



Department of Digital Business

Journal of Artificial Intelligence and Digital Business (RIGGS)

Homepage: <https://journal.ilmudata.co.id/index.php/RIGGS>

Vol. 5 No. 2 (2026) pp: 12824-12831

P-ISSN: 2963-9298, e-ISSN: 2963-914X

Hubungan Tingkat Pengetahuan dengan Kepatuhan Diet pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2: Literature Review

Nadila Hadhaitha, Aulia Rahma, Nazwa Azzahra, Widya Febriyani, Willis Bayu Prakoso
Program Studi S1 Ilmu Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Tasikmalaya
nhadhaitha@gmail.com, auliarahma52004@gmail.com

Abstrak

*Diabetes melitus tipe 2 merupakan salah satu penyakit kronis yang prevalensinya terus meningkat dan menjadi masalah kesehatan masyarakat baik di tingkat global maupun nasional. Kepatuhan diet merupakan salah satu pilar utama dalam pengelolaan diabetes melitus untuk menjaga kestabilan kadar glukosa darah dan mencegah terjadinya komplikasi. Salah satu faktor yang diduga memengaruhi kepatuhan diet adalah tingkat pengetahuan pasien mengenai penyakit dan pengelolannya. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan tingkat pengetahuan dengan kepatuhan diet pada pasien diabetes melitus tipe 2 berdasarkan hasil penelitian yang telah dipublikasikan. Metode yang digunakan adalah **literature review** dengan menelusuri artikel ilmiah melalui Google Scholar, PubMed, dan Garuda yang diterbitkan pada tahun 2021–2023. Artikel dipilih berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi yang telah ditetapkan, kemudian dianalisis secara deskriptif. Hasil telaah terhadap **tiga artikel** yang memenuhi kriteria inklusi menunjukkan bahwa seluruh penelitian melaporkan adanya hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan dengan kepatuhan diet pada pasien diabetes melitus tipe 2. Pasien yang memiliki tingkat pengetahuan yang baik cenderung lebih patuh dalam menjalankan pengaturan diet dibandingkan pasien yang memiliki tingkat pengetahuan rendah. Dengan demikian, peningkatan pengetahuan melalui edukasi kesehatan yang berkelanjutan dapat menjadi salah satu strategi untuk meningkatkan kepatuhan diet pada pasien diabetes melitus tipe 2.*

Kata kunci: Diabetes Melitus Tipe 2, Tingkat Pengetahuan, Kepatuhan Diet, Edukasi Kesehatan, Literature Review

1. Latar Belakang

Diabetes melitus tipe 2 merupakan salah satu penyakit tidak menular yang menjadi masalah kesehatan masyarakat di berbagai negara. International Diabetes Federation (IDF) melaporkan bahwa pada tahun 2021 terdapat sekitar 537 juta orang dewasa yang hidup dengan diabetes dan jumlah tersebut diperkirakan meningkat menjadi 643 juta pada tahun 2030 serta 783 juta pada tahun 2045 [1]. Indonesia termasuk salah satu negara dengan jumlah penderita diabetes terbesar di dunia, sehingga diperlukan upaya pengelolaan yang efektif untuk mencegah terjadinya komplikasi dan meningkatkan kualitas hidup penderita [1].

Keberhasilan pengelolaan diabetes melitus tidak hanya ditentukan oleh terapi farmakologis, tetapi juga dipengaruhi oleh kepatuhan pasien dalam menjalankan terapi nonfarmakologis, salah satunya melalui pengaturan diet. Kepatuhan diet memiliki peran penting dalam menjaga kestabilan kadar glukosa darah, mengendalikan berat badan, serta menurunkan risiko terjadinya komplikasi jangka panjang. Namun, dalam praktiknya masih ditemukan banyak pasien diabetes melitus yang belum mampu menjalankan anjuran diet secara optimal. Ketidakepatuhan terhadap diet dapat menyebabkan peningkatan kadar glukosa darah yang berkelanjutan dan memperburuk kondisi kesehatan pasien [2].

