

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

Bab ini menyajikan hasil penelitian dan pembahasan mengenai “Hubungan Kepatuhan Diet dengan Kadar Gula darah pada Pasien Diabetes Mellitus” di Puskesmas Sooko. Hasil penelitian disajikan dalam bentuk data umum dan data khusus yaitu : Kepatuhan Diet dengan Kadar Gula Darah pada Pasien Diabetes Mellitus di Puskesmas Sooko.

4.1 Gambaran Umum Lokasi Penelitian

Fokus penelitian ini adalah Puskesmas Sooko, yang terletak di Desa Kandungmaling, Kecamatan Sooko, Kabupaten Mojokerto, Provinsi Jawa Timur. Puskesmas ini merupakan fasilitas kesehatan tingkat pertama di bawah naungan Dinas Kesehatan Kabupaten Mojokerto dan memberikan layanan kepada sejumlah desa di Kecamatan Sooko.. Selain memberikan pelayanan kesehatan dasar, Puskesmas Sooko juga menyelenggarakan Program Pengelolaan Penyakit Kronis (*Prolanis*) bagi pasien dengan penyakit kronis, khususnya Diabetes Mellitus. Program ini bertujuan untuk meningkatkan kualitas hidup pasien melalui berbagai kegiatan, seperti pemeriksaan kesehatan, pemantauan kadar gula darah, pemberian terapi atau pengobatan, serta edukasi mengenai pengelolaan Diabetes Mellitus.

4.2 Hasil Penelitian

Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Usia, Jenis Kelamin, Pendidikan, dan Lama Menderita Diabetes Mellitus di Puskesmas Sooko

No	Karakteristik Responden	F	%
1	Usia		
	36–45 Tahun	1	1,1
	46–55 Tahun	15	15,8
	56–65 Tahun	55	57,9
	>65 Tahun	24	25,3
	Total	95	100,0
2	Jenis Kelamin		
	Laki-laki	18	18,9
	Perempuan	77	81,1
	Total	95	100,0
3	Pendidikan Terakhir		
	Tidak Bersekolah	0	0
	SD	4	4,2
	SMP	32	33,7
	SMA	59	62,1
	Total	95	100,0
4	Lama Menderita DM		
	< 1 Tahun	0	0
	1–5 Tahun	60	63,2
	>5 Tahun	35	36,8
	Total	95	100,0

Sumber: Data Primer 2026

4.2.1 Data Umum

Berdasarkan Tabel 4.1, Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden berada dalam rentang usia 56–65 tahun, yaitu sebanyak 55 orang (57,9%). Berdasarkan jenis kelamin, mayoritas responden adalah perempuan sebanyak 77 orang (81,1%). Ditinjau dari tingkat pendidikan, sebagian besar responden memiliki pendidikan terakhir pada jenjang SMA, yaitu

sebanyak 59 orang (62,1%). Sementara itu, berdasarkan lama menderita Diabetes Mellitus, mayoritas responden telah mengalami penyakit tersebut selama 1–5 tahun, dengan jumlah 60 orang (63,2%).

4.2.2 Data Khusus

1. Karakteristik Responden Berdasarkan Tingkat Kepatuhan Diet

Tabel 4. 2 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Tingkat Kepatuhan Diet pada Bulan Juni 2026

Tingkat Kepatuhan Diet	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Tidak Patuh	32	33,7
Cukup Patuh	47	49,5
Patuh	16	16,8
Jumlah	95	100,0

Sumber: Data Primer 2026

Berdasarkan Tabel 4.2, diketahui bahwa distribusi tingkat kepatuhan diet responden paling banyak berada pada kategori cukup patuh, yaitu sebanyak 47 responden (49,5%). Sementara itu, sebanyak 32 responden (33,7%) termasuk dalam kategori tidak patuh, sedangkan kategori patuh merupakan kelompok dengan jumlah paling sedikit, yaitu 16 responden (16,8%).

2. Data Responden Berdasarkan Hasil Kadar Gula Darah

Tabel 4. 3 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Hasil Kadar Gula Darah pada Bulan Juni 2026

Kadar Gula Darah	Frekuensi	Persentase (%)
Hipoglikemi	3	3,2
Normal	64	67,4
Hiperglikemi	28	29,5
Jumlah	95	100,0

Sumber: Data Primer 2026

Berdasarkan Tabel 4.3, hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas responden memiliki kadar gula darah dalam kategori normal, yaitu sebanyak 64

responden (67,4%). Selanjutnya, sebanyak 28 responden (29,5%) berada dalam kategori hiperglikemia, sedangkan sebanyak 3 responden (3,2%) termasuk dalam kategori hipoglikemia.

