

KEPATUHAN DIET PASIEN DABETES MELITUS

Martinus Geneo¹, Julianus Ake², Abriyanti Alabimbang^{3*}

^{1,2,3*}Fakultas Keperawatan, Universitas Katolik De La Salle Manado
*22062046@unikadelasalle.ac.id

ABSTRAK

Pendahuluan: Diabetes melitus merupakan penyakit kronis yang dapat berdampak buruk bagi penderita. Salah satu cara yang bisa membantu pasien dengan penyakit diabetes melitus agar bisa menjaga kualitas hidup baik yaitu melakukan terapi diet. **Objektif:** Untuk mengetahui apakah faktor usia, pendidikan dan dukungan keluarga itu menjadi faktor yang menyebabkan tidak patuhnya penderita diabetes melitus terhadap diet. **Metode:** Pada penelitian ini digunakan penelitian kuantitatif dengan dilakukan pendekatan *cross sectional*. Populasi dalam penelitian adalah pasien yang menderita penyakit diabetes melitus di Kelurahan Teling Bawah Kecamatan Wenang Kota Manado Sulawesi Utara dengan jumlah 45 responden. Pengambilan sampel yaitu semua jumlah populasi yang ada yaitu 45 responden. **Hasil:** Dari penelitian ini didapatkan hasil yang menunjukan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan keluarga dengan kepatuhan diet pasien diabetes melitus berdasarkan hasil uji *Spearman rho* diperoleh nilai p-value 0,002 ($\alpha=0,05$). Untuk usia dan tingkat pendidikan tidak terdapat hubungan yang signifikan dengan kepatuhan diet pasien diabetes melitus. Untuk usia nilai p-value 0,199 ($\alpha=0,05$), dan untuk tingkat pendidikan nilai p-value 0,076 ($\alpha=0,05$). **Kesimpulan:** Terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan keluarga dengan kepatuhan diet pasien diabetes melitus, tidak terdapat hubungan yang signifikan antara usia dengan kepatuhan diet pasien diabetes melitus, tidak terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat pendidikan dengan kepatuhan diet pasien diabetes melitus.

Kata Kunci: Diabetes melitus; Diet; Kepatuhan

DIET ADHERENCE IN DIABETES MELLITUS PATIENT

ABSTRACT

Introduction: Diabetes mellitus is a chronic disease that can have a bad impact on sufferers. One way that can help patients with diabetes mellitus to maintain a good quality of life is to carry out diet therapy. **Objective:** To find out whether age, education and family support are factors that cause diabetes mellitus sufferers to be non-compliant with their diet. **Method:** In this research, quantitative research was used using a cross sectional approach. The population in the study were patients suffering from diabetes mellitus in Teling Bawah Village, Wenang District, Manado City, North Sulawesi with a total of 45 respondents. Sampling was the entire population, namely 45 respondents. **Results:** From this study, results were obtained which showed that there was a significant relationship between family support and dietary compliance in diabetes mellitus patients based on the results of the *Spearman rho* test, which obtained a p-value of 0.002 ($\alpha=0.05$). For age and education level, there is no significant relationship with diet compliance in diabetes mellitus patients. For age the p-value is 0.199 ($\alpha=0.05$), and for education level the p-value is 0.076 ($\alpha=0.05$). **Conclusion:** There is a significant relationship between family support and dietary compliance in diabetes mellitus patients, there is no significant relationship between age and dietary compliance in diabetes mellitus patients, there is no significant relationship between education level and diet compliance in diabetes mellitus patients.

