GAMBARAN TINGKAT PENGETAHUAN GIZI DAN KEPATUHAN DIET PASIEN RAWAT JALAN DIABETES MELLITUS TIPE 2 DI RUMAH SAKIT PANTI RAPIH YOGYAKARTA

TUGAS AKHIR

Diajukan Sebagai Salah Satu Persyaratan
Untuk Menyelesaikan Pendidikan Diploma III Gizi
Pada Polteknik Kesehatan TNI AU Adisutjipto

GINADA DWI WAHYUDIANTARI
23220027

POLITEKNIK KESEHATAN TNI AU ADISUTJIPTO
PROGRAM STUDI D3 GIZI
YOGYAKARTA
2026

LEMBAR PERSETUJUAN TUGAS AKHIR

GAMBARAN TINGKAT PENGETAHUAN GIZI DAN KEPATUHAN DIET PASIEN RAWAT JALAN DIABETES MELLITUS TIPE 2 DI RUMAH SAKIT PANTI RAPIH YOGYAKARTA

GINADA DWI WAHYUDIANTARI
NIM. 23220027

Yogyakarta, 06. April 2026

Menyetujui

Pembimbing 1 April 2026

Diyan Yunanto Setyaji, S.Gz., MPH., Dietesien
NIDN 0524068902

Pembimbing II April 2026

Pristina Adi Rachmawati, S.Gz., M.Gizi
NIDN 0726049201

LEMBAR PENGESAHAN

TUGAS AKHIR

GAMBARAN TINGKAT PENGETAHUAN GIZI DAN
KEPATUHAN DIET PASIEN RAWAT JALAN
DIABETES MELLITUS TIPE 2 DI
RUMAH SAKIT PANTI RAPIH
YOGYAKARTA

Dipersiapkan dan disusun oleh

GINADA DWI WAHYUDIANTARI

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji

Pada tanggal 9 April 2026

Susunan Dewan Penguji

Pembimbing 1	Pembimbing 2
Diyan Yunanto Setyuji, S.Gz., MPH., Dietisien	Pristina Adi Rachmawati, S.Gz., M.Gizi
NIDN 0524068902	NIDN 0726049201

Ketua Dewan Penguji

Marisa Elfina. S.T.Gizi., M.Gizi

NIDN. 0508089102

Tugas Akhir ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar Diploma III Gizi

Yogyakarta, 21 April 2026

Ketua Prodi Studi DIII Gizi

Marisa Elfina. S.T. Gizi., M. Gizi

NIDN. 0508089102

SURAT PERNYATAAN
TIDAK MELAKUKAN PLAGIASI

Saya menyatakan bahwa Karya Tulis Ilmiah yang berjudul "Gambaran Tingkat Pengetahuan Gizi dan Kepatuhan Diet Pasien Rawat Jalan Diabetes Mellitus Tipe 2 di Rumah Sakit Panti Rapih Yogyakarta" ini sepenuhnya karya saya sendiri. Tidak ada bagian di dalamnya yang merupakan plagiat dari karya orang lain dan saya tidak melakukan penjiplakan atau pengutipan dengan cara-cara yang tidak sesuai dengan etika keilmuan yang berlaku. Atas pernyataan ini, saya siap menanggung risiko atau sanksi yang dijatuhkan kepada saya apabila kemudian ditemukan pelanggaran etika keilmuan dalam karya saya ini, atau ada klaim dari pihak lain terhadap keaslian karya saya ini.

Yogyakarta, April 2026

Yang membuat pernyataan



(Ginada Dwi Wahyudiantari)

KATA PENGANTAR

Puji syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa, yang telah melimpahkan berkat dan bimbingannya sehingga penulis dapat menyelesaikan karya tulis ilmiah yang berjudul " Gambaran Tingkat Pengetahuan Gizi Dan Kepatuhan Diet Pasien Rawat Jalan Diabetes Melitus Tipe 2 Di Rumah Sakit Panti Rapih Yogyakarta" sebagai salah satu syarat memperoleh gelar Ahli Madya pada Program Studi Gizi dari Poltekkes TNI AU Adisutjipto Yogyakarta.

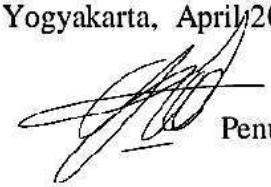
Berkat doa, bimbingan, bantuan dan motivasi dari berbagai pihak, maka karya tulis ini dapat terselesaikan. Untuk itu , penulis ingin mengucapkan terimakasih yang sebesar – besarnya kepada :

1. Kolonel (Purn) dr. Mintoro Sumego, M.S selaku direktur Poltekkes TNI AU Adisutjipto.
2. Ibu Marisa Elfina, S.ST., M.Gizi selaku Ketua Prodi D3 Gizi serta selaku ketua dewan penguji saya yang telah memberikan banyak masukan dan saran guna menyempurnakan Karya Tulis Ilmiah ini
3. Bapak Diyan Yunanto Setyaji S.Gz., MPH., Dietisien selaku dosen pembimbing 1 saya, terimakasih atas bimbingan, ilmu, motivasi, serta saran dan masukan dari awal pembuatan karya ilmiah sampai dapat terselesaikan dengan baik dan tepat waktu.
4. Ibu Pristina Adi Rachmawati, S.Gz., M.Gizi selaku dosen pembimbing 2 saya, terimakasih atas bimbingan, ilmu, motivasi, serta saran dan masukan dari awal pembuatan karya ilmiah sampai dapat terselesaikan dengan baik dan tepat waktu.
5. Kedua orang tua saya yang selalu memberikan dukungan, motivasi, semangat, serta doa yang tulus.
6. Kakak dan adik saya yang selalu memberikan semangat, menemani dan membantu saya.