4.2.3 Tabulasi Silang

1. Tabulasi Silang Hubungan Kepatuhan Diet dengan Kadar Gula darah pada Pasien Diabetes Mellitus

Tabel 4. 4 Tabulasi Silang Antara Tingkat Kepatuhan dengan Kadar Gula Darah

Tingkat Kepatuhan Diet			Kadar gula darah					
	Hipoglikemi		Normal		Hiper-glikemi			Total
	N	%	N	%	N	%	N	%
Tidak Patuh	1	(3,1%)	15	(46,9%)	16	(50,0%)	32	(100,0%)
Cukup Patuh	1	(2,1%)	34	(72,3%)	12	(25,5%)	47	(100,0%)
Patuh	1	(3,2%)	15	(93,8%)	0	(0,0%)	16	(100,0%)
Total	3	(3,2%)	64	(67,4%)	28	(29,5%)	95	(100,0%)

Sumber : Data Primer 2026

Correlation Coefficient (r) -0,361 $p = 0,000$

P-value Signifikan $\alpha < 0,05$

Berdasarkan Tabel 4.4, distribusi kadar gula darah menunjukkan adanya perbedaan pada setiap tingkat kepatuhan diet. Pada kelompok responden yang tidak patuh sebanyak 32 orang, terdapat 1 responden (3,1%) yang mengalami hipoglikemia, 15 responden (46,9%) memiliki kadar gula darah normal, dan 16 responden (50,0%) mengalami hiperglikemia. Pada kelompok cukup patuh yang berjumlah 47 responden, sebanyak 1 responden (2,1%) mengalami hipoglikemia, 34 responden (72,3%) memiliki kadar gula darah normal, dan 12 responden (25,5%) mengalami hiperglikemia. Sementara itu, dari 16 responden

yang termasuk dalam kategori patuh, sebanyak 1 responden (3,2%) mengalami hipoglikemia, 15 responden (93,8%) memiliki kadar gula darah normal, dan tidak ditemukan responden yang mengalami hiperglikemia.

Hasil uji korelasi Spearman Rank menunjukkan nilai koefisien korelasi sebesar -0,361 dengan $p\text{-value} = 0,000$ ($p < 0,05$). Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kepatuhan diet dan kadar gula darah pada pasien Diabetes Mellitus. Nilai koefisien korelasi yang bernilai negatif menunjukkan bahwa hubungan kedua variabel memiliki arah berlawanan, yaitu semakin tinggi tingkat kepatuhan diet, cenderung semakin rendah kadar gula darah. Sebaliknya, tingkat kepatuhan diet yang lebih rendah cenderung diikuti oleh kadar gula darah yang lebih tinggi.

4.3 Pembahasan

4.3.1 Tingkat Kepatuhan Diet Pasien Diabetes Mellitus di Wilayah

Puskesmas Sooko

Berdasarkan Tabel 4.2, hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki tingkat kepatuhan diet dalam kategori cukup patuh, yaitu sebanyak 47 responden (49,5%). Selanjutnya, 32 responden (33,7%) berada pada kategori tidak patuh, sedangkan kategori patuh merupakan kelompok dengan jumlah paling rendah, yaitu sebanyak 16 responden (16,8%).

Kepatuhan diet pada pasien Diabetes Mellitus merupakan perilaku yang dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor, baik yang berasal dari individu, keluarga, maupun lingkungan. Pengaturan diet pada pasien Diabetes Mellitus

perlu dilakukan dengan memperhatikan prinsip 3J, yaitu ketepatan jumlah makanan, jenis makanan, dan jadwal makan. Menurut Suhartatik (2022), kepatuhan diet dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor, seperti pengetahuan, aktivitas fisik, akses terhadap informasi, dukungan sosial, motivasi, kemampuan diri, persepsi, usia, dan lingkungan. Adanya hambatan pada salah satu atau beberapa faktor tersebut dapat menyebabkan pasien mengalami kesulitan dalam menerapkan pengaturan diet secara konsisten.