Keywords: Compliance; Diabetes Mellitus; Diet

PENDAHULUAN

Diabetes melitus merupakan salah satu gangguan terhadap masalah kesehatan yang terjadi pada sistem metabolisme tubuh, dimana gangguan atau penyakit ini terkenal dengan terjadinya peningkatan kadar glukosa dalam darah atau hiperglikemia yang melampaui batas normal. Hal ini dapat terjadi karena hormon insulin dalam darah berkurang (Suryati, 2021). Terjadinya hiperglikemia karena kemampuan tubuh untuk merespon insulin terjadi penurunan atau terjadinya kegagalan pankreas dalam pembentukan insulin. Diabetes melitus bisa mengakibatkan terjadinya komplikasi yang kronis, antara lain komplikasi ginjal, pembuluh darah, mata, dan saraf (Priyamana, K., dkk, 2021). Dengan begitu bisa disimpulkan bahwa diabetes melitus merupakan suatu penyakit yang kronis yang terlihat dengan adanya peningkatan glukosa darah atau hiperglikemia diakibatkan karena pankreas sudah mengalami kegagalan dalam memproduksi hormon insulin, dan jika tidak bisa ditangani dapat berdampak buruk bagi penderita karena akan mengakibatkan komplikasi. Salah satu cara yang bisa membantu pasien dengan penyakit diabetes melitus agar bisa menjaga kualitas dari glukosa darah tetap dalam batas normal atau bisa menuju ke batas normal yaitu dapat melakukan terapi diet atau patuh terhadap diet yang telah dibertakan oleh tenaga kesehatan (Dewi, 2020). Untuk mengkonsumsi gula pasir dalam adonan makanan ataupun minuman sangat tidak dianjurkan untuk dikonsumsi sebaiknya dikonsumsi dengan jumlah yang sedikit hanya digunakan sebagai bumbu, bagi penderita diabetes melitus bisa mengkonsumsi gula murni asalkan kadar gula darah sudah terkendali atau sudah berada dalam batas normal, untuk mengkonsumsi gula pasir itu hanya 5% sesuai dengan kebutuhan energi total. Dalam mengkonsumsi gula alternatif itu hanya diperbolehkan dalam jumlah yang terbatas. Untuk asupan serta yang dianjurkan untuk penderita diabetes melitus hanyalah 25gr/hari seperti serat yang larut air dan serat tersebut adanya di sayuran dan buah. Khusus buat penderita DM yang tidak memiliki riwayat hipertensi penggunaan garam yang dibutuhkan hanya 3000 mg/hari, tapi jika sebaliknya penderita DM mengalami hipertensi maka sangatlah dianjurkan untuk bisa mengurangi asupan garam (Mulasari, H., dkk, 2019).

Angka kejadian diabetes melitus di dunia hingga saat ini menjadi sebuah masalah kesehatan di dunia. World Health Organization memperkirakan bahwa pada tahun 2014 secara global terdapat 422 juta jiwa dengan usia 18 tahun keatas hidup dengan penyakit diabetes melitus dan di tahun 2016 pengidap penyakit diabetes melitus bertambah sehingga menjadi 442 juta, dibandingkan pada tahun 1980 jumlah penderita diabetes melitus yaitu 108 juta, prevalensi penyakit diabetes melitus di dunia untuk usia dewasa telah bertambah hingga mendekati 2 kali lipat mulai pada tahun 1980, dari 4,7 % menjadi 8,5%. Prevalensi diabetes melitus juga terdapat di 10 negara. Menurut Internasional Diabetes Federation (2019), dengan jumlah pengidap diabetes melitus tertinggi di tahun 2019 yaitu Negara Cina dengan jumlah yang tertinggi (116,4%), setelah Cina lalu Negara India dengan jumlah (77,0%), setelah India Negara Amerika Serikat (31,0%), setelah Amerika Serikat Negara Pakistan (19,4%), lalu Brazil dengan jumlah (16,8 %), Meksiko (12,8%) dan terbanyak ketujuh yaitu Negara Indonesia dengan jumlah (10,7 %), Jerman (9,5 %), Mesir (8,9 %), dan terakhir Bangladesh (8,4 %). Menurut IDF 2019, total penderita diabetes melitus diperkirakan terdapat 463 juta orang, prevalensi peningkatan diabetes melitus di 10 Negara masih tergolong besar (Mulasari, H., dkk, 2019). Dengan demikian prevalensi peningkatan diabetes melitus di Dunia masih besar. Di Indonesia jenis penyakit diabetes melitus menjadi satu masalah yang dianggap sangat besar dan serius dimana tiap setiap tahunnya kasus penyakit ini mengalami peningkatan. Menurut Kemenkes RI (2020), penderita

diabetes melitus di Indonesia di tahun 2013 dengan jumlah 6,9% dan di tahun 2018 mengalami peningkatan sehingga menjadi 8,5 %. Prevalensi diabetes melitus paling tinggi pada tahun 2018 terdapat pada provinsi DKI Jakarta dengan jumlah (3,4 %), untuk Kalimantan Timur dengan jumlah (3,1 %), di Yogyakarta dengan jumlah (3,1 %), dan Sulawesi Utara jumlah penderita DM (3 %), dan untuk Jawa Timur jumlahnya (2,6 %). Dengan demikian penyakit diabetes melitus termasuk tinggi di Indonesia.