7. Teman – teman dekat saya yang telah menemani, membantu, mendukung, memberikan semangat, mendoakan serta mendengarkan keluh kesah dan *support mentally* dalam perjalanan penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini.
8. Dan semua pihak yang tidak dapat saya sebutkan satu persatu yang telah membantu dalam proses perkuliahan dan penulisan Karya Tulis Ilmiah ini.

Penulis menyadari bahwa penulisan proposal ini masih banyak kekurangan sebab keterbatasan ilmu dan pengalaman kami. Oleh karena itu kritik dan saran sangat diharapkan untuk mencapai hasil yang lebih baik. Semoga proposal ini dapat memberikan manfaat bagi penulis dan mampu menjadi salah satu sumber pengetahuan maupun inspirasi bagi pembaca.

Yogyakarta, April 2026



Penulis

DAFTAR ISI

hal

COVER……i

LEMBAR PERSETUJUAN ii

LEMBAR PENGESAHAN iii

SURAT PERNYATAAN iv

KATA PENGANTAR v

DAFTAR ISI vii

DAFTAR GAMBAR ix

DAFTAR TABEL x

DAFTAR SINGKATAN xii

INTISARI xiii

ABSTRACT xiv

BAB 1 LATAR BELAKANG 1

A. Latar Belakang 1

B. Rumusan Masalah 4

C. Tujuan Penelitian 5

D. Manfaat penelitian 5

BAB II TINJAUAN PUSTAKA 7

A. Telaah Pustaka 7

1. Diabetes Mellitus 7

2. Pengetahuan Gizi 18

B. Kerangka Teori 28

C. Kerangka Konsep 28

D. Pertanyaan penelitian 29

BAB III METODE PENELITIAN 30

A. Jenis rancangan penelitian 30

B. Tempat dan waktu penelitian 30

C. Populasi dan subyek penelitian 30

D. Identifikasi variabel penelitian 31

E. Definisi operasional 32

F. Jenis data 32

G. Instrumen operasional dan cara pengumpulan data 32
H. Manajemen data / cara analisis data..... 35
I. Etika penelitian 35
J. Jalannya penelitian..... 37
K. Jadwal penelitian..... 37
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN..... 38
A. Hasil penelitian 38
B. Pembahasan..... 44
C. Kelebihan penelitian..... 55
D. Kekurangan penelitian 56
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN 57
A. Simpulan 57
B. Saran 57
DAFTAR PUSTAKA..... 59
LAMPIRAN..... 65

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Kerangka Teori..... 28
Gambar 2. 2 Kerangka Konsep 28
Gambar 3. 1 Alur Penelitian…….....37

DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1 Klasifikasi kadar gula darah..... 7

Tabel 3. 1 Definisi Operasional……32

Tabel 3. 2 Jadwal Penelitian..... 37

Tabel 4. 1 Karakteristik Responden Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 di RSPR 39

Tabel 4. 2 Tingkat Pengetahuan Gizi Pasien Rawat Jalan Diabetes Mellitus Tipe 2 Di RSPR..... 40

Tabel 4. 3 Kepatuhan Diet Pasien Rawat Jalan Diabetes Mellitus Tipe 2 Di RSPR 40

Tabel 4. 4 Pertanyaan Pengetahuan Gizi dan Hasil Jawaban Responden..... 41

Tabel 4. 5 Pertanyaan Kepatuhan Diet dan Hasil Jawaban Responden..... 42

Tabel 4. 6 Tingkat Pengetahuan Berdasarkan Riwayat Edukasi..... 43

Tabel 4. 7 Kepatuhan Diet dengan Tingkat pengetahuan 43

LAMPIRAN

Lampiran 1 *Ethical Clearance* 66
Lampiran 2 Surat ijin penelitian..... 67
Lampiran 3 Surat perizinan melakukan penelitian Rs Panti Rapih Yogyakarta.. 68
Lampiran 4 Surat Selesai Melakukan penelitian..... 69
Lampiran 5 Formulir Skrining 70
Lampiran 6 Lembar Penjelasan Penelitian..... 71
Lampiran 7 Informed Consent 73
Lampiran 8 Formulir Data Karakteristik Responden..... 74
Lampiran 9 Hasil Olah data penelitian Tingkat Pengetahuan dan Kepatuhan Diet 75
Lampiran 10 Kuisioner Tingkat Pengetahuan..... 77
Lampiran 11 Kuisioner Kepatuhan Diet 80
Lampiran 12 Dokumentasi Penelitian..... 82