Selain terapi farmakologis, pengelolaan diabetes melitus tipe 2 memerlukan perubahan perilaku kesehatan yang dilakukan secara berkelanjutan. Salah satu bentuk perubahan perilaku tersebut adalah kepatuhan dalam menjalankan diet diabetes melitus. Diet merupakan komponen penting dalam pengelolaan diabetes karena berperan dalam menjaga kadar glukosa darah tetap terkendali, mempertahankan berat badan ideal, serta mengurangi risiko komplikasi mikrovaskular maupun makrovaskular. Namun demikian, kepatuhan pasien terhadap pengaturan diet masih menjadi tantangan dalam pelayanan kesehatan karena dipengaruhi oleh berbagai faktor internal maupun eksternal.

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa faktor usia, tingkat pendidikan, lama menderita diabetes, dukungan keluarga, motivasi, serta tingkat pengetahuan dapat memengaruhi kepatuhan pasien dalam menjalankan diet diabetes melitus. Di antara berbagai faktor tersebut, tingkat pengetahuan menjadi salah satu faktor yang dapat dimodifikasi melalui edukasi kesehatan sehingga berpotensi meningkatkan keberhasilan pengelolaan diabetes melitus secara mandiri.

Pedoman Perkumpulan Endokrinologi Indonesia (PERKENI) menyebutkan bahwa terapi nutrisi medis merupakan salah satu pilar utama dalam pengelolaan diabetes melitus tipe 2 selain edukasi, aktivitas fisik, dan terapi farmakologis [11]. Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) juga menegaskan bahwa perubahan gaya hidup sehat, termasuk kepatuhan terhadap pengaturan diet, memiliki peran penting dalam mencegah komplikasi dan meningkatkan kualitas hidup pasien diabetes melitus [12]. Oleh karena itu, pemahaman pasien mengenai pengelolaan penyakit menjadi aspek yang sangat penting dalam keberhasilan terapi jangka panjang.

Salah satu faktor yang diduga berpengaruh terhadap kepatuhan diet adalah tingkat pengetahuan pasien mengenai diabetes melitus dan pengelolaannya. Pengetahuan yang baik memungkinkan pasien memahami tujuan pengaturan diet, jenis makanan yang dianjurkan maupun yang harus dibatasi, serta konsekuensi yang dapat terjadi apabila tidak mematuhi diet yang telah ditetapkan. Sebaliknya, kurangnya pengetahuan dapat menyebabkan pasien kurang memahami pentingnya pengelolaan penyakit sehingga kepatuhan diet menjadi rendah [3].

Beberapa penelitian menunjukkan adanya hubungan antara tingkat pengetahuan dengan kepatuhan diet pada pasien diabetes melitus. Penelitian Wardhani (2021) menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan dan kepatuhan diet pada penderita diabetes melitus dengan nilai $p = 0,000$ [4]. Hasil penelitian Massiani, Lestari, dan Prasida (2023) juga menunjukkan bahwa pasien dengan tingkat pengetahuan yang lebih baik cenderung memiliki kepatuhan diet yang lebih tinggi dibandingkan pasien dengan tingkat pengetahuan rendah [5]. Temuan serupa dilaporkan oleh Muhammada dkk. (2022) yang menyatakan bahwa pengetahuan merupakan salah satu faktor yang berhubungan dengan kepatuhan pasien dalam menjalankan diet diabetes melitus [6].

Meskipun berbagai penelitian telah melaporkan adanya hubungan antara tingkat pengetahuan dan kepatuhan diet pada pasien diabetes melitus tipe 2, penelitian-penelitian tersebut dilakukan pada setting pelayanan kesehatan yang berbeda, dengan jumlah sampel, karakteristik responden, serta instrumen penelitian yang beragam. Perbedaan tersebut dapat memengaruhi hasil penelitian dan menyebabkan variasi dalam kekuatan hubungan yang ditemukan. Hingga saat ini masih terbatas kajian yang menyintesis hasil penelitian terkait hubungan tingkat pengetahuan dengan kepatuhan diet pada pasien diabetes melitus tipe 2 secara terintegrasi. Oleh karena itu, literature review ini dilakukan untuk mengumpulkan, membandingkan, dan menganalisis hasil penelitian yang telah dipublikasikan sehingga diperoleh gambaran yang lebih komprehensif mengenai hubungan kedua variabel tersebut.