Menurut penulis, mayoritas responden pada kategori cukup patuh menunjukkan bahwa sebagian besar pasien telah berupaya mengikuti anjuran diet, tetapi penerapannya belum sepenuhnya konsisten. Kondisi tersebut dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor, antara lain usia, aktivitas fisik, kepatuhan terhadap pengobatan, lama menderita Diabetes Mellitus, dukungan keluarga, serta kondisi kesehatan. Oleh karena itu, diperlukan edukasi dan pendampingan yang dilakukan secara berkesinambungan untuk membantu pasien meningkatkan dan mempertahankan kepatuhan diet.

Dari karakteristik usia, hasil penelitian menunjukkan bahwa kelompok usia 56–65 tahun merupakan kelompok yang paling dominan. Hal tersebut menunjukkan bahwa sebagian besar responden berada pada kelompok usia lanjut. Bertambahnya usia dapat disertai perubahan fisiologis, salah satunya penurunan massa otot yang dapat memengaruhi kemampuan tubuh dalam memanfaatkan glukosa. Kondisi tersebut dapat meningkatkan risiko terjadinya peningkatan kadar gula darah. Selain perubahan fisiologis, usia juga dapat memengaruhi kesadaran dan pertimbangan seseorang terhadap kondisi

kesehatannya, termasuk dalam menerapkan perilaku pengelolaan Diabetes Mellitus.

Berdasarkan jenis kelamin, mayoritas responden dalam penelitian ini adalah perempuan, yaitu sebanyak 77 responden (62,1%), sedangkan laki-laki sebanyak 18 responden (18,9%). Meskipun jumlah responden perempuan lebih besar, hasil penelitian menunjukkan bahwa proporsi kepatuhan diet pada laki-laki lebih tinggi dibandingkan perempuan. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa jumlah responden berdasarkan jenis kelamin tidak secara langsung menggambarkan tingkat kepatuhan diet. Perempuan yang umumnya memiliki keterlibatan lebih besar dalam pemilihan dan pengolahan makanan dapat memiliki perhatian terhadap pola makan, tetapi kepatuhan tetap dipengaruhi oleh faktor lain seperti pengetahuan, motivasi, kebiasaan makan, serta dukungan keluarga.

Berdasarkan tingkat pendidikan, responden dengan pendidikan terakhir SMA merupakan kelompok terbanyak, yaitu 59 responden (62,1%), kemudian pendidikan SMP sebanyak 32 responden (33,7%) dan SD sebanyak 4 responden (4,2%). Tidak terdapat responden yang tidak bersekolah. Dominannya responden berpendidikan SMA menunjukkan bahwa tingkat pendidikan tidak dapat dijadikan sebagai satu-satunya indikator dalam menentukan kepatuhan diet. Kepatuhan dalam pengelolaan Diabetes Mellitus tidak hanya berkaitan dengan tingkat pendidikan, tetapi juga dipengaruhi oleh pengalaman, pengetahuan, motivasi, dan dukungan keluarga. Dengan demikian, pendidikan

yang lebih tinggi tidak selalu menghasilkan kepatuhan diet yang lebih baik karena perilaku tersebut membutuhkan penerapan pengetahuan dan konsistensi dalam kehidupan sehari-hari (Hestiana, 2017). Kepatuhan diet tidak secara otomatis meningkat seiring dengan tingginya tingkat pendidikan. Penerapan diet membutuhkan kemampuan untuk mempertahankan perilaku sehat secara konsisten. Pasien dengan pendidikan yang lebih tinggi tetap dapat mengalami ketidakpatuhan apabila menghadapi hambatan berupa kebiasaan makan yang sulit diubah, motivasi yang rendah, kurangnya dukungan keluarga, keterbatasan ekonomi, maupun kurangnya konsistensi dalam mengikuti anjuran diet. (Manutama et al, 2024).

Berdasarkan lama menderita Diabetes Mellitus, sebagian besar responden telah mengalami penyakit selama 1–5 tahun, yaitu sebanyak 60 responden (63,2%), sedangkan responden dengan lama menderita >5 tahun sebanyak 35 responden (36,8%) dan tidak terdapat responden dengan lama menderita <1 tahun. Dominannya kelompok 1–5 tahun menunjukkan bahwa sebagian besar responden telah memiliki pengalaman dalam menjalani pengobatan, menerima informasi kesehatan, serta menerapkan pengaturan pola makan. Pengalaman tersebut dapat membantu pasien memahami pentingnya pengelolaan diet dalam mengontrol kondisi penyakit.

