JIIC: JURNAL INTELEK INSAN CENDIKIA
https://jicnusantara.com/index.php/jiic
Vol : 3 No: 11, November 2026
E-ISSN : 3047-7824

Gambaran Kepatuhan Diet pada Pasien Diabetes Melitus Tipe II di Poliklinik Penyakit Dalam RSI Ibnu Sina Padang Panjang

An Overview of Dietary Adherence Among Patients With Type II Diabetes Mellitus at The Internal Medicine Clinic of RSI Ibnu Sina Padang Panjang

Rafika Fairusyil Husna[1*], Dian Anggraini[2], Aulia Putri[3]
Universitas Mohammad Natsir Bukittinggi
Email : rafikahusna251199@gmail.com[*], dian.10060519@gmail.com

Article Info

Article history :
Received : 15-11-2026
Revised : 17-11-2026
Accepted : 19-11-2026
Published : 21-11-2026

Abstract

Diabetes Mellitus (DM) causes blood sugar to increase and become unstable. If left unaddressed, complications will arise, such as microvascular complications (retinopathy, nephropathy, and neuropathy) and macrovascular complications that increase the risk of cardiovascular disease by 2- to 4-fold. Dietary Compliance is the level of patient behavior directed towards prescribed dietary instructions. The purpose of this study was to determine the description of dietary compliance in type II diabetes mellitus patients at the Internal Medicine Polyclinic of RSI Ibnu Sina Padang Panjang. This quantitative research used a descriptive design. The population comprised all type 2 DM patients visiting the Internal Medicine Polyclinic. Sampling was conducted via purposive sampling with an accidental sampling approach, yielding 96 respondents. The results showed that 51 respondents (53.1%) were non-compliant and 45 respondents (46.9%) were compliant with the DM diet. It can be concluded that more than half of the patients were non-compliant. The hospital is expected to provide routine counseling and nutritional consultation.

Keywords: **Compliance, Diet, Diabetes Mellitus (DM)**

Abstrak

Diabetes Melitus (DM) menyebabkan gula darah meningkat dan tidak stabil. Jika hal ini tidak diatasi akan muncul beberapa komplikasi seperti komplikasi mikrovaskular (retinopati, nefropati, dan neuropati) serta komplikasi makrovaskular yang menyebabkan peningkatan risiko penyakit kardiovaskuler 2 hingga 4 kali lipat. Kepatuhan Diet adalah tingkat perilaku pasien yang tertuju terhadap instruksi atau petunjuk yang diberikan dalam bentuk terapi apapun yang ditentukan. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran kepatuhan diet pada pasien diabetes mellitus tipe II di Poliklinik penyakit dalam RSI Ibnu Sina Padang Panjang. Jenis penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan metode deskriptif. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh pasien DM tipe 2 yang datang berobat atau kontrol ulang ke Poliklinik Penyakit Dalam RSI Ibnu Sina Padang Panjang. Teknik pengambilan sampel menggunakan purposive sampling dengan pendekatan accidental sampling dengan jumlah sampel 96 orang. Hasil penelitian didapatkan sebanyak 51 orang (53,1%) tidak patuh dan 45 orang (46,9%) patuh terhadap diet DM. Dapat disimpulkan

Kata Kunci: Kepatuhan, Diet, Diabetes Melitus (DM)

PENDAHULUAN

Diabetes Melitus (DM) adalah penyakit metabolik kronis yang ditandai dengan peningkatan kadar glukosa darah, yang seiring waktu menyebabkan kerusakan serius pada jantung, pembuluh darah, mata, ginjal, dan saraf. Sekitar 422 million orang di seluruh dunia menderita diabetes, sebagian besar tinggal di negara-negara berpenghasilan rendah dan menengah, dengan 1,5 juta

kematian secara langsung disebabkanoleh diabetes setiap tahunnya (WHO, 2023). Berdasarkan data International Diabetes Federation (IDF) pada tahun 2021, Indonesia menempati peringkat kelima di dunia dengan jumlah pengidap diabetes sebanyak 19,47 juta orang dan prevalensi sebesar 10,6%.

