

SKRIPSI

**HUBUNGAN KEPATUHAN DIET DENGAN KADAR GULA
DARAH PADA PASIEN DIABETES MELLITUS
DI PUSKESMAS SOOKO**



**REGAN ARETHUSA PRABOWO
NIM : 202201197**

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS BINA SEHAT PPNI
MOJOKERTO
2025/2026**

SKRIPSI

HUBUNGAN KEPATUHAN DIET DENGAN KADAR GULA DARAH PADA PASIEN DIABETES MELLITUS DI PUSKESMAS SOOKO

Diajukan Untuk Memenuhi Gelar Sarjana Keperawatan Pada
Universitas Bina Sehat PPNI
Kabupaten Mojokerto



REGAN ARETHUSA PRABOWO
NIM : 202201197

PROGRAM STUDI S 1 KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS BINA SEHAT PPNI
MOJOKERTO
2026

SURAT PERNYATAAN ORISINALITAS

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Regan Arethusa Prabowo

NIM : 202201197

Prodi : S1 KEPERAWATAN

Fakultas : FIKES

Judul : Hubungan Kepatuhan Diet dengan Kadar Gula Darah pada Pasien Diabetes mellitus di Puskesmas Sooko

Saya menyatakan bahwa Skripsi ini adalah hasil karya sendiri dan belum pernah dikumpulkan orang lain untuk memperoleh gelar dari berbagai jenjang pendidikan di Perguruan Tinggi manapun, dan apabila terbukti ada unsur Plagiarisme saya siap untuk dibatalkan kelulusannya.

Mojokerto, 12/10/2026



Regan Arethusa Prabowo

202201197

QR REPOSITORY



HALAMAN PERSETUJUAN

Proposal Skripsi ini telah disesuaikan untuk diajukan dalam ujian akhir program

Judul : Hubungan Kepatuhan Diet dengan Kadar Gula Darah pada Pasien
Diabetes Mellitus di Puskesmas Sooko

Nama : Regan Arethusia Prabowo

NIM : 202201197

Pada Tanggal : Senin 31 Agustus 2026

Oleh :

Pembimbing I



Pembimbing II

Rizky Meuthya Pratiwi, M.Kep.

NIK. 162 601 137



Yayasan Kesejahteraan Warga Perawatan Perawat Nasional Indonesia

UNIVERSITAS BINA SEHAT PPNI

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

FAKULTAS EKONOMI BISNIS & TEKNOLOGI DIGITAL

• <http://www.ubs-ppni.ac.id>
• info@ubs-ppni.ac.id

• 0321-390203 (Fax) / Call Center : 08113281223
• Jln. Raya Jabon KM.06 Mojoanyar Mojokerto

LEMBAR PENGESAHAN

Skripsi ini diajukan oleh :

Nama : REGAN ARETHUSA PRABOWO
NIM : 202201197
Program Studi : Ilmu Keperawatan
Pada Tanggal : 16 September 2026
Judul Skripsi : "Hubungan Kepatuhan Diet Dengan Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Mellitus"

Telah berhasil dipertahankan di hadapan Dosen Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana pada Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto

DOSEN PENGUJI

Penguji Utama : Arum Dwi Ningsih, S.Kep.Ns., M.Kep (.....
Penguji 1 : Ima Rahmawati, M.Si., M.Kep. (.....
Penguji 2 : Rizky Meuthia Pratiwi, (.....
: S.Kep.Ns., M.Kep (.....

Ditetapkan di : Mojokerto

Tanggal : 16 September 2026

Ka. Prodi Ilmu Keperawatan

Enny Virda Y., S.Kep.Ns., M.Kes

NIK : 162.601.095

PERSEMBAHAN

Alhamdulillahirabbil'alamin. Segala puji bagi Allah SWT yang telah memberikan kesehatan, kesempatan, kekuatan, serta kemudahan kepada penulis sehingga karya ini dapat diselesaikan. Setiap proses yang dilalui tentu tidak selalu mudah, namun berkat pertolongan-Nya, doa, dukungan, dan orang-orang baik yang hadir di sepanjang perjalanan, penulis akhirnya mampu menyelesaikan tahap ini. Shalawat serta salam semoga senantiasa tercurah kepada Nabi Muhammad SAW, yang menjadi teladan bagi umat manusia dalam menjalani kehidupan dengan penuh kebaikan dan ketulusan. Dengan penuh rasa syukur, karya ini penulis persembahkan kepada:

1. Untuk dua orang tua penulis yaitu Ibu penulis (Pramuwati) dan (Ayah Alm, Jody Triwibowo) yang menjadi bagian terbesar dari perjalanan hidup penulis, terima kasih atas segala hal yang telah diberikan, baik yang terlihat maupun yang sering kali tidak penulis sadari. Terima kasih untuk doa yang selalu menyertai setiap langkah, untuk kesabaran ketika penulis menghadapi kesulitan, dan untuk keyakinan yang tetap diberikan ketika penulis sendiri sempat meragukan kemampuan diri. Semoga karya ini dapat menjadi salah satu bentuk kecil dari rasa terima kasih penulis atas begitu banyak hal yang telah kalian berikan. Penulis berharap suatu saat dapat membalas semua kebaikan tersebut dengan sesuatu yang lebih berarti dan dapat membuat Ibu dan Ayah merasa bangga
2. Untuk diri sendiri penulis (Regan Arethusa Prabowo), terima kasih sudah menyelesaikan apa yang pernah dimulai. Ada banyak hari ketika semuanya terasa melelahkan, ada saat ketika hasil yang diharapkan belum juga terlihat, dan ada pula rasa ingin berhenti yang mungkin tidak pernah diketahui orang lain. Namun, pada akhirnya kamu tetap memilih untuk melanjutkan.
3. Untuk Arum Dwi Ningsih, S.Kep.Ns., M.Kep. selaku penguji pertama Penulis menyampaikan terima kasih atas kesediaan dalam menguji karya ini serta atas berbagai koreksi, saran, dan masukan yang diberikan. Setiap

arahan yang disampaikan menjadi bahan evaluasi bagi penulis untuk memperbaiki kekurangan dalam penyusunan skripsi ini.

4. Untuk Ima Rahmawati, M.Si., M.Kep selaku pembimbing I Terima kasih atas waktu dan kesediaan untuk mendampingi penulis selama proses penyusunan skripsi. Arahan, koreksi, dan saran yang diberikan selama proses bimbingan sangat membantu penulis dalam memahami dan menyelesaikan setiap tahapan penelitian. Semoga segala ilmu dan kebaikan yang telah diberikan mendapatkan balasan terbaik dari Allah SWT.
5. Untuk Rizky Meuthia Pratiwi, S.Kep.Ns.,M.Kep. selaku pembimbing II Terima kasih atas bimbingan, perhatian, serta berbagai masukan yang diberikan selama penyelesaian skripsi ini. Setiap koreksi dan arahan menjadi bagian

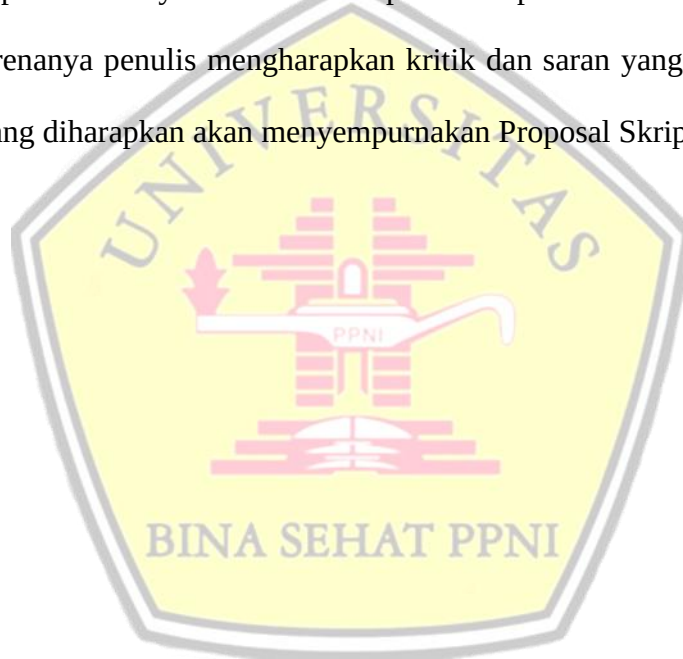


KATA PENGANTAR

Puji syukur alhamdulillah penulis panjatkan ke hadirat Allah SWT, karena atas rahmat dan karunia-Nya penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Hubungan Kepatuhan Diet dengan Kadar Gula Darah pada Pasien Diabetes Mellitus di Puskesmas Sooko”. Penyusunan skripsi ini adalah berkat bantuan dan dukungan serta bimbingan dari berbagai pihak, maka dalam kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya dengan hati tulus kepada:

1. Drg. Cahyarti Sumirat selaku kepala UPT Puskesmas Sooko yang telah memberikan izin kepada penulis untuk melakukan penelitian di UPT Puskesmas Sooko
2. Dr. Indah Lestari, S.Kep.Ns.,M.Kes selaku Rektor Universitas Bina Sehat PPNI Kabupaten Mojokerto yang telah memberikan kesempatan kepada peneliti untuk menyusun proposal dan melakukan penelitian
3. Dr. Lilik Ma'rifatul Azizah S.Kep., Ns., M.Kes selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan
4. Enny Virda Yuniarti, S.Kep.Ns.M.Kes Selaku Ka.Prodi S1 Keperawatan yang telah memberikan dorongan untuk menyelesaikan pendidikan di Universitas Bina Sehat PPNI Kabupaten Mojokerto
5. Ima Rahmawati, M.Si.,M.Kep selaku pembimbing I Skripsi yang telah meluangkan waktu dalam bimbingan serta memberikan masukan kepada penulis dalam menyelesaikan proposal skripsi ini.

6. Ns. Rizky Meuthia Pratiwi, M.Kep selaku pembimbing II Skripsi yang telah meluangkan waktu dalam bimbingan serta memberikan masukan kepada penulis dalam menyelesaikan proposal skripsi ini.
7. Arum Dwi Ningsih, S.Kep.Ns, M.Kep selaku Dosen Penguji yang telah menguji dan memberikan masukan kepada penulis
8. Seluruh dosen staff di lingkungan Universitas Bina Sehat PPNI Kabupaten Mojokerto yang turut membantu menyediakan fasilitas belajar serta arahan arahan. Akhirnya penulis menyadari bahwa Proposal Skripsi ini masih jauh dari sempurna, karenanya penulis mengharapkan kritik dan saran yang sifatnya membangun yang diharapkan akan menyempurnakan Proposal Skripsi ini.



MOTTO

"Barang siapa menempuh jalan untuk mencari ilmu, maka Allah akan mudahkan baginya jalan menuju surga."

(HR. Muslim)



DAFTAR ISI

SURAT PERNYATAAN	i
HALAMAN PERSETUJUAN	ii
LEMBAR PENGESAHAN	iii
ABSTRAK.....	iv
ABSTRACT	v
PERSEMBAHAN	vi
KATA PENGANTAR.....	viii
MOTTO	x
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR TABEL	xiv
DAFTAR GAMBAR.....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BAB 1 PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah	5
1.3 Tujuan Penelitian.....	5
1.4 Manfaat Penelitian.....	6
1.4.1 Manfaat Teoretis.....	6
1.4.2 Manfaat Praktis.....	6
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA	7
2.1 Konsep Diabetes Mellitus.....	7
2.1.1 Definisi Diabetes Mellitus	7
2.1.2 Klasifikasi Diabetes Mellitus.....	8
2.1.3 Etiologi	9
2.1.4 Patofisiologi.....	11
2.1.5 Manifestasi Klinis.....	12
2.1.6 Penatalaksanaan.....	15
2.1.7 Komplikasi.....	17
2.2 Konsep Kepatuhan Diet.....	20
2.2.1 Definisi Kepatuhan Diet	20

