di penelitian ini dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu pengetahuan, sikap, dukungan keluarga, dan fasilitas kesehatan. Responden dengan tingkat pengetahuan yang rendah karena kurangnya terpapar informasi mengenai program diet khususnya jenis makanan tertentu yang harus dihindari

karena akan berakibat pada gula darah yang tinggi. Sikap beberapa responden yang memang sengaja melanggar aturan diet karena mereka beranggapan bahwa pengobatan sudah cukup dilakukan dengan mengonsumsi obat saja dan bosan menjalani diet. Kurangnya dukungan keluarga karena beberapa responden hanya tinggal sendirian, adapun beberapa responden yang tinggal bersama keluarga namun tidak dipantau dan diingatkan pola diet yang seharusnya dijalani. Responden jarang kontrol ke fasilitas kesehatan (puskesmas atau rumah sakit) karena mereka berfikir bahwa dirinya akan sembuh dan sehat sehingga tidak perlu melakukan kontrol terhadap kesehatannya.

4.2.2 Gula Darah Sewaktu (GDS)

Berdasarkan tabel 4 dapat diketahui bahwa gula darah sewaktu sebagian besar responden 28 (53%) memiliki kadar gula darah tidak normal. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Eti Sri Lestari et al (2018) dengan judul Hubungan Kepatuhan Diet dengan Kadar Gula Darah Sewaktu Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 menunjukkan bahwa dari 31 responden, yang normal yaitu 3 (10%) responden, sedang 5 (16%) responden, dan tidak normal 23 (74%) responden. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Carolus Borromeus Mulyatno (2022) dengan judul Pengaruh Kepatuhan Diet Pada Pasien DM Tipe 2 Dengan Kadar Gula Dalam Darah menunjukkan bahwa dari 50 responden, yang gula darahnya terkontrol sebanyak 16 (32%) responden dan gula darahnya tidak terkontrol sebanyak 34 (68%) responden.

Kadar gula darah merupakan bahan bakar utama untuk pembentukan energi di dalam tubuh (Hartini, 2009). Sedangkan kadar gula darah sewaktu adalah

pemeriksaan kadar gula darah yang dilakukan seketika waktu tanpa harus puasa atau melihat makanan yang terakhir dimakan. (Fahmi et al., 2020). Perilaku dalam mengontrol gula darah dapat diartikan sebagai perilaku pasien dalam mengontrol gula darah secara teratur dengan baik dan benar sesuai dengan anjuran dokter untuk mencegah naiknya gula darah yang melebihi normal dan mencegah komplikasi yang tidak diinginkan (Kunaryanti et al., 2018). Pada pasien Diabetes Melitus, kadar gula darah bisa disebabkan oleh beberapa faktor. Menurut Tandra (2019) faktor – faktor yang mempengaruhi kadar gula darah diantaranya aktifitas fisik, diet, penggunaan obat – obatan (farmakologi), stress, dan merokok. Aktifitas fisik yang kurang dapat meningkatkan kadar gula darah. Aktifitas fisik merupakan sebuah gerakan yang dihasilkan dari kontraksi otot rangka yang memerlukan energi melebihi pengeluaran energi selama istirahat. Selama seseorang melakukan aktifitas fisik, maka otot akan menjadi lebih aktif dimana akan terjadi peningkatan permeabilitas membran dan adanya peningkatan aliran darah akibat membran kapiler yang terbuka lebih banyak dan reseptor insulin akan aktif, maka akan terjadi pergeseran penggunaan energi oleh otot yang berasal dari sumber asam lemak ke penggunaan glukosa dan glikogen otot. Diet merupakan faktor utama yang berhubungan dengan peningkatan kadar gula darah terutama setelah makan. Makanan yang berbeda menimbulkan efek kenaikan gula darah yang berbeda. Mekanisme dari kerja obat untuk menurunkan kadar gula darah antara lain dengan merangsang kelenjar pankreas untuk meningkatkan produksi insulin, menurunkan produksi glukosa dalam hati, dan menghambat pencernaan karbohidrat sehingga dapat mengurangi absorpsi

gula. Stres dapat menstimulus organ endokrin untuk mengeluarkan ephinefrin, ephinefrin mempunyai efek dalam timbulnya proses glikoneogenesis di dalam hati sehingga akan melepaskan sejumlah glukosa yang besar ke dalam darah hanya dalam beberapa menit. Nikotin rokok menyebabkan resistansi insulin dan mengganggu kinerja insulin.

