JURNAL GIZI ILMIAH
https://jurnal.karyakesehatan.ac.id/JGI/index
Volume 12| Nomor 3| September-Desember | 2025
ISSN: 2407-5515, EISSN: 2745-990X

Hubungan Usia dan Kepatuhan Diet dengan Kadar Glukosa Darah Penderita DM Tipe 2 di Rumah Sakit Benyamin Guluh Kolaka

Ebriyanti Martinus[1], Siti Hadrayanti Ananda[2], Habib Ihsan M[3]

[1,2,3] Prodi S1 Gizi, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Karya Kesehatan

Keywords: *Diabetes, Mellitus, Age, Compliance, Diet*
Kata Kunci : Diabetes, Melitus, Usia, Kepatuhan, Diet
Corespondensi Author
Siti Hadrayanti Ananda
Prodi S1 Gizi, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Karya Kesehatan,
Email: sitihadrayantia@gmail.com

Abstrak

Diabetes melitus merupakan salah satu penyakit tidak menulat yang kasusnya mengalami peningkatan. Diabetes melitus merupakan suatu kondisi dimana terjadi peningkatan kadar glukosa darah karena kekurangan atau resistensi insulin. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan usia dan kepatuhan diet dengan kadar glukosa darah penderita DM Tipe 2 di Rumah Sakit Benyamin Guluh Kolaka. Jenis penelitian adalah kuantitatif, desain *cross sectional study*. Sampel adalah adalah sebagian sebagian penderita Diabetes Mellitus tipe 2 yang menjalani rawat inap tahun 2025 sebanyak 33 orang. yang diperoleh menggunakan *accidental sampling* Data dikumpulkan menggunakan kuesioner dan dianalisis menggunakan uji *Chi-Square* dan *Fisher Exact*. Hasil uji *Chi-Square* diperoleh *p value* 0,017 untuk usia dan hasil uji *Fisher Exact* diperoleh *p value* 0,027. Kesimpulan penelitian adalah ada hubungan usia dan kepatuhan diet dengan kadar glukosa darah penderita DM Tipe 2 di Rumah Sakit Benyamin Guluh Kolaka. Saran bagi rumah sakit agar meningkatkan upaya promotif dan preventif serta memberikan pendampingan kepatuhan diet pada pasien. Bagi peneliti sejanjutnya agar menambahkan variabel lain yang berpengaruh terhadap kadar glukosa darah, seperti lama menderita DM, kepatuhan minum obat serta mengembangkan intervensi atau program berbasis edukasi.

Absctract

Diabetes mellitus is a non-communicable disease whose cases are increasing. Diabetes mellitus is a condition characterized by elevated blood glucose levels due to insulin deficiency or resistance. The purpose of this study was to determine the relationship between age and dietary compliance and blood glucose levels in Type 2 Diabetes Patients at Benyamin Guluh Hospital, Kolaka. The study used a quantitative cross-sectional design. The sample consisted of 33 inpatients with Type 2 Diabetes Mellitus in 2025. Data were obtained using accidental sampling. Data were collected using a questionnaire and analyzed using the Chi-Square and Fisher Exact tests. The Chi-Square test yielded a p-value of 0.017 for age, and the Fisher Exact test yielded a p-value of 0.027. The study concluded that there is a relationship between age and dietary adherence with blood glucose levels in Type 2 DM patients at Benyamin Guluh Hospital,

Kolaka. Suggestions for the hospital include increasing promotive and preventive efforts and providing assistance with dietary adherence to patients. Future researchers should include other variables that influence blood glucose levels, such as duration of DM, medication adherence, and developing educational interventions or programs.

PENDAHULUAN

Transisi epidemiologi dari penyakit menular menjadi penyakit tidak menular semakin terlihat jelas, *morbiditas* Penyakit Tidak Menular (PTM) semakin meningkat (Kemenkes RI, 2022). Salah satu PTM yang kasusnya mengalami peningkatan adalah penyakit Diabetes Melitus (DM) yang merupakan suatu kondisi dimana terjadi peningkatan kadar glukosa darah karena kekurangan atau resistensi insulin (Syahid, 2021). DM disebut sebagai *silent killer* karena menimbulkan berbagai komplikasi bagi penderitanya, DM menyebabkan kematian *premature*, kebutaan, penyakit jantung dan gagal ginjal (Kemenkes RI, 2022).