2.2.2 Faktor – faktor Yang Mempengaruhi Kepatuhan Diet	21
2.2.3 Penerapan Kepatuhan Diet	23
2.3 Konsep Kadar Gula Darah.....	27
2.3.1 Definisi Kadar Gula Darah	27
2.3.2 Klasifikasi Kadar Gula Darah.....	28
2.3.3 Faktor – faktor Yang Mempengaruhi Kadar Gula Darah	29
2.3.4 Teori – teori Kadar Gula Darah	31
2.3.5 Pengukuran Kadar Gula Darah	33
2.4 Hubungan Kepatuhan Diet Dengan Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Mellitus.....	36
2.5 Penelitian Jurnal Terkait.....	38
2.6 Kerangka Teori.....	40
2.7 Kerangka Konseptual	41
2.8 Hipotesis Penelitian	42
BAB 3 METODE PENELITIAN	43
3.1 Desain Penelitian.....	43
3.2 Populasi, Sampling dan sampel.....	43
3.2.1 Populasi	43
3.2.2 Sampling.....	44
3.2.3 Sampel	45
3.3 Identifikasi variable penelitian dan definisi operasional	46
3.3.2 Definisi operasional	47
3.4 Prosedur Penelitian.....	47
3.5 Kerangka Kerja.....	49
3.6 Pengumpulan Data	50
3.6.1 Instrument penelitian	50
3.6.2 Waktu dan tempat penelitian	50
3.7 Analisis data	50
3.7.1 Editing	50
3.7.2 Coding	51
3.7.3 Scoring.....	52
3.7.4 Tabulating.....	53
3.8 Etika penelitian.....	53
3.8.1 Informed consent	54
3.8.2 Anonymity	54

3.8.3 Confidentiality	54
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	55
4.1 Gambaran Umum Lokasi Penelitian	55
4.2 Hasil Penelitian.....	56
4.2.1 Data Umum.....	56
4.2.2 Data Khusus.....	57
4.2.3 Tabulasi Silang	58
4.3 Pembahasan	59
4.3.1 Tingkat Kepatuhan Diet Pasien Diabetes Mellitus di Wilayah ...	59
4.3.2 Kadar Gula Darah Pasien Diabetes Mellitus di Wilayah Puskesmas	Sooko 63
4.3.3 Hubungan Kepatuhan Diet dengan Kadar Gula Darah pada Pasien Diabetes Mellitus.....	65
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	68
5.1 Kesimpulan.....	68
5.2 Saran.....	69
5.2.1 Bagi Responden.....	69
5.2.2 Bagi Puskesmas Sooko.....	70
5.2.3 Bagi Institusi Pendidikan.....	70
DAFTAR PUSTAKA	71

DAFTAR TABEL

<u>Tabel 2.1 Klasifikasi Kadar Gula Darah</u>	28
<u>Tabel 3.1 Definisi Operasional</u>	47
<u>Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Usia, Jenis Kelamin, Pendidikan, dan Lama Menderita Diabetes Mellitus di Puskesmas Sooko</u>	56
<u>Tabel 4. 2 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Tingkat Kepatuhan Diet pada Bulan Juni 2026</u>	57
<u>Tabel 4. 3 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Hasil Kadar Gula Darah pada Bulan Juni 2026</u>	57
<u>Tabel 4. 4 Tabulasi Silang Antara Tingkat Kepatuhan dengan Kadar Gula Darah</u>	58



DAFTAR LAMPIRAN

<u>Lampiran 1 Lembar Pengajuan Judul Skripsi</u>	73
<u>Lampiran 2 Surat Balasan Penelitian</u>	75
<u>Lampiran 4 Lembar Bimbingan Proposal Skripsi</u>	76
<u>Lampiran 5 Lembar Permohonan Menjadi Responden</u>	80
<u>Lampiran 6 Lembar Persetujuan Menjadi Responden</u>	82
<u>Lampiran 7 Uji Similaritas</u>	83
<u>Lampiran 8 Kuisisioner Kepatuhan Diet</u>	84
<u>Lampiran 9 Tabulasi Data</u>	85
<u>Lampiran 10 Hasil Uji Statistik Menggunakan SPSS</u>	86
<u>Lampiran 11 Dokumentasi</u>	88