DAFTAR SINGKATAN

ADA : *American Diabetes Association*

DM : Diabetes Mellitus

GDP : Gula Darah Puasa

IDF : *International Diabetes Federation*

MODY : *Maturity Onset Diabetes Of The Young*

SKI : Survei Kesehatan Indonesia

WHO : *World Health Organization*

GAMBARAN TINGKAT PENGETAHUAN GIZI DAN KEPATUHAN DIET PASIEN RAWAT JALAN DIABETES MELLITUS TIPE 2 DI RUMAH SAKIT PANTI RAPIH YOGYAKARTA

Ginada Dwi Wahyudiantari

Program Studi Diploma 3

Politeknik Kesehatan TNI AU Adisutjipto Yogyakarta

Email : ginadadwi@gmail.com

INTISARI

Latar Belakang : Diabetes Mellitus Tipe 2 merupakan penyakit metabolik kronis yang ditandai dengan hiperglikemia akibat resistensi insulin dan/atau gangguan sekresi insulin. Pengelolaan Diabetes Mellitus Tipe 2 didukung oleh pengetahuan gizi dan kepatuhan diet yang baik.
Tujuan : Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran tingkat pengetahuan gizi dan kepatuhan diet pada pasien rawat jalan Diabetes Mellitus Tipe 2 di Rumah Sakit Panti Rapih Yogyakarta.
Metode : Penelitian ini menggunakan rancangan deskriptif kuantitatif dengan pendekatan cross sectional. Sampel penelitian berjumlah 101 responden yang diambil dengan teknik purposive sampling. Instrumen dalam penelitian ini adalah kuesioner dengan 15 pertanyaan tentang tingkat pengetahuan dan 16 pertanyaan tentang kepatuhan diet. Analisis data dilakukan secara univariat dan disajikan dalam bentuk distribusi frekuensi dan persentase.
Hasil : Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan gizi responden sebagian besar berada pada kategori baik yaitu sebanyak 44 responden (43,56%)**,** diikuti kategori cukup sebanyak 32 responden (31,68%)**,** dan kategori kurang sebanyak 25 responden (24,75%)**.** Tingkat kepatuhan diet responden sebagian besar berada pada kategori sedang yaitu sebanyak 74 responden (73,27%)**,** diikuti kategori tinggi sebanyak 26 responden (25,74%)**,** dan kategori rendah sebanyak 1 responden (0,99%)**.**
Kesimpulan : Tingkat pengetahuan gizi pasien rawat jalan Diabetes Mellitus Tipe 2 di Rumah Sakit Panti Rapih Yogyakarta sebagian besar berada pada kategori baik, sedangkan tingkat kepatuhan diet sebagian besar berada pada kategori sedang**.**

Kata kunci : diabetes mellitus tipe 2, pengetahuan gizi, kepatuhan diet

DESCRIPTION OF NUTRITIONAL KNOWLEDGE LEVEL AND DIETARY ADHERENCE AMONG OUTPATIENTS WITH TYPE 2 DIABETES MELLITUS AT PANTI RAPIH HOSPITAL YOGYAKARTA

Ginada Dwi Wahyudiantari

Program Studi Diploma 3

Politeknik Kesehatan TNI AU Adisutjipto Yogyakarta

Email : ginadadwi@gmail.com

ABSTRACT

Background : *Type 2 diabetes mellitus is a chronic metabolic disease characterized by hyperglycemia due to insulin resistance and/or impaired insulin secretion. The management of type 2 diabetes mellitus is supported by nutritional knowledge and good dietary adherence.*

Purpose : *The aim of this study was to describe the level of nutritional knowledge and adherence among outpatient with type 2 diabetes mellitus at Panti Rapih Hospital Yogyakarta. This study used a quantitative descriptive design with a cross sectional approach.*

Methods : *This research design used descriprive kuatitatif with a cross sectional across . The sample of 101 respondents selected using purposive sampling. The instruments in this study were questionnaires with 15 questions about level of nutritional knowlegde and 16 questions about dietary adherence. Data were analyzed using univariate analysis and presented as frequency and percentage distributions.*

Result : *The result showed that most respondents had good knowledge, with 44 respondents (43,56%), followed by moderate knowledge in 32 respondents (31,66%), and poor knowledge 25 respondent (24,75%) . Most respondents had moderate dietary adherence, with 74 respondents (73,27%), followed by high adherence in 26 respondents (25,74%), and low adherence 1 respondents (0,99%).*

Conclusion : *The conclusion of this study is the nutritional knowledge of outpatients with type 2 diabetes mellitus at Panti Rapih Hospital Yogyakarta was mostly in the good category, while dietary adherence was mostly in the moderate category.*

Key words : *Type 2 diabetes mellitus, nutritional knowledge, dietary adherence.*

BAB I

LATAR BELAKANG

A. Latar Belakang

Diabetes mellitus tipe 2 terjadi ketika resistensi insulin tubuh tidak dapat sepenuhnya merespon insulin sehingga menyebabkan kadar glukosa darah terus meningkat, dan melepaskan banyak insulin (IDF, 2025). Diabetes mellitus tipe 2 menyumbang lebih dari 90% dari semua diabetes, dengan sekitar setengah dari semua orang yang terkena dampak tidak menyadari bahwa mereka memiliki kondisi tersebut. Jika tidak dikelola, diabetes mellitus tipe 2 dapat menyebabkan komplikasi parah, termasuk penyakit kardiovaskular, penyakit ginjal kronis, retinopati, dan neuropati. Pasien diabetes mellitus tipe 2 juga dapat mengalami penurunan kualitas hidup karena komplikasi jangka panjang, menyebabkan pembatasan aktivitas fisik, dan stres psikologis (Wahyu Lestarina, 2018).