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan tingkat pengetahuan dengan kepatuhan diet pada pasien diabetes melitus tipe 2 berdasarkan hasil penelitian yang telah dipublikasikan. Hasil kajian ini diharapkan dapat menjadi sumber informasi bagi tenaga kesehatan dalam merancang program edukasi yang lebih efektif untuk meningkatkan kepatuhan diet pada pasien diabetes melitus tipe 2.

2. Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode literature review dengan pendekatan deskriptif untuk mengidentifikasi, mengevaluasi, dan mensintesis hasil penelitian mengenai hubungan tingkat pengetahuan dengan kepatuhan diet pada pasien diabetes melitus tipe 2. Metode ini dipilih untuk memperoleh gambaran komprehensif mengenai temuan penelitian yang telah dipublikasikan dan mengidentifikasi konsistensi hasil penelitian terkait variabel yang diteliti.

Proses penelusuran literatur dilakukan pada bulan Juni 2026 melalui database elektronik Google Scholar, PubMed, dan Garuda. Strategi pencarian menggunakan kombinasi kata kunci dalam bahasa Indonesia dan bahasa Inggris, yaitu "*diabetes melitus tipe 2*", "*tingkat pengetahuan*", "*kepatuhan diet*", "*knowledge*", "*diet compliance*", dan "*type 2 diabetes mellitus*". Kata kunci dikombinasikan menggunakan operator Boolean AND dan OR untuk memperoleh artikel yang relevan dengan tujuan penelitian.

Kriteria inklusi yang digunakan meliputi: (1) artikel penelitian asli (*original research*), (2) membahas hubungan tingkat pengetahuan dengan kepatuhan diet pada pasien diabetes melitus tipe 2, (3) tersedia dalam bentuk *full text*, (4) diterbitkan dalam rentang tahun 2021–2023, (5) menggunakan bahasa Indonesia atau bahasa Inggris, dan (6) memiliki hasil analisis statistik yang jelas mengenai hubungan kedua variabel penelitian. Kriteria eksklusi meliputi artikel duplikat, artikel tinjauan pustaka (*review article*), artikel yang tidak dapat diakses secara penuh, serta artikel yang tidak membahas variabel tingkat pengetahuan dan kepatuhan diet secara bersamaan.

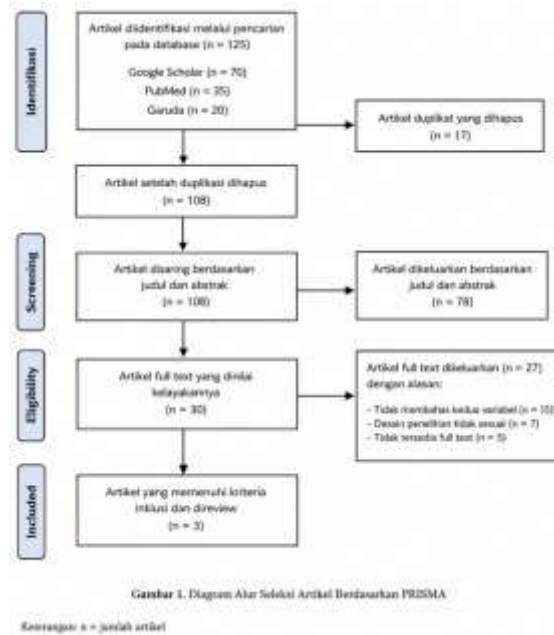
Seleksi artikel dilakukan berdasarkan pedoman Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses (PRISMA) yang meliputi tahap identifikasi, penyaringan (*screening*), penilaian kelayakan (*eligibility*), dan inklusi (*included*). Pada tahap identifikasi dilakukan pencarian artikel menggunakan kata kunci yang telah ditetapkan. Selanjutnya dilakukan penyaringan berdasarkan judul dan abstrak, kemudian penilaian kelayakan terhadap artikel *full text* yang sesuai dengan tujuan penelitian. Hasil proses seleksi menghasilkan tiga artikel yang memenuhi seluruh kriteria inklusi dan digunakan dalam proses telaah literatur.