World Health Organization (WHO) menyatakan bahwa Diabetes telah menjadi penyakit kronis dengan pertumbuhan tercepat di dunia dan pada tahun 2020 terdapat 422 Juta jiwa (WHO, 2020). Pada tahun 2021, *International Diabetes Federation* (IDF) dalam Atlas edisi ke-10 mengonfirmasi bahwa diabetes termasuk salah satu di antara kegawatdaruratan kesehatan global dengan pertumbuhan paling cepat. Jumlah kasus DM di Dunia pada tahun 2021 sebanyak 537 juta jiwa dengan jumlah kematian akibat DM sebesar 6,7 jiwa dan jumlah kasus DM ini diproyeksikan akan mencapai 643 juta jiwa pada tahun 2030 dan 783 juta jiwa pada tahun 2045 (IDF, 2021).

American Diabetes Association (ADA), mengklasifikasikan DM menjadi 4 (empat) tipe yakni DM tipe 1, DM tipe 2, DM *Gestasional* dan DM tipe lain. DM tipe 2 merupakan salah satu jenis DM yang paling banyak di temukan yaitu lebih dari 90-95%, selain itu DM tipe 2 juga banyak dialami oleh orang Dewasa dibanding anak-anak dan remaja (ADA, 2021).

Jumlah kasus DM di Indonesia pada tahun 2020 sebesar 10,7 juta (Kemenkes RI., 2020). Selanjutnya tahun 2021 meningkat menjadi 19,5 juta dan diperkirakan pada 20 tahun ke depan akan meningkat menjadi 28,6 juta (IDF, 2021). Provinsi Sulawesi Tenggara tahun 2020 merupakan salah satu provinsi di Indonesia dengan prevalensi diabetes Melitus yang mengalami peningkatan dan angka morbiditas diabetes Melitus termasuk dalam 10 besar penyakit tidak menular yakni berada urutan kedua setelah hipertensi. Prevalensi penderita DM yang mendapatkan pelayanan kesehatan sesuai standar di Sulawesi Tenggara mengalami peningkatan yakni pada tahun 2021 sebesar 60,31%, kemudian meningkat pada tahun 2022 prevalensi DM sebesar 64,48% dan semakin meningkat pada tahun 2023 sebesar 70,76%. Hal ini masih jauh dari target nasional sebesar 100% (Dinkes Provinsi Sulawesi Tengara, 2023).

Kabupaten Kolaka merupakan salah satu kota di Sulawesi Tenggara yang kasus DM juga mengalami peningkatan yakni tahun 2022 sebesar 54,3% dan tahun 2023 sebesar 59,1% (Dinkes Kabupaten Kolaka, 2023). Pemeliharaan kesehatan pada pasien DM dapat dilakukan dengan cara menjaga glukosa darah tetap stabil. Apabila kadar glukosa dalam darah tidak terkontrol maka akan menimbulkan beberapa macam komplikasi yang mengakibatkan beberapa masalah seperti penurunan kadar glukosa darah (*hipoglikemia*), kerusakan ginjal, kebutaan, dan kerusakan saraf yang mengakibatkan luka *gangren* bahkan sampai dengan amputasi (Tarwoto dkk., 2019).

Penelitian Chantya dan Harison tahun 2023 menemukan bahwa ada hubungan kepatuhan diet dengan kadar glukosa darah pada pasien diabetes Melitus tipe 2 di RSUD Tais (Chantya dan Harison, 2023). Pihak RSBG telah melakukan pengendalian DM melalui pengukuran kadar glukosa darah, edukasi dan terapi farmakologi, namun prevalensi kejadian diabetes Melitus masih meningkat. Berdasarkan penelitian Iklima dkk., (2024) menemukan bahwa faktor yang mempengaruhi kadar gula darah diantaranya yaitu kepatuhan diet, aktivitas fisik, kepatuhan minum obat dan lama menderita. kepatuhan diet adalah faktor dominan yang mempengaruhi kadar gula darah pasien diabetes melitus tipe 2, kepatuhan diet pada penderita diabetes melitus merupakan upaya.

