



Jurnal Ilmiah Kesehatan Mandala Waluya  
ISSN : 2809-3151  
DOI : <https://doi.org/10.54883/jikmw.v5i1.1097>  
<https://ejournal.umw.ac.id/jikmw/index>



## Hubungan Kepatuhan Diet Dengan Kualitas Hidup Pasien Diabetes Mellitus Di Rumah Sakit Umum Bahteramas Provinsi Sulawesi Tenggara : Pendekatan Cross Sectional

Nazaruddin<sup>1\*</sup>, Sari Arie Lestari<sup>1</sup>, Lisnawati<sup>1</sup>, Wa Ode Nova Noviyanti R<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Prodi S1 Keperawatan dan Profesi Ners Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan Universitas Mandala Waluya

<sup>2</sup>Prodi Sarjana Kesehatan Masyarakat Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan Universitas Mandala Waluya

### ABSTRAK

Diabetes Mellitus (DM) merupakan penyakit kronis yang prevalensinya terus meningkat di Indonesia dan dunia. Pengelolaan DM tidak hanya bergantung pada pengobatan medis, tetapi juga pada perilaku pasien, salah satunya kepatuhan terhadap diet. Kepatuhan diet yang rendah dapat menyebabkan kadar gula darah tidak terkendali, memicu komplikasi, dan menurunkan kualitas hidup pasien. Oleh karena itu, penting untuk mengetahui sejauh mana kepatuhan terhadap diet mempengaruhi kualitas hidup pasien DM. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kepatuhan diet dan kualitas hidup pasien Diabetes Mellitus.

Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif korelasional analitik dengan rancangan penelitian cross sectional. Jumlah sampel penelitian ini adalah 51 responden. Penelitian ini menggunakan metode purposive sampling. Analisis dalam penelitian ini menggunakan analisis uji Chi-square.

Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara kepatuhan diet dengan kualitas hidup. Hasil uji statistik menggunakan uji *fisher exact test* diperoleh nilai  $p_{\text{value}} = 0,001$  (nilai  $p_{\text{value}} < \alpha = 0,05$ ) yang berarti  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima sehingga menunjukkan adanya hubungan antara variabel.

Berdasarkan temuan hasil penelitian, diharapkan dapat memberikan dasar ilmiah dalam penyusunan intervensi edukatif untuk meningkatkan kepatuhan diet, sehingga kualitas hidup pasien dapat lebih optimal.

**Kata Kunci:** Diabetes Mellitus; kualitas hidup; kepatuhan diet

## The Relationship Between Dietary Compliance and Quality Of Life In Diabetes Mellitus Patients At Batheramas General Hospital Southeast Province : A Cross Sectional Approach

### ABSTRACT

Diabetes Mellitus (DM) is a chronic disease with a continuously increasing prevalence both in Indonesia and globally. The management of DM is not solely dependent on medical treatment, but also on patient behavior, particularly dietary compliance. Poor dietary adherence may lead to uncontrolled blood glucose levels, increase the risk of complications, and reduce the patient's quality of life. Therefore, it is essential to understand the extent to which dietary compliance affects the quality of life in DM patients.

This study aims to examine the relationship between dietary compliance and the quality of life of Diabetes Mellitus patients. This research is a quantitative correlational analytic study with a cross-sectional design. The sample consisted of 51 respondents selected through purposive sampling. Data analysis was conducted using the Chi-square test.

The results showed a significant relationship between dietary compliance and quality of life. The statistical test using the Fisher Exact Test yielded a p-value of 0.001 ( $p < \alpha = 0.05$ ), indicating that the null hypothesis was rejected and the alternative hypothesis was accepted, thus confirming a significant association between the variables.

Based on the research findings, this study is expected to provide a scientific foundation for the development of educational interventions aimed at improving dietary adherence, thereby enhancing the quality of life for patients with Diabetes Mellitus.