Terdapat beberapa tanda dan gejala pada saat penderita Diabetes Melitus sedang mengalami gula darah yang tinggi yaitu meningkatnya frekuensi buang air kecil karena sel – sel ditubuh tidak dapat menyerap glukosa lalu ginjal mencoba mengeluarkan glukosa sebanyak mungkin, rasa haus yang berlebihan karena sering buang air kecil maka air dalam tubuh hilang, penurunan berat badan karena hormon insulin tidak mendapatkan glukosa untuk sel yang digunakan sebagai energi maka tubuh memecah protein dari otot sebagai sumber alternatif bahan bakar, pandangan yang kabur karena pembuluh darah di retina menjadi lemah, tangan dan kaki sering kesemutan karena kerusakan saraf atau neuropati, kulit gatal dan kering karena produksi sitokin dalam jumlah yang lebih banyak, dan lemas karena karbohidrat keluar bersamaan dengan *urine* yang mengakibatkan tubuh kekurangan kalori (Nugroho, 2015).

Penelitian yang dilakukan oleh Ramdani et al (2017) dengan judul Analisis Faktor Dominan Yang Mempengaruhi Kadar Gula Darah Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 menunjukkan bahwa faktor yang dapat mempengaruhi kadar gula darah pada penderita DM Tipe 2 yaitu aktivitas fisik, stress, dan pola diet. Efek latihan fisik pada penderita diabetes adalah menurunkan resistensi insulin meningkatkan sensitivitas insulin di otot dan jaringan yang hasil akhirnya adalah

gula darah terkontrol dengan baik. stress dapat meningkatkan glukosa darah. Hal ini terjadi dalam 2 hal. Pertama, pasien dengan stress tidak menjaga kehidupannya. Kedua, hormon stress mempengaruhi peningkatan kadar gula darah. Hormon stress seperti ephineprine dan kortisol mendorong kenaikan gula darah agar kebutuhan energi terpenuhi. Dan faktor dominan yang mempengaruhi gula darah yaitu kepatuhan diet. Kepatuhan diet yang dilakukan pasien merupakan komponen utama keberhasilan dalam penatalaksanaan diabetes, dengan tujuan menormalkan aktivitas insulin dan kadar gula dalam darah dalam upaya mengurangi komplikasi vaskuler serta neuropati. Kepatuhan diet pada DM Tipe 2 sangat penting karena kebanyakan penderita DM Tipe 2 mempunyai berat badan obesitas. Obesitas berkaitan dengan resistensi insulin, maka akan timbul kegagalan toleransi glukosa. Penelitian yang dilakukan oleh R. S. Simanjuntak (2022) dengan Judul Analisis Faktor Yang Mempengaruhi Kadar Gula Darah Pada Pasien DM Tipe II menunjukkan bahwa faktor – faktor yang mempengaruhi kadar gula darah yaitu stress, gaya hidup, berat badan, dan kepatuhan minum obat. Peningkatan hormone stress yang diproduksi dapat menyebabkan kadar gula darah menjadi naik. Gaya hidup mengakibatkan insulin semakin meningkat, gaya hidup seperti jarang olahraga atau melakukan aktivitas fisik dan tidak mengontrol makanan. Kelebihan berat badan adalah faktor predisposisi yang menimbulkan peningkatan kadar gula darah, dikarenakan sel beta Langerhans menjadi kurang peka terhadap rangsangan atau akibat naiknya kadar gula darah, kelebihan berat badan juga akan menekan jumlah reseptor insulin pada sel seluruh tubuh. Kepatuhan minum obat pada pasien DM sangat

