



Hubungan Pola Makan Dan Kepatuhan Minum Obat Dengan Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Di Puskesmas Belimbing Padang Tahun 2025

Azharia Lathifah^{1*}, Hidayatul Rahmi², Willady Rasyid³

¹ Keperawatan, Universitas Alifah Padang

² Keperawatan, Universitas Alifah Padang

^{1*} lathifahazharia@gmail.com, ² hidayatulahmi059@gmail.com, ³ Willadyrasyid2@gmail.com

Abstrak

Diabetes Mellitus (DM) tipe 2 merupakan penyakit kronis yang ditandai dengan peningkatan kadar gula darah akibat gangguan sekresi insulin, resistensi insulin, atau keduanya. Kadar gula darah yang tidak terkontrol dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor, di antaranya pola makan yang kurang baik dan rendahnya kepatuhan minum obat. Berdasarkan survei awal di Puskesmas Belimbing Padang, sebagian besar pasien masih mengonsumsi makanan dan minuman manis secara berlebihan, memiliki jadwal makan yang tidak teratur, serta belum patuh dalam mengonsumsi obat antidiabetes. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan pola makan dan kepatuhan minum obat dengan kadar gula darah pada pasien Diabetes Mellitus tipe 2 di Puskesmas Belimbing Padang Tahun 2025. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain *cross-sectional*. Populasi penelitian berjumlah 197 pasien Diabetes Mellitus tipe 2 yang berkunjung ke Puskesmas Belimbing Padang pada Desember 2024-Januari 2025, dengan sampel sebanyak 66 responden yang dipilih menggunakan teknik *purposive sampling*. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner pola makan, kuesioner *Morisky Medication Adherence Scale-8* (MMAS-8), dan lembar observasi kadar gula darah puasa. Analisis data dilakukan secara univariat dan bivariat menggunakan uji *Chi-Square* dengan tingkat kemaknaan $p \leq 0,05$. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 66 responden, sebanyak 41 orang (62,1%) memiliki pola makan kurang baik, 45 orang (68,2%) memiliki kepatuhan minum obat yang rendah, dan 42 orang (63,6%) memiliki kadar gula darah yang tidak terkontrol. Hasil uji statistik menunjukkan nilai *p-value* = 0,000, yang berarti terdapat hubungan yang bermakna antara pola makan dan kepatuhan minum obat dengan kadar gula darah pada pasien Diabetes Mellitus tipe 2 di Puskesmas Belimbing Padang Tahun 2025. Disimpulkan bahwa pola makan dan kepatuhan minum obat berhubungan secara signifikan dengan kadar gula darah pada pasien Diabetes Mellitus tipe 2. Oleh karena itu, Puskesmas Belimbing Padang diharapkan dapat meningkatkan edukasi mengenai pengaturan pola makan, kepatuhan minum obat, melibatkan keluarga dalam pengelolaan penyakit, serta menyediakan media edukasi yang efektif untuk membantu pasien mengontrol kadar gula darah.

Kata Kunci : Diabetes Mellitus Tipe 2, Pola Makan, Kepatuhan Minum Obat, Kadar Gula Darah.

PENDAHULUAN

Diabetes Mellitus (DM) merupakan salah satu penyakit tidak menular yang menjadi masalah kesehatan utama di dunia karena prevalensinya terus meningkat setiap tahun. Diabetes Mellitus merupakan penyakit metabolik yang ditandai dengan peningkatan kadar glukosa darah (hiperglikemia) akibat gangguan sekresi insulin, kerja insulin, atau keduanya. Penyakit ini bersifat kronis dan dapat menyebabkan berbagai komplikasi, seperti retinopati, nefropati, neuropati, penyakit jantung koroner, stroke, hingga amputasi apabila kadar gula darah tidak dikendalikan dengan baik. Salah satu upaya penting dalam pengendalian Diabetes Mellitus adalah kepatuhan pasien dalam mengonsumsi obat sesuai anjuran tenaga kesehatan, karena kepatuhan minum obat berperan dalam mempertahankan kadar gula darah tetap terkontrol dan mencegah terjadinya komplikasi.