**Keywords:** Diabetes Mellitus; quality of life; dietary compliance.

### \*Penulis Korespondensi :

**Nazaruddin**

Prodi S1 Keperawatan dan Profesi Ners Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan UMW

E-mail : [nazaruddinade@gmail.com](mailto:nazaruddinade@gmail.com)

No. Hp : 082292583535

### Info Artikel :

Submitted : 12 Juni 2025

Revised : 18 Juni 2025

Accepted : 18 Juni 2025

Published : 30 Juni 2025

## PENDAHULUAN

Diabetes Mellitus (DM) merupakan penyakit metabolik kronis yang ditandai dengan tingginya kadar glukosa dalam darah akibat gangguan sekresi insulin, kerja insulin, atau keduanya. Menurut World Health Organization (WHO), jumlah penderita DM di seluruh dunia terus meningkat. Pada tahun 2021, lebih dari 537 juta orang dewasa hidup dengan diabetes, dan angka ini diprediksi akan meningkat menjadi 643 juta pada tahun 2030 (WHO, 2021). Saat ini diperkirakan ada 530 juta orang dewasa di seluruh dunia yang menderita diabetes, di mana sekitar 98% adalah diabetes tipe 2. Angka ini terus meningkat, termasuk di Indonesia. Laporan Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023 yang dikeluarkan Kementerian Kesehatan mengungkap, terjadi peningkatan prevalensi penyakit diabetes melitus pada penduduk umur di atas 15 tahun berdasarkan hasil pengukuran kadar gula darah (Kementerian Kesehatan, 2023). Rumah Sakit Bahteramas merupakan rumah sakit tempat rujukan semua penyakit salah satunya adalah penyakit DM, Data rawat inap menunjukkan jumlah pasien DM sebanyak 327 orang pada tahun 2022, 351 pada tahun 2023, 370 pada tahun 2024 (Laporan Tahunan RSUD Bahteramas, 2024)."

Diabetes tidak hanya menyebabkan komplikasi fisik seperti nefropati, retinopati, dan neuropati, tetapi juga berdampak pada psikososial pasien, termasuk penurunan kualitas hidup. Oleh karena itu, pengelolaan penyakit ini tidak hanya difokuskan pada pengendalian kadar gula darah melalui terapi farmakologis, tetapi juga melalui pendekatan non-farmakologis seperti perubahan gaya hidup, aktivitas fisik, serta kepatuhan terhadap diet (Helly dan Nazaruddin, 2022).

Kepatuhan diet pada pasien diabetes merupakan salah satu aspek penting dalam manajemen penyakit ini. Diet yang tepat dan

dijalankan secara konsisten terbukti dapat membantu mengontrol kadar glukosa darah, menurunkan risiko komplikasi, serta memperbaiki kondisi pasien. Namun kenyataannya, masih banyak pasien yang tidak patuh terhadap diet yang disarankan karena berbagai faktor, seperti kurangnya pengetahuan, kebiasaan makan yang sulit diubah, atau minimnya dukungan sosial (Kurniawan et al., 2020).

Kualitas hidup pasien diabetes erat kaitannya dengan tingkat kepatuhan terhadap pengelolaan penyakit, terutama dalam hal diet. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa pasien yang patuh terhadap pola makan yang dianjurkan cenderung memiliki kualitas hidup yang lebih baik dibandingkan dengan yang tidak patuh. Hal ini menunjukkan bahwa aspek diet tidak hanya berfungsi sebagai kontrol klinis, tetapi juga berdampak langsung pada kesejahteraan pasien secara menyeluruh (Putri & Wahyuni, 2022).

Urgensi penelitian adalah untuk mengkaji secara mendalam hubungan antara kepatuhan diet dengan kualitas hidup pasien Diabetes Mellitus. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran yang lebih rinci mengenai pengaruh kepatuhan diet terhadap kualitas hidup, serta menjadi dasar dalam pengembangan intervensi edukatif dan preventif di pelayanan kesehatan. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui Kepatuhan Diet Dengan kualitas hidup Pasien Diabetes Mellitus Di Rumah Sakit Umum Bahteramas Provinsi Sulawesi Tenggara.

