

Hubungan antara kepatuhan diet, dukungan keluarga, dan motivasi diri dengan kadar gula darah pada pasien diabetes mellitus di Puskesmas Kecamatan Cisauk Kabupaten Tangerang

Association between diet compliance, family support, and self-motivation with blood glucose levels in diabetes mellitus patients in Cisauk District, Tangerang Regency

Nurullita Rossa Febriana, Adhila Fayasari*

Program Studi Gizi, Fakultas Ilmu Kesehatan dan Teknologi, Universitas Binawan

Diterima: 08/12/2022

Ditelaah: 10/05/2023

Dimuat: 28/08/2023

Abstrak

Latar Belakang: Di Indonesia, Diabetes Mellitus (DM) merupakan penyebab kematian terbesar. Puskesmas Kecamatan Cisauk merupakan salah satu puskesmas dengan jumlah pasien DM yang cukup tinggi. Kadar gula darah yang meningkat dan tidak terkontrol dapat memicu komplikasi, bahkan kematian. Untuk mencegah kadar gula darah yang tidak terkontrol antara lain dapat dilakukan dengan pengontrolan kepatuhan diet, dukungan keluarga, dan motivasi diri. **Tujuan:** Menganalisis hubungan antara kepatuhan diet DM, dukungan keluarga, dan motivasi diri dengan kadar gula darah pasien DM di Puskesmas Cisauk Tangerang. **Metode:** Desain penelitian ini adalah *cross-sectional* yang dilakukan pada bulan Mei–Juni 2022. Kriteria inklusi subjek adalah pasien DM yang tinggal serumah dengan keluarga, berumur ≥ 18 tahun, bersedia menjadi subjek dan mampu baca tulis dengan total subjek 115 orang. Kadar gula darah sewaktu diukur dengan *glucometer*. Pengukuran kepatuhan diet, dukungan keluarga serta motivasi diri menggunakan kuesioner. Data dianalisis menggunakan *Chi-Square* dengan tingkat kesalahan 5%. **Hasil:** Kadar gula darah tinggi ditemukan sebesar 50,4%. Tingkat kepatuhan diet dengan kategori patuh (37,4%) dan tidak patuh (62,6%). Dukungan keluarga dengan kategori kurang (35,7%), cukup (33,9%), dan baik (30,4%). Motivasi diri dengan kategori kurang (55,7%) dan baik (44,3%). Hasil pengujian statistik menunjukkan adanya hubungan antara kepatuhan diet DM ($p=0,028$) dan motivasi diri ($p=0,012$) dengan kadar gula darah, tetapi tidak ada hubungan antara dukungan keluarga ($p=0,777$) dengan kadar gula darah pasien di area Puskesmas Cisauk. **Kesimpulan:** Ada hubungan antara kepatuhan diet serta motivasi diri dengan kadar gula darah pasien Diabetes Mellitus di Puskesmas Cisauk.

Kata kunci: diabetes mellitus; dukungan keluarga; kepatuhan diet; motivasi diri

Abstract

Background: In Indonesia, Diabetes Mellitus is the biggest cause of mortality. Puskesmas Cisauk is one of the health centers with a high number of DM patients. High blood glucose levels and uncontrolled blood glucose can lead to complications and even mortality. To prevent uncontrolled blood glucose levels, among others, by controlling dietary compliance, family support, and self-motivation. **Objective:** To analyze the association between dietary compliance, family support, and self-motivation with blood glucose levels in DM patients in the Cisauk Tangerang. **Methods:** This study used a *cross-sectional* design in DM patients at the Cisauk Tangerang Health Center from May to June 2022. Inclusion criteria included DM patients living at home with their families, aged ≥ 18 years, willing to be the subjects, and able to read and write, and the total subjects in this study were 115 subjects. The data included blood glucose levels measured by a *glucometer* and measurements of dietary compliance, family support, and self-motivation using a questionnaire. Data were analyzed using *Chi-Square*, 5% error. **Results:** High blood glucose levels were found to be 50.4%. The level of dietary compliance with the categories of adherent (37.4%) and non-adherent (62.6%), family support in the less category (35.7%), sufficient (33.9%), and good (30.4%), and self-motivation with less (55.7%) and good (44.3%). The results of the statistical test showed that there was a relationship between dietary compliance ($p=0.028$), there was no relationship between family support ($p=0.777$), and there was a relationship between self-motivation ($p=0.012$) and blood glucose levels in the region Chisauk Health Center. **Conclusion:** There is a relationship between dietary compliance and self-motivation with blood glucose levels in Diabetes Mellitus patients at the Cisauk Health Center.