Faktor lain yang dapat mempengaruhi kadar glukosa darah adalah usia. Porsi mengenai pendewasaan dikaitkan dengan fisiologi usia lanjut yang menyatakan bahwa seiring

bertambahnya usia, kemampuan tubuh kita dalam melakukan berbagai tugas semakin menurun, salah satunya adalah produksi hormon insulin yang menjadi kurang efektif dan meningkatkan gula darah (Dewi dan Supriyadi, 2024).

Berdasarkan hasil survei pendahuluan di poli Interna (penyakit dalam) pada 10 orang penderita Diabetes Melitus tipe 2, ditemukan 6 orang (60%) tidak patuh dalam menjalani diet makanan yang dibatasi selama mengidap DM dan 4 orang (40%) patuh terhadap diet yang direkomendasikan oleh tenaga kesehatan. Hal ini menunjukkan bahwa kepatuhan diet penderita DM tipe 2 masih rendah. Selain itu, penelitian terkait hubungan kepatuhan diet dan usia dengan kadar glukosa darah penderita DM tipe 2 belum pernah diterapkan sehingga penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul " Hubungan Usia dan Kepatuhan Diet dengan Kadar Glukosa Darah Penderita DM Tipe 2 di Rumah Sakit Benyamin Guluh Kolaka.

METODE

Jenis penelitian ini adalah kuantitatif. Desain penelitian ini menggunakan *Cross Sectional Study*. Penelitian ini telah dilaksanakan di Rumah Sakit Benyamin Guluh Kolaka pada tanggal 31 Juli-26 Agustus Tahun 2025.

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh penderita Diabetes Mellitus tipe 2 yang menjalani rawat inap dengan rata-rata pada tahun 2025 sebanyak 33 orang. Sampel penelitian ini adalah penderita Diabetes Mellitus tipe 2 yang menjalani rawat inap tahun 2025 sebanyak 33 orang.Teknik pengambilan sampel menggunakan *accidental sampling*. Kadar GDS dikategorikan normal: apabila kadar GDS ≤ 200 mg/dl dan tinggi : apabila kadar GDS >200 mg/dl (Tandra, 2021). Usia Dewasa : 19-59 tahun dan usia Lansia: ≥ 60 tahun (WHO, 2022). Kategori kepatuhan diet yaitu patuh : apabila skor ≥ 36 dan tidak patuh apabila skor < 36 (Pramayudi, 2021).

Pengumpulan data Data identitas responden meliputi inisial, usia, jenis kelamin, pendidikan dan pekerjaan diperoleh melalui wawancara menggunakan kuesioner. Data kadar glukosa darah sewaktu pasien DM Tipe 2 diperoleh berdasarkan hasil pemeriksaan laboratorium di RSBG Kolaka pada penderita DM Tipe 2. Data kepatuhan diet dikumpulkan dengan membagikan kuesioner. Analisis data menggunakan uji statistik *Chi-Square* dan uji alternatif *Fisher Exact*.

HASIL

Analisis Univariat

Analisis univariat terdiri atas usia, kepatuhan diet dan kadar glukosa darah. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel 1 berikut:

Tabel 1. Distribusi Variabel Penelitian di Rumah Sakit Benyamin Guluh Kolaka

Variabel	n (33)	%
Usia		
Usia Dewasa	18	54,5
Usia Lansia	15	45,5
Kepatuhan Diet		
Patuh	27	81,8
Tidak Patuh	6	18,2
Kadar Glukosa Darah		
Normal	14	42,4
Tinggi	19	57,6

Sumber : Data Primer Tahun 2025

Tabel 1 menunjukkan bahwa dari 33 sampel, ditinjau dari usia, sebagian besar usia dewasa sebanyak 18 orang (54,5%), selebihnya usia Lansia sebanyak 15 orang (45,5%). Kemudian berdasarkan kepatuhan diet sebagian besar patuh sebanyak 27 orang (81,8%) dan selebihnya tidak patuh sebesar 6 orang (18,2%). Kemudian kadar glukosa darah, sebagian besar tinggi sebanyak 19 orang (57,6%) dan normal sebanyak 14 orang (42,4%).