## METODE

Jenis penelitian ini adalah penelitian *kuantitatif korelasional analitik* dengan rancangan penelitian *cross sectional*. Jumlah Sampel setelah dilakukan penarikan dengan rumus lemeshow adalah sebanyak 51 responden. Teknik penarikan sampel menggunakan *purposive sampling*. Kriteria

inklusi penelitian ini adalah pasien terdiagnosis Diabetes Mellitus berdasarkan rekam medis, Berusia  $\geq 18$  tahun, Sedang menjalani pengobatan rawat jalan atau rawat inap minimal selama 3 bulan terakhir, Bersedia menjadi responden, dibuktikan dengan pengisian lembar persetujuan (*informed consent*). Sedangkan kriteria eksklusi dalam penelitian ini adalah pasien dengan komplikasi akut atau kronis berat, seperti gagal ginjal stadium akhir, stroke dan amputasi. Pasien dengan gangguan kognitif, yang tidak dapat mengisi kuesioner secara mandiri. Persiapan dan izin penelitian yang dilakukan adalah pertama mengajukan permohonan izin ke BRIDA selanjutnya ke ke pihak RSU Bahteramas, mengurus ethical clearance dari komite etik penelitian, menyusun dan mencetak instrumen penelitian dan lembar persetujuan. Kedua adalah penjarangan

responden diantaranya mengakses daftar pasien rawat jalan Diabetes Mellitus dari rekam medis, menyeleksi calon responden berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi, menghubungi pasien secara langsung saat kunjungan kontrol atau melalui kontak terdaftar. Ketiga adalah pemberian informasi dan persetujuan diantaranya menjelaskan tujuan, manfaat dan prosedur penelitian kepada pasien secara singkat dan jelas, menyerahkan lembar persetujuan partisipasi (*informed consent*) dan meminta persetujuan tertulis. Kuesioner untuk menilai kepatuhan diet menggunakan kuesioner kepatuhan diet dan diobservasi dengan *Food Frequency Questionnaire* (FFQ) yang telah disesuaikan. Sedangkan kualitas hidup menggunakan WHOQOL-Bref. Analisis Data yang digunakan adalah analisis univariat analisis bivariat menggunakan uji Chi-Square.

## HASIL

Hasil penelitian berdasarkan analisis univariat dan bivariat dapat dilihat pada tabel dibawah ini:

**Tabel 1.**  
Distribusi Responden Berdasarkan Karakteristik dan Variabel Penelitian di RSU Bahteramas Provinsi Sulawesi Tenggara

Variable Penelitian	n	%
<b>Umur (Tahun)</b>		
18-40	8	15,7
41-60	21	41,2
61-85	22	43,1
<b>Jenis Kelamin</b>		
Laki-laki	26	51
Perempuan	25	49
<b>Pendidikan</b>		
SD	13	25,5
SMP	22	43,1
SMA	10	19,6
Sarjana	6	11,8
<b>Pekerjaan</b>		
Buruh	14	27,5
Swasta	5	9,8
PNS	6	11,8
Wiraswasta	10	19,6
IRT	16	31,4
<b>Kepatuhan Diet</b>		
Patuh	35	68,6
Tidak Patuh	16	31,4
<b>Kualitas Hidup</b>		
Baik	44	86,3
Kurang	7	13,7

Berdasarkan Tabel 1, dari total 51 responden yang diteliti, kelompok umur terbanyak berada pada rentang usia 61–85 tahun sebanyak 22 responden (43,1%), sedangkan kelompok umur paling sedikit adalah usia 25–40 tahun yang berjumlah 8 responden (15,7%). Berdasarkan jenis kelamin, responden laki-laki sedikit lebih banyak dibandingkan perempuan, yaitu 26 responden (51%) berjenis kelamin laki-laki dan 25 responden (49%) berjenis kelamin perempuan. Dalam hal tingkat pendidikan, mayoritas responden berpendidikan terakhir SMP sebanyak 22 orang (43,1%), sementara yang memiliki pendidikan sarjana hanya 6 orang (11,8%), menjadikannya kelompok pendidikan yang paling sedikit. Berdasarkan jenis pekerjaan, sebagian besar responden bekerja sebagai ibu rumah tangga (IRT) dengan jumlah 16 orang (31,4%), sedangkan responden yang bekerja di sektor swasta merupakan kelompok terkecil dengan jumlah 5 orang (9,8%). Dari sisi kepatuhan terhadap diet, sebanyak 35 responden (68,6%) tergolong patuh menjalankan diet, sementara 16 responden (31,4%) dinyatakan tidak patuh. Terakhir, dalam hal kualitas hidup, sebagian besar responden yaitu 44 orang (86,3%) memiliki kualitas hidup yang baik, sedangkan 7 orang (13,7%) memiliki kualitas hidup yang kurang.