DAFTAR PUSTAKA

- American Diabetes Association. (2023). *Standards of Care in Diabetes—2023*. *Diabetes Care*, 46(Suppl. 1), S1–S291. <https://doi.org/10.2337/dc23-S001>
- American Diabetes Association. (2025). *Standards of Care in Diabetes—2025*. *Diabetes Care*, 48(Suppl. 1), S1–S312. <https://doi.org/10.2337/dc25-S001>
- An’Nisa, F., Wahyuni, S., & Rahayu, S. (2023). Hubungan kepatuhan diet terhadap nilai HbA1c dan kadar gula darah sewaktu penderita diabetes mellitus tipe 2. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Indonesia*, 7(1), 45–54. <https://doi.org/10.31000/jiki.v7i1.8213>
- Ariska, D. (2022). Pengaruh edukasi diet diabetes mellitus terhadap tingkat kepatuhan pengaturan pola makan pada pasien rawat jalan. *Jurnal Keperawatan Klinis*, 10(2), 112–120. <https://doi.org/10.22146/jkk.v10i2.7156>
- Ariska, D., Purnomo, H., & Wijaya, A. (2025). Analisis faktor risiko dan insiden penyakit tidak menular kronis di wilayah urban Indonesia. *Jurnal Kesehatan Global*, 13(1), 18–29. <https://doi.org/10.35974/jkg.v13i1.3412>
- Fadhli, M., Siregar, R., & Nasution, E. (2022). Efektivitas pemberian konseling gizi dan edukasi interaktif dalam meningkatkan kepatuhan pilar pengendalian diabetes mellitus. *Jurnal Gizi dan Kesehatan Masyarakat*, 11(3), 201–212. <https://doi.org/10.24114/jgkm.v11i3.3984>
- International Diabetes Federation. (2023). *IDF Diabetes Atlas* (11th ed.). International Diabetes Federation. <https://doi.org/10.1016/j.diabres.2023.110612>
- Karyawati, K. (2025). Hubungan antara regulasi perilaku makan (*dietary adherence*) dengan kualitas hidup pasien diabetes mellitus tipe 2 di wilayah Puskesmas. *Jurnal Asuhan Keperawatan Kronis*, 9(1), 34–42. <https://doi.org/10.32583/jakk.v9i1.2185>
- Karyawati, K., Santoso, B., & Utami, T. (2025). Mekanisme degeneratif proses penuaan terhadap penurunan fungsional sistem organ metabolisme dan kaitannya dengan nefropati diabetik. *Jurnal Gerontologi dan Keperawatan Medikal Bedah*, 6(2), 89–98. <https://doi.org/10.33024/jgkmb.v6i2.4119>

- Nanda, O. D., & Rosyid, F. N. (2021). Evaluasi efektivitas fungsi insulin (“gembok dan kunci”) pada resistensi sel terhadap regulasi glukosa darah penderita diabetes melitus. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Keperawatan*, 17(2), 143–152. <https://doi.org/10.26753/jikk.v17i2.651>
- Nursyifa, A., Hidayat, T., & Fitriani, D. (2023). Peran dukungan sosial dan lingkungan keluarga sebagai prediktor kepatuhan diet lansia dengan diabetes mellitus tipe 2. *Jurnal Keperawatan Komunitas*, 8(2), 77–86. <https://doi.org/10.24198/jkk.v8i2.4231>
- Perkumpulan Endokrinologi Indonesia (PERKENI). (2021). *Pedoman pengelolaan dan pencegahan diabetes melitus tipe 2 di Indonesia 2021*. PB PERKENI
- Rahmatiah, S., Amin, M., & Zakaria, Z. (2022). Gangguan metabolisme karbohidrat dan patofisiologi pembentukan hiperglikemia kronis pada penderita diabetes melitus tipe spesifik. *Jurnal Patofisiologi Klinis Indonesia*, 4(2), 102–111. <https://doi.org/10.30595/jpki.v4i2.2981>
- Ramadhina, A., Kusuma, W., & Setiawan, I. (2022). Pengaruh latihan aktivitas fisik terstruktur terhadap stabilitas glukosa darah sewaktu (GDS) pada pasien diabetes mellitus. *Jurnal Media Keolahragaan Indonesia*, 12(1), 56–63. <https://doi.org/10.15294/mki.v12i1.3524>
- Sawitri, E., Nugroho, S., & Wardani, K. (2025). Aplikasi teori perilaku (*health belief model* dan *theory of planned behavior*) terhadap kepatuhan diet diabetes melitus pada kelompok lanjut usia. *Jurnal Ilmu Keperawatan Indonesia*, 13(2), 125–138. <https://doi.org/10.31539/jiki.v13i2.5126>
- Survei Kesehatan Indonesia (SKI). (2023). *Laporan nasional Survei Kesehatan Indonesia 2023*. Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan, Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- World Health Organization. (2023). *Global report on diabetes and non-communicable diseases: Action plan for prevention and control*. World Health Organization.