Keywords: diabetes mellitus; dietary compliance; family support; self-motivation

PENDAHULUAN

Diabetes Mellitus (DM) merupakan penyakit kronis yang ditandai dengan peningkatan kadar gula darah yang akan memicu kerusakan pada organ jantung, pembuluh darah, mata, ginjal dan syaraf. Diabetes yang paling umum dialami pasien adalah DM tipe 2 yang terjadi karena tubuh mengalami resistensi insulin (1,2). Jumlah pasien DM di dunia mencapai 537 juta (20–79 tahun) pada tahun 2021, dan akan meningkat pada tahun 2030 menjadi 643 juta orang. Diabetes merupakan penyebab 6,7 juta kematian di dunia pada tahun 2021, dan Indonesia termasuk peringkat ke-6 dalam hal ini (3).

Indonesia termasuk ke dalam 10 besar negara yang memiliki penyandang DM terbanyak di dunia dengan prevalensi 10,7% pada tahun 2019 (4). Berdasarkan hasil RISKESDAS, Provinsi Banten termasuk ke dalam 10 provinsi dengan penyandang DM terbanyak di Indonesia dengan angka 2,2% (5). Pada tahun 2013, prevalensi DM di wilayah Banten sebesar 104.962 orang dan diduga akan terus meningkat (6). Berdasarkan data Dinas Kesehatan Provinsi Banten tahun 2021, jumlah penyandang DM di Kabupaten Tangerang menempati peringkat kedua setelah Kota Tangerang dengan jumlah 48.000 jiwa (7).

Dalam tatalaksana pengelolaan DM terdapat lima pilar yang terdiri dari edukasi, diet, aktivitas fisik, terapi pengobatan farmakologi, dan pengontrolan kadar gula darah. Penyakit DM dalam progresitasnya berkaitan erat dengan gaya hidup (*lifestyles*) sehingga perlu adanya pengelolaan yang tepat terutama terkait dengan kepatuhan diet (8). Seringkali dalam praktiknya kendala utama dalam penanganan pola makan pada diet DM adalah rasa jenuh. Oleh karena itu, perlu

adanya kepatuhan, dukungan, dan motivasi bagi seseorang dalam mengontrol kadar gula darah melalui pengelolaan pola makan (9). Kepatuhan diet berhubungan dengan kadar gula darah ($p=0,03$; $r=0,293$). Beberapa hal terkait kepatuhan diet yang tidak dipenuhi, antara lain pola makan 3J (jenis, jumlah dan jadwal) (10). Kepatuhan diet terkait mengikuti anjuran pola makan, kepatuhan kontrol aktivitas, serta jadwal minum obat dan dosis merupakan hal lain terkait kontrol kadar gula darah pada pasien DM (11).

Kepatuhan diet penyandang DM sangat dipengaruhi oleh dukungan keluarga. Adapun bentuk dukungan keluarga meliputi dukungan emosional, instrumental, informasional dan penghargaan (12). Terdapat hubungan signifikan antara dukungan keluarga dengan kepatuhan diet dan kontrol gula darah (13,14). Peran keluarga yang baik akan mendukung kepatuhan diet penyandang DM sebesar 3,7 kali ($CI=1,78-7,70$) (15). Dukungan keluarga yang positif akan menghasilkan motivasi baik pada saat mengontrol pola diet dan kadar gula darah (16). Terdapat hubungan yang signifikan antara motivasi diri dengan kepatuhan diet ($p<0,001$) (17). Belum ada penelitian yang menghubungkan antara motivasi diri dengan kontrol gula darah. Puskesmas Kecamatan Cisauk terletak di Kabupaten Tangerang. Jika dibandingkan dengan puskesmas lain, pasien DM di wilayah Puskesmas tersebut tergolong banyak. Pada tahun 2021, jumlah pasien DM di Puskesmas Cisauk mencapai 192 pasien. Berdasarkan hal di atas, peneliti akan menganalisis hubungan antara kepatuhan diet, dukungan keluarga dan motivasi diri dengan kadar gula pasien DM di Puskesmas Cisauk, Tangerang.

