



**THE RELATIONSHIP BETWEEN DIETARY PERCEPTIONS, FAMILY SUPPORT, AND SELF-CARE MANAGEMENT AND DIETARY ADHERENCE AMONG PATIENTS WITH DIABETES MELLITUS AT THE MEKAR COMMUNITY HEALTH CENTER**

**HUBUNGAN PERSEPSI DIET, DUKUNGAN KELUARGA, SELF-CARE MANAGEMENT TERHADAP KEPATUHAN DIET PENDERITA DIABETES MELLITUS DI PUSKESMAS MEKAR**

Michelin Alfa Saruran<sup>1)</sup>; Devi Savitri Effendy<sup>2)</sup>; La Ode Muhamad Sety<sup>3)</sup>

<sup>1)</sup>[michelinsorensia@gmail.com](mailto:michelinsorensia@gmail.com) Universitas Halu Oleo

<sup>2)</sup>[devisavitri\\_fkm@uho.ac.id](mailto:devisavitri_fkm@uho.ac.id) Universitas Halu Oleo

<sup>3)</sup>[setyuh@gmail.com](mailto:setyuh@gmail.com) Universitas Halu Oleo

**Abstract**

*Dietary adherence among patients with diabetes mellitus is a key determinant of successful diabetes management. Dietary management is a self-directed approach that can help prevent complications in patients with diabetes mellitus. Factors such as negative perceptions of diet, weak social support from family, and self-care management influence patients' adherence to their diet. This study aims to determine the relationship between dietary perceptions (vulnerability, severity, and benefits), family support, and self-care management on dietary compliance among patients with diabetes mellitus at the Mekar Community Health Center in Kendari City, Southeast Sulawesi. This study employed an analytical observational design with a cross-sectional approach. The study sample consisted of 136 respondents selected using consecutive sampling. The dependent variable in this study was dietary compliance, while the independent variables were dietary perceptions (perceived susceptibility, perceived severity, and perceived benefits), family support, and self-care management. Descriptive analysis revealed that 88 respondents adhered to the diet, while 48 respondents did not adhere to the diabetes diet. Data analysis was performed using bivariate analysis with the Chi-Square test at a significance level of  $\alpha = 0.05$ . The results of the study showed that there was a significant relationship between perceived severity ( $p$ -value = 0.036), perceived benefits ( $p$ -value = 0.006), family support ( $p$ -value = 0.046), and self-care management ( $p$ -value = 0.036) with dietary adherence in patients with diabetes mellitus. However, there was no significant relationship between perceived vulnerability and dietary compliance ( $p$ -value = 0.547). Based on these results, it can be concluded that the factors of perceived severity, perceived benefits, family support, and self-care management play a role in improving patients' dietary compliance. Therefore, educational interventions focused on enhancing positive perceptions of the diet and strengthening family support are needed to improve patients' adherence to the diet.*

**Keywords:** *Diabetes mellitus; Diet compliance; Family support; Self-care management*

**Abstrak**

Kepatuhan diet pada penderita diabetes mellitus adalah salah satu syarat keberhasilan pengobatan diabetes mellitus. Prinsip pengaturan makan/diet merupakan cara yang dapat dilakukan secara mandiri dan dapat mencegah terjadinya hal yang memperburuk penyakit pada pasien diabetes mellitus. Pemahaman dan penanganan diabetes mellitus akan faktor-faktor seperti persepsi negatif tentang diet, dukungan sosial yang lemah dari keluarga dan *self-care management* akan mempengaruhi kepatuhan pasien dalam dietnya. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara persepsi diet (kerentanan, keparahan, dan manfaat), dukungan keluarga, serta *self-care management* terhadap kepatuhan diet pada penderita diabetes mellitus di Puskesmas Mekar Kota Kendari, Sulawesi Tenggara. Penelitian ini menggunakan desain penelitian observasional analitik dengan pendekatan *cross sectional*. Sampel penelitian berjumlah 136 responden yang diambil menggunakan *consecutive sampling*. Variabel penelitian ini menggunakan variabel terikat yakni kepatuhan diet, sedangkan variabel bebas penelitian ini adalah persepsi diet (persepsi kerentanan, persepsi keparahan, persepsi manfaat), dukungan keluarga, dan *self-care management*. Analisis deskriptif ditemukan bahwa terdapat 88 responden yang patuh terhadap diet, dan terdapat 48 responden yang tidak patuh terhadap diet diabetes. Analisis data dilakukan secara bivariat menggunakan uji *Chi-Square* dengan tingkat signifikansi ( $\alpha = 0,05$ ). Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara persepsi keparahan ( $p$ -value = 0,036), persepsi manfaat ( $p$ -value = 0,006), dukungan keluarga ( $p$ -value = 0,046), serta *self-care management* ( $p$ -value = 0,036) dengan kepatuhan diet pada penderita diabetes