Data dari setiap artikel diekstraksi menggunakan lembar ekstraksi yang memuat nama penulis, tahun publikasi, lokasi penelitian, desain penelitian, jumlah responden, instrumen penelitian, metode analisis statistik, dan hasil penelitian utama. Data yang telah diekstraksi kemudian dianalisis secara deskriptif naratif dengan membandingkan hasil antar penelitian untuk mengidentifikasi pola temuan, persamaan, dan perbedaan hasil penelitian terkait hubungan tingkat pengetahuan dengan kepatuhan diet pada pasien diabetes melitus tipe 2. Hasil sintesis data disajikan dalam bentuk tabel karakteristik artikel dan uraian naratif untuk memberikan gambaran yang sistematis mengenai hubungan tingkat pengetahuan dengan kepatuhan diet pada pasien diabetes melitus tipe 2.

Tabel 1. Strategi Pencarian Literatur

Komponen	Kriteria
Jenis Penelitian	Literature Review
Database	Google Scholar, PubMed, Garuda
Tahun Publikasi	2021-2023
Bahasa	Indonesia dan Inggris
Kata Kunci	Diabetes Melitus Tipe 2, Tingkat Pengetahuan, Kepatuhan Diet, Knowledge, Diet Compliance
Kriteria Inklusi	Original research, full text, membahas kedua variable
Kriteria Eksklusi	Duplikat, review article, artikel tidak lengkap
Artikel Akhir	3 Artikel

Proses identifikasi dan seleksi artikel dilakukan berdasarkan pedoman PRISMA (Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses). Tahapan seleksi artikel yang digunakan dalam penelitian ini ditunjukkan pada Gambar 1.



Gambar 1. Diagram Alur Seleksi Artikel Berdasarkan PRISMA

3. Hasil dan Diskusi

3.1 Karakteristik Artikel yang Direview

Berdasarkan hasil penelusuran literatur dan proses seleksi artikel menggunakan pedoman PRISMA, diperoleh tiga artikel yang memenuhi kriteria inklusi dan digunakan dalam penelitian ini. Ketiga artikel tersebut diterbitkan pada rentang tahun 2021–2023 dan membahas hubungan tingkat pengetahuan dengan kepatuhan diet pada pasien diabetes melitus tipe 2. Seluruh penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain *cross sectional* untuk mengidentifikasi hubungan antara variabel tingkat pengetahuan dan kepatuhan diet.

Tabel 2. Karakteristik Artikel yang Direview

No	Penulis	Tahun	Desain Penelitian	Sampel	Hasil Penelitian
1	Wardhani	2021	Cross Sectional	40 responden	Terdapat hubungan signifikan antara pengetahuan dan kepatuhan diet pada penderita diabetes melitus ($p=0,000$).
2	Muhammada dkk.	2022	Cross Sectional	35 responden	Terdapat hubungan signifikan antara pengetahuan dan kepatuhan diet pada pasien diabetes melitus tipe II ($p=0,001$).

3	Massiani, Lestari, dan Prasida	2023	Cross Sectional	66 responden	Terdapat hubungan signifikan antara tingkat pengetahuan dan kepatuhan diet pada penderita diabetes melitus tipe 2 ($p=0,000$).
---	--------------------------------	------	-----------------	--------------	--

Berdasarkan hasil telaah terhadap tiga artikel yang direview, seluruh penelitian menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan dengan kepatuhan diet pada pasien diabetes melitus tipe 2. Meskipun dilakukan pada lokasi penelitian, jumlah sampel, dan karakteristik responden yang berbeda, ketiga penelitian menghasilkan temuan yang konsisten bahwa peningkatan tingkat pengetahuan berkaitan dengan meningkatnya kepatuhan pasien dalam menjalankan diet diabetes melitus.

Tabel 3. Sintesis Hasil Penelitian

Peneliti	Tingkat Pengetahuan	Kepatuhan Diet	Kesimpulan
Wardhani (2021)	Mayoritas baik	Mayoritas patuh	Ada hubungan signifikan
Muhammada dkk. (2022)	Baik	Patuh	Ada hubungan signifikan
Massiani dkk. (2023)	Baik	Patuh	Ada hubungan signifikan

Berdasarkan Tabel 3, seluruh penelitian menunjukkan pola hasil yang relatif sama. Responden dengan tingkat pengetahuan yang lebih baik cenderung memiliki tingkat kepatuhan diet yang lebih tinggi dibandingkan responden dengan pengetahuan yang rendah. Konsistensi hasil tersebut menunjukkan bahwa pengetahuan merupakan faktor yang berperan penting dalam pengelolaan diabetes melitus tipe 2.