Di tingkat regional, Dinas Kesehatan Sumatera Barat (2021) melaporkan prevalensi kasus DM mencapai 1,3%, mendekati angka nasional sebesar 1,5%. Rumah Sakit Islam (RSI) Ibnu Sina Padang Panjang merupakan salah satu rumah sakit rujukan utama penyakit DM di kawasannya. Data rekam medis menunjukkan fluktuasi angka kejadian DM tipe 2 yang cukup signifikan, di mana pada tahun 2022 terjadi peningkatan kembali menjadi sebanyak 293 kasus baru.Pengendalian diabetes melitus tipe 2 sangat bergantung pada gaya hidup, mengingat hampir 90% kasus berkaitan erat dengan pola makan dan aktivitas fisik yang tidak sehat. Penatalaksanaan DM bertumpu pada 5 pilar utama, yaitu perencanaan makan/diet, latihan jasmani, terapi obat, penyuluhan, dan pemantauan gula darah (Perkeni, 2021). Diet memegang peranan krusial melalui pengaturan pola "3J" (Jenis, Jumlah, dan Jadwal makan). Ketidakpatuhan dalam menjalankan pola diet ini akan memicu komplikasi akut maupun kronis yang memperparah kondisi klinis pasien hingga mengancam jiwa. Berdasarkan fenomena tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi gambaran kepatuhan diet pada pasien diabetes melitus tipe II di Poliklinik Penyakit Dalam RSI Ibnu Sina Padang Panjang.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan jenis penelitian kuantitatif dengan menggunakan metode deskriptif untuk melihat gambaran nyata dari variabel yang diteliti. Penelitian dilaksanakan di Poliklinik Penyakit Dalam RSI Ibnu Sina Padang Panjang pada bulan Agustus tahun 2025.

Populasi penelitian adalah seluruh pasien DM tipe 2 yang datang berobat atau kontrol ulang di lokasi penelitian. Pengambilan sampel menggunakan teknik *purposive sampling* dengan pendekatan *accidental sampling* berdasarkan kriteria inklusi: pasien memiliki riwayat DM tipe 2 > 6 bulan, kooperatif, dan bersedia menjadi responden. Ukuran sampel minimal ditentukan menggunakan rumus Lemeshow untuk populasi tidak diketahui, sehingga diperoleh jumlah sampel sebanyak 96 responden.

Instrumen pengumpulan data menggunakan kuesioner karakteristik demografi dan kuesioner kepatuhan diet DM modifikasi dari Anggita (2015) yang terdiri atas 20 item pertanyaan berbasis skala Likert (favourable dan unfavourable) dengan nilai uji reliabilitas Cronbach's Alpha sebesar 0,832. Analisis data yang digunakan adalah analisis univariat untuk menghasilkan distribusi frekuensi dan persentase dari masing-masing karakteristik serta tingkat kepatuhan responden.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden (n = 96)

Karakteristik	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Umur		
25-45 Tahun	4	4.2
46-65 Tahun	66	68.8
>65 Tahun	26	27.1
Jenis Kelamin		
Laki-laki	42	43.8
Perempuan	54	56.3

Pendidikan		
Rendah (SD-SMP)	39	40.6
Menengah (SMA)	34	35.4
Tinggi (PT)	23	24.0
Pekerjaan		
Tidak Bekerja	41	42.7
Buruh / Petani	22	23.0
Wiraswasta / Pedagang	21	21.9
Pegawai Swasta / PNS / BUMN	12	12.4
Lama Menderita DM		
6-12 Bulan	7	7.3
1-5 Tahun	64	66.7
>5 Tahun	25	26.0

Berdasarkan Tabel 1, mayoritas penderita DM tipe 2 berada pada kelompok usia 46-65 tahun (68,8%). Hal ini sejalan dengan teori degeneratif yang menyatakan bahwa fungsi fisiologis tubuh, termasuk sekresi dan sensitivitas insulin pada sel beta pankreas, mengalami penurunan signifikan seiring bertambahnya usia. Distribusi berdasarkan jenis kelamin didominasi oleh perempuan (56,3%). Tingginya angka kejadian pada perempuan berkaitan erat dengan komposisi lemak tubuh yang lebih tinggi serta penurunan hormon estrogen pasca-menopause yang memicu resistensi insulin. Dari aspek tingkat pendidikan, sebanyak 40,6% responden berpendidikan rendah, yang berdampak langsung pada keterbatasan akses dan pemahaman informasi kesehatan formal mengenai penanganan DM.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Kepatuhan Diet DM Responden (n = 96)