**Tabel 2.**  
**Analisis Bivariat Berdasarkan Hubungan kepatuhan diet dengan kualitas hidup pasien diabetes mellitus di RSU Bahteramas Provinsi Sulawesi Tenggara**

Kepatuhan Diet	Kualitas Hidup				Total		<i>p</i> value  <i>p</i> value = 0,001 $\alpha$ = 0,05
	Baik		Kurang		n	%	
	n	%	n	%			
Patuh	33	94,2	2	5,71	35	68,6	
Tidak Patuh	11	68,7	5	31,2	16	31,4	
Total	44	86,2	7	13,7	51	100	

Tabel 2 menunjukkan bahwa dari 51 responden, terdapat 35 responden yang patuh dan 16 responden yang tidak patuh. Dari 35 responden yang patuh terdapat 33 responden (94,2%) memiliki kualitas hidup yang baik dan 2 responden (5,71%) memiliki kualitas hidup yang kurang. Selanjutnya dari 16 responden yang tidak patuh terdapat 11 responden (68,7%) memiliki kualitas hidup yang baik dan 5 responden (31,2%) memiliki kualitas hidup yang kurang. Berdasarkan hasil uji statistik menggunakan uji *fisher exact test* diperoleh nilai *p* value = 0,001 (nilai *p* value <  $\alpha$  = 0,05) yang berarti  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima sehingga menunjukkan adanya hubungan antara kepatuhan diet dengan kualitas hidup.

## PEMBAHASAN

### 1. Karakteristik Responden

Berdasarkan total 51 responden yang diteliti, kelompok umur terbanyak

berada pada rentang usia 61–85 tahun sebanyak 22 responden (43,1%), sedangkan kelompok umur paling sedikit adalah usia 25–40 tahun yang berjumlah 8 responden (15,7%). Berdasarkan jenis kelamin, responden laki-laki sedikit lebih banyak dibandingkan perempuan, yaitu 26 responden (51%) berjenis kelamin laki-laki dan 25 responden (49%) berjenis kelamin perempuan. Dalam hal tingkat pendidikan, mayoritas responden berpendidikan terakhir SMP sebanyak 22 orang (43,1%), sementara yang memiliki pendidikan sarjana hanya 6 orang (11,8%), menjadikannya kelompok pendidikan yang paling sedikit. Berdasarkan jenis pekerjaan, sebagian besar responden bekerja sebagai ibu rumah tangga (IRT) dengan jumlah 16 orang (31,4%), sedangkan

responden yang bekerja di sektor swasta merupakan kelompok terkecil dengan jumlah 5 orang (9,8%). Dari sisi kepatuhan terhadap diet, sebanyak 35 responden (68,6%) tergolong patuh menjalankan diet, sementara 16 responden (31,4%) dinyatakan tidak patuh. Terakhir, dalam hal kualitas hidup, sebagian besar responden yaitu 44 orang (86,3%) memiliki kualitas hidup yang baik, sedangkan 7 orang (13,7%) memiliki kualitas hidup yang kurang.

Jumlah 51 responden yang diteliti, kelompok umur terbanyak berada pada rentang usia 61–85 tahun sebanyak 22 responden (43,1%), sedangkan kelompok umur paling sedikit adalah usia 25–40 tahun yang berjumlah 8 responden (15,7%). Hal ini sejalan dengan Penelitian yang dilakukan oleh Semarang State University menunjukkan bahwa terdapat hubungan signifikan antara kelompok umur dengan kepatuhan diet pada pasien diabetes mellitus tipe 2. Responden dari kelompok umur tua menunjukkan tingkat kepatuhan diet yang lebih baik dibandingkan kelompok umur muda. Hal ini mengindikasikan bahwa usia dapat mempengaruhi kesadaran dan kepatuhan terhadap pengelolaan diet pada penderita diabetes mellitus. Penelitian lain yang dilakukan oleh Karakaya dan Elibol (2025) menunjukkan bahwa faktor usia berhubungan signifikan dengan risiko diabetes tipe 2 pada orang dewasa yang kelebihan berat badan dan obesitas. Studi ini menemukan bahwa kelompok usia tertentu memiliki tingkat kepatuhan diet yang lebih baik, yang pada gilirannya dapat memengaruhi

kualitas hidup penderita diabetes mellitus.