Analisis Bivariat

Hubungan usia dengan kadar glukosa darah penderita DM Tipe 2

Tabel 2 Hubungan Usia dengan Kadar Glukosa Darah Penderita DM Tipe 2

Usia	Kadar Glukosa Darah				Jumlah		Uji *Chi-Square*
	Normal		Tinggi				
	n	%	n	%	n	%	
Usia Dewasa	11	61,1	7	38,9	18	100	*p value* =0,017
Usia Lansia	3	20,0	12	80,0	15	100	
Total	**14**	**42,4**	**19**	**57,6**	**33**	**100**	

Sumber : Data Primer Tahun 2025

Tabel 2 menunjukkan bahwa dari 33 sampel, terdapat 18 orang memiliki usia pada kategori usia dewasa dan 15 orang yang Lanjut Usia (Lansia). Kemudian dari 18 orang yang berusia dewasa, sebagian besar kadar glukosa darahnya normal sebanyak 11 orang (61,1%), selebihnya tinggi sebanyak 7 orang (38,9%). Selanjutnya dari 15 orang yang berusia Lansia, Sebagian besar kadar glukosa darahnya tinggi, sebanyak 12 orang (80,0%) dan 3 orang (20,0%) kadar glukosa darahnya normal.

Hasil analisis statistik menggunakan *Chi-Square* pada tingkat kepercayaan 95%, diperoleh nilai *p value* 0,017 < α (0,05), sehingga hipotesis alternative diterima yang artinya bahwa ada hubungan usia dengan kadar glukosa darah penderita DM Tipe 2 di Rumah Sakit Benyamin Guluh Kolaka.

Hubungan kepatuhan diet dengan kadar glukosa darah penderita DM Tipe 2

Tabel 3 Hubungan Kepatuhan Diet dengan Kadar Glukosa Darah Penderita DM Tipe 2

Kepatuhan Diet	Kadar Glukosa Darah				Jumlah		Uji *Fisher Exact*
	Normal		Tinggi				
	n	%	n	%	n	%	
Patuh	14	51,9	13	48,1	27	100	*p value*
Tidak Patuh	0	0	6	100	6	100	=0,027
Total	**14**	**42,4**	**19**	**57,6**	**33**	**100**	

Sumber : Data Primer Tahun 2025

Tabel 3 menunjukkan bahwa dari 33 sampel, terdapat 27 orang patuh pada diet dan 6 orang yang tidak patuh. Kemudian dari 27 orang patuh pada diet, sebagian besar kadar glukosa darahnya normal sebanyak 14 orang (51,9%), selebihnya tinggi sebanyak 13 orang (48,1%). Selanjutnya dari 6 orang yang tidak patuh, 100% kadar glukosa darahnya tinggi.

Hasil analisis statistik menggunakan *Fisher Exact* pada tingkat kepercayaan 95%, diperoleh nilai *p value* 0,027 < α (0,05), sehingga hipotesis alternative diterima yang artinya bahwa ada hubungan kepatuhan diet dengan kadar glukosa darah penderita DM Tipe 2 di Rumah Sakit Benyamin Guluh Kolaka.

PEMBAHASAN

Hubungan Usia dengan Kadar Glukosa Darah Penderita DM Tipe 2

Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 18 orang yang berusia dewasa, sebagian besar memiliki kadar glukosa darah normal (61,1%), selebihnya (38,9%) memiliki kadar glukosa darah tinggi. Hal ini dapat karena pada usia dewasa, fungsi organ tubuh, termasuk pankreas, masih relatif optimal dalam memproduksi insulin dan sensitivitas sel terhadap insulin juga masih baik, sehingga kadar glukosa darah lebih mudah terkontrol. Selain itu, pada usia dewasa umumnya aktivitas fisik masih lebih tinggi dibandingkan lansia, sehingga pembakaran glukosa dalam tubuh berjalan lebih efektif.

Penelitian ini masih terdapat 38,9% responden usia dewasa dengan kadar glukosa darah tinggi, yang kemungkinan dipengaruhi oleh faktor gaya hidup seperti pola makan tinggi karbohidrat dan lemak, kurangnya aktivitas fisik, stres, maupun riwayat keluarga dengan diabetes mellitus. Hal ini menunjukkan bahwa meskipun usia dewasa memiliki peluang lebih besar untuk mempertahankan kadar glukosa normal, risiko peningkatan glukosa tetap ada apabila dipengaruhi faktor risiko tertentu.