mellitus . Namun, tidak terdapat hubungan yang signifikan antara persepsi kerentanan dengan kepatuhan diet ( $p$ -value = 0,547). Berdasarkan hasil tersebut, dapat disimpulkan bahwa faktor persepsi keparahan, persepsi manfaat, dukungan keluarga, dan *self-care management* berperan dalam meningkatkan kepatuhan diet pasien. Oleh karena itu, diperlukan intervensi edukasi yang berfokus pada peningkatan persepsi positif terhadap diet serta penguatan dukungan keluarga untuk meningkatkan kepatuhan pasien dalam menjalankan diet.

**Kata Kunci:** Diabetes mellitus; Dukungan keluarga; Kepatuhan diet; *Self-care management*

## PENDAHULUAN

Diabetes merupakan penyakit yang berlangsung lama dan bersifat metabolik, dapat dilihat dari jumlah glukosa darah (atau gula darah) yang tinggi, yang dapat merusak jantung, pembuluh darah, mata, ginjal, dan saraf. Berdasarkan pernyataan dari Perhimpunan Endokrinologi Indonesia, penanganan DM meliputi 5 hal yaitu edukasi, kepatuhan diet, latihan jasmani, kepatuhan minum obat dan pemantauan glukosa darah (World Health Organization, 2025). Kepatuhan terhadap pola makan pada pasien diabetes mellitus (DM) merupakan salah satu faktor penentu keberhasilan pengobatan DM. Jika kadar gula darah tidak terkontrol, hal ini dapat menyebabkan komplikasi jangka panjang dan jangka pendek. Pada kasus yang parah, hal ini bahkan dapat berakibat hilangnya nyawa. Tujuan pengobatan diabetes mellitus adalah untuk mengontrol kadar gula darah dan meningkatkan kualitas hidup pasien, salah satunya melalui pengelolaan pola makan. Oleh karena itu, kepatuhan terhadap diet sangat memengaruhi pemulihan pasien diabetes mellitus (Savitri et al., 2022).

Berdasarkan *International Diabetes Federation*, di Indonesia banyaknya penderita diabetes mencapai 20,426,400 sehingga di tahun 2024 Indonesia berada di urutan ke-5 dengan penderita dewasa DM terbanyak di dunia (IDF, 2024). Di kota Kendari sendiri, menurut laporan Dinas Kesehatan Kota Kendari tahun 2024 sebanyak 3.671 penderita. Tingginya angka kasus tersebut menunjukkan bahwa DM merupakan masalah kesehatan serius yang membutuhkan pengendalian, terutama melalui kepatuhan diet sebagai komponen utama penanganan DM.

Penelitian ini berdasarkan pada teori *Health Belief Model* (HBM), yang dapat menjelaskan mengapa seseorang mengikuti atau tidak mengikuti perilaku kesehatan, dalam hal ini kepatuhan terhadap diet *Health Belief Model* mengidentifikasi persepsi-persepsi yang mempengaruhi perilaku persepsi kerentanan, keparahan, manfaat yang merupakan bagian dari persepsi diet, persepsi hambatan yang merupakan bagian dari dukungan keluarga, cues to action, dan kepercayaan diri yang merupakan bagian dari *self-care management* (Janz & Becker, 1984).