Kepatuhan Diet	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Tidak Patuh	51	53.1
Patuh	45	46.9
Total	**96**	**100.0**

Hasil analisis pada Tabel 2 menunjukkan bahwa proporsi tingkat ketidakpatuhan responden dalam menjalankan program diet DM lebih besar, yaitu sebanyak 51 orang (53,1%). Angka ketidakpatuhan yang cukup tinggi ini dipengaruhi oleh faktor internal seperti kejenuhan pasien menjalani manajemen penyakit kronis yang berlangsung seumur hidup, serta faktor eksternal berupa kurangnya pengawasan keluarga dan terbatasnya konsultasi berkala dengan edukator gizi.

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Kepatuhan Berdasarkan Elemen 3J (n = 96)

Elemen Diet 3J	Patuh f (%)	Tidak Patuh f (%)
Jadwal Makan	40 (41.7%)	56 (58.3%)
Jenis Makanan	59 (61.5%)	37 (38.5%)
Jumlah Makanan	52 (54.2%)	44 (45.8%)

Analisis spesifik terhadap elemen diet 3J (Tabel 3) memperlihatkan bahwa tingkat ketidakpatuhan tertinggi berada pada dimensi **Jadwal Makan** (58,3%). Ketidakpatuhan jadwal ini dikarenakan pasien sering kali melewatkan waktu makan yang dianjurkan atau makan di luar jam yang telah ditentukan akibat aktivitas harian. Sebaliknya, pada dimensi **Jenis Makanan** (61,5%) dan **Jumlah Makanan** (54,2%), responden cenderung lebih patuh. Hal ini mengindikasikan bahwa sebagian besar pasien telah memahami kategori makanan yang dilarang (misalnya makanan tinggi

gula murni) dan berusaha membatasi porsinya, namun masih kesulitan dalam mempertahankan konsistensi waktu asupan nutrisi secara stabil guna menghindari fluktuasi kadar glukosa darah.

KESIMPULAN

Penelitian menyimpulkan bahwa lebih dari separuh (53,1%) pasien Diabetes Melitus Tipe II di Poliklinik Penyakit Dalam RSI Ibnu Sina Padang Panjang tahun 2025 dikategorikan tidak patuh dalam menjalankan diet DM, dengan tingkat ketidakpatuhan tertinggi ditemukan pada aspek Jadwal Makan (58,3%). Karakteristik penderita didominasi oleh kelompok usia 46-65 tahun, berjenis kelamin perempuan, tingkat pendidikan rendah, serta telah menderita penyakit dalam rentang waktu 1 hingga 5 tahun..

DAFTAR PUSTAKA

Amalia, A. N., Suyono, & Arthur, R. (2023). *Penyusunan Instrumen Penelitian*. PT Nasya Expanding Management.

Anggraeni, D. E., Darmayanti, R., Saputra, A., Khasanah, U., & Hardiyanti, A. (2023). Hubungan Pengetahuan Dengan Kepatuhan Diet Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe Ii Di Rsud Kota Bandung. *Jurnal Keperawatan BSI*, *11*(2), 154–159.

Arania, R, et, al. (2021). Hubungan Antara Usia, Jenis kelamin, dan Tingkat Pendidikan dengan Kejadian Diabetes Mellitus di Klinik Mardi Waluyo Lampung Tengah. Jurnal Medika Malahayati, Volume 5, Nomor 3, September 2021.

Arifin, Z., Setyawati, A., Hasanuddin, U., & Sakit Universitas Hasanuddin Makassar, R. (2023). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kepatuhan Diet Pada Penderita Diabetes Melitus Tipe 2. *Journal of Telenursing (JOTING)*, *5*(2), 2494–2504.

Bahari, M. N., Nasela, S. J., & Abidin, L. S. (2021). *Pencegahan Penyakit Diabetes Melitus (DM) Tipe 2*. NEM.

Bima-ntb, D. H. (2022). Edukasi 5 Pilar Diabetes Mellitus Dalam Upaya Pencegahan Hiperglikemia meningkat pertahunnya. Kondisi ini terkait dengan perlaku pasien DM yang masih kurang tercapai yang selanjutnya dapat meminimalkan – mencegah terjadinya gangguan fungsi. 1(2), 67–75.

Budiono, Pertami, S. B., Parman, S., & Damayanti, R. (2019). *Konsep Dasar Keperawatan*. Bumi Medika.