3.2 Hubungan Tingkat Pengetahuan dengan Kepatuhan Diet pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2

Hasil telaah terhadap tiga artikel menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan merupakan salah satu faktor yang berhubungan dengan kepatuhan diet pada pasien diabetes melitus tipe 2. Pasien yang memiliki tingkat pengetahuan yang baik cenderung lebih memahami pentingnya pengaturan pola makan dalam pengendalian kadar glukosa darah sehingga lebih patuh dalam menjalankan anjuran diet yang diberikan oleh tenaga kesehatan.

Penelitian Wardhani (2021) menunjukkan bahwa responden dengan tingkat pengetahuan yang baik memiliki tingkat kepatuhan diet yang lebih tinggi dibandingkan responden dengan pengetahuan yang rendah. Temuan yang sama juga dilaporkan oleh Massiani dkk. (2023) yang menemukan adanya hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan dan kepatuhan diet. Selain itu, penelitian Muhammada dkk. (2022) menyatakan bahwa pengetahuan yang baik berperan dalam meningkatkan kesadaran pasien untuk menjalankan diet sesuai rekomendasi yang diberikan.

Hasil penelitian yang konsisten pada ketiga artikel menunjukkan bahwa pengetahuan memiliki peran penting dalam membentuk perilaku kesehatan. Pasien yang memahami tujuan diet diabetes melitus akan lebih mampu mengatur jenis makanan, jumlah makanan, serta jadwal makan yang sesuai dengan kondisi kesehatannya.

3.3 Analisis Persamaan dan Perbedaan Hasil Penelitian

Berdasarkan hasil telaah terhadap ketiga artikel, ditemukan adanya persamaan hasil penelitian yang menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan berhubungan dengan kepatuhan diet pada pasien diabetes melitus tipe 2. Seluruh penelitian melaporkan bahwa responden yang memiliki tingkat pengetahuan yang baik cenderung menunjukkan tingkat kepatuhan diet yang lebih tinggi dibandingkan responden dengan tingkat pengetahuan rendah.

Meskipun demikian, terdapat beberapa perbedaan karakteristik penelitian yang meliputi jumlah responden, lokasi penelitian, serta instrumen yang digunakan dalam pengumpulan data. Penelitian Wardhani (2021) melibatkan 40 responden, Muhammadiyah dkk. (2022) melibatkan 35 responden, sedangkan penelitian Massiani dkk. (2023) melibatkan 66 responden. Perbedaan jumlah responden dan karakteristik populasi dapat memengaruhi variasi kekuatan hubungan yang ditemukan dalam masing-masing penelitian. Namun demikian, konsistensi hasil yang diperoleh menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan merupakan faktor yang berperan penting dalam meningkatkan kepatuhan diet pasien diabetes melitus tipe 2.

3.4 Pembahasan

Hasil literature review ini menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan berhubungan dengan kepatuhan diet pada pasien diabetes melitus tipe 2. Temuan ini konsisten dengan penelitian Wardhani (2021), Muhammadiyah dkk. (2022), serta Massiani dkk. (2023) yang menunjukkan bahwa pasien dengan tingkat pengetahuan yang lebih baik cenderung memiliki kepatuhan diet yang lebih tinggi dibandingkan pasien dengan pengetahuan yang rendah [2]–[4].

Pengetahuan merupakan salah satu faktor yang berperan dalam pembentukan perilaku kesehatan seseorang. Individu yang memiliki pengetahuan yang baik cenderung lebih mudah memahami informasi kesehatan, menerima anjuran tenaga kesehatan, serta menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari. Dalam konteks diabetes melitus tipe 2, pengetahuan yang memadai membantu pasien memahami pentingnya pengendalian kadar glukosa darah melalui pengaturan pola makan yang tepat.