Menurut International Diabetes Federation (IDF) tahun 2025, jumlah penyandang Diabetes Mellitus di dunia terus mengalami peningkatan dan Indonesia termasuk salah satu negara dengan jumlah penyandang diabetes terbesar. Berdasarkan Survei Kesehatan Indonesia (SKI) Tahun 2023, jumlah penderita Diabetes Mellitus di Indonesia mencapai 877.531 orang dan diperkirakan akan terus meningkat seiring perubahan gaya hidup masyarakat. Di Provinsi Sumatera Barat, jumlah penderita Diabetes Mellitus meningkat dari 39.922 orang pada tahun 2021 menjadi 48.616 orang pada tahun 2022 dan 52.355 orang pada tahun 2023. Berdasarkan Profil Kesehatan Kota Padang Tahun 2023, jumlah penderita Diabetes Mellitus di Kota Padang tercatat sebanyak 13.519 orang pada tahun 2021, meningkat menjadi 13.733 orang pada tahun 2022, dan sebanyak 13.433 orang pada tahun 2023. Dari 24 puskesmas yang ada di Kota Padang, Puskesmas Belimbing merupakan puskesmas dengan jumlah penderita Diabetes Mellitus terbanyak, yaitu 1.058 penderita.

Pengendalian Diabetes Mellitus dilakukan melalui edukasi, pengaturan pola makan, aktivitas fisik, terapi farmakologis, dan pemantauan kadar gula darah. Salah satu faktor yang menentukan keberhasilan terapi farmakologis adalah kepatuhan minum obat. Kepatuhan minum obat merupakan perilaku pasien dalam mengonsumsi obat sesuai dosis, waktu, dan aturan yang telah ditetapkan oleh tenaga kesehatan. Pasien yang memiliki kepatuhan tinggi cenderung memiliki kadar gula darah yang lebih terkontrol dibandingkan pasien yang tidak patuh, sehingga risiko komplikasi dapat diminimalkan. Sebaliknya, ketidakpatuhan minum obat dapat menyebabkan kadar gula darah tidak terkontrol dan meningkatkan risiko komplikasi kronis. Kepatuhan minum obat dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti tingkat pengetahuan, motivasi, lama menderita penyakit, dukungan keluarga, akses pelayanan kesehatan, serta hubungan antara pasien dengan tenaga kesehatan. Oleh karena itu, peningkatan kepatuhan minum obat menjadi salah satu strategi utama dalam pengelolaan Diabetes Mellitus Tipe 2.

Berdasarkan hasil penelitian di Puskesmas Belimbing Padang Tahun 2025, diperoleh hubungan yang bermakna antara kepatuhan minum obat dengan kadar gula darah pada pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 ($p = 0,000$). Temuan tersebut menunjukkan bahwa semakin baik kepatuhan pasien dalam mengonsumsi obat antidiabetes, semakin besar peluang tercapainya kadar gula darah yang terkontrol.

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain analitik korelasi menggunakan pendekatan cross sectional yang bertujuan untuk mengetahui hubungan kepatuhan minum obat dengan kadar gula darah pada pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 di Puskesmas Belimbing Padang Tahun 2025. Desain ini dipilih karena pengukuran variabel independen, yaitu kepatuhan minum obat, dan variabel dependen, yaitu kadar gula darah, dilakukan pada waktu yang sama sehingga dapat diketahui hubungan antara kedua variabel tersebut.

Penelitian dilaksanakan di Puskesmas Belimbing Padang pada tahun 2025. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 yang menjalani pengobatan di Puskesmas Belimbing Padang. Sampel penelitian berjumlah 66 responden yang dipilih menggunakan teknik accidental sampling, yaitu pasien yang memenuhi kriteria inklusi dan bersedia menjadi responden pada saat penelitian dilaksanakan.

Pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner untuk mengukur tingkat kepatuhan minum obat, sedangkan data kadar gula darah diperoleh dari hasil pemeriksaan kadar gula darah pasien yang tercatat pada saat penelitian. Data yang diperoleh dianalisis secara univariat untuk menggambarkan distribusi frekuensi dan persentase masing-masing variabel, serta dianalisis secara bivariat menggunakan uji Chi-Square dengan tingkat kemaknaan (α) 0,05 menggunakan bantuan perangkat lunak Statistical Package for the Social Sciences (SPSS) untuk mengetahui hubungan antara kepatuhan minum obat dengan kadar gula darah pada pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 di Puskesmas Belimbing Padang Tahun 2025.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Analisis Univariat

1. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pola Makan Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 Di Puskesmas Belimbing Kota Padang Tahun 2025

Tabel 1.1 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pola Makan Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 Di Puskesmas Belimbing Kota Padang Tahun 2025

Pola Makan	<i>f</i>	%
Baik	25	37,9
Kurang	41	62,1
Total	66	100

Berdasarkan Tabel 1.1 diperoleh hasil bahwa lebih dari separuh responden, yaitu sebanyak 41 orang (62,1%), memiliki pola makan yang kurang, sedangkan 25 orang (37,9%) memiliki pola makan yang baik. Hasil ini menunjukkan bahwa sebagian besar pasien Diabetes Mellitus tipe 2 di Puskesmas Belimbing Padang belum menerapkan pola makan yang sesuai dengan anjuran dalam pengelolaan diabetes. Kondisi tersebut mengindikasikan bahwa pola makan masih menjadi salah satu faktor yang perlu mendapat perhatian karena berperan penting dalam menjaga kestabilan kadar gula darah dan mencegah terjadinya komplikasi penyakit diabetes.

Pola makan merupakan pengaturan jumlah, jenis, dan jadwal makan (prinsip 3J) yang disesuaikan dengan kebutuhan penderita Diabetes Mellitus. Pengaturan pola makan bertujuan untuk mempertahankan kadar glukosa darah tetap normal atau mendekati normal, mempertahankan berat badan ideal, serta mencegah terjadinya komplikasi akibat diabetes. Pola makan yang baik dilakukan dengan memilih makanan tinggi serat, membatasi konsumsi gula sederhana, lemak jenuh, serta mengatur jadwal makan secara teratur. Sebaliknya, pola makan yang kurang baik, seperti sering mengonsumsi makanan dan minuman manis, makan dalam porsi berlebihan, serta jadwal makan yang tidak teratur, dapat menyebabkan peningkatan kadar gula darah sehingga memperburuk kondisi penderita Diabetes Mellitus.

Menurut asumsi peneliti, masih tingginya proporsi responden yang memiliki pola makan kurang disebabkan oleh kurangnya kepatuhan pasien dalam menerapkan prinsip 3J (jumlah, jenis, dan jadwal makan), kebiasaan mengonsumsi makanan tinggi gula dan karbohidrat sederhana, serta rendahnya kesadaran untuk mengubah pola

hidup menjadi lebih sehat. Selain itu, kurangnya pengetahuan mengenai diet Diabetes Mellitus, kebiasaan mengonsumsi makanan manis, kurangnya dukungan keluarga, dan belum optimalnya edukasi dari tenaga kesehatan diduga turut memengaruhi perilaku makan responden. Kondisi ini menunjukkan bahwa pasien Diabetes Mellitus memerlukan edukasi gizi secara berkesinambungan, pendampingan keluarga, serta pemantauan rutin dari tenaga kesehatan agar mampu menerapkan pola makan yang sesuai sehingga kadar gula darah dapat terkontrol dan risiko komplikasi dapat diminimalkan.

2. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Kepatuhan Minum Obat Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 Di Puskesmas Belimbing Kota Padang Tahun 2025

Tabel 1.2 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Kepatuhan Minum Obat Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 Di Puskesmas Belimbing Kota Padang Tahun 2025

Kepatuhan Minum Obat	f	%
Kepatuhan Tinggi	21	31,8
Kepatuhan Rendah	45	68,2
Total	66	100

Berdasarkan Tabel 1.2 diperoleh hasil bahwa lebih dari separuh responden, yaitu sebanyak 45 orang (68,2%), memiliki kepatuhan minum obat yang rendah, sedangkan 21 orang (31,8%) memiliki kepatuhan minum obat yang tinggi. Hasil ini menunjukkan bahwa sebagian besar pasien Diabetes Mellitus tipe 2 di Puskesmas Belimbing Padang belum patuh dalam menjalankan terapi pengobatan sesuai dengan anjuran tenaga kesehatan. Kondisi tersebut mengindikasikan bahwa kepatuhan minum obat masih menjadi salah satu aspek penting yang perlu ditingkatkan dalam upaya pengendalian kadar gula darah dan pencegahan komplikasi Diabetes Mellitus.