METODE

Penelitian ini menggunakan desain *cross-sectional* di wilayah Puskesmas Cisauk, Tangerang pada bulan Mei–Juni 2022. Kriteria inklusi subjek pada penelitian ini antara lain: pasien DM di wilayah Puskesmas Cisauk, tinggal satu rumah bersama keluarga, berumur ≥ 18 tahun, dapat menulis dan membaca serta bersedia menjadi subjek penelitian. Kriteria eksklusi antara lain subjek dengan kondisi buta huruf dan subjek yang tidak mengisi kuesioner secara keseluruhan. Penelitian ini sudah mendapat persetujuan dari Komite Etik Universitas Muhammadiyah Jakarta dengan No.10.444.B/KEPK-FKMUMJ/III/2022.

Subjek penelitian dipilih dengan metode *purposive sampling*. Perhitungan sampel menggunakan rumus Lemeshow, dengan tingkat kesalahan (α) 5%, *power* (β) 10%, proporsi dukungan keluarga terhadap kadar gula darah p1 57,1% dan p2 42,9% (18,19). Didapatkan total 104 subjek, kemudian ditambah 10% untuk estimasi kehilangan subjek atau ketidaklengkapan data kuesioner, sehingga didapatkan minimal subjek adalah 115 orang.

Variabel independen terdiri dari kepatuhan diet, dukungan keluarga, dan motivasi diri, sedangkan variabel dependen yaitu kadar gula darah sewaktu. Kadar gula darah sewaktu diukur dengan menggunakan *glucometer* di pagi hari pukul 09.00–12.00 oleh perawat. Data gula darah kemudian dikategorikan menjadi kadar gula abnormal (≥ 200 mg/dL) dan kadar gula normal (< 200 mg/dL).

Kepatuhan diet, dukungan keluarga, dan motivasi diri diukur menggunakan kuesioner. Kuesioner kepatuhan diet terdiri dari 10 pertanyaan dengan skala likert yang memuat komponen keteraturan pola makan (jenis, jumlah dan jadwal), pemilihan bahan makanan, cara pengolahan

dan kandungan gizi. Skala likert meliputi tingkatan: tak pernah, kadang-kadang, sering, dan selalu (skala 1–4). Kuesioner kepatuhan diet dikategorikan menjadi patuh (skor 23–40) dan tidak patuh (skor 0–22). Kuesioner sudah diuji validitas dan memiliki nilai $r=0,652$ serta realibilitas dengan *cronbach alpha*=0,729 (20).

Kuesioner dukungan keluarga dan motivasi terdiri dari 10 pertanyaan dengan skala likert. Kuesioner terdiri dari komponen bentuk dukungan keluarga baik secara verbal maupun non-verbal, mekanisme penerimaan diri, dan koping serta bentuk konkrit dari kepatuhan diet maupun obat. Skala likert meliputi tingkatan: selalu, sering, kadang-kadang serta tak pernah (skala 1–4). Hasil dukungan keluarga dihitung dengan proporsi skor ukur dan skor total ukur dihitung $\% = a/b \times 100\%$. Hasil proporsi dikategorikan menjadi tiga kategori: baik ($\geq 76\%$), cukup (60–75%) dan kurang ($< 60\%$). Motivasi diri dikategorikan menjadi baik ($\geq 80\%$) dan kurang baik ($< 80\%$). Masing-masing telah divalidasi dengan nilai r adalah 0,772 dan 0,767 untuk dukungan keluarga dan motivasi diri. Realibilitas dengan nilai *cronbach alpha* secara berturut-turut 0,687 dan 0,862. Data dianalisis menggunakan analisis *Chi-Square* dengan tingkat kesalahan 5%.