Berdasarkan jenis kelamin, responden laki-laki sedikit lebih banyak dibandingkan perempuan, yaitu 26 responden (51%) berjenis kelamin laki-laki dan 25 responden (49%) berjenis kelamin perempuan. Penelitian yang dilakukan oleh Karakaya dan Elibol (2025) juga mengungkapkan bahwa jenis kelamin memiliki hubungan signifikan dengan kepatuhan diet pada pasien diabetes mellitus type II. Perbedaan perilaku diet antara pria dan wanita dapat mempengaruhi pengelolaan penyakit dan kualitas hidup pasien.

Dalam hal tingkat pendidikan, mayoritas responden berpendidikan terakhir SMP sebanyak 22 orang (43,1%), sementara yang memiliki pendidikan sarjana hanya 6 orang (11,8%), menjadikannya kelompok pendidikan yang paling sedikit. Penelitian oleh Al-Qerem et al. (2024) menunjukkan bahwa tingkat pendidikan berhubungan signifikan dengan kualitas hidup pasien diabetes tipe 2. Pasien dengan tingkat pendidikan lebih tinggi cenderung memiliki pengetahuan yang lebih baik mengenai pentingnya diet dalam pengelolaan diabetes, sehingga meningkatkan kepatuhan mereka terhadap diet yang dianjurkan.

Berdasarkan jenis pekerjaan, sebagian besar responden bekerja sebagai ibu rumah tangga (IRT) dengan jumlah 16 orang (31,4%), sedangkan responden yang bekerja di sektor swasta merupakan kelompok terkecil dengan jumlah 5 orang (9,8%). Penelitian yang dilakukan oleh Chen dan Lin (2025) menyoroti pentingnya

dukungan sosial dan status pekerjaan dalam mempengaruhi hasil pengobatan pada pasien diabetes tipe 2. Pekerjaan dan dukungan sosial dapat mempengaruhi kemampuan pasien dalam mengikuti rekomendasi diet dan pengelolaan penyakit, yang pada gilirannya memengaruhi kualitas hidup mereka.

## 2. Hubungan Kepatuhan Diet dengan Kualitas Hidup Penderita Diabetes Mellitus

Hasil Tabel 2 menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang nyata antara tingkat kepatuhan diet dengan kualitas hidup pada pasien diabetes mellitus. Dari 51 responden, mayoritas yaitu 35 orang (68,6%) tergolong dalam kelompok yang patuh terhadap diet, sementara 16 orang (31,4%) termasuk kelompok yang tidak patuh. Di antara responden yang patuh terhadap diet, sebanyak 33 orang (94,2%) memiliki kualitas hidup yang baik, dan hanya 2 orang (5,71%) yang memiliki kualitas hidup yang kurang. Temuan ini menegaskan bahwa kepatuhan diet memberikan kontribusi signifikan terhadap peningkatan kualitas hidup penderita diabetes mellitus. Hal ini dapat dijelaskan karena pasien yang mematuhi aturan diet cenderung mampu menjaga kadar glukosa darah dalam batas normal, menghindari komplikasi jangka panjang, serta meningkatkan kesejahteraan fisik dan psikologis mereka. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Phoenna et al. (2024) yang menemukan bahwa pasien DM tipe 2 di Banda Aceh yang patuh terhadap diet memiliki kualitas hidup yang lebih baik secara signifikan. Pengukuran kualitas hidup

menggunakan WHOQOL-BREF menunjukkan bahwa dimensi fisik dan psikologis paling banyak dipengaruhi oleh pola makan yang sehat dan teratur. Hal ini diperkuat oleh penelitian Zhang et al. (2025) di Tiongkok yang menyatakan bahwa penerimaan terhadap penyakit dan kepatuhan terhadap diet berkontribusi positif terhadap kesejahteraan psikologis dan sosial pasien DM.