Lama menderita Diabetes Mellitus memiliki keterkaitan dengan kepatuhan diet pada pasien Diabetes Mellitus tipe 2. Durasi penyakit dapat memberikan pengalaman kepada pasien dalam beradaptasi dengan perubahan pola hidup dan menjalankan pengaturan diet. Namun, semakin lama pasien

menjalani pengelolaan penyakit, terdapat kemungkinan munculnya kejenuhan terhadap berbagai aturan diet yang harus diterapkan dalam jangka panjang (Manutama et al. 2024).

lama menderita Diabetes Mellitus bukan merupakan satu-satunya faktor yang menentukan kepatuhan diet. Motivasi pasien, pemahaman terhadap prinsip 3J (jumlah, jenis, dan jadwal makan), dukungan keluarga, serta pendampingan tenaga kesehatan juga berperan dalam mempertahankan kepatuhan diet. Dengan demikian, meskipun mayoritas responden telah menderita Diabetes Mellitus selama 1–5 tahun, tingkat kepatuhan diet tetap dapat berbeda sesuai dengan kemampuan individu dan dukungan yang diperoleh selama menjalani pengelolaan penyakit.

4.3.2 Kadar Gula Darah Pasien Diabetes Mellitus di Wilayah Puskesmas Sooko

Berdasarkan hasil penelitian pada pasien Diabetes Mellitus, diketahui bahwa mayoritas responden memiliki kadar gula darah dalam kategori normal, yaitu sebanyak 64 responden (67,4%). Sementara itu, sebanyak 28 responden (29,5%) berada dalam kategori hiperglikemia dan 3 responden (3,2%) termasuk dalam kategori hipoglikemia. Hasil tersebut menunjukkan bahwa sebagian besar responden dalam penelitian ini memiliki kondisi kadar gula darah yang relatif terkendali.

Kadar gula darah merupakan salah satu parameter yang dapat digunakan untuk menilai kondisi pengendalian Diabetes Mellitus. Kondisi glikemik pasien dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti pola dan

kepatuhan diet, aktivitas fisik, kepatuhan terhadap pengobatan, lama menderita Diabetes Mellitus, kondisi kesehatan, stres, serta karakteristik metabolisme masing-masing individu. Salah satu upaya yang penting dalam menjaga kestabilan kadar gula darah adalah penerapan pengaturan pola makan berdasarkan prinsip 3J, yaitu jumlah, jenis, dan jadwal makan. Pengaturan tersebut bertujuan membantu mengendalikan asupan energi dan karbohidrat sehingga fluktuasi kadar glukosa darah dapat diminimalkan. Kepatuhan dalam menjalankan anjuran diet menjadi salah satu komponen yang mendukung tercapainya pengendalian glikemik yang lebih baik (PERKENI, 2021).

Berdasarkan lama menderita Diabetes Mellitus, sebagian besar responden telah mengalami penyakit selama 1–5 tahun, yaitu sebanyak 60 responden (63,2%). Selanjutnya, 35 responden (36,8%) telah menderita Diabetes Mellitus selama >5 tahun, sedangkan tidak ditemukan responden dengan lama menderita <1 tahun. Lama menderita Diabetes Mellitus dapat berkaitan dengan kemampuan pasien dalam mengendalikan kadar gula darah karena semakin lama seseorang mengalami penyakit, semakin panjang pula periode yang dijalani untuk menerapkan berbagai bentuk pengelolaan, seperti pengaturan pola makan, aktivitas fisik, pengobatan, dan pemantauan kadar gula darah. Di sisi lain, durasi penyakit yang panjang juga dapat menimbulkan kejenuhan terhadap berbagai aturan pengelolaan penyakit sehingga konsistensi pasien dalam mempertahankan perilaku sehat dapat mengalami penurunan (Rahayu et al., 2023).

Berdasarkan tingkat pendidikan, sebagian besar responden memiliki pendidikan terakhir SMA, yaitu sebanyak 59 responden (62,1%), kemudian pendidikan SMP sebanyak 32 responden (33,7%) dan SD sebanyak 4 responden (4,2%). Tidak terdapat responden yang tidak bersekolah. Pendidikan dapat mendukung kemampuan individu dalam memperoleh, memahami, dan menerapkan informasi kesehatan, termasuk informasi mengenai pengelolaan Diabetes Mellitus. Tingkat pendidikan yang lebih tinggi dapat mempermudah seseorang dalam memahami pentingnya pengaturan pola makan, aktivitas fisik, kepatuhan terhadap pengobatan, serta pemantauan kadar gula darah (Isnaeni et al., 2018).