International Diabetes Federation (IDF) menunjukan bahwa prevalensi penyandang diabetes berusia 20-79 tahun di Indonesia akan semakin meningkat dari tahun ke tahun yang dipredikasi sekitar 11,3% dengan total kasus 20,4 juta pada tahun 2024 dan diperkirakan meningkat hingga 28,6 juta pada tahun 2045 (IDF 2024. Berdasarkan diagnosis dokter, kasus diabetes mellitus mengalami peningkatan jika dibandingkan dengan hasil Riskesdas 2018, yakni 1,5% di tahun 2018 dan 2,9 % di tahun 2023 pada semua kelompok usia (Dinas Kesehatan DIY, 2024). Sedangkan menurut data Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2024 jumlah kasus Diabetes Mellitus di D.I. Yogyakarta yang mendapat pelayanan kesehatan sesuai standar pada tahun 2024 sebesar 82,7%.dengan kasus terbanyak di Kota Yogyakarta sebanyak 58.253 penderita diabetes mellitus (Dinas kesehatan 2025). Adanya peningkatan prevalensi ini menunjukan pentingnya penatalaksanaan diat yang sebagai upaya pengendalian penyakit.

Terdapat 4 pilar penatalaksanaan diabetes mellitus salah satunya yaitu edukasi. Salah satu pilar penatalaksanaan yang pertama yaitu edukasi, edukasi mengenai pengelolaan diabetes, pengaturan pola makan, merupakan strategi penting dalam intervensi nonfarmakologis yang terbukti mampu meningkatkan pemahaman serta mendorong kepatuhan pasien terhadap diet yang dianjurkan (Sujono, 2023). Menurut *World Health Organization* (WHO), faktor risiko diabetes mellitus tipe 2 ditentukan oleh faktor genetik, etnis, riwayat keluarga, dan adanya riwayat diabetes gestasional sebelumnya yang berkombinasi dengan faktor usia lanjut, *overweight* dan obesitas, pola makan tidak sehat, kurang aktivitas fisik, dan merokok dapat meningkatkan risiko (WHO, 2016) . Berdasarkan penelitian setyaningjati 2024 edukasi meupakan salah satu intervensi penting penting dalam pengelolaan diabetes mellitus tipe 2 karena dapat meningkatkan pengetahuan dan keterampilan pasien dalam manajemen diabetes mellitus tipe 2 (Setyaning Jati dan Setyaji, 2024). Oleh karena itu, pengetahuan pasien tentang pengelolaan diet sangatlah penting untuk mendukung kepatuhan pasien dalam menjalankan diet yang dianjurkan.

Pengetahuan menjadi salah satu faktor penting dalam meningkatkan kepatuhan terhadap diet untuk membantu proses penyembuhan agar berjalan dengan baik. Menurut penelitian Rosmeri & Suardi (2023) menunjukan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan dengan kepatuhan diet, pasien yang memiliki pengetahuan cukup cenderung lebih patuh dalam melaksanakan anjuran diet (Vika Rosmeri dan Asrifah Suardi, 2023) . Penelitian terdahulu yang dilakukan di RSUD Idaman menyebutkan hal sebaliknya dimana pasien rata - rata kadang mematuhi diet yang dianjurkan, meskipun pernah mendapatkan konsultasi gizi terutama dalam hal mematuhi diet akan tetapi rendahnya perilaku membuat responden tidak konsisten dalam menjalankan diet yang dianjurkan(Khasanah and Fitri, 2019).

Kepatuhan diet pasien diabetes yang harus diterapkan salah satunya adalah pedoman 3J (jumlah, jenis, jadwal) karena dapat membantu mengatur kadar glukosa darah dan mencegah komplikasi (Sahwa dan Supriyanti, 2023)**.** Selain itu, pengelolaan diabetes mellitus juga meliputi empat pilar utama, yaitu edukasi, terapi gizi medis, aktivitas fisik, dan intervensi farmakologis, di mana edukasi gizi berperan penting dalam meningkatkan pengetahuan, sikap, dan perilaku pasien dalam menjalankan kepatuhan diet yang bertujuan untuk mengendalikan kadar glukosa darah (Yunitasari dkk., 2019). Penelitian yang dilakukan di RSUD kota bekasi tahun 2022 menyebutkan sebanyak 68% pasien diabetees mellitus gula darahnya tidak terkontrol yang disebabkan karena beberapa faktor seperti kurangnya kesadaran menjalankan diet dan merasa bosan karena makanan yang tercantum dalam menu diet kurang bervariasi (Pranoto dan Rusman, 2022). Maka dari itu, kepatuhan diet perlu menjadi fokus utama dalam penatalaksanna diabetes mellitus, dan pentingnya tingkat pengetahuan pasien akan mempengaruhi kepatuhan diet pasien diabetes mellitus tipe 2 dalam upaya intervensi diabetes mellitus.