HASIL

Pasien DM di Puskesmas Cisauk, Tangerang sebagian besar berusia 50–64 tahun (63,5%), berjenis kelamin perempuan (69,6%), lama menyandang DM selama 1–5 tahun (80,0%), pernah mendapatkan edukasi (98,3%), dan mempunyai penyakit penyerta (52,2%). Edukasi diberikan oleh dokter (63,5%), perawat (31,3%), dan sisanya oleh ahli gizi (3,5%) (**Tabel 1**).

Kadar gula darah sewaktu tergolong tinggi (50,4%). Sebagian besar subjek mendapatkan dukungan keluarga (95,7%) yang didominasi oleh keluarga inti, yaitu suami maupun anak. Subjek yang patuh terhadap diet hanya sebesar 37,4%. Dukungan keluarga yang baik ditemukan sejumlah 35 orang (30,4%), cukup (33,9%) dan sisanya kurang. Sebagian besar subjek memiliki motivasi diri yang kurang (55,7%) (**Tabel 1**).

Tabel 1. Distribusi karakteristik subjek

Variabel	Jumlah	
	n	%
Usia (tahun)		
19–29	3	2,6
30–49	35	30,4
50–64	73	63,5
≥65	4	3,5
Jenis kelamin		
Laki-laki	35	30,4
Perempuan	80	69,6
Gula darah sewaktu		
Normal	57	49,6
Tinggi	58	50,4
Lama mengalami DM		
<1 tahun	10	8,7
1–5 tahun	92	80,0
> 5 tahun	13	11,3
Pernah mendapatkan edukasi		
Ya	113	98,3
Tidak	2	1,7
Yang memberikan edukasi		
Dokter	73	63,5
Ahli gizi	4	3,5
Perawat	36	31,3
Tidak ada	2	1,7

Variabel	Jumlah	
	n	%
Mendapat dukungan keluarga		
Ya	110	95,7
Tidak	5	4,3
Jika ya, sebutkan		
Suami/ istri	40	34,8
Anak	66	57,4
Saudara	4	3,5
Tidak ada	5	4,3
Mempunyai penyakit penyerta		
Ya	60	52,2
Tidak	55	47,8
Kepatuhan diet		
Tidak patuh	72	62,6
Patuh	43	37,4
Dukungan keluarga		
Kurang	41	35,7
Cukup	39	33,9
Baik	35	30,4
Motivasi diri		
Kurang	64	55,7
Baik	51	44,3

Ada hubungan yang signifikan antara kepatuhan diet dengan kadar gula darah ($p=0,028$). Persentase subjek yang tidak patuh diet dan mempunyai kadar gula darah tinggi lebih besar daripada subjek yang patuh diet dan mempunyai kadar gula darah tinggi (72,4% dan 27,6%), dengan $OR=2,365$, yang artinya ketidakpatuhan diet berisiko 2,365 kali untuk mengalami kadar gula darah yang lebih tinggi. Berdasarkan analisis data, dukungan keluarga tidak memiliki hubungan yang signifikan dengan kadar gula darah ($p=0,777$). Dukungan keluarga yang kurang, cukup, maupun baik memberikan

hasil yang bervariasi terhadap kategori gula darah. Motivasi diri memiliki hubungan yang signifikan dengan kadar gula darah ($p=0,012$; $OR=2,627$). Subjek dengan tingkat motivasi diri yang kurang

berisiko mengalami kadar gula darah tinggi sebesar 2,627 kali daripada subjek yang mempunyai motivasi diri yang baik (Tabel 2).

Tabel 2. Hubungan antara kepatuhan diet, dukungan keluarga, dan motivasi diri dengan kadar gula darah pada pasien diabetes mellitus di Puskesmas Cisauk, Tangerang

Variabel independen	Kadar gula darah						p	OR
	Tinggi		Normal		Total			
	n	%	n	%	n	%		
Kepatuhan diet								
Tidak patuh	42	72,4	30	62,6	72	100	0,028*	2,365
Patuh	16	27,6	27	37,4	43	100		
Dukungan keluarga								
Kurang	21	36,2	20	35,1	41	100	0,777	-
Cukup	18	31,0	21	36,8	39	100		
Baik	19	32,8	16	28,1	35	100		
Motivasi diri								
Kurang	39	67,2	25	43,9	64	100	0,012*	2,627
Baik	19	32,8	32	56,1	51	100		