Ada beberapa hal yang diperlukan dalam meningkatkan kepatuhan seseorang yaitu : harus adanya dukungan yang diberikan kepada pasien, selalu mengingatkan atau tetap memberikan edukasi kepada pasien untuk terus patuh terhadap suatu pengobatan, tetap meningkatkan kepatuhan kepada pasien agar bisa menangani penyakit kronis seperti contoh penyakit diabetes melitus yang dialami oleh pasien, dan adanya pendekatan yang multidisiplin agar bisa menyelesaikan ketidakpatuhan dari pasien (Sasombo, A., dkk, 2021). Ada dua jenis kepatuhan yang pertama yaitu pasien yang benar-benar patuh terhadap suatu arahan atau anjuran yang telah diberikan kepada mereka, dan yang kedua tidak patuh, dimana keadaan seseorang yang benar-benar tidak mau mengikuti aturan atau anjuran yang telah diberikan (Rizqah, S. R., & Amelia, A. R., 2020). Diet adalah cara yang dilakukan untuk mengatur pola hidup agar tetap sehat. Diet juga merupakan suatu pola makan dimana kita mengkonsumsi setiap makanan dengan cara dan sumber makanannya diatur, agar bisa menjaga kesehatan tubuh kita secara keseluruhan, bukan hanya saja itu, diet juga sangat berguna atau bermanfaat dimana manfaatnya bisa mencapai dan menjaga berat badan tetap terkontrol (Widyarni, A., & Setiandari, E., 2020).

METODE

Penelitian ini adalah merupakan jenis penelitian kuantitatif dan dengan menggunakan pendekatan secara *cross sectional*. Adapun tempat yang dipakai dalam melakukan penelitian ini adalah di daerah Kelurahan Teling Bawah, Kecamatan Wenang Manado. Untuk responden dalam penelitian ini yaitu penderita diabetes melitus yang berada di Kelurahan Teling Bawah Kecamatan Wenang Kota Manado Sulawesi Utara, dengan jumlah 45 responden. Adapun kriteria inklusi antara lain; Pasien dengan penyakit DM, Pasien yang siap menjadi responden penelitian, Pasien yang mampu berkomunikasi dengan baik, dan bisa menulis. Adapun kriteria eksklusi dari penelitian ini adalah pasien yang mengalami kecacatan dan menolak untuk menjadi responden penelitian. Instrumen yang akan digunakan oleh peneliti yaitu kuesioner yaitu kuesioner kepatuhan diet DM dan kuesioner dukungan keluarga terhadap kepatuhan diet DM. Pada penelitian ini menggunakan uji *spearman-rho* (nilai kemakanaanya $\alpha > 0,05$).

HASIL

Penelitian ini memiliki tujuan untuk mengetahui sejauh mana pengaruh faktor usia, tingkat pendidikan dan dukungan keluarga terhadap tingkat kepatuhan diet pasien diabetes melitus di kelurahan Teling Bawah Kecamatan Wenang Kota Manado. Selanjutnya akan dibuat table hasil penelitian untuk melihat hubungan dari variabel usia, tingkatPendidikan dan factor dukungan keluarga terhadap kepatuhan diet pasien diabetes melitus di Kelurahan Teling Bawah.