Hasil berbagai penelitian menunjukkan bahwa dengan adanya edukasi gizi dapat berpengaruh signifikan terhadap kepatuhan diet pada pasien diabetes mellitus. Penelitian yang dilakukan oleh Massiani, Lestari, dan Prasida (2023) menunjukkan hasil bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan pasien dengan kepatuhan terhadap diet pada penderita diabetes mellitus tipe 2 , dimana pasien dengan tingkat pengetahuan yang baik cenderung lebih patuh dalam menjalankan diet yang dianjurkan oleh tenaga kesehatan (Massiani dkk., 2023). Hal serupa juga ditemukan dalam penelitian Anita dkk. (2024) yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan,dimana pasien dengan pengetahuan yang baik cenderung lebih patuh menjalankan diet yang dianjurkan untuk mengendalikan kadar glukosa darah dan mencegah komplikasi (Anita Ratnasari dkk., 2024). Oleh karena itu diperlukan kajian

lebih lanjut untuk mengetahui gambaran terkait tingkat pengetahuan gizi terhadap pasien diabetes mellitus tipe 2.

Di Indonesia tren peningkatan kasus diabetes mellitus tipe 2 dimana masih terdapat 20,4 juta kasus diabetes pada orang dewasa di tahun 2024 (IDF, 2025) yang berarti masih menjadi masalah kesehatan yang cukup tinggi Pasien rawat jalan dipilih sebagai subjek penelitian ini karena jumlahnya jauh lebih dominan dibandingkan pasien rawat inap. Berdasarkan data RS Panti Rapih Yogyakarta, kunjungan pasien diabetes mellitus pada tahun 2019 mencapai 2.943 pasien hanya dalam kurun waktu dua bulan**,** sedangkan jumlah pasien rawat inap diabetes mellitus tipe 2 pada tahun 2023 tercatat hanya 151 kasus. Dimana dalam penelitian tersebut terdapat kepatuhan diet pasien masih tergolong rendah yaitu, hanya terdapat 4 dari 17 pasien yang patuh dalam kelompok kontrol dan 2 dari 17 pasien yang patuh dalan kelompok eksperimem dan mengalami peningkatan pengetahuan dan kepatuhan setelah diberikan edukasi (Setyaning Jati dan Setyaji, 2024). Oleh karena itu, penelitian ini dilakukan untuk mengetahui gambaran tingkat pengetahuan gizi dan kepatuhan diet pasien rawat jalan diabetes mellitus tipe 2 di Rumah Sakit Panti Rapih Yogyakarta. Diharapkan hasil dari penelitian ini juga dapat menjadi penunjang dalam upaya peningkatan edukasi yang efektif di pelayanan kesehatan untuk pasien rawat jalan.

B. Rumusan Masalah

Bagaimana gambaran tingkat pengetahuan gizi dan kepatuhan diet pada pasien rawat jalan diabetes mellitus tipe 2 di Rumah Sakit Panti Rapih Yogyakarta?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

   Mengetahui gambaran tingkat pengetahuan gizi dan kepatuhan diet pada pasien rawat jalan yang menderita diabetes mellitus tipe 2 di Rumah Sakit Panti Rapih Yogyakarta.

2. Tujuan Khusus
   a. Mengetahui tingkat pengetahuan gizi pasien rawat jalan diabetes mellitus tipe 2 di RS Panti Rapih Yogyakarta.
   b. Mengetahui tingkat kepatuhan diet pasien rawat jalan diabetes mellitus tipe 2 di RS Panti Rapih Yogyakarta.

D. Manfaat penelitian

1. Teoritis

   Penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan di bidang gizi klinik, yang dapat menggambarkan tingkat pengetahuan gizi dengan kepatuhan diet pada pasien Diabetes mellitus Tipe 2. Hasil penelitian ini juga dapat menjadi bahan referensi bagi penelitian selanjutnya untuk mengembangkan metode edukasi gizi yang lebih efektif.

2. Praktis
   a. Manfaat bagi Mahasiswa

      Menjadi sarana untuk pengembangan serta mengaplikasikan teori dan praktik secara langsung yang didapatkan selama masa perkuliahan .Penelitian ini diharapkan dapat memperluas wawasan dan pengetahuan kami, serta dapat digunakan sebagai tugas akhir syarat kelulusan.

   b. Manfaat bagi kampus

      Memberikan kontribusi dalam bentuk karya tulis ilmiah mahasiswa yang dapat digunakan sebagai referensi untuk penelitian serupa di masa mendatang.

c. Manfaat bagi rumah sakit

Diharapkan dapat menjadi informasi deskriptif mengenai gambaran tingkat pengetahuan gizi dan kepatuhan diet pasien rawat jalan diabetes mellitus, yang juga dapat dijadikan sebagai referensi dalam upaya peningkatan pelayanan edukasi gizi bagi pasien rawat jalan diabetes mellitus.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

1. Responden mayoritas berjenis kelamin perempuan.
2. Mayoritas responden berusia 56 – 65 tahun.
3. Mayoritas Tingkat pendidikan responden adalah S1.
4. Mayoritas pekerjaan responden adalah tidak bekerja.
5. Mayoritas responden sudah pernah mendapatkan edukasi gizi.
6. Mayoritas responden sudah menderita diabetes selama <10 tahun.
7. Tingkat pengetahuan gizi responden sebagian besar berada pada kategori baik, namun masih terdapat sebagian responden yang memiliki tingkat pengetahuan gizi kurang.
8. Kepatuhan diet responden sebagian besar berada pada kategori sedang, meskipun masih terdapat pasien yang memiliki kepatuhan rendah.