Keterangan: * $p<0,05$, Chi-Square

PEMBAHASAN

Hubungan Kepatuhan Diet dengan Kadar Gula Darah

Terdapat hubungan yang signifikan antara kepatuhan diet dengan kadar gula darah. Kepatuhan diet yang kurang akan berisiko mengalami kadar gula darah tinggi yang lebih besar. Hal ini sejalan dengan penelitian di Semarang bahwa terdapat korelasi antara kepatuhan diet dan kadar gula darah. Hasil didapatkan bahwa pasien DM yang mengikuti diet mempunyai kadar gula darah terkontrol yang lebih tinggi (73,5%) dibandingkan yang tidak (21). Kepatuhan diet pada penyandang DM berguna untuk mempertahankan kadar gula darah tetap normal serta melakukan pencegahan adanya komplikasi. Sebagian besar gula darah pasien DM masih tidak terkendali.

Aspek yang mengakibatkan individu tidak patuh pada diet DM diantaranya adalah kepatuhan obat, olahraga, stres, rendahnya wawasan terhadap penyakit DM, dukungan keluarga serta lamanya mengalami DM (22).

Berdasarkan hasil penelitian ini, didapatkan bahwa subjek yang patuh diet sejumlah 43 subjek, dan sebanyak 37% masih mempunyai tingkat kadar gula darah tinggi. Hal ini dapat disebabkan oleh faktor lainnya yaitu usia, sebagian besar subjek penelitian sudah memasuki umur lansia (63,5%), lama mengalami DM, dan tingkat pendidikan rendah. Pada penelitian ini, subjek yang tidak bersekolah dan berpendidikan SD berjumlah 39,1%. Dalam penelitian yang dilakukan di Bogor, didapatkan hasil bahwa subjek dengan usia 50–64 tahun mempunyai risiko mengalami

kadar gula darah yang tidak terkontrol sebesar 7,16 kali dibanding kelompok usia 30–49 tahun (23).

Berdasarkan data penelitian ini diketahui bahwa sebagian subjek mengonsumsi makanan secara tidak teratur, menunda jadwal makanan, mengonsumsi produk makanan susu tinggi lemak, daging berlemak, gorengan atau makanan yang digoreng, dan mengonsumsi makanan yang mengandung gula tinggi, seperti roti atau kue. Penyebab ketidakpatuhan pasien DM dalam menjalankan diet yaitu kurangnya pemahaman mengenai manfaat diet sehingga membuat tidak terkendalinya kadar gula darah (24).

Hubungan Dukungan Keluarga dengan Kadar Gula Darah

Pada penelitian ini, jumlah subjek yang memiliki dukungan keluarga yang baik, cukup dan kurang, tersebar merata di tiap kategori dengan proporsi kurang lebih 30%. Dukungan keluarga terdiri atas dukungan emosional, instrumental, informasional, dan penghargaan. Dukungan emosional berupa pengertian keluarga terhadap masalah yang dialami pasien DM, seperti kenyamanan dan dukungan motivasi. Dukungan instrumental berupa penyediaan kebutuhan diet pasien dan pengobatan pasien, serta sarana prasarana dalam perawatan pasien. Dukungan informasional berupa memberikan informasi kepada pasien dan membantu mengambil keputusan terkait penyakit. Dukungan penghargaan berupa penerimaan pasien sebagai bagian dari keluarga (12).

Berdasarkan hasil penelitian ini, tidak terdapat hubungan antara dukungan keluarga dengan kadar gula darah. Hal ini sejalan dengan penelitian di Banjarmasin yang tidak menemukan hubungan antara dukungan keluarga dengan kadar gula

darah pada penyandang DM di wilayah kerja Puskesmas Pekauman Kota Banjarmasin (25). Hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti didapatkan bahwa permasalahan terkait dengan kadar gula darah terletak dalam diri pasien sendiri sehingga tidak mudah dalam menjalankan diet selaras dengan anjuran yang diberikan oleh anggota kesehatan.