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah ada hubungan persepsi diet, dukungan keluarga, dan *self-care management* terhadap kepatuhan diet penderita diabetes mellitus di Puskesmas Mekar, Kota Kendari. Pengambilan lokasi di Puskesmas Mekar didasari oleh tingginya angka prevalensi Diabetes Mellitus dimana Diabetes Mellitus merupakan Penyakit Tidak Menular (PTM) terbanyak ke-2 (dua) di Puskesmas Mekar Kota Kendari, Sulawesi Tenggara. Oleh karena itu, diharapkan penelitian ini dapat memberikan kontribusi ilmiah dan praktis dalam upaya meningkatkan kepatuhan diet pasien diabetes mellitus di tingkat pelayanan kesehatan primer.

## METODE

Penelitian ini menggunakan desain observasional analitik dengan pendekatan *cross sectional*. Variabel penelitian ini menggunakan variabel terikat yakni kepatuhan diet, sedangkan variabel bebas penelitian ini adalah persepsi diet (persepsi kerentanan, persepsi keparahan, persepsi manfaat), dukungan keluarga, dan *self-care management*. Analisis data dilakukan dengan menggunakan Uji *Chi-Square* dengan signifikansi ( $\alpha=0,05$ ) untuk mengetahui hubungan variabel terikat dan variabel bebas. Populasi dalam penelitian ini terdapat 205 penderita diabetes mellitus yang tercatat di Puskesmas Mekar Kota Kendari, Sulawesi



Tenggara. Sampel berjumlah 136 responden yang dihitung menggunakan rumus *Slovin* yang terdiri dari besar sampel, jumlah populasi dan tingkat kepercayaan 95% dan diambil menggunakan teknik *consecutive sampling*. Pengukuran variabel persepsi (positif/negatif), variabel dukungan keluarga (mendukung/tidak mendukung, variabel *self-care management* (baik/kurang baik), variabel kepatuhan diet (patuh/tidak patuh) menggunakan skala Likert dengan poin 1-4

Kriteria inklusi penelitian ini meliputi pasien diabetes mellitus yang tercatat di Puskesmas Mekar, Kota Kendari, Sulawesi Tenggara, lama menderita minimal 1 tahun terakhir, dan dapat berkomunikasi dengan baik dan mampu mengisi kuesioner dengan benar. Instrumen yang digunakan adalah lembar kuesioner, dan dokumentasi. Analisis data dilakukan dengan menyajikan temuan lapangan dan membandingkannya dengan teori-teori yang relevan dengan penelitian sebelumnya. Tahapan analisis meliputi pengumpulan data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan yang disusun secara sistematis dan naratif. Data disajikan dalam bentuk tabel dan narasi deskriptif dengan tetap menjaga kerahasiaan responden.

Penelitian ini dilakukan pada bulan Januari – Februari 2026 di Puskesmas Mekar, Kota Kendari, Sulawesi Tenggara. Etika yang diterapkan dalam penelitian ini meliputi persetujuan setelah mendapat penjelasan, anonimitas, kerahasiaan, dan hal yang tidak merugikan.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Hasil

#### Karakteristik Responden Penderita Diabetes Mellitus di Puskesmas Mekar Tahun 2025

Karakteristik responden yang akan diuraikan meliputi karakteristik responden berdasarkan umur, jenis kelamin, dan status perkawinan. Selain itu, variabel-variabel tersebut akan dijelaskan secara lebih rinci.