B. Saran

1. Bagi Instansi Rumah Sakit

   Diharapkan pihak Rumah Sakit Panti Rapih Yogyakarta dapat terus meningkatkan pelayanan edukasi gizi bagi pasien rawat jalan Diabetes Mellitus Tipe 2, baik melalui konseling gizi individual, edukasi kelompok, maupun media edukasi yang mudah dipahami pasien . Edukasi dan konseling yang diberikan diharapkan lebih menekankan pada penerapan diet diabetes dalam kehidupan sehari-hari, terutama mengenai prinsip 3J (jenis, jumlah, dan jadwal makan) agar tingkat pengetahuan gizi yang sudah cukup baik dapat diikuti dengan peningkatan kepatuhan diet pasien.

2. Bagi Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2

   Diharapkan pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 dapat meningkatkan kepatuhan dalam menjalankan diet yang telah dianjurkan oleh tenaga kesehatan, serta lebih aktif mencari informasi mengenai pengaturan

makan yang sesuai dengan kondisi penyakitnya. Pasien juga diharapkan dapat menerapkan prinsip diet diabetes secara konsisten dalam kehidupan sehari-hari, sehingga kadar gula darah dapat lebih terkontrol dan risiko komplikasi dapat dicegah.

3. Bagi Penelitian Selanjutnya

   Diharapkan penelitian selanjutnya dapat mengembangkan penelitian ini dengan meneliti faktor-faktor yang berhubungan dengan tingkat pengetahuan gizi dan kepatuhan diet pada pasien Diabetes Mellitus Tipe 2, seperti tingkat pendidikan, lama menderita diabetes, dukungan keluarga, motivasi, dan edukasi gizi. Penelitian selanjutnya juga dapat menggunakan jumlah sampel yang lebih besar atau menambahkan variabel klinis seperti kadar gula darah puasa atau HbA1c agar hasil penelitian menjadi lebih lengkap dan mendalam.

DAFTAR PUSTAKA

ADA, 2022. *Obesity And Weight Management For The Prevention And Treatment Of Type 2 Diabetes. Diabetes Care* 45, S113–S124. Https://Doi.Org/10.2337/Dc22-S008

Al-Salmi, N., Cook, P., D'souza, M.S., 2022. *Diet Adherence Among Adults With Type 2 Diabetes Mellitus: A Concept Analysis.* Oman Med. J. 37, E361–E361. Https://Doi.Org/10.5001/Omj.2021.69

Amelia, D., Srywahyuni, A., 2022. Hubungan Lama Menderita Dan Dukungan Keluarga Terhadap Kepatuhan Diet Penderita Dm Di Bukittinggi.

Anita Ratnasari, Rina Afrina, Nurul Ainul Shifa, 2024a. Hubungan Tingkat Pengetahuan Dengan Kepatuhan Diet Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2. J. Vent. 2, 313–323. Https://Doi.Org/10.59680/Ventilator.V2i1.1009

Anita Ratnasari, Rina Afrina, Nurul Ainul Shifa, 2024b. Hubungan Tingkat Pengetahuan Dengan Kepatuhan Diet Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2. J. Vent. 2, 313–323. Https://Doi.Org/10.59680/Ventilator.V2i1.1009

Chairani, H., Anggraini, R.B., Mardiana, N., 2025. Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kepatuhan Diet Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe Ii 7.

Darmawan, S., Sriwahyuni, S., 2019. Peran Diet 3j Pada Pasien Diabetes Melitus Di Puskesmas Sudiang Raya Makassar. Nurs. Community 1, 91–95. Https://Doi.Org/10.35892/Nic.V1i3.227

Dinas Kesehatan 2025, N.D. Buku Data Kesehatan.

Dinas Kesehatan Diy, 2024. Profil Kesehatan Diy 2023.

Diwanta, F., Maghfirah, S., Marwa, N.A., 2024. Hubungan Pola Makan Sebagai Faktor Resiko Penyakit Dm. Jpkm J. Profesi Kesehat. Masy. 5, 91–96. Https://Doi.Org/10.47575/Jpkm.V5i2.616

Elya, R.S., Nurdin, N.M., 2024a. Hubungan Kepatuhan Diet, Kualitas Diet, Dan Aktivitas Fisik Dengan Kadar Glukosa Darah Penderita Diabetes Melitus Tipe 2: *Correlation Between Diet Compliance, Diet Quality, And*

Physical Activity With Blood Glucose Levels In Patients With Type 2 Diabetes Mellitus. J. Ilmu Gizi Dan Diet. 3, 286–294. Https://Doi.Org/10.25182/Jigd.2024.3.4.286-294

Fadhli, R., Turcia, R.Y., Ekaputri, M., 2022. Hubungan Tingkat Pengetahuan Dan Kepatuhan Diet Dengan Kadar Gula Darah Penderita Diabetes Mellitus Tipe Ii Di Poli Penyakit Dalam Rumah Sakit Sansani Pekanbaru 11.