Kepatuhan minum obat merupakan perilaku pasien dalam mengonsumsi obat sesuai dosis, waktu, frekuensi, dan aturan yang telah ditetapkan oleh tenaga kesehatan. Kepatuhan terhadap terapi farmakologis berperan penting dalam mempertahankan kadar gula darah tetap terkontrol, meningkatkan efektivitas pengobatan, serta mencegah terjadinya komplikasi jangka pendek maupun jangka panjang akibat Diabetes Mellitus. Sebaliknya, ketidakpatuhan minum obat, seperti lupa mengonsumsi obat, menghentikan pengobatan tanpa anjuran tenaga kesehatan, atau mengurangi dosis secara mandiri, dapat menyebabkan kadar gula darah tidak terkontrol sehingga meningkatkan risiko komplikasi seperti penyakit kardiovaskular, nefropati, neuropati, dan retinopati diabetik.

Menurut asumsi peneliti, masih tingginya proporsi responden yang memiliki kepatuhan minum obat rendah disebabkan oleh kurangnya pengetahuan mengenai pentingnya terapi pengobatan yang harus dijalani secara terus-menerus, rendahnya motivasi pasien dalam menjalankan pengobatan, serta kebiasaan menghentikan atau mengurangi konsumsi obat ketika kondisi tubuh dirasakan membaik. Selain itu, faktor seperti lupa mengonsumsi obat, kurangnya dukungan keluarga, efek samping obat, serta kurang optimalnya edukasi dari tenaga kesehatan diduga turut memengaruhi rendahnya kepatuhan responden dalam menjalani terapi. Kondisi ini menunjukkan bahwa pasien Diabetes Mellitus memerlukan edukasi kesehatan yang berkesinambungan, dukungan keluarga, serta pemantauan rutin dari tenaga kesehatan agar kepatuhan minum obat dapat meningkat sehingga kadar gula darah tetap terkontrol dan risiko komplikasi dapat diminimalkan.

3. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 Di Puskesmas Belimbing Kota Padang Tahun 2025

Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 Di Puskesmas Belimbing Kota Padang Tahun 2025

Kadar Gula Darah	f	%
Normal	24	36,4
Diabetes	42	63,6
Total	66	100

Berdasarkan Tabel 1.3 diperoleh hasil bahwa lebih dari separuh responden, yaitu sebanyak 42 orang (63,6%), memiliki kadar gula darah yang tidak terkontrol, sedangkan 24 orang (36,4%) memiliki kadar gula darah terkontrol. Hasil ini menunjukkan bahwa sebagian besar pasien Diabetes Mellitus tipe 2 di Puskesmas Belimbing Padang belum mampu mencapai target pengendalian kadar gula darah yang dianjurkan. Kondisi tersebut mengindikasikan bahwa pengendalian kadar gula darah masih menjadi tantangan dalam pengelolaan Diabetes Mellitus karena kadar gula darah yang tidak terkontrol dapat meningkatkan risiko terjadinya komplikasi akut maupun kronis.

Kadar gula darah merupakan indikator utama yang digunakan untuk menilai keberhasilan pengelolaan Diabetes Mellitus. Pengendalian kadar gula darah dipengaruhi oleh berbagai faktor, antara lain kepatuhan minum obat, pola makan, aktivitas fisik, kepatuhan melakukan kontrol kesehatan, serta kemampuan pasien dalam menerapkan gaya hidup sehat. Kadar gula darah yang terkontrol dapat membantu mencegah terjadinya komplikasi seperti neuropati diabetik, nefropati, retinopati, penyakit jantung, dan ulkus diabetikum. Sebaliknya, kadar gula darah yang tidak terkontrol dalam jangka waktu yang lama dapat menyebabkan kerusakan pembuluh

darah dan organ tubuh sehingga meningkatkan angka morbiditas dan mortalitas pada penderita Diabetes Mellitus. Menurut asumsi peneliti, masih tingginya proporsi responden yang memiliki kadar gula darah tidak terkontrol disebabkan oleh belum optimalnya penerapan pengelolaan Diabetes Mellitus, terutama dalam hal kepatuhan minum obat dan pengaturan pola makan. Selain itu, kurangnya aktivitas fisik, rendahnya pengetahuan mengenai pengendalian diabetes, kebiasaan mengonsumsi makanan tinggi gula dan karbohidrat sederhana, serta kurangnya kepatuhan dalam melakukan pemeriksaan kadar gula darah secara rutin diduga turut memengaruhi tingginya kadar gula darah responden. Kondisi ini menunjukkan bahwa pasien Diabetes Mellitus memerlukan edukasi kesehatan yang berkesinambungan, pemantauan rutin oleh tenaga kesehatan, serta dukungan keluarga agar mampu menerapkan pengelolaan diabetes secara optimal sehingga kadar gula darah dapat dikendalikan dan risiko komplikasi dapat diminimalkan.