Pada penelitian ini, dukungan keluarga yang sudah diterapkan antara lain berupa dukungan instrumental (mengingat minum obat, mengantar subjek ke klinik/ rumah sakit) dan dukungan informasional (mengingat jam makan dan menyediakan makan). Informasi mengenai bentuk dukungan emosional dan penghargaan belum terlihat dalam penelitian ini. Selain itu, terdapat penyandang DM yang tinggal serumah dengan keluarga namun pola makan dan pengendalian diet tidak terpantau.

Hubungan antara dukungan keluarga dan kadar gula darah merupakan hubungan tidak langsung. Dukungan keluarga berpengaruh terhadap kepatuhan diet, sehingga tidak adanya hubungan ini dikarenakan banyak faktor tidak langsung yang berpengaruh terhadap kadar gula darah. Peran dari dukungan keluarga merupakan salah satu kunci keberhasilan penyandang DM dalam mengendalikan glukosa darah. Dukungan keluarga merupakan faktor yang mampu memengaruhi tingkah laku serta gaya hidup individu, kesehatan, dan kualitas hidupnya (14).

Hubungan Motivasi Diri dengan Kadar Gula Darah

Sebanyak 64 subjek di penelitian ini memiliki motivasi diri yang kurang. Motivasi diri yang ditanyakan dalam penelitian ini meliputi komponen kecemasan, perasaan gagal, penerimaan

terhadap penyakit, kemudahan dalam mengikuti anjuran diet, dan kepatuhan terhadap saran atau rekomendasi dari petugas kesehatan. Berdasarkan analisis item pertanyaan pada kuesioner didapatkan komponen yang masih sering dirasakan subjek adalah merasa gagal dalam pengendalian diet DM dan merasa cemas serta gelisah.

Ada beberapa faktor yang berkontribusi terhadap kurangnya motivasi pada kontrol kadar gula darah, termasuk ketidakmampuan pasien yang memiliki motivasi kuat untuk percaya bahwa pola makan yang baik dapat memengaruhi kadar gula darah. Hasil penelitian di Makasar menyatakan bahwa subjek yang mempunyai motivasi tinggi dalam mengontrol kadar gula darah serta menyadari bahwa hal tersebut adalah hal yang penting dalam mengubah tingkah laku memiliki status kesehatan yang senantiasa terkontrol (16).

Dari hasil wawancara yang dilaksanakan, subjek yang memiliki motivasi tinggi dan patuh pada diet memberi pernyataan jika mereka yakin dalam menjalani diet, tubuh mereka akan merasa lebih baik dikarenakan gula darah mampu dikontrol. Kemampuan subjek dalam mempercayai kemampuan diri untuk melakukan suatu perilaku yang dalam hal ini bermanfaat bagi kesehatan disebut *self-efficacy* (26). Hal tersebut berhubungan dengan kemampuan seseorang mencari informasi dan mengolah informasi terkait diet DM dan hal ini juga didukung adanya motivasi dari luar seperti keluarga dan tenaga kesehatan. Di sisi lain, subjek yang memiliki motivasi yang kurang dan tidak patuh pada saat menjalani diet (77,8%) memberi pernyataan jika mereka sudah lama mengalami DM dan merasa bosan dalam melakukan diet.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian di Sumatera Utara yang menyebutkan bahwa terdapat korelasi yang signifikan antara motivasi diri terhadap kadar gula darah. Motivasi yang lebih efektif akan selaras dengan tujuan pemeliharaan diet yang lebih tinggi. Sebaliknya, jika tingkat motivasi semakin rendah maka tingkat kepatuhan dietpun rendah. Perilaku dalam kesehatan dapat ditingkatkan dengan motivasi internal untuk terlibat dalam perilaku yang aman dan sehat. Tanpa motivasi terkait makanan, perilaku makan akan terganggu, sehingga sulit untuk mengatur pola makan keseharian dan mengatur kadar gula darah senantiasa terkendali (27).

Seseorang akan lebih termotivasi untuk melaksanakan tugas tertentu jika memiliki tujuan atau sasaran yang jelas. Motivasi yang ada di dalam diri individu mampu dipengaruhi oleh dua faktor utama yaitu stimulus yang terdiri dari faktor eksternal (faktor lingkungan, budaya, kebiasaan, ekonomi) dan faktor internal (seperti perhatian, persepsi, motivasi, sugesti dan lainnya) yang merespon stimulus dari luar. Oleh karena itu, faktor internal yang ada dalam diri seseorang dapat memengaruhi motivasi seseorang untuk mencapai suatu tujuan tertentu (28).