Tabel 1. Hubungan Usia dengan Kepatuhan Diet dari para Pasien Diabetes Melitus di Kelurahan Teling Bawah Kecamatan Wenang Kota Manado (n=45)

Usia	Kepatuhan			Total	r hitung	P value
	Diet					
	Patuh	Kadang	Tdk			
	f-%	g	Patuh			
26-35 Thn	1-2,2	1-2,2	1-2,2	3-6,7	-0,195 (r tabel 0,288)	0,199 (alpha 0,05)
36-45 Thn	0-0	3-6,7	0-0	3-6,7		
46-55 Thn	3-6,7	8-17,8	2-4,4	13-28,9		
56-60 Thn	1-2,2	12-26,7	0-0	13-28,9		
>60 Thn	0-0	11-24,4	2-4,4	13-28,9		
Total	5-11,1	35-77,8	5-11,1	45-100,0		

Berdasarkan hasil uji statistik menggunakan uji *spearman rho* dan didapatkan hasil nilai *p-value* 0,199 > alpha 0,05 yang diartikan tidak terdapat hubungan antara usia dengan kepatuhan diet dari pasien diabetes melitus di Kelurahan Teling Bawah Kecamatan Wenang Kota Manado, dan diketahui jumlah responden dalam penelitian ini sebanyak 45 orang. Berdasarkan hasil penelitian yang ada, diketahui bahwa tingkat usia dari penderita diabetes melitus lebih banyak di usia 46 tahun sampai usia lebih dari 60 tahun. Dan didapati dari hasil yang ada bahwa penderita diabetes melitus yang patuh terhadap diet keseluruhannya ada 11 orang, dan untuk kategori kadang-kadang patuh ada 27 orang serta untuk kategori tidak patuh terdapat 7 orang. Berdasarkan hasil dari analisi yang ada bahwa responden yang paling banyak itu berada di kategori kadang-kadang patuh dalam menjalankan diet yang ada, dan juga penderita terbanyak di usia lebih dari 46 tahun.

Tabel 2. Hubungan dari Tingkat Pendidikan dengan Kepatuhan Diet para Pasien Diabetes Melitus yang adadi Kelurahan Teling Bawah Kecamatan Wenang Kota Manado (n=45)

Pendidikan	Kepatuhan Diet						Total	r-hitung	p-value
	Patuh		Kadang-kadang		Tidak Patuh				
	g		g		g				
	f	%	f	%	f	%			
SD	1	2.2	5	11.1	1	2.2	7	15.6	0.2876 0.076
SMP	1	2.2	7	15.6	1	2.2	9	20.0	
SMA/SMK	8	17.8	14	31.1	5	11.1	27	60.0	
PT	1	2.2	1	2.2	0	0	2	4.4	
Total	11	24.4	27	60.0	7	15.6	45	100.0	

Berdasarkan tabel 2 Dari hasil uji statistik menggunakan uji *spearman rho* dan didapatkan hasil nilai *p-value* 0,076 > alpha 0,05 yang diartikan tidak terdapat hubungan antara pendidikan dengan kepatuhan diet pasien diabetes melitus yang ada di daerah Teling Bawah Kecamatan Wenang Kota Manado, dan diketahui jumlah responden yang dari penelitian ini sebanyak 45 orang. Sesuai hasil penelitian yang ada, didapatkan bahwa penderita diabetes terbanyak terdapat pada tingkat pendidikan sekolah menengah atas (SMA). Dengan tingkat pendidikan yang baik akan membantu seseorang dalam meningkatkan derajat kesehatan. Sejalan dengan Notoadmojo (2007), yang menyatakan bahwa pendidikan merupakan salah satu faktor yang bisa mempengaruhi status kesehatan dari seseorang, dengan adanya tingkat pendidikan yang

tinggi itu bisa mempermudah untuk mendapatkan sebuah informasi, mampu untuk mencermatinya serta bisa mengaplikasikannya itu di dalam kehidupan sehari-hari.