2. Analisis Bivariat

1. Hubungan Pola Makan dengan Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 Di Puskesmas Belimbing Tahun 2025

Tabel 2.1 Hubungan Pola Makan dengan Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 Di Puskesmas Belimbing Tahun 2025

Pola Makan	Kadar gula darah						P- value
	Normal		Diabetes		Total		
	<i>f</i>	%	<i>F</i>	%	<i>F</i>	%	
Baik	23	92,0%	2	8,0%	25	100,0%	0,000
Kurang	1	2,4%	40	97,6%	41	100,0%	
Total	24	36,4%	42	63,6%	66	100,0%	

Hasil analisis bivariat menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara pola makan dengan kadar gula darah pada pasien Diabetes Mellitus tipe 2 di Puskesmas Belimbing Tahun 2025. Berdasarkan hasil uji Chi-Square diperoleh nilai $p = 0,000$ ($p < 0,05$), sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara pola makan dengan kadar gula darah. Responden yang memiliki pola makan kurang cenderung memiliki kadar gula darah yang tidak terkontrol dibandingkan dengan responden yang memiliki pola makan baik. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa semakin baik pola makan yang diterapkan oleh pasien, maka semakin besar peluang kadar gula darah berada dalam kondisi terkontrol.

Pola makan merupakan salah satu komponen utama dalam empat pilar pengelolaan Diabetes Mellitus. Pengaturan pola makan dilakukan dengan menerapkan prinsip 3J, yaitu jumlah, jenis, dan jadwal makan. Pemilihan makanan dengan indeks glikemik rendah, konsumsi serat yang cukup, pembatasan gula sederhana, serta pengaturan porsi makan dapat membantu menjaga kestabilan kadar glukosa darah. Sebaliknya, pola makan yang tidak teratur, konsumsi makanan tinggi karbohidrat sederhana, gula, dan lemak jenuh dapat menyebabkan peningkatan kadar glukosa darah sehingga memperburuk pengendalian Diabetes Mellitus.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Alianatasya dan Khoiroh (2020) yang menyatakan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara pola makan dengan kadar gula darah pada pasien Diabetes Mellitus tipe 2 ($p < 0,05$). Penelitian Rohmi Fahil dkk. (2022) juga menunjukkan bahwa pasien yang tidak mematuhi pengaturan diet memiliki risiko lebih besar mengalami kadar gula darah yang tidak terkontrol dibandingkan pasien yang menerapkan pola makan sesuai anjuran. Hal tersebut menunjukkan bahwa kepatuhan terhadap diet diabetes merupakan faktor penting dalam keberhasilan pengendalian glukosa darah.

Menurut asumsi peneliti, hubungan antara pola makan dengan kadar gula darah terjadi karena sebagian besar responden belum menerapkan prinsip pengaturan makan secara konsisten. Banyak pasien masih mengonsumsi makanan tinggi gula, makanan manis, minuman berpemanis, serta karbohidrat dalam jumlah berlebihan dan belum mengatur jadwal makan secara teratur. Kebiasaan tersebut menyebabkan peningkatan kadar glukosa darah sehingga pengendalian diabetes menjadi kurang optimal. Oleh karena itu, edukasi mengenai pengaturan pola makan sesuai prinsip 3J, disertai konseling gizi dan dukungan keluarga, perlu ditingkatkan agar pasien mampu mengendalikan kadar gula darah dan mencegah terjadinya komplikasi Diabetes Mellitus.