Penelitian lain yang dilakukan oleh Tanaka et al. (2024) juga menyoroti bahwa kualitas hidup pasien DM sangat dipengaruhi oleh pola konsumsi makanan, terutama asupan serat. Mereka yang mengonsumsi lebih banyak serat memiliki beban terapi diet yang lebih rendah dan lebih puas dengan gaya hidup mereka, sebagaimana tercermin dalam skor WHOQOL-BREF yang lebih tinggi. Hal serupa dilaporkan oleh Choi et al. (2024) di Korea, yang menyatakan bahwa kepatuhan terhadap rekomendasi nutrisi mempengaruhi status kesehatan secara keseluruhan dan berdampak langsung pada kualitas hidup penderita diabetes.

Dari hasil penelitian ini, dapat dilihat bahwa kepatuhan diet bukan hanya berdampak pada aspek klinis seperti kontrol glikemik, tetapi juga mempengaruhi aspek psikologis, sosial, dan lingkungan hidup pasien. WHOQOL-BREF sebagai instrumen pengukur kualitas hidup mencakup dimensi fisik, psikologis, hubungan sosial, dan lingkungan, dan keseluruhan dimensi tersebut menunjukkan nilai lebih baik pada pasien yang patuh terhadap diet. Penelitian yang dilakukan oleh García et al. (2024) di menunjukkan bahwa

kualitas hidup dan kepatuhan terapeutik berhubungan pada pasien diabetes tipe II. Faktor-faktor seperti usia, status pendidikan, dan status pekerjaan mempengaruhi kualitas hidup pasien. Penelitian yang dilakukan Eliza et al. (2024) di Indonesia menunjukkan bahwa kepatuhan terhadap pengobatan berhubungan dengan kontrol glikemik dan kualitas hidup pada pasien diabetes tipe 2. Kontrol glikemik yang baik dapat meningkatkan kualitas hidup pasien.

Dari kelompok yang tidak patuh terhadap diet, hanya 11 responden (68,7%) yang memiliki kualitas hidup yang baik, sedangkan 5 responden (31,3%) memiliki kualitas hidup yang kurang. Angka ini menunjukkan penurunan yang cukup signifikan dibandingkan dengan kelompok patuh, baik dari segi persentase kualitas hidup yang baik maupun peningkatan persentase responden dengan kualitas hidup yang kurang. Perbedaan mencolok ini memperkuat dugaan bahwa kepatuhan diet sangat berkaitan dengan kualitas hidup penderita diabetes mellitus. Kepatuhan terhadap diet yang tepat membantu pasien mengelola gejala, meningkatkan energi untuk menjalani aktivitas harian, serta mencegah komplikasi seperti neuropati, nefropati, dan retinopati diabetik. Sebaliknya, pasien yang tidak patuh cenderung mengalami fluktuasi kadar glukosa darah yang ekstrem, menyebabkan kelelahan, gangguan emosional, hingga penurunan fungsi sosial dan produktivitas. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian oleh Phoenna, Maulina, dan Ridwan (2024) yang menunjukkan bahwa kepatuhan diet berhubungan signifikan dengan kualitas hidup, di mana pasien yang mengikuti anjuran diet lebih mungkin mengalami perbaikan dalam dimensi fisik dan psikologis. Penelitian oleh Zhang et al. (2025) juga menguatkan bahwa penerimaan terhadap penyakit dan kepatuhan

terhadap diet merupakan prediktor penting kualitas hidup pasien DM tipe II. Secara keseluruhan, pembahasan ini menunjukkan bahwa tingkat kepatuhan diet memiliki korelasi positif yang kuat terhadap kualitas hidup penderita diabetes mellitus. Intervensi edukatif, dukungan keluarga, dan pemantauan berkala dapat menjadi strategi penting dalam meningkatkan kepatuhan diet, yang pada akhirnya akan berdampak signifikan terhadap kualitas hidup pasien. Hal ini sejalan dengan penelitian oleh Helty dan Nazaruddin (2023) menjelaskan pentingnya self-efficacy dalam pengelolaan diabetes mellitus tipe 2, khususnya terkait dengan kepatuhan diet dan kualitas hidup pasien. Studi ini menunjukkan bahwa self-efficacy yang tinggi berhubungan erat dengan tingkat kepatuhan diet yang lebih baik, yang pada gilirannya berkontribusi pada peningkatan kualitas hidup pasien diabetes mellitus tipe II. Self-efficacy, atau keyakinan individu terhadap kemampuannya untuk mengelola kondisi kesehatannya, memainkan peran krusial dalam memotivasi pasien untuk mengikuti anjuran diet yang telah ditetapkan. Pasien dengan tingkat self-efficacy yang tinggi cenderung lebih percaya diri dalam membuat keputusan terkait pola makan, yang membantu mereka dalam menjaga kadar glukosa darah dalam rentang yang sehat.