Tabel 3. Hubungan dari Dukungan Keluarga dengan Kepatuhan Diet pada Pasien Diabetes Melitus di Kelurahan Teling Bawah Kecamatan Wenang Kota Manado (n=45)

Dukungan Keluarga	Kepatuhan Diet			Total	r hitung	P value
	Patuh	Kadang-Kadang	Tidak Patuh			
	f-%	f-%	f-%	f-%		
Keluarga Mendukung		24-53,3	5-11,1	34-75,6	0,442	0,002
Keluarga Kurang Mendukung	3-6,7	1-2,2	1-2,2	5-11,1	(r tabel 0,2876)	(alpha 0,05)
Keluarga Tidak Mendukung	3-6,7	2-4,4	1-2,2	6-13,3		
Total	11	24,4	27 60,0	7 15,6	45-100,0	

Berdasarkan tabel 3 hasil uji statistik di atas, dan berdasarkan nilai dari hasil uji statistik *spearman rho* didapatkan nilai r hitung $0,442 > r$ tabel $0,2876$, dan nilai p-value $0,002 < \alpha$ $0,05$, dengan tingkat kekuatan korelasi hubungan cukup. Sehingga dapat dikatakan bahwa ada hubungan yang signifikan antara dukungan keluarga dengan kepatuhan diet pasien diabetes melitus.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan Hubungan Usia Dengan Kepatuhan Diet Pasien Diabetes Melitus diartikan tidak terdapat hubungan antara usia dengan kepatuhan diet dari pasien diabetes melitus yang ada di daerah Teling Bawah Kecamatan Wenang di Kota Manado, dan diketahui jumlah responden dalam penelitian ini sebanyak 45 orang. Berdasarkan hasil penelitian yang ada, diketahui bahwa tingkat usia dari penderita diabetes melitus lebih banyak di usia 46 tahun sampai usia lebih dari 60 tahun. Dan didapati dari hasil yang ada bahwa penderita diabetes melitus yang patuh terhadap diet keseluruhannya ada 11 orang, dan untuk kategori kadang-kadang patuh ada 27 orang serta untuk kategori tidak patuh terdapat 7 orang. Berdasarkan hasil dari analisi yang ada bahwa responden yang paling banyak itu berada di kategori kadang-kadang patuh dalam menjalankan diet yang ada, dan juga penderita terbanyak di usia lebih dari 46 tahun. Dari hasil penelitian yang ada dan juga hasil penelitian dari beberapa sumber terkait, yang mendukung penelitian ini bahkan bertolak belakang dengan penelitian ini, maka dari itu peneliti berasumsi bahwa kurangnya kepatuhan diet seseorang tidak hanya dipengaruhi oleh usia saja namun terdapat beberapa faktor yang menjadi pencetus seseorang sehingga tidak patuhnya terhadap diet yang ada, sama halnya didapatkan dari hasil penelitian ini bahwa tidak terdapatnya hubungan antara usia dengan kepatuhan diet.

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan tidak terdapat hubungan antara pendidikan dengan tingkat kepatuhan diet pasien diabetes melitus di Kelurahan Teling Bawah Kecamatan

Wenang Kota Manado, dan diketahui jumlah responden dalam penelitian ini adalah sebanyak 45 orang. Sesuai hasil penelitian yang ada, didapatkan bahwa penderita diabetes terbanyak yaitu pada tingkat pendidikan sekolah menengah atas (SMA). Dengan tingkat pendidikan yang baik akan membantu seseorang dalam meningkatkan derajat kesehatan. Hasil penelitian ini, peneliti berasumsi bahwa kepatuhan diet dari seseorang tidak hanya dipengaruhi oleh tingkat pendidikan saja, karena sesuai hasil dari penelitian ini, walau responden memiliki tingkat pendidikan yang menengah atas, namun tetap saja tidak sepenuhnya patuh dalam menjalankan diet. Hal ini bergantung pada individu itu sendiri dengan menimbulkan niat atau dorongan dari diri sendiri atau motivasi yang baik untuk patuh dalam menjalankan diet (Mirahmadizadeh, et al. 2020). Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan tingkat kekuatan korelasi hubungan cukup. Sehingga dapat dikatakan bahwa ada hubungan yang signifikan antara dukungan keluarga dengan kepatuhan diet pasien diabetes melitus (Kudret, et.al. 2023). Dukungan keluarga yang diberikan kepada penderita diabetes melitus berupa pertolongan, perhatian yang diberikan akan membantu penderita dalam menjalankan terapi diet yang ada. sama halnya dengan dukungan keluarga merupakan adanya suatu petolongan yang bisa diberikan oleh anggota keluarga yang lain, seperti dukungan dalam menjalankan diet (Pujiastuti & Situmorang, 2023). Peneliti berasumsi bahwa dukungan keluarga merupakan satu hal yang sangat penting dan berdampak baik bagi penderita diabetes meitus dalam menjalankan terapi diet yang ada, karena dengan adanya dukungan dari keluarga bisa memberikan semangat sehingga meningkatkan keinginan penderita untuk patuh terhadap diet.