penting untuk mencapai tujuan pengobatan dan sangat efektif dalam mencegah komplikasi pada penyakit Diabetes Mellitus, terutama pada pasien yang wajib mengkonsumsi obat dalam jangka waktu yang lama atau bahkan seumur hidup. Penelitian yang dilakukan oleh Boku (2019) dengan judul Faktor – Faktor Yang Berhubungan Terhadap Kadar Gula Darah Pada Penderita Diabetes Melitus Tipe II menunjukkan bahwa faktor – faktor yang berhubungan terhadap gula darah yaitu obesitas, tingkat stress, dan aktifitas fisik. obesitas dapat mengakibatkan resistensi insulin. Pada jaringan lemak juga merupakan suatu jaringan endokrin aktif yang dapat berhubungan dengan hati dan otot (dua jaringan sasaran insulin) melalui pelepasan zat perantara yang nantinya mempengaruhi kerja insulin dan tingginya penumpukan jaringan lemak tersebut dapat berakhir dengan timbulnya resistensi insulin. Resistensi insulin yang terjadi pada kelompok obesitas kemudian mengakibatkan penurunan kerja insulin pada jaringan sasaran sehingga menyebabkan kadar gula darah sulit memasuki sel. Keadaan ini berakhir kepada peningkatan kadar gula dalam darah. Saat aktivitas fisik, otot menggunakan glukosa yang disimpannya sehingga glukosa yang tersimpan akan berkurang sehingga menyebabkan kadar gula darah terkontrol pada penderita DM tipe II. Beberapa aktivitas fisik seperti jogging, dilakukan selama 30-40 menit dapat meningkatkan pemasukan glukosa ke dalam sel sebesar 7-20 kali dibandingkan dengan tidak melakukan aktivitas tersebut. Kondisi yang rileks dapat mengembalikan kotra-regulasi hormon stres dan memungkinkan tubuh untuk menggunakan insulin lebih efektif. Stres menyebabkan produksi berlebih pada kortisol, kortisol adalah suatu hormon yang melawan efek insulin dan

menyebabkan kadar glukosa darah tinggi. Stres akan meningkatkan aktifitas saraf simpatis sehingga hipotalamus akan mengeluarkan katekolamin yang berlebihan yang akan menyebabkan meningkatnya glikogenesis dan meningkatnya kadar glukosa dalam darah.

Peneliti berpendapat bahwa faktor yang mempengaruhi kadar gula darah pada penelitian ini selain karena pola diet, dipengaruhi juga oleh aktifitas fisik, mengkonsumsi obat, dan stress. Masih banyak responden yang tidak melakukan olahraga / aktifitas fisik secara rutin, ada yang mengkonsumsi obat secara teratur dan tidak teratur, dan banyak responden yang mengalami stress karena tidak dapat mengelola kehidupannya dan sedang menghadapi beberapa masalah yang sedang dialami.

4.2.3 Hubungan Kepatuhan Diet dengan Gula Darah Sewaktu (GDS)

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa $p \text{ value } (0,000) < \alpha (0,05)$ yang berarti bahwa ada hubungan yang signifikan antara kepatuhan diet dengan gula darah sewaktu pada penderita Diabetes Melitus Tipe II. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Carolus Borromeus Mulyatno, 2022) dengan judul Pengaruh Kepatuhan Diet Pada Pasien DM Tipe 2 Dengan Kadar Gula Dalam Darah menunjukkan bahwa hasil uji statistik didapatkan nilai P value $(0,021) < \alpha (0,05)$, maka H_0 ditolak berarti ada pengaruh yang bermakna antara kepatuhan diet dengan kadar gula dalam darah pada pasien DM tipe 2. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Salma et al., 2020) dengan judul Hubungan Kepatuhan Diet Dengan Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes

Melitus Tipe 2 menunjukkan bahwa besarnya pengaruh kepatuhan diet dengan kadar gula darah pada pasien diabetes melitus tipe 2 sebesar 14,4 % dengan nilai $p\text{ value} = 0,028$ yang menunjukkan adanya hubungan secara signifikan. Penelitian yang dilakukan oleh (Eti Sri Lestari et al., 2018) dengan judul Hubungan Kepatuhan Diet Dengan Kadar Gula Darah Sewaktu Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 menunjukkan bahwa terdapat hubungan kepatuhan diet dengan kadar gula darah sewaktu pada pasien Diabetes Melitus Tipe 2 dengan nilai $p\text{ value} = 0,001 < 0,05$ dan $p(\text{rho}) = 0,575$.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa hampir setengahnya responden dengan kategori tidak patuh yaitu 24 orang (45%) dengan kadar gula darah yang tidak terkontrol. Selain karena kurangnya pengetahuan terkait manfaat diet, peneliti berpendapat bahwa hal ini dikarenakan banyak responden memiliki asupan yang berlebih dari kebutuhan energi responden dan diet DM yang harus di jalani, masih mengkonsumsi makanan yang manis dan juga tidak bisa menghilangkan kebiasaan minum kopi dengan menggunakan gula murni. Pernyataan tersebut didukung penelitian yang dilakukan oleh (Setyorini, 2017) bahwa pasien DM banyak yang telah mengetahui anjuran diet tetapi tidak mematuhi karena banyak yang menganggap bahwa makanan diet untuk pasien DM cenderung tidak menyenangkan, sehingga mereka makan sesuai dengan keinginan bila belum menunjukkan gejala serius. Masih banyak responden yang kurang mengerti tentang jenis makanan yang dapat menyebabkan terjadinya peningkatan kadar gula darah pada pasien Diabetes Melitus. Asupan protein yang tidak sesuai dengan kebutuhan akan mempengaruhi kadar gula darah

karena protein merupakan salah satu sumber energi tubuh selain karbohidrat yang dapat diubah menjadi glukosa melalui proses *gluconeogenesis* dan masih banyak responden yang tidak mengetahui mengatasi kebosanan dengan diet yang diberikan yaitu dengan cara membuat jadwal menu harian (Muliani, 2013).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian kecil responden dengan kategori patuh namun kadar gula darahnya tidak terkontrol yaitu 4 orang (7%) dan sebagian kecil responden dengan kategori tidak patuh namun kadar gula darahnya terkontrol yaitu 3 orang (6%). Hasil tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Juni, 2020) bahwa ada faktor lain yang dapat mempengaruhi kadar gula darah seperti kurangnya melakukan aktivitas fisik, mengalami stress, mengkonsumsi obat (farmakologi) secara teratur maupun tidak teratur. Selain itu, perubahan pola makan (diet) dan pengaturan makan bukan satu – satunya faktor yang berpengaruh dalam melakukan pengendalian kadar gula darah pada pasien Diabetes Mellitus, melainkan masih banyak faktor lain yang mendukung untuk tercapainya status kesehatan yang optimal (terkendalinya kadar gula darah) bagi pasien DM.

Pasien yang patuh pada diet akan mempunyai kontrol kadar gula darah (glikemik) yang lebih baik, dengan kontrol glikemik yang baik dan terus menerus akan dapat mencegah komplikasi akut dan mengurangi resiko komplikasi jangka panjang. Perbaikan kontrol glikemik berhubungan dengan penurunan kejadian kerusakan retina mata (retinopati), kerusakan pada ginjal (nefropati), dan kerusakan pada sel saraf (neuropati), sebaliknya bagi pasien

yang tidak patuh akan mempengaruhi kontrol glikemiknya menjadi kurang baik bahkan tidak terkontrol, hal ini yang akan mengakibatkan komplikasi yang mungkin timbul tidak dapat dicegah (Carolus Borromeus Mulyatno, 2022).