Fitzgerald, J.T., Funnell, M.M., Anderson, R.M., Nwankwo, R., Stansfield, R.B., Piatt, G.A., 2016. *Validation Of The Revised Brief Diabetes Knowledge Test (Dkt2). Diabetes Educ*. 42, 178–187. Https://Doi.Org/10.1177/0145721715624968

Hidayah, M., Sopiyandi, S., 2019. Efektifitas Penggunaan Media Edukasi Buku Saku Dan Leaflet Terhadap Pengetahuan Dan Kepatuhan Diet Pasien Rawat Jalan Diabetes Melitus Tipe 2 Di Puskesmas. Pontianak Nutr. J. Pnj 1, 66. Https://Doi.Org/10.30602/Pnj.V1i2.290

International Diabetes Federation. (2025). Gestational diabetes. https://idf.org/about-diabetes/types-of-diabetes/gestational-diabetes/ (diakses pada 11 Agustus 2025)

International Diabetes Federation. (2025). Indonesia – IDF member(s) in Indonesia.https://idf.org/our-network/regions-and members/members/western-pacific/members/indonesia/ (diakses pada 1 Agustus 2025)

International Diabetes Federation. (2025). Type 2 diabetes. https://idf.org/about-diabetes/types-of-diabetes/type-2/(diakses pada 9 Agustus 2025)

Indirawaty, I., Adrian, A., Sudirman, S., Syarif, K.R., 2021. Hubungan Pengetahuan Dan Dukungan Keluarga Dengan Rutinitas Dalam Mengontrol Gula Darah Pada Penderita Diabetes Melitus Tipe 2. Aksara J. Ilmu Pendidik. Nonform. 7, 67. Https://Doi.Org/10.37905/Aksara.7.1.67-78.2021

Kemenkes, 2020. Tata Laksana Diabetes Melitus Tipe 2 Dewasa. Kemenkes 2020.

Khasanah, T.A., Fitri, Z.F., 2019. Hubungan Pengetahuan Dan Kepatuhan Diet Dengan Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Melitus Di Poli Penyakit Dalam Rsud Idaman Banjarbaru Tahun 2018. J. Kesehat. Indones. 9, 84. Https://Doi.Org/10.33657/Jurkessia.V9i2.171

Kurniawan, T., Nurfuadah, I., Adiningsih, D., 2020. *Diabetic Patients' Family's Health Beliefs Toward Diabetes Prevention And The Contributing Factors.* Media Keperawatan Indones. 3, 175. Https://Doi.Org/10.26714/Mki.3.3.2020.175-179

Kusumawati, A.F., 2022. Hubungan Pengetahuan Dengan Kepatuhan Diet, Aktivitas Fisik Dan Minum Obat Pada Penderita Diabetes Mellitus Di Wilayah Kerja Puskesmas Sedati.

Kuwanti, E., Budiharto, I., Fradianto, I., 2023. Hubungan Pola Makan Dengan Kadar Gula Darah Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 : Literature Review. Mahesa Malahayati Health Stud. J. 3, 1736–1750. Https://Doi.Org/10.33024/Mahesa.V3i6.10495

Lasari, H.H.D., Rosadi, D., Agustina, E., Medyna, I., 2024. Hubungan Jenis Kelamin Dan Tingkat Pendidikan Dengan Kejadian Diabetes Melitus Tipe 2 Di Wilayah Kerja Puskesmas Martapura 9.

Li, Z., Jin, H., Chen, W., Sun, Z., Jing, L., Zhao, X., Zhu, S., Guo, X., *Study Group, C.Need., 2017. Influencing Factors Of Knowledge, Attitude, And Practice Regarding Medical Nutrition Therapy In Patients With Diabetes: A National Cross-Sectional Study In Urban China.* J. Diabetes Res. 2017, 1–10. Https://Doi.Org/10.1155/2017/8948452

Magdalena, C., 2016. Peminatan Gizi Program Studi Kesehatan Masyarakat Fakultas Kedokteran Dan Ilmu Kesehatan Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta 1438 H/ 2016 M.

Manutama, P.A.A., Arjita, I.P.D., Saputra, I.P.B.A., Bagiansah, M., 2024. Hubungan Lama Sakit, Tingkat Pendidikan, Motivasi Pasien, Dan Dukungan Keluarga Dengan Kepatuhan Diet Pasien Diabetes Melitus Tipe Ii Di Rumah Sakit Daerah (Rsd) Mangusada Kabupaten Badung

Bali. Mahesa Malahayati Health Stud. J. 4, 2323–2334. Https://Doi.Org/10.33024/Mahesa.V4i6.14470

Massiani, M., Lestari, R.M., Prasida, D.W., 2023. Hubungan Tingkat Pengetahuan Dengan Kepatuhan Diet Pada Penderita Diabetes Mellitus Di Puskesmas Kereng Bangkirai: *The Corellation Of Knowledge Level With Diet Compliance In Diabetes Mellitus Patiients At Keeng Bangkirai Puskesmas.* J. Surya Med. 9, 154–164. Https://Doi.Org/10.33084/Jsm.V9i1.5162

Miller, L.M.S., Cassady, D.L., 2015. *The Effects Of Nutrition Knowledge On Food Label Use. A Review Of The Literature. Appetite* 92, 207–216. Https://Doi.Org/10.1016/J.Appet.2015.05.029

Mudawati, G.A.S., Nuryanto, I.K., Rismawan, M., 2025. Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kepatuhan Diet Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 Di Poli Interna Rsud Sanjiwani Gianyar.