Studi oleh Tanaka et al. (2024) di Jepang menemukan bahwa asupan serat makanan berhubungan dengan kualitas hidup terkait diet pada penderita diabetes tipe 2. Meningkatkan asupan serat dapat meningkatkan kepuasan terhadap diet dan mengurangi beban terapi diet. Penelitian oleh Azmi, Mohamed Nor, dan Wan Ali (2024) di Malaysia menunjukkan bahwa persepsi terhadap kepatuhan terhadap perubahan gaya hidup berhubungan dengan kualitas

hidup, indeks massa tubuh, dan status glukosa darah pada pasien diabetes tipe 2. Persepsi positif terhadap kepatuhan diet dapat meningkatkan kualitas hidup pasien. Penelitian oleh Ayoub et al. (2025) di negara-negara Mediterania menunjukkan bahwa faktor-faktor sosio demografis mempengaruhi kepatuhan terhadap diet Mediterania pada individu dengan diabetes tipe 2. Kepatuhan terhadap diet Mediterania dapat meningkatkan kualitas hidup pasien.

## KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian ini maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut : hasil penelitian yang dilakukan terhadap 51 responden di Rumah Sakit Umum Bahteramas Provinsi Sulawesi Tenggara, ditemukan adanya hubungan antara kepatuhan diet dengan kualitas hidup (quality of life) pasien diabetes mellitus. Responden yang patuh terhadap diet cenderung memiliki kualitas hidup yang lebih baik dibandingkan dengan yang tidak patuh.

Penelitian ini memberikan gambaran nyata mengenai pentingnya kepatuhan diet dalam meningkatkan kualitas hidup pasien diabetes mellitus. Selain itu, penelitian dilakukan di lingkungan rumah sakit dengan jumlah responden yang cukup representatif

untuk konteks lokal, sehingga hasilnya relevan untuk praktik pelayanan kesehatan di daerah tersebut.

Penelitian ini memiliki keterbatasan dalam hal desain yang bersifat cross-sectional, sehingga tidak dapat membuktikan hubungan kausal secara langsung. Selain itu, data yang diperoleh bergantung pada kejujuran dan pemahaman responden saat mengisi kuesioner, yang berpotensi menimbulkan bias. Penelitian selanjutnya dapat dikembangkan dengan menggunakan desain longitudinal untuk melihat perubahan kualitas hidup pasien dalam jangka waktu tertentu berdasarkan kepatuhan diet. Selain itu, dapat dilakukan pengkajian lebih lanjut dengan melibatkan faktor-faktor lain seperti aktivitas fisik, dukungan keluarga, dan pengobatan untuk mendapatkan gambaran yang lebih komprehensif mengenai determinan kualitas hidup pada pasien diabetes mellitus.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis menyampaikan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada pihak Yayasan Mandala Waluya pemberi dana penelitian yang telah mendukung kelancaran kegiatan ini. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada Rumah Sakit Umum Bahteramas Provinsi Sulawesi Tenggara atas izin dan fasilitas yang diberikan selama proses pengumpulan data.

## DAFTAR PUSTAKA

Al-Qerem, W., Jarab, A. S., Nusair, M. B., Mukattash, T. L., & Abu-Zaytoun, M. (2024). The association between health-related quality of life and treatment satisfaction among patients with type 2 diabetes. *Patient Preference and Adherence*, 18, 1–10. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/39480837/>

Azmi, E. B., Mohamed Nor, N., & Wan Ali, W. A. S. R. (2024). Effect of perceived adherence to lifestyle changes on quality of life, body mass index, and blood glucose status for T2DM patients @SASMEC. *International Journal of Allied Health Sciences*, 8(5).