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian didapat ada hubungan signifikan antara kepatuhan diet dan motivasi diri dengan kadar gula darah pada pasien DM di Puskesmas Cisauk, Tangerang. Perlu ada peningkatan edukasi terutama dalam komponen kepatuhan jadwal makan dan pemilihan makanan. Selain itu, perlu adanya peningkatan dukungan keluarga pada aspek dukungan instrumental dan penghargaan. Pelaksanaan Posbindu yang sudah dilakukan setiap bulan dapat

digunakan untuk memantau kadar gula darah pasien DM di wilayah Puskesmas Cisauk. Pada pelaksanaan Posbindu perlu ditingkatkan edukasi dan konseling secara teratur untuk meningkatkan motivasi dan dukungan dalam melaksanakan diet DM.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penelitian ini dapat dilaksanakan dengan baik berkat bantuan pihak Puskesmas Cisauk yang telah bersedia membantu melakukan pengambilan data penelitian.

DAFTAR PUSTAKA

1. ADA. Diagnosis and classification of diabetes mellitus. *Diabetes Care*. 2009 Jan; 32 (Suppl 1): S62–S67. Available from: <https://doi.org/10.2337/dc09-S062>.
2. Bustan. Manajemen pengendalian penyakit tidak menular. Jakarta: Rineka Cipta; 2015.
3. IDF. Diabetes atlas 2021, 10th edition [Internet]. 2022. Available from: <https://diabetesatlas.org/atlas/tenth-edition/>.
4. Kementerian Kesehatan. InfoDATIN 2020 diabetes mellitus. 2020. Available from: <https://www.kemkes.go.id/downloads/resources/download/pusdatin/infodatin/Infodatin%202020%20Diabetes%20Melitus.pdf>.
5. Kementerian Kesehatan RI. Riset Kesehatan Dasar 2018. Kementerian Kesehatan; 2018.
6. Kementerian Kesehatan RI. Riset Kesehatan Dasar 2013. Kementerian Kesehatan; 2013.
7. Dinas Kesehatan Provinsi Banten. Profil Kesehatan Provinsi Banten tahun 2021. Available from: https://dinkes.bantenprov.go.id/upload/article_doc/Profil_Kesehatan_Tahun_2021_compressed.pdf.
8. Solekhah S & Sianturi SR. Dukungan keluarga meningkatkan kepatuhan diet pasien diabetes melitus tipe 2. *Idea Nursing Journal*. 2020;11(1):17–23.
9. Susanti ML & Sulistyarini T. Dukungan keluarga meningkatkan kepatuhan diet pasien diabetes melitus di ruang rawat inap RS. Baptis Kediri. *Jurnal STIKES*. 2013;6(1).
10. Noviani A, Fayasari A. Kepatuhan diet dan aktivitas fisik dengan kadar gula darah pada pasien diabetes melitus rawat jalan di RS Harum Sisma Medika Jakarta Timur. *Nutrisia*. September 2018;20(2):38–44.
11. Bertalina B & Purnama P. Hubungan lama sakit, pengetahuan, motivasi pasien dan dukungan keluarga dengan kepatuhan diet pasien diabetes mellitus. *Jurnal Kesehatan*. 2016;7(2):329–340.
12. Savitri NN, Umar N, Sipatu L, Supetran IW, Ndama M. Hubungan dukungan keluarga dengan kepatuhan diet pada pasien diabetes mellitus tipe II: literature review. *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia*. Desember 2022;5(12):1540–1547.
13. Bangun AV, Jatnika G, Herlina H. Hubungan antara dukungan keluarga dengan kepatuhan diet pada penderita diabetes mellitus tipe 2. *Jurnal Ilmu Keperawatan Medikal Bedah*. Mei 2020;3(1):1–76.
14. Yusuf M, Hamzah H, Hariani H, Melinda H. Hubungan dukungan keluarga dengan keteraturan kontrol kadar gula darah pada penderita