Hasil Penelitian menunjukkan bahwa pendidikan bukan merupakan satu-satunya faktor yang menentukan kadar gula darah. Kondisi glikemik juga dapat dipengaruhi oleh kepatuhan diet, aktivitas fisik, kepatuhan minum obat, lama menderita penyakit, stres, kondisi kesehatan, serta faktor metabolik individu. Oleh karena itu, tingkat pendidikan yang lebih tinggi belum tentu diikuti dengan kadar gula darah yang lebih baik apabila tidak disertai dengan penerapan perilaku pengelolaan Diabetes Mellitus secara tepat dan konsisten

4.3.3 Hubungan Kepatuhan Diet dengan Kadar Gula Darah pada Pasien Diabetes Mellitus

Berdasarkan hasil penelitian pada pasien Diabetes Mellitus, sebagian besar responden memiliki tingkat kepatuhan diet dalam kategori cukup patuh, yaitu sebanyak 47 responden (49,5%), diikuti kategori tidak patuh sebanyak 32 responden (33,7%) dan kategori patuh sebanyak 16 responden

(16,8%). Hasil uji statistik Spearman's Rho menunjukkan nilai koefisien korelasi sebesar $r = -0,361$ dengan $p\text{-value} = 0,000$ ($p < 0,05$). Hasil tersebut menunjukkan bahwa H_1 diterima, sehingga terdapat hubungan yang signifikan antara kepatuhan diet dengan kadar gula darah pada pasien Diabetes Mellitus. Nilai koefisien korelasi yang negatif menunjukkan adanya hubungan berlawanan arah, yaitu semakin tinggi tingkat kepatuhan diet, cenderung semakin rendah kategori kadar gula darah responden.

Hubungan tingkat kepatuhan diet dengan kadar gula darah terlihat dari distribusi tingkat kepatuhan diet responden. Berdasarkan hasil penelitian, diketahui bahwa sebagian besar responden memiliki tingkat kepatuhan diet dalam kategori cukup patuh, yaitu sebanyak 47 responden (49,5%). Selanjutnya, sebanyak 32 responden (33,7%) berada dalam kategori tidak patuh, sedangkan sebanyak 16 responden (16,8%) termasuk dalam kategori patuh. Distribusi tersebut menunjukkan bahwa sebagian besar responden telah berupaya menerapkan pola makan sesuai anjuran diet Diabetes Mellitus, tetapi penerapannya belum sepenuhnya konsisten. Kondisi ini dapat terlihat dari masih adanya responden yang berada dalam kategori tidak patuh, sehingga kepatuhan terhadap prinsip diet perlu terus ditingkatkan untuk membantu menjaga kadar gula darah tetap terkendali.

Hubungan tingkat kepatuhan diet dengan kadar gula darah juga terlihat dari distribusi kadar gula darah pada setiap kelompok kepatuhan diet. Pada kelompok tidak patuh, dari 32 responden terdapat 1 responden (3,1%) yang mengalami hipoglikemi, 15 responden (46,9%) memiliki kadar gula darah

normal, dan 16 responden (50,0%) mengalami hiperglikemi. Pada kelompok cukup patuh, dari 47 responden terdapat 1 responden (2,1%) yang mengalami hipoglikemi, 34 responden (72,3%) memiliki kadar gula darah normal, dan 12 responden (25,5%) mengalami hiperglikemi. Sementara itu, pada kelompok patuh, dari 16 responden terdapat 1 responden (6,3%) yang mengalami hipoglikemi, 15 responden (93,8%) memiliki kadar gula darah normal, dan tidak terdapat responden yang mengalami hiperglikemi. Hasil tersebut menunjukkan adanya kecenderungan bahwa semakin tinggi tingkat kepatuhan diet, semakin besar proporsi responden yang memiliki kadar gula darah normal dan semakin kecil proporsi responden yang mengalami hiperglikemi. Oleh karena itu, peningkatan kepatuhan diet perlu didukung melalui edukasi kesehatan, konseling gizi, pemantauan pola makan, serta dukungan keluarga dan tenaga kesehatan. Upaya tersebut sebaiknya dilakukan secara berkesinambungan karena pengendalian Diabetes Mellitus tidak hanya bergantung pada diet, tetapi juga membutuhkan pengelolaan penyakit secara menyeluruh.