**Tabel 1.** Karakteristik Responden Penderita Diabetes Mellitus

<b>Umur (tahun)</b>	<b>Jumlah (n)</b>	<b>Persentase (%)</b>
36 – 45	14	10,3
46 - 55	29	21,3
56 - 65	46	33,8
> 65	47	34,6
Jumlah	136	100
<b>Jenis Kelamin</b>	<b>Jumlah (n)</b>	<b>Persentase (%)</b>
Laki - Laki	51	37,5
Perempuan	85	62,5
Jumlah	136	100
<b>Pendidikan Terakhir</b>	<b>Jumlah (n)</b>	<b>Persentase (n)</b>
SD/Sederajat	8	5,9
SMP/Sederajat	14	10,3
SMA/Sederajat	70	51,5
Sarjana	35	25,7
Tidak Sekolah	9	6,6
Jumlah	136	100

Sumber: Data Diolah

Berdasarkan tabel 1, distribusi responden penderita diabetes mellitus di Puskesmas Mekar menunjukkan bahwa mayoritas berada dalam kelompok usia >65 tahun, dengan jumlah 47 orang (34,6%). Berdasarkan jenis kelamin, mayoritas responden adalah perempuan sebanyak 85 orang (62,5%). Berdasarkan tingkat pendidikan terakhir, mayoritas responden telah menyelesaikan pendidikan SMA atau setara, sebanyak 70 orang (51,5%).



### Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Kategori Kepatuhan Diet Penderita Diabetes Mellitus di Puskesmas Mekar Tahun 2026

Distribusi frekuensi responden berdasarkan kategori kepatuhan diet penderita diabetes mellitus yang tercatat di Puskesmas Mekar tahun 2026 disajikan dalam tabel berikut:

**Tabel 2.** Frekuensi Responden Berdasarkan Kategori Kepatuhan Diet Penderita Diabetes Mellitus

Kepatuhan Diet	Jumlah (n)	Persentase (%)
Tidak Patuh	48	35,3
Patuh	88	64,7
<b>Total</b>	<b>136</b>	<b>100</b>

Sumber: Data Diolah

Berdasarkan Tabel 2, sebagian besar responden patuh terhadap diet diabetes sebanyak 88 orang (64,7%), sedangkan 48 orang (35,3%) tidak patuh terhadap diet.

### Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Kategori Persepsi Kerentanan Penderita diabetes Mellitus di Puskesmas Mekar

Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Kategori Persepsi Kerentanan Penderita diabetes Mellitus di Puskesmas Mekar dapat dilihat pada tabel berikut:

**Tabel 3.** Frekuensi Responden Berdasarkan Kategor Persepsi Kerentanan

Persepsi Kerentanan	Jumlah (n)	Persentase (%)
Negatif	22	16,2
Positif	114	83,8
<b>Total</b>	<b>136</b>	<b>100</b>

Sumber: Data Diolah

Berdasarkan Tabel 3, mayoritas responden memiliki persepsi kerentanan positif (83,8%), sedangkan 16,2% memiliki persepsi kerentanan negatif.

### Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Kategori Persepsi Keparahan Penderita Diabetes Mellitus di Puskesmas Mekar

Distribusi frekuensi responden berdasarkan kategori persepsi keparahan penderita diabetes mellitus yang tercatat di Puskesmas Mekar tahun 2026 disajikan dalam tabel berikut:

**Tabel 4.** Frekuensi Responden Berdasarkan Kategori Persepsi Keparahan

Persepsi Keparahan	Jumlah (n)	Persentase (%)
Negatif	44	32,4
Positif	92	67,6
<b>Total</b>	<b>136</b>	<b>100</b>

Sumber: Data Diolah

Berdasarkan Tabel 4, mayoritas responden memiliki persepsi keparahan yang positif, yaitu sebanyak 92 orang (67,6%), sedangkan 44 orang (32,4%) memiliki persepsi tingkat keparahan yang negatif.

### Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Kategori Persepsi Manfaat Yang Dirasakan Penderita Diabetes Mellitus Di Puskesmas Mekar Tahun 2026

Distribusi frekuensi responden berdasarkan kategori persepsi manfaat yang dirasakan penderita diabetes mellitus di Puskesmas Mekar tahun 2026 disajikan dalam tabel berikut:



**Tabel 5.** Frekuensi Responden Berdasarkan Kategori Persepsi Manfaat

Persepsi Manfaat	Jumlah (n)	Persentase (%)
Negatif	21	15,4
Positif	115	84,6
<b>Total</b>	<b>136</b>	<b>100</b>

Sumber: Data Diolah

Berdasarkan tabel 5, mayoritas responden memiliki persepsi positif terhadap manfaat doet tersebut, yaitu sebanyak 115 orang (84,6%), sedangkan 21 orang (15,4%) memiliki persepsi negatif terhadap manfaat tersebut.

**Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Kategori Dukungan Keluarga Penderita Diabetes Mellitus Di Puskesmas Mekar Tahun 2026**

Distribusi frekuensi responden berdasarkan kategori dukungan keluarga bagi pasien diabetes mellitus di Puskesmas Mekar tahun 2026 disajikan dalam tabel berikut:

**Tabel 6.** Frekuensi Responden Berdasarkan Kategori Dukungan Keluarga

Dukungan Keluarga	Jumlah (n)	Persentase (%)
Tidak Mendukung	37	27,2
Mendukung	99	72,8
<b>Total</b>	<b>136</b>	<b>100</b>

Sumber: Data Diolah

Berdasarkan Tabel 6, mayoritas responden mendapat dukungan keluarga, yaitu sebanyak 99 orang (72,8%), sedangkan 37 orang (27,2%) tidak mendapat dukungan keluarga.

**Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Kategori Self-care management Penderita Diabetes Mellitus Yang Tercatat Di Puskesmas Mekar Tahun 2026**

Distribusi frekuensi responden berdasarkan kategori *self-care management* pasien diabetes mellitus yang tercatat di Puskesmas Mekar tahun 2026 disajikan dalam tabel berikut:

**Tabel 7.** Frekuensi Responden Berdasarkan Kategori Self-Care Management

Self-care management	Jumlah (n)	Persentase (%)
Kurang Baik	44	32,4
Baik	92	67,6
<b>Total</b>	<b>136</b>	<b>100</b>

Sumber: Data Diolah

Berdasarkan Tabel 7, sebagian besar responden memiliki *self-care management* yang baik sebanyak 92 orang (67,6%), sedangkan 44 orang (32,4%) memiliki *self-care management* yang kurang baik.

**Analisis Hubungan Persepsi Kerentanan dengan Kepatuhan Diet Penderita Diabetes Mellitus di Puskesmas Mekar Tahun 2026**

Analisis hubungan persepsi kerentanan dengan kepatuhan diet penderita diabetes mellitus di Puskesmas Mekar Tahun 2026 dapat dilihat pada tabel berikut:

**Tabel 8.** Hubungan Persepsi Kerentanan Terhadap Kepatuhan Diet

Persepsi Kerentanan	Kepatuhan Diet		Total	p-value		
	Tidak Patuh	Patuh				
	n	%	n	%	n	%
Negatif	9	40,9	13	59,1	22	100
Positif	39	34,2	75	73,8	114	100



<b>Total</b>	48	35,3	88	64,7	136	100
--------------	----	------	----	------	-----	-----

Sumber: Data Diolah

Berdasarkan Tabel 8, responden dengan persepsi kerentanan negatif yang mematuhi diet diabetes berjumlah 13 orang (59,1%), sedangkan 9 orang (40,9%) tidak mematuhi. Diantara responden dengan persepsi keparahan positif, 88 orang (64,7%) mematuhi diet dan 39 orang (34,2%) tidak mematuhi. Hasil uji *Chi-Square* menunjukkan nilai  $p\text{-value} = 0,036 (<0,05)$  yang mengindikasikan tidak adanya hubungan yang signifikan antara persepsi keparahan dan kepatuhan diet pada penderita diabetes mellitus di Puskesmas Mekar tahun 2026.