Kepatuhan terhadap diet adalah faktor kunci dalam manajemen Diabetes Melitus (DM). Beberapa faktor yang dapat memengaruhi kepatuhan diet pasien DM termasuk Tingkat pemahaman tentang penyakit dan pentingnya diet sehat dapat memengaruhi kepatuhan. Pendidikan yang baik tentang manajemen DM dapat meningkatkan pemahaman pasien, Dukungan dari keluarga, teman, dan kelompok pendukung dapat memberikan motivasi tambahan untuk mematuhi diet (Mohammed, et.al.2020). Dukungan ini dapat membantu pasien mengatasi tantangan dan mempertahankan perubahan gaya hidup, Ketersediaan dan aksesibilitas makanan sehat dapat dipengaruhi oleh faktor ekonomi (Sugandh, et.al.,2023). Pasien dengan sumber daya finansial yang cukup lebih mungkin dapat membeli makanan sehat, Pengalaman pribadi dan preferensi makanan dapat memengaruhi kepatuhan (Muliasari, et.al. 2019). Upaya untuk menyesuaikan diet dengan preferensi pribadi dapat meningkatkan kemungkinan keberlanjutan, Kemampuan memasak dan persiapan makanan dapat memainkan peran penting dalam kepatuhan diet. Pasien yang memiliki keterampilan memasak mungkin lebih mudah untuk menyiapkan makanan sehat, Kecemasan dan tress dapat memengaruhi kepatuhan diet (Han, et.al.2020). Beberapa pasien mungkin cenderung mencari kenyamanan dalam makanan yang tidak sehat saat menghadapi stres, Ketersediaan waktu untuk merencanakan dan menyiapkan makanan sehat dapat memengaruhi kepatuhan. Pasien yang sibuk atau memiliki jadwal yang padat mungkin menghadapi kesulitan dalam mematuhi diet sehat, Perubahan gaya hidup yang diperlukan oleh diet DM dapat memerlukan penyesuaian yang signifikan. Kemampuan pasien untuk beradaptasi dengan perubahan ini dapat memengaruhi kepatuhan mereka, Tingkat motivasi dan keinginan untuk menjaga kesehatan dapat memainkan peran besar dalam kepatuhan diet (Priyamana, et. al. 2021). Pasien yang memiliki motivasi internal yang tinggi mungkin lebih cenderung untuk mematuhi anjuran diet, pemantauan rutin oleh profesional kesehatan dan umpan balik positif dapat meningkatkan kepatuhan. Pasien yang merasa didukung dan melihat hasil positif mungkin lebih termotivasi untuk mematuhi diet.

KESIMPULAN

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan pada 45 responden maka peneliti menarik kesimpulan, antara lain tidak terdapat hubungan antara usia dengan kepatuhan diet pasien diabetes melitus di Kelurahan Teling Bawah Kecamatan Wenang Kota Manado karena sebagian besar usia lansia awal sampai masa manula itu kadang-kadang patuh dalam menjalankan diet diabetes melitus, sebab tidak semua kepatuhan dipengaruhi oleh usia. Tidak terdapat hubungan antara pendidikan dengan kepatuhan diet pasien diabetes melitus yang ada di Kelurahan Teling Bawah Kecamatan Wenang Kota Manado, karena didapatkan hasil paling banyak responden dengan kategori kadang-kadang patuh dalam menjalankan diet diabetes melitus. Dari hasil penelitian terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan keluarga dengan kepatuhan diet pasien diabetes melitus di Kelurahan Teling Bawah Kecamatan Wenang Kota Manado. Karena sebagian besar keluarga mendukung responden dalam menjalankan diet.