Selanjutnya dari 15 orang yang berusia Lansia, sebagian besar kadar glukosa darahnya tinggi (80,0%), namun masih terdapat 20,0% kadar glukosa darahnya normal. Hal ini karena tidak semua lansia mengalami peningkatan kadar glukosa darah, karena kondisi kesehatan seseorang dipengaruhi oleh banyak faktor selain usia. Lansia yang masih memiliki kadar glukosa darah normal diduga menerapkan pola hidup sehat, seperti menjaga pola makan seimbang, rutin beraktivitas fisik ringan (misalnya jalan pagi atau senam lansia), serta memiliki kepatuhan dalam mengontrol kesehatan secara berkala. Selain itu, dukungan keluarga, pengendalian stres, serta kepatuhan terhadap pengobatan atau terapi bila memiliki penyakit penyerta juga dapat membantu lansia mempertahankan kadar glukosa darah tetap normal.

Hasil analisis statistik dengan uji *Chi-Square* diperoleh *p value* = 0,017 < α (0,05). Hal ini berarti hipotesis alternatif diterima, sehingga terdapat hubungan yang signifikan antara usia dengan kadar glukosa darah pada penderita

Diabetes Mellitus (DM) Tipe 2 di Rumah Sakit Benyamin Guluh Kolaka.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian Syamsuddin dkk., (2024) yang menunjukkan adanya hubungan antara usia dengan kadar gula darah saat ini, dengan demikian, semakin tua seseorang mempengaruhi peningkatan kadar gula darah. Begitu pula dengan penelitian Dewi ditemukan bahwa 42,5% responden adalah orang dewasa berusia antara 46 dan 55 tahun. 72% respondennya adalah perempuan dewasa. Mayoritas responden (62,5%) melaporkan pembacaan gula darah orang dewasa di Desa Sidorejo Kecamatan Jabung.

Temuan ini memperkuat teori yang menyatakan bahwa semakin bertambahnya usia, risiko terjadinya hiperglikemia meningkat akibat penurunan fungsi pankreas dalam memproduksi insulin serta menurunnya sensitivitas reseptor sel terhadap insulin. Proses penuaan juga sering diikuti dengan penurunan aktivitas fisik, perubahan pola makan, serta meningkatnya prevalensi penyakit penyerta seperti hipertensi dan obesitas yang dapat memperburuk kontrol glukosa darah (Tandra, 2021).

Dengan demikian, hasil penelitian ini membuktikan bahwa faktor usia memiliki peran penting dalam memengaruhi kadar glukosa darah pada penderita DM Tipe 2, di mana kelompok lanjut usia cenderung lebih berisiko mengalami kadar glukosa darah tinggi dibandingkan kelompok usia dewasa.

Hubungan Kepatuhan Diet dengan Kadar Glukosa Darah Penderita DM Tipe 2

Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 33 sampel, terdapat 27 orang patuh pada diet dan 6 orang yang tidak patuh. Hal ini menunjukkan bahwa mayoritas penderita telah memiliki kesadaran dan pemahaman mengenai pentingnya kepatuhan terhadap diet dalam pengelolaan penyakitnya, khususnya pada penderita Diabetes Mellitus Tipe 2. Kepatuhan diet merupakan salah satu pilar utama dalam manajemen DM karena berperan langsung dalam menjaga kestabilan kadar glukosa darah. Tingginya angka kepatuhan ini dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor, antara lain tingkat pengetahuan pasien tentang DM, adanya edukasi dari tenaga kesehatan, dukungan keluarga, serta motivasi individu untuk menjaga kesehatannya. Namun demikian, masih terdapat 6 orang yang tidak patuh, yang diduga disebabkan oleh faktor kebiasaan lama sulit diubah, kurangnya kontrol diri, dan kurangnya dukungan sosial. Hasil rekapitulasi data kuesioner, item kepatuhan yang banyak tidak diterapkan adalah tidak mencatat makanan yang dikonsumsi setiap hari.