<https://journals.iium.edu.my/ijahs/index.php/IJAH/article/view/944>

Chen, Y.-H., & Lin, H.-J. (2025). The impact of social support and employment status on treatment adherence among patients with type 2 diabetes. *Diabetes Management and Therapy*, 19(2), 121–129.

<https://doi.org/10.1177/11795514251331907>

Choi, J. H., Lulu, C., Park, S. J., et al. (2024). Adherence to the nutritional recommendations according to diabetes status in Korean adults: A cross-sectional study. *BMC Public Health*, 24, 2647.

<https://doi.org/10.1186/s12889-024-20058-y>

Desta, A. A., Abebe, L., & Tadesse, M. (2024). Assessment of adherence to dietary

- recommendations and associated factors among type 2 diabetic patients in selected hospitals in Addis Ababa, Ethiopia. *Frontiers in Nutrition*, 11, 1474445. <https://doi.org/10.3389/fnut.2024.1474445>
- Eliza, D., Syafhan, N. F., Andrajati, R., & Fitriani, S. W. (2024). Medication adherence, glycemic control, and quality of life in patients with type 2 diabetes mellitus: A cross-sectional study. *Journal Sains Farmasi & Klinis*, 11(2), 1369. <https://jsfk.ffarmasi.unand.ac.id/index.php/jsfk/article/view/1369>
- García, J. M., González, M. A., & Rodríguez, L. M. (2024). Quality of life assessment and therapeutic adherence in Mexican patients with type 2 diabetes. *International Journal of Diabetes in Developing Countries*, 45, 161–169. <https://doi.org/10.1007/s13410-024-01331-7>
- Heltty, H., & Nazaruddin. (2022). Hubungan self efficacy dengan kadar glukosa darah pasien diabetes melitus tipe II. *Jurnal Keperawatan dan Kesehatan*, 3(1), 1–7. <https://jurnal.itekesmukalbar.ac.id/index.php/JK2/article/view/245>
- Karakaya, M., & Elibol, A. (2025). Relationship between gender, age, and the risk of developing type 2 diabetes among overweight and obese adults: A cross-sectional study. *BMC Public Health*, 25, 318. <https://bmcpublihealth.biomedcentral.com/articles/10.1186/s12889-024-21248-4>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). *Hasil Utama Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023*. Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan. Diakses dari <https://www.badankebijakan.kemkes.go.id>
- Kurniawan, F., Sari, N. P., & Utami, R. (2020). Pengaruh Kepatuhan Diet terhadap Kendali Gula Darah Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Andalas*, 14(2), 101–108.
- Laporan Tahunan RSU Bahteramas Provinsi Sulawesi Tenggara. 2024.
- Phoenna, C. P., Maulina, M., & Ridwan, A. (2024). Hubungan kepatuhan diet dengan kualitas hidup pada penderita diabetes mellitus tipe 2 di Banda Aceh. *Jurnal Online Universitas Jenderal Soedirman*, 12(1). <https://jurnalonline.unsoed.ac.id/index.php/job/article/view/13082>
- Putri, L. M., & Wahyuni, D. (2022). Hubungan Kepatuhan Diet dengan Kualitas Hidup Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 di Puskesmas X. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 25(1), 45–52.
- Tanaka, M., Sato, Y., & Nakamura, T. (2024). Relationship between diabetes diet-related quality of life and dietary fiber intake among people with type 2 diabetes: A cross-sectional study. *Endocrine Journal*, 71(6), 583–592. <https://doi.org/10.1507/endocrj.EJ23-0320>
- World Health Organization. (2021). *Diabetes Fact Sheet*. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/diabetes>
- Zhang, Y., Li, X., & Wang, L. (2025). Associations between disease acceptance and dietary adherence in patients with type 2 diabetes mellitus in China: A cross-sectional study. *Diabetes Research and Clinical Practice*, 184, 109118. <https://doi.org/10.1016/j.diabres.2024.109118>

Jurnal Ilmiah Kesehatan Mandala Waluya (JIKMW) is licensed under a Creative Commons Attribution 4.0 International License.