Perkeni, 2024. Pedoman Pengelolaan Dan Pencegahan Diabetes Melitus Tipe 2 Dewasa Di Indonesia 2024.

Pranoto, A., Rusman, A., 2022. Pengaruh Kepatuhan Diet Pada Pasien Dm Tipe 2 Dengan Kadar Gula Dalam Darah Di Rsud Dr. Chasbullah Abdulmadjid Kota Bekasi Tahun 2022.

Priambodo, N., Kriswiastiny, R., Fitriani, D., N.D. Hubungan Lama Menderita Diabetes Melitus Dan Kadar Gula Darah Dengan Kualitas Hidup Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2.

Rahayuningsih, M.S., Juniarsana, I.W., Wiardani, N.K., 2023. Hubungan Aktivitas Fisik Dan Kepatuhan Diet Dengan Kadar Glukosa Darah Pasien Dm Tipe 2. J. Ilmu Gizi J. Nutr. Sci. 12, 155–165. Https://Doi.Org/10.33992/Jig.V12i3.2122

Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2018). *Laporan Nasional Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018*. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan.
https://repository.badankebijakan.kemkes.go.id/id/eprint/3514/

Rosita, R., Kusumaningtiar, D.A., Irfandi, A., Ayu, I.M., 2022. Hubungan Antara Jenis Kelamin, Umur, Dan Aktivitas Fisik Dengan Diabetes Melitus Tipe 2 Pada Lansia Di Puskesmas Balaraja Kabupaten Tangerang. J. Kesehat. Masy. Undip 10, 364–371. Https://Doi.Org/10.14710/Jkm.V10i3.33186

Sahwa, A.D., Supriyanti, E., 2023. Penerapan Diet 3j Untuk Mengatasi Ketidakstabilan Kadar Glukosa Darah Pada Pasien Dm Tipe 2. J. Manaj. Asuhan Keperawatan 7, 22–26. Https://Doi.Org/10.33655/Mak.V7i1.156

Setyaning Jati, Y.A., Setyaji, D.Y., 2024. *The Effect Of Family Support In Nutrition Education On Dietary Adherence And Blood Glucose Levels Of Type 2 Diabetes Mellitus Inpatients At Panti Rapih Hospital Yogyakarta.* J. Glob. Nutr. 4, 357–365. Https://Doi.Org/10.53823/Jgn.V4i2.94

Suhartatik, S., 2022. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Tingkat Kepatuhan Diet Penderita Diabetes Mellitus 8.

Sujono, A.I., 2023. Respon Edukasi Diabetes Dalam Meningkatkan Kepatuhan Pengaturan Diet Pada Diabetes Melitus Tipe 2 3.

Utomo, A.A., 2020. Faktor Risiko Diabetes Mellitus Tipe 2: 01.

Vika Rosmeri, Asrifah Suardi, 2023. Hubungan Tingkat Pengetahuan Dengan Kepatuhan Diet Pada Penderita Diabetes Mellitus Tipe Ii Di Puskesmas Cengkareng Jakarta Barat. J. Anestesi 1, 338–346. Https://Doi.Org/10.59680/Anestesi.V1i4.786

Visuthranukul, C., Sirimongkol, P., Prachansuwan, A., Pruksananonda, C., & Chomtho, S. (2022). Glycemic index and glycemic load of common fruit juices in Thailand. *International Journal of Food Sciences and Nutrition*. https://doi.org/10.1080/09637486.2021.2010832

Wahyu Lestarina, N.N., 2018. Tingkat Stres Penderita Diabetes Melitus Di Panti Werda Santu Yosef Surabaya. J. Keperawatan 7. Https://Doi.Org/10.47560/Kep.V7i1.111

World Health Organization. (2025). WHO definition of diabetes mellitus.

World Health Organization. (2024). Diabetes mellitus.

Widiasari, K.R., Wijaya, I.M.K., Suputra, P.A., 2021. Diabetes Melitus Tipe 2: Faktor Risiko, Diagnosis, Dan Tatalaksana. Ganesha Med. 1, 114. Https://Doi.Org/10.23887/Gm.V1i2.40006

Yunitasari, T., Yuniarti, Y., Mintarsih, S.N., 2019. Efektivitas Edukasi Empat Pilar Penatalaksanaan Diabetes Melitus Terhadap Pengetahuan, Sikap, Dan Perilaku Pasien Prolanis. J. Ris. Gizi 7, 131–134. Https://Doi.Org/10.31983/Jrg.V7i2.5108

Yurlina, F., Yunie Atrie, U., Julia, H., 2023. Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Kepatuhan Diet Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 Di Rawat Jalan Rsud Palmatak. J. Keperawatan 13, 49–58. Https://Doi.Org/10.59870/Jurkep.V13i2.139