Hasil analisis bivariat menunjukkan bahwa dari 27 orang yang patuh menjalani diet, sebagian besar memiliki kadar glukosa darah normal yaitu sebanyak 14 orang (51,9%). Hal ini mengindikasikan bahwa kepatuhan terhadap diet berperan penting dalam menjaga kestabilan kadar glukosa darah, di mana responden yang patuh memiliki proporsi lebih besar dengan glukosa darah normal dibandingkan dengan yang tidak patuh. Namun demikian, dalam penelitian ini masih terdapat 48,1% responden yang kadar glukosanya tinggi meskipun sudah patuh diet menunjukkan bahwa diet saja belum cukup untuk mengendalikan glukosa darah secara optimal. Faktor lain seperti aktivitas fisik yang kurang, stres, pola tidur, usia, lama menderita DM, serta adanya penyakit penyerta (*komorbid*) dapat memengaruhi kontrol glukosa darah. Selain itu, kemungkinan ketidaktepatan dalam penerapan diet, misalnya porsi yang belum sesuai anjuran atau adanya konsumsi makanan tertentu yang tidak terkontrol, juga bisa menjadi penyebabnya. Dengan demikian, kepatuhan diet merupakan faktor penting, tetapi perlu diintegrasikan dengan pengelolaan lain seperti olahraga, pengobatan, dan gaya hidup sehat agar kadar glukosa darah dapat terkendali secara maksimal.

Hasil analisis statistik menggunakan uji *Fisher Exact* menunjukkan nilai *p value* = 0,027 < α (0,05). Hal ini berarti ada hubungan yang signifikan antara kepatuhan diet dengan kadar glukosa darah pada penderita Diabetes Mellitus (DM) Tipe 2 di Rumah Sakit Benyamin Guluh Kolaka. Hal ini karena semakin patuh pada diet maka kadar glukosa darah sampel semakin normal.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian Yulianti (2024) yaitu 44 orang (73,3%) kadar gula darah tinggi, 38 orang (63,3%) tidak patuh diet. Berdasarkan hasil analisis bivariat ada hubungan kepatuhan diet (*p-value* = 0,001) dengan kadar glukosa darah sewaktu. Demikian pula penelitian Chantya dan Harison tahun 2023 menemukan bahwa ada hubungan kepatuhan diet dengan kadar glukosa darah pada pasien diabetes Melitus tipe 2 di RSUD Tais (Chantya dan Harison, 2023). Selanjutnya pada penelitian

Iklima dkk., (2024) didapatkan dari 45 responden bahwa sebagian besar 23 responden (51.1%) memiliki tingkat kepatuhan diet yang patuh. Demikian pula penelitian Aryani I., (2025) menemukan bahwa terdapat hubungan antara kepatuhan diet DM dengan kadar gula darah pasien DM.

Temuan ini diperkuat oleh teori Tjahjadi yang menyebutkan bahwa diet merupakan salah satu pilar utama dalam manajemen DM, karena asupan makanan sangat memengaruhi kestabilan kadar glukosa darah. Pasien yang patuh terhadap diet umumnya mampu menjaga kadar glukosa darah tetap dalam batas normal, sedangkan yang tidak patuh lebih berisiko mengalami hiperglikemia. Namun, meskipun terdapat hubungan signifikan, hasil penelitian juga menunjukkan bahwa tidak semua pasien yang patuh diet memiliki kadar glukosa darah normal. Hal ini menandakan bahwa selain faktor diet, terdapat faktor lain yang turut memengaruhi kadar glukosa darah, seperti usia, aktivitas fisik, stres, kepatuhan terhadap obat, serta adanya penyakit penyerta. Dengan demikian, kepatuhan diet terbukti berperan penting, tetapi perlu dikombinasikan dengan pengelolaan komprehensif lainnya agar kontrol glukosa darah pada penderita DM Tipe 2 dapat tercapai secara optimal (Tjahjadi, 2020).

SIMPULAN

Ada hubungan usia dengan kadar glukosa darah penderita DM Tipe 2 di Rumah Sakit Benyamin Guluh Kolaka dengan *p value* 0,017 dan ada hubungan kepatuhan diet dengan kadar glukosa darah penderita DM Tipe 2 di Rumah Sakit Benyamin Guluh Kolaka dengan *p value* 0,027.