DAFTAR PUSTAKA

- Datuela, N., Akbar, H., & Langingi, C., A. (2021). Hubungan Motivasi Diri dan Kepatuhan Diet pada Penderita Diabetes Melitus di Klinik Kotamobagu Wound Care Center. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*.11(2).
- Dewi, R. (2020). Efektivitas Edukasi Manajemen Mandiri Terhadap Nilai Kadar Gula Darah pada Pasien Diabetes Melitus (DM) Tipe 2. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Imelda*. 6(1).
- Fitriana, Z., & Zalviana, E. A. (2021). Analisis Faktor yang Mempengaruhi Kepatuhan Menjalankan Diet pada Lansia Penderita Diabetes Melitus Tipe Dua. *Jurnal Keperawatan Silampari*.4(2).
- Muliasari, H., Hamdin, C., D., Ananto A., D., & Ihsan, M. (2019). Edukasi dan Deteksi Dini Diabetes Melitus Sebagai Upaya Mengurangi Prevalensi dan Resiko Penyakit Degeneratif. *Jurnal Pendidikan dan Pengabdian Masyarakat*. 2(1).
- Priyama, K., A., K., Kadarisman, A., & Soedewi, S. (2021). Perancangan Buku Jurnal Interaktif Sebagai Pedoman Dalam Program Plant-Based Diet Guna Mencegah Penyakit Diabetes Melitus Tipe 2 di Bandung. *Jurnal Interaktif*. 8(6).
- Rizqah, S. R., & Amelia, A. R. (2020). Faktor yang Mempengaruhi Kepatuhan Diet pada Pasien Diabetes Melitus di Puskesmas Mandai Kabupaten Maros.3 (1).
- Suryati, Ida. (2021). *Buku Keperawatan Latihan Efektif untuk Pasien Diabetes Melitus Berbasis Hasil Penelitian*. Yogyakarta: Grup Penerbitan CV BUDI UTAMA.
- Sasombo, A., Katuuk, M. E & Bidjuni, H. (2021). Hubungan Self Care dengan Komplikasi Diabetes Melitus Pasien Dengan Diabetes Melitus Tipe 2 di Klinik Husada Sario Manado. *Jurnal Keperawatan*. 9(2),54-62.2(1), 17-29.
- Widyarni, A., & Setiandari, E., (2020). Analisis Faktor Yang Berpengaruh Terhadap Kepatuhan Diet Pada Pasien Diabetes Mellitus Di Ruang Rawat Inap Rumah Sakit Dr. R Soeharsono Banjarmasin. *Jurnal of Health Promotion*. 3(1) 107-112.
- Mohammed, A. S., Adem, F., Tadiwos, Y., Woldekidan, N. A., & Degu, A. (2020). Level of adherence to the dietary recommendation and glycemic control among patients with type 2 diabetes mellitus in Eastern Ethiopia: a cross-sectional study. *Diabetes, Metabolic Syndrome and Obesity*, 2605-2612.
- Han, C. Y., Chan, C. G. B., Lim, S. L., Zheng, X., Woon, Z. W., Chan, Y. T., ... & Chong, M. F. F. (2020). Diabetes-related nutrition knowledge and dietary adherence in patients with Type 2 diabetes mellitus: A mixed-methods exploratory study. *Proceedings of Singapore Healthcare*, 29(2), 81-90.
- Mirahmadzadeh, A., Khorshidsavar, H., Seif, M., & Sharifi, M. H. (2020). Adherence to medication, diet and physical activity and the associated factors amongst patients with type 2 diabetes. *Diabetes Therapy*, 11, 479-494.

- Kudret, M., Nişancı Kılınç, F., & Karahan, S. (2023). Evaluation of the Relation between Compliance with Mediterranean Diet and Quality of Life of Patients with Type 2 Diabetes. *Nutrition and Cancer*, 75(2), 562-571.
- Pujiastuti, M., & Situmorang, Y. B. (2023). Diet Compliance of Patients with Diabetes Mellitus at UPT Puskesmas Seisemayang Dusun VI Sunggal. *JHSN: Journal of the Health Science and Nursing*, 2(1), 8-15.
- Sugandh, F. N. U., Chandio, M., Raveena, F. N. U., Kumar, L., Karishma, F. N. U., Khuwaja, S., ... & Sugandh, F. (2023). Advances in the management of diabetes mellitus: a focus on personalized medicine. *Cureus*, 15(8).