Pasien yang memahami tujuan diet diabetes melitus akan lebih mampu mengatur jenis makanan, jumlah makanan, serta jadwal makan sesuai dengan kondisi kesehatannya. Selain itu, pemahaman mengenai manfaat diet dan risiko komplikasi akibat ketidakpatuhan dapat meningkatkan motivasi pasien untuk menjalankan anjuran diet secara konsisten. Sebaliknya, kurangnya pengetahuan dapat menyebabkan kesalahan dalam pemilihan makanan, ketidaksesuaian jadwal makan, serta rendahnya kepatuhan terhadap terapi diet yang dianjurkan.

Meskipun seluruh penelitian yang direview menunjukkan hasil yang konsisten, terdapat perbedaan karakteristik responden, jumlah sampel, lokasi penelitian, dan instrumen yang digunakan. Perbedaan tersebut dapat memengaruhi variasi hasil penelitian, meskipun secara umum seluruh artikel menunjukkan adanya hubungan antara tingkat pengetahuan dan kepatuhan diet pada pasien diabetes melitus tipe 2.

Temuan penelitian ini juga didukung oleh berbagai penelitian yang menunjukkan bahwa program Diabetes Self-Management Education (DSME) berperan dalam meningkatkan pengetahuan pasien, kemampuan perawatan diri, serta pengendalian diabetes melitus tipe 2 [13], [14]. Melalui edukasi yang terstruktur, pasien dapat memperoleh pemahaman yang lebih baik mengenai pengaturan pola makan, aktivitas fisik, pemantauan glukosa darah, dan kepatuhan terhadap pengobatan.

Selain itu, tingkat pengetahuan yang baik juga berhubungan dengan kemampuan pasien dalam memilih makanan yang sesuai dengan kondisi penyakitnya. Pasien yang memahami prinsip diet diabetes melitus cenderung lebih mampu mengontrol asupan makanan, membatasi konsumsi gula sederhana, serta mempertahankan pola makan yang seimbang sehingga dapat membantu mengendalikan kadar glukosa darah [15].

Berbagai penelitian juga menunjukkan bahwa keberhasilan pengelolaan diabetes melitus tipe 2 tidak hanya dipengaruhi oleh terapi farmakologis, tetapi juga oleh kemampuan pasien dalam melakukan perawatan diri secara mandiri. Edukasi kesehatan yang diberikan secara berkelanjutan dapat meningkatkan kemampuan pasien dalam memahami penyakit, mengontrol pola makan, melakukan aktivitas fisik secara teratur, serta mematuhi pengobatan yang diberikan [5]–[10]. Dengan meningkatnya kemampuan self-management, pasien diharapkan mampu mempertahankan kontrol glikemik yang lebih baik dan menurunkan risiko komplikasi jangka panjang.

Secara keseluruhan, hasil literature review ini menunjukkan bahwa peningkatan pengetahuan melalui edukasi kesehatan yang berkelanjutan berpotensi meningkatkan kepatuhan diet pada pasien diabetes melitus tipe 2. Temuan ini dapat menjadi dasar bagi tenaga kesehatan, khususnya perawat komunitas, dalam merancang dan melaksanakan program edukasi yang lebih efektif guna mendukung pengelolaan diabetes melitus serta mencegah terjadinya komplikasi penyakit.

3.5 Implikasi bagi Keperawatan Komunitas

Hasil literature review ini memiliki implikasi penting dalam praktik keperawatan komunitas. Perawat komunitas berperan dalam upaya promotif dan preventif melalui pendidikan kesehatan kepada individu, keluarga, maupun kelompok masyarakat yang berisiko atau telah menderita diabetes melitus tipe 2. Edukasi yang diberikan secara terstruktur dapat meningkatkan pengetahuan pasien mengenai penyakit, pengaturan diet, aktivitas fisik, serta pencegahan komplikasi.

Selain sebagai edukator, perawat komunitas juga berperan sebagai konselor yang membantu pasien mengidentifikasi hambatan dalam menjalankan diet diabetes melitus. Pendekatan yang melibatkan keluarga perlu dilakukan karena dukungan keluarga dapat meningkatkan motivasi pasien dalam mempertahankan perilaku sehat.