- Diabetes Mellitus di wilayah kerja puskesmas Mangasa Kecamatan Rappocini Kota Makassar. *Jurnal Media Keperawatan Politeknik Kesehatan Makassar*. 2017;8(2):46–54.
15. Hestiana DW. Faktor-faktor yang berhubungan dengan kepatuhan dalam pengelolaan diet pada pasien rawat jalan dengan diabetes mellitus tipe 2 di kota Semarang. *Jurnal of Health Education*. 2017;2(2):138–145.
 16. Azis MRN, Tombokan M, & Saini S. Hubungan dukungan keluarga dengan motivasi dalam mengontrol kadar gula darah pada penderita diabetes melitus di wilayah kerja Puskesmas Pampang Kecamatan Panakkukang Kota Makassar. *Media Keperawatan*. 2018;8(2):39–45.
 17. Datuela N, Akbar H, Langingi ARC. Hubungan motivasi diri dengan kepatuhan diet pada penderita diabetes mellitus di klinik kotamonagu wound care center. *Promotif Jurnal Kesehatan Masyarakat*. Desember 2021;11(2):158–163.
 18. Lemeshow S, Hosmes DW, Klas J, Lwanga SK. Adequacy of sample size in health studies / Stanley Lemeshow. Wiley for the World Health Organization; 1990.
 19. Indirawaty I, Adrian A, Sudirman S, & Syarif KR. Hubungan pengetahuan dan dukungan keluarga dengan rutinitas dalam mengontrol gula darah pada penderita diabetes melitus tipe 2. *Aksara: Jurnal Ilmu Pendidikan Nonformal*. 2021;7(1):67–78.
 20. Dehdari L & Dehdari T. The determinants of anti-diabetic medication adherence based on the experiences of patients with type 2 diabetes. *Archives of Public Health*. 2019;77:1–9.
 21. Yulia S. Faktor yang mempengaruhi kepatuhan dalam menjalankan diet pada penderita diabetes melitus tipe 2 (studi kasus di Puskesmas Kudungmundu Kota Semarang). [Skripsi]. Semarang: Jurusan Ilmu Keperawatan Masyarakat Fakultas Ilmu Keolaraan Universitas Negeri Semarang; 2015.
 22. Isnaini N & Saputra MHA. Pengetahuan dan motivasi meningkatkan kepatuhan diet pasien diabetes mellitus tipe II. *MEDISAINS*. 2017;15(3):136–141.
 23. Susilowati A, Rachmat B & Larasati R. Hubungan pola konsumsi serat dengan kontrol glikemik pada diabetes tipe 2 (t2d) di Kecamatan Bogor Tengah [relationship of fiber consumption patterns to glycemic control in type 2 diabetes (t2d) in Central Bogor Sub-District]. *Penelitian Gizi Dan Makanan (The Journal of Nutrition and Food Research)*. 2020;43(1):41–50. Available from: <https://doi.org/10.22435/pgm.v43i1.3083>.
 24. Hendro APW. Hubungan antara kepatuhan diet dengan perubahan kadar gula darah pada pasien diabetes melitus yang berobat ke Puskesmas Tawangrejo Kota Madiun. [Doctoral Dissertation]. STIKES Bhakti Husada Mulia; 2017.
 25. Wahyudi A. Hubungan kepatuhan diet dan dukungan keluarga dengan kadar gula darah pada penderita diabetes mellitus di wilayah kerja Puskesmas Pekauman Kota Banjarmasin Tahun 2020. [Doctoral

- Dissertation]. Universitas Islam Kalimantan MAB; 2020.
26. Bandura A. Self efficacy—the exercise of control (fifth printing). New York: W.H. Freeman & Company; 1997.
27. Manurung T, Manalu RM, & Manurung Y. Hubungan motivasi dengan kepatuhan pelaksanaan diet pada penderita diabetes melitus. *Jurnal Keperawatan Priority*. 2020;3(2):53–61.
28. Susanti RD. Hubungan motivasi dan health locus of control dengan kepatuhan diet pada penderita diabetes mellitus penelitian cross-sectional. [Doctoral dissertation]. Universitas Airlangga; 2019.