SARAN

Bagi RS Benyamin Guluh Kolaka agar meningkatkan upaya promotif dan preventif melalui program edukasi gizi dan konseling diet secara rutin kepada pasien, khususnya pada kelompok usia lanjut yang lebih berisiko mengalami hiperglikemia. Dan bagi Rumah sakit juga dapat memperkuat peran tim multidisiplin (dokter, perawat, ahli gizi, dan tenaga kesehatan lainnya) dalam memberikan pendampingan kepatuhan diet serta mendorong adanya monitoring berkelanjutan terhadap pola makan pasien.

Bagi peneliti selanjutnya agar menambahkan variabel lain yang berpengaruh terhadap kadar glukosa darah, seperti lama menderita dm, kepatuhan minum obat, aktivitas fisik, pola tidur, tingkat stres, dukungan keluarga, dan adanya penyakit penyerta dan mengembangkan intervensi atau program berbasis edukasi dan pendampingan yang dapat diujicobakan untuk meningkatkan kepatuhan diet pasien DM Tipe 2, sehingga dapat diketahui efektivitasnya terhadap pengendalian kadar glukosa darah.

DAFTAR RUJUKAN

ADA (*American Diabetes Association*). (2020). *Standards of Medical Care in Diabetes*. ADA. (2021) *Diagnosis and Classification of Diabetes Melitus.* Diabetes Care, 35 (1), (care.diabetesjournals.org).

Aryani, I. (2025). Kepatuhan Diet DM Terhadap Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe II. *Healthy Papua-Jurnal keperawatan dan Kesehatan*, *8*(1).

Chantya, L., dan Harison, N. (2023) 'Hubungan Kepatuhan Diet Dan Aktifitas Fisik Dengan Kenaikan Kadar Glukosa Darah Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Di Rumah Sakit Umum Tais Kabupaten Seluma'. *INJECTION: Nursing Journal*, 3(1), 89-99.

Dewi, N., & Supriyadi, S. (2024). *Hubungan Usia dan Jenis Kelamin dengan Kadar Gula Darah pada Warga Dewasa di Desa Sidorejo Kecamatan Jabung* (Doctoral dissertation, Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Tribhuwana Tunggadewi).

Dinkes Provinsi Sulawesi Tenggara, (2023). *Profil Dinas Kesehatan Provinsi Sulawesi Tenggara Tahun 2023.* Kendari: Danas Kesehatan Provinsi Sulawesi Tenggara.

IDF. (2021). *IDF Diabetes Atlas 10th Ed. IDF*. Brussels: International Diabetes Federation

Kemenkes RI. (2020). *Pedoman Diet Diabetes Melitus*. Jakarta: Balai Penerbit FK UI.

Kemenkes RI., (2022). *Tetap Produktif, Cegah dan Atasi Diabetes Melitus*. *Infodatin*. Jakarta : Pusat data dan Informasi

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.

Syahid, Z. M. (2021) 'Faktor yang berhubungan dengan kepatuhan pengobatan diabetes Melitus'. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 10(1), 147-155.

Syamsuddin, M. S. R., Sayyidinoor, M. A., Apriannor, D., & Syafira, F. S. (2024). Hubungan Usia Terhadap Kadar Gula Darah Sewaktu, Asam Urat, Dan Tekanan Darah Di Rt. 05 Flamboyan Bawah, Palangka Raya. *Askara Satya*, *1*(1), 19-23.

Tandra, H. (2021). *Dari Diabetes Menuju Kaki*. Jakarta: PT. Gramedia Pustaka.

Tarwoto, Wartono, Taufiq I. (2019). *Keperawatan Medikal Bedah Gangguan Sistem Endokrin*. Jakarta: CV Trans Info Media

Tjahjadi, H. (2020). *Segala sesuatu yang harus anda ketahui tentang Diabetes*. Jakarta: Gramedia.

WHO. (2020). *The top 10 causes of death*. Available at: https://www.who.int/news room/fac t-sheets/detail/the-top-10-causes-of-death.

Yuliyanti, L. (2025). *Hubungan Kepatuhan Diet, Minum Obat, Dan Kontrol Dengan Kadar Gula Darah Pada Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 Di Wilayah Kerja Puskesmas Sungai Ulin Tahun 2024* (Doctoral dissertation, Universitas Islam Kalimantan MAB).