Program pendidikan kesehatan berbasis komunitas, penyuluhan rutin di fasilitas pelayanan kesehatan, serta pendampingan pasien diabetes melitus merupakan strategi yang dapat diterapkan untuk meningkatkan kepatuhan diet. Upaya tersebut diharapkan mampu menurunkan risiko komplikasi dan meningkatkan kualitas hidup pasien diabetes melitus tipe 2.

3.6 Faktor yang Mempengaruhi Kepatuhan Diet

Selain tingkat pengetahuan, kepatuhan diet pada pasien diabetes melitus tipe 2 dipengaruhi oleh berbagai faktor lain seperti usia, tingkat pendidikan, lama menderita penyakit, dukungan keluarga, motivasi, status ekonomi, dan akses terhadap pelayanan kesehatan. Faktor-faktor tersebut dapat memengaruhi kemampuan pasien dalam memahami informasi kesehatan serta menerapkan rekomendasi diet yang diberikan oleh tenaga kesehatan.

Dukungan keluarga merupakan salah satu faktor yang memiliki peran penting dalam meningkatkan kepatuhan diet. Keluarga dapat membantu pasien dalam mengatur pola makan, mengingatkan jadwal makan, mendampingi kontrol kesehatan, serta memberikan dukungan emosional selama proses pengelolaan penyakit. Pasien yang memperoleh dukungan keluarga yang baik cenderung memiliki motivasi yang lebih tinggi untuk mempertahankan perilaku sehat.

Selain itu, tingkat pendidikan juga berpengaruh terhadap kemampuan seseorang dalam menerima dan memahami informasi kesehatan. Individu dengan tingkat pendidikan yang lebih tinggi umumnya lebih mudah memahami informasi mengenai pengelolaan diabetes melitus sehingga memiliki peluang yang lebih besar untuk menerapkan perilaku hidup sehat. Oleh karena itu, program edukasi kesehatan perlu disesuaikan dengan karakteristik pasien agar informasi yang diberikan dapat diterima dan dipahami secara optimal.

3.7 Keterbatasan Penelitian

Penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan. Pertama, jumlah artikel yang direview hanya tiga artikel sehingga hasil sintesis belum dapat menggambarkan seluruh kondisi pasien diabetes melitus tipe 2 secara luas. Kedua, artikel yang digunakan berasal dari database tertentu dan dibatasi pada rentang tahun 2021–2023 sehingga kemungkinan masih terdapat penelitian relevan lainnya yang tidak teridentifikasi dalam proses pencarian literatur. Ketiga, seluruh artikel yang direview menggunakan desain cross sectional sehingga hubungan yang ditemukan tidak dapat menjelaskan hubungan sebab akibat secara langsung.

Meskipun demikian, seluruh penelitian yang direview menunjukkan hasil yang konsisten mengenai adanya hubungan antara tingkat pengetahuan dengan kepatuhan diet pada pasien diabetes melitus tipe 2. Oleh karena itu, hasil penelitian ini tetap dapat menjadi dasar dalam pengembangan program edukasi kesehatan dan intervensi keperawatan komunitas untuk meningkatkan kepatuhan diet pasien diabetes melitus tipe 2.

3.8 Rekomendasi

Berdasarkan hasil literature review ini, diperlukan upaya edukasi kesehatan yang berkelanjutan untuk meningkatkan pengetahuan pasien diabetes melitus tipe 2 mengenai pengaturan diet. Edukasi dapat dilakukan melalui penyuluhan kesehatan, konseling individu, pendampingan keluarga, maupun pemanfaatan media digital yang mudah diakses oleh masyarakat. Selain itu, penelitian selanjutnya disarankan menggunakan jumlah artikel

yang lebih banyak dan cakupan wilayah yang lebih luas sehingga dapat memberikan gambaran yang lebih komprehensif mengenai faktor-faktor yang memengaruhi kepatuhan diet pada pasien diabetes melitus tipe 2.