2. Hubungan Kepatuhan Minum Obat dengan Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 Di Puskesmas Belimbing Tahun 2025

Tabel 2.2 Hubungan Kepatuhan Minum Obat dengan Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 Di Puskesmas Belimbing Tahun 2025

Kepatuhan Minum Obat	Kadar gula darah						P- value
	Normal		Diabetes		Total		
	<i>F</i>	%	<i>F</i>	%	<i>F</i>	%	
Kepatuhan Tinggi	19	90,5%	2	9,5%	21	100,0%	0,000
Kepatuhan Rendah	5	11,1%	40	88,9%	45	100,0%	
Total	24	36,4%	42	63,6%	66	100,0%	

Hasil analisis bivariat menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara kepatuhan minum obat dengan kadar gula darah pada pasien Diabetes Mellitus tipe 2 di Puskesmas Belimbing Tahun 2025. Berdasarkan hasil uji Chi-Square diperoleh nilai $p = 0,000$ ($p < 0,05$), sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kepatuhan minum obat dengan kadar gula darah. Responden yang memiliki kepatuhan minum obat rendah cenderung memiliki kadar gula darah yang tidak terkontrol dibandingkan dengan responden yang memiliki kepatuhan minum obat tinggi. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa semakin tinggi kepatuhan pasien dalam mengonsumsi obat antidiabetes sesuai anjuran tenaga kesehatan, maka semakin besar peluang kadar gula darah berada dalam kondisi terkontrol.

Kepatuhan minum obat merupakan salah satu komponen penting dalam keberhasilan pengelolaan Diabetes Mellitus tipe 2. Kepatuhan diartikan sebagai perilaku pasien dalam mengonsumsi obat sesuai dosis, waktu, frekuensi, dan lama pengobatan yang telah ditetapkan oleh tenaga kesehatan. Penggunaan obat antidiabetes secara teratur dapat membantu mempertahankan kadar glukosa darah dalam batas normal, meningkatkan efektivitas terapi, serta mencegah terjadinya komplikasi mikrovaskular maupun makrovaskular. Sebaliknya, ketidakpatuhan minum obat dapat menyebabkan kadar glukosa darah sulit dikendalikan sehingga meningkatkan risiko terjadinya neuropati diabetik, nefropati, retinopati, penyakit kardiovaskular, dan komplikasi lainnya.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Rahayu et al. (2022) yang menyatakan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kepatuhan minum obat dengan kadar gula darah pada pasien Diabetes Mellitus tipe 2 ($p < 0,05$). Penelitian Sari dan Handayani (2023) juga menunjukkan bahwa pasien yang patuh mengonsumsi obat memiliki peluang lebih besar untuk mencapai kadar gula darah yang terkontrol dibandingkan pasien yang tidak patuh. Hasil tersebut menunjukkan bahwa kepatuhan terhadap terapi farmakologis merupakan faktor yang sangat berpengaruh dalam keberhasilan pengendalian Diabetes Mellitus.

Menurut asumsi peneliti, hubungan antara kepatuhan minum obat dengan kadar gula darah terjadi karena sebagian besar responden belum mengonsumsi obat secara rutin sesuai anjuran tenaga kesehatan. Beberapa responden masih lupa mengonsumsi obat, menghentikan pengobatan ketika merasa kondisi tubuh membaik, atau tidak mematuhi jadwal pengobatan yang telah ditetapkan. Selain itu, kurangnya pengetahuan mengenai pentingnya terapi jangka panjang, rendahnya motivasi, efek samping obat, serta kurangnya dukungan keluarga diduga turut memengaruhi rendahnya kepatuhan responden. Kondisi ini menunjukkan bahwa edukasi kesehatan mengenai pentingnya kepatuhan minum obat, pemantauan terapi secara berkala, serta dukungan keluarga dan tenaga kesehatan perlu ditingkatkan agar pasien mampu mempertahankan kepatuhan pengobatan sehingga kadar gula darah dapat dikendalikan dan risiko komplikasi Diabetes Mellitus dapat diminimalkan.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan dengan judul "Hubungan Pola Makan dan Kepatuhan Minum Obat dengan Kadar Gula Darah pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 di Puskesmas Belimbing Tahun 2025", dapat disimpulkan bahwa lebih dari separuh responden memiliki pola makan yang kurang, yaitu sebanyak 62,1%, lebih dari separuh responden memiliki kepatuhan minum obat yang rendah, yaitu sebanyak 68,2%, dan lebih dari separuh responden memiliki kadar gula darah yang tidak terkendali, yaitu sebanyak 65,2%.