### Analisis Hubungan Persepsi Keparahan (Perceived Saverity) dengan Kepatuhan Diet Penderita Diabetes Mellitus

**Tabel 9.** Hubungan Persepsi Keparahan Terhadap Kepatuhan Diet

Persepsi Keparahan	Kepatuhan Diet		Total		<i>p-value</i>
	Tidak Patuh	Patuh	n	%	
<b>Negatif</b>	21	47,7	23	52,3	0,036
<b>Positif</b>	27	29,3	65	70,7	
<b>Total</b>	48	35,3	88	64,7	

Sumber: Data Diolah

Berdasarkan Tabel 9, responden dengan persepsi keparahan negatif yang patuh terhadap diet sebanyak 23 orang (52,3%), sedangkan 21 orang (47,7%) tidak patuh. Pada responden dengan persepsi keparahan positif, sebanyak 65 orang (70,7%) patuh terhadap diet dan 27 orang (29,3%) tidak patuh. Hasil uji *Chi-Square* menunjukkan nilai  $p\text{-value} = 0,036 (<0,05)$  sehingga terdapat hubungan yang signifikan antara persepsi keparahan dan kepatuhan diet pada penderita diabetes mellitus di Puskesmas Mekar tahun 2026.

### Hubungan Persepsi Manfaat (Perceived Benefits) terhadap Kepatuhan Diet Penderita Diabetes Mellitus

Hubungan persepsi manfaat (*perceived benefits*) terhadap kepatuhan diet penderita diabetes mellitus dapat dilihat pada tabel berikut:

**Tabel 10.** Hubungan Persepsi Manfaat Terhadap Kepatuhan Diet

Persepsi Manfaat	Kepatuhan Diet		Total		<i>p-value</i>
	Tidak Patuh	Patuh	n	%	
<b>Negatif</b>	13	61,9	8	38,1	0,006
<b>Positif</b>	35	30,4	80	69,6	
<b>Total</b>	48	35,3	88	64,7	

Sumber: Data Diolah

Berdasarkan Tabel 10, responden dengan persepsi negatif terhadap manfaat sebagian besar tidak mematuhi diet diabetes sebanyak 13 orang (61,9%), sedangkan 8 orang (38,1%) patuh. Diantara responden yang memiliki persepsi positif terhadap manfaat 80 orang (69,6%) patuh terhadap diet dan 35 orang (30,4%) tidak patuh. Hasil uji *Chi-Square* menunjukkan nilai  $p\text{-value} = 0,006 (<0,05)$  yang mengindikasikan adanya hubungan yang signifikan antara persepsi manfaat dan kepatuhan diet pada penderita diabetes mellitus di Puskesmas Mekar tahun 2026.

### Hubungan Dukungan Keluarga terhadap Kepatuhan Diet Penderita Diabetes Mellitus

Hubungan dukungan keluarga terhadap kepatuhan diet penderita diabetes mellitus dapat dilihat pada tabel berikut:

**Tabel 11.** Hubungan Dukungan Keluarga Terhadap Kepatuhan Diet

Dukungan Keluarga	Kepatuhan Diet		Total	<i>p-value</i>
	Tidak Patuh	Patuh		



	n	%	n	%	n	%	
<b>Tidak Mendukung</b>	18	48,6	19	51,4	37	100	0,046
<b>Mendukung</b>	30	30,3	69	69,7	99	100	
<b>Total</b>	48	35,3	88	64,7	136	100	

Sumber: Data Diolah

Berdasarkan Tabel 11, responden yang mendapat dukungan keluarga sebagian besar patuh terhadap diet diabetes sebanyak 69 orang (69,7%), sedangkan 30 orang (30,3%) tidak patuh. Diantara responden yang tidak mendapat dukungan keluarga, sebanyak 19 orang (51,4%) patuh terhadap diet dan 18 orang (48,6%) tidak patuh. Hasil uji *Chi-Square* menunjukkan nilai  $p\text{-value} = 0,547 (>0,05)$  sehingga terdapat hubungan yang signifikan antara persepsi kerentanan dan kepatuhan diet pada penderita diabetes mellitus di Puskesmas Mekar tahun 2026.

### Hubungan *Self-care management* terhadap Kepatuhan Diet Penderita Diabetes Mellitus

Tabel 12. Hubungan *Self-Care Management* Terhadap Kepatuhan Diet

Self-care management	Kepatuhan Diet				Total	p-value	
	Tidak Patuh		Patuh				