4. Kesimpulan

Berdasarkan hasil literature review terhadap tiga artikel yang memenuhi kriteria inklusi, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara tingkat pengetahuan dengan kepatuhan diet pada pasien diabetes melitus tipe 2. Pasien yang memiliki tingkat pengetahuan yang baik cenderung lebih patuh dalam menjalankan diet dibandingkan pasien dengan tingkat pengetahuan yang rendah. Temuan ini menunjukkan bahwa edukasi kesehatan memiliki peran penting dalam meningkatkan kepatuhan diet sebagai bagian dari pengelolaan diabetes melitus tipe 2. Oleh karena itu, tenaga kesehatan perlu mengoptimalkan program edukasi yang berkelanjutan untuk meningkatkan pengetahuan dan kepatuhan pasien dalam menjalankan terapi diet.

Referensi

- [1] International Diabetes Federation, *IDF Diabetes Atlas*, 10th ed. Brussels, Belgium: International Diabetes Federation, 2021.
- [2] A. Wardhani, "Hubungan Pengetahuan dengan Kepatuhan Diet pada Penderita Diabetes Melitus di Wilayah Kerja Puskesmas Astambul Tahun 2020," *Jurnal Ilmu Kesehatan Insan Sehat*, vol. 9, no. 1, pp. 10–14, 2021.
- [3] W. A. Muhammadiyah, N. F. Takahepis, and N. H. Baco, "Hubungan Pengetahuan dengan Kepatuhan Diet pada Pasien Diabetes Melitus Tipe II," *Jurnal Rumpun Ilmu Kesehatan (JRIK)*, vol. 2, no. 1, pp. 58–67, 2022.
- [4] M. Massiani, R. M. Lestari, and D. W. Prasida, "Hubungan Tingkat Pengetahuan dengan Kepatuhan Diet pada Penderita Diabetes Mellitus di Puskesmas Kereng Bangkirai," *Jurnal Surya Medika*, vol. 9, no. 1, pp. 154–164, 2023. doi:10.33084/jsm.v9i1.5162.
- [5] U. Ernawati, T. A. Wihastuti, and Y. W. Utami, "Effectiveness of Diabetes Self-Management Education (DSME) in Type 2 Diabetes Mellitus Patients: A Systematic Literature Review," *Journal of Public Health Research*, vol. 10, 2021.
- [6] W. S. Shiferaw et al., "Effect of Educational Interventions on Knowledge of the Disease and Glycaemic Control in Patients with Type 2 Diabetes Mellitus," *BMJ Open*, vol. 11, 2021.
- [7] M. Mendez et al., "Diabetes Self-Management Education and Association With Diabetes Self-Care and Clinical Preventive Care Practices," *Science of Diabetes Self-Management and Care*, vol. 48, 2022.
- [8] T. S. Tamiru et al., "Effects of Nurse-Led Diabetes Self-Management Education on Self-Care Knowledge and Self-Care Behavior among Adult Patients with Type 2 Diabetes Mellitus," *International Journal of Africa Nursing Sciences*, vol. 18, 2023.
- [9] N. Uly, F. Fadli, and R. Iskandar, "Relationship between Self-Care Behavior and Diabetes Self-Management Education in Patients with Type 2 Diabetes Mellitus," *Open Access Macedonian Journal of Medical Sciences*, vol. 10, 2022.
- [10] A. A. Alsaidan et al., "Assessment of Diabetes-Related Knowledge and Dietary Patterns among Patients with Type 2 Diabetes Mellitus," *Healthcare*, vol. 13, no. 3, 2025.
- [11] PERKENI, *Pedoman Pengelolaan dan Pencegahan Diabetes Melitus Tipe 2 di Indonesia*, Jakarta: PB PERKENI, 2021.
- [12] World Health Organization, *Global Report on Diabetes*. Geneva: WHO, 2021.
- [13] A. B. Bekele et al., "Effect of Diabetes Self-Management Education on Glycemic Control among Patients with Type 2 Diabetes Mellitus: A Systematic Review," *Diabetes & Metabolic Syndrome*, vol. 15, 2021.
- [14] P. McElfish et al., "Comparative Effectiveness of Diabetes Self-Management Education Interventions for Adults with Type 2 Diabetes," *Diabetes Care*, vol. 45, 2022.
- [15] R. M. Almutairi et al., "Knowledge, Attitude, and Practice Regarding Dietary Management among Patients with Type 2 Diabetes Mellitus," *Healthcare*, vol. 12, 2024.