Hasil analisis bivariat menggunakan uji Chi-Square menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara pola makan dengan kadar gula darah, dengan nilai $p\text{-value} = 0,000$ ($p < 0,05$) pada 66 responden. Selain itu, hasil analisis juga menunjukkan terdapat hubungan yang bermakna antara kepatuhan minum obat dengan kadar gula darah, dengan nilai $p\text{-value} = 0,000$ ($p < 0,05$). Pasien Diabetes Mellitus tipe 2 yang memiliki pola makan baik dan patuh mengonsumsi obat sesuai anjuran tenaga kesehatan cenderung memiliki kadar gula darah yang lebih terkendali dibandingkan pasien yang memiliki pola makan kurang baik dan kepatuhan minum obat yang rendah.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pola makan dan kepatuhan minum obat merupakan faktor penting dalam pengendalian kadar gula darah pada pasien Diabetes Mellitus tipe 2. Oleh karena itu, diperlukan edukasi kesehatan yang berkesinambungan mengenai pengaturan pola makan sesuai prinsip 3J (jumlah, jenis, dan jadwal makan), peningkatan kepatuhan terhadap terapi obat, serta keterlibatan keluarga dan tenaga kesehatan dalam memberikan dukungan dan pendampingan kepada pasien. Upaya tersebut diharapkan dapat membantu pasien mengendalikan kadar gula darah, mencegah terjadinya komplikasi Diabetes Mellitus, dan meningkatkan kualitas hidup pasien.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada Kepala Puskesmas Belimbing Padang beserta seluruh tenaga kesehatan yang telah memberikan izin, dukungan, serta memfasilitasi pelaksanaan penelitian ini. Penulis juga menyampaikan terima kasih kepada seluruh pasien Diabetes Mellitus tipe 2 yang telah bersedia menjadi responden dan berpartisipasi dalam penelitian yang berjudul "Hubungan Pola Makan dan Kepatuhan Minum Obat dengan Kadar Gula Darah pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 di Puskesmas Belimbing Tahun 2025."

Ucapan terima kasih juga penulis sampaikan kepada dosen pembimbing, dosen penguji, serta seluruh civitas akademika Universitas Alifiah Padang yang telah memberikan bimbingan, arahan, motivasi, dan dukungan selama proses penelitian hingga penyusunan artikel ilmiah ini dapat diselesaikan dengan baik. Selain itu, penulis mengucapkan terima kasih kepada kedua orang tua, keluarga, sahabat, serta semua pihak yang telah memberikan bantuan, doa, dan dukungan baik secara langsung maupun tidak langsung selama proses penyusunan penelitian ini.

Semoga hasil penelitian ini dapat memberikan manfaat bagi pengembangan ilmu keperawatan, khususnya dalam meningkatkan pengelolaan Diabetes Mellitus melalui penerapan pola makan yang baik dan peningkatan kepatuhan minum obat sehingga kadar gula darah pasien dapat terkendali. Penulis juga berharap penelitian ini dapat menjadi bahan masukan bagi pelayanan kesehatan dalam meningkatkan kualitas edukasi dan pendampingan kepada pasien Diabetes Mellitus, serta menjadi referensi bagi peneliti selanjutnya yang akan mengembangkan penelitian di bidang keperawatan, khususnya mengenai pengendalian kadar gula darah pada pasien Diabetes Mellitus tipe 2.

DAFTAR PUSTAKA

- Adi, S. (2019). *Pengelolaan dan Pencegahan Diabetes Melitus Tipe 2 Dewasa di Indonesia*. Jakarta: PB PERKENI.
- Alianatasya, N., & Khoiroh, S. (2020). Hubungan Pola Makan dengan Terkendalinya Kadar Gula Darah pada Penderita Diabetes Mellitus Tipe II di RSUD Abdul Wahab Sjahranie Samarinda. *Borneo Student Research (BSR)*, 1(3), 1784–1790.
- Dinas Kesehatan Kota Padang. (2023). *Profil Kesehatan Kota Padang Tahun 2023*. Padang: Dinas Kesehatan Kota Padang.
- Dinas Kesehatan Provinsi Sumatera Barat. (2023). *Profil Kesehatan Provinsi Sumatera Barat Tahun 2023*. Padang: Dinas Kesehatan Provinsi Sumatera Barat.
- International Diabetes Federation. (2025). *IDF Diabetes Atlas (11th ed.)*. Brussels, Belgium: International Diabetes Federation.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). *Laporan Tematik Survei Kesehatan Indonesia (SKI) Tahun 2023: Potret Indonesia Sehat*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.