Dania, Ardiansyah, & Arjuna. (2024). Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Diabetes Melitus di Wilayah Kerja Puskesmas Puding Besar Kabupaten Bangka Tahun 2023. 15(1), 37–48.

Darma, B. (2022). *Statistika Penelitian Menggunakan SPSS*. Guepedia.

Detty, Ade. (2020). Karakteristik Ulkus Diabetikum Pada Penderita Diabetes Melitus. Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husadah https://akper-sandikarsa.e-journal.id/JIKSH. Vol 11, No,1, Juni 2020.

Fiana, et, al. (2025). Hubungan Self Acceptance dan Kepatuhan Diet dengan Kadar Glukosa Darah Penyandang Diabetes Melitus Tipe 2. JPPNI Vol. 10/No.02/Agustus - November 2025. http://dx.doi.org/10.32419/jppni.v10i2.687.

Hariawan, H., Fathoni, A., & Purnamawati, D. (2019). Hubungan Gaya Hidup (Pola Makan dan Aktivitas Fisik) dengan Kejadian Diabetes Melitus di Rumah Sakit Umum Provinsi NTB. Jurnal Keperawatan Terpadu. 1 (1) , 1 - 7.

Insana, M. (2021). *Asuhan Keperawatan Diabetes Mellitus Dan Asuhan Keperawatan Stroke*. CV Budi Utama.

Irfan, M., & Wibowo, H. (n.d.). Hubungan Tingkat Stres dengan Kadar Gula Darah pada Penderita Diabetes Melitus (DM) di Puskesmas Peterongan Kabupaten Jombang *(The Relationship Between Stress Level With Sugar Blood Level At People With Diabetes Mellitus (Dm) In Peterongan Clinic Jombang Regency)*.

Irjayanti K, Syaifuddin Z , Suhartatik. (2022). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Terjadinya Peningkatan Diabetes Melitus Tipe 2. Jurnal Ilmiah Mahasiswa & Penelitian Keperawatan Volume 1 Nomor 6 2022

Janardani, A. T., Widjanarko, B., Sutiningsih, D., Muh, F., & Suwandi, A. (2025). Kepatuhan Diet dan Olahraga Pada Penderita Diabetes Mellitus Tipe 2 : Studi Kasus Kontrol di Puskesmas Tlogosari Wetan. *Jurnal Epidemiologi Kesehatan Komunitas*, *10*(2), 27–33. https://doi.org/10.14710/jekk.v10i2.26703

Kapojos, F. W. S., Kapantow, N. H., Djarkasi, G. S. S., & History, A. (2025). Jurnal Promotif Preventif Determinan Kepatuhan Diet pada Pasien Diabetes Melitus: Studi Cross-Sectional di Klinik Rawat Jalan Manado*, Indonesia Determinants of Dietary Compliance Among Patients with Diabetes Mellitus: A Cross-Sectional Study at an Outpatient Clinic in Manado, Indonesia Article Info ABSTRACT / ABSTRAK* (Vol. 8, Issue 3). http://journal.unpacti.ac.id/index.php/JPP

Kardiyudiani, N. K., & Susanti, B. A. D. (2019). Keperawatan Medikal Bedah 1. PT Pustaka Baru.

Kemenkes. (2020). Pedoaman Nasional Pelayanan Kedokteran Tata Laksana Diabetes Melitus Tipe 2 Dewasa. *Acta Universitatis Agriculturae et Silviculturae Mendelianae Brunensis*, *53*(9), 1689–1699.

Kesehatan Masyarakat, J., Rizky Rohmatulloh, V., Pardjianto, B., Sekar Kinasih, L., Studi Pendidikan Dokter, P., Kedokteran dan Ilmu Kesehatan, F., & Islam Maulana Malik Ibrahim Malang, U. (2024a). Hubungan Usia dan Jenis Kelamin Terhadap Angka Kejadian Diabetes Melitus Tipe 2 Berdasarkan 4 Kriteria Diagnosis di Poliklinik Penyakit Dalam RSUD Karsa Husada Kota Batu. *8*(1).

Khasanah, J. F., Ridlo, M., & Putri, G. K. (2021). Gambaran Pola Diit Jumalah, Jadwal, dan Jenis (3J) Pada Pendahuluan Metodologi. 1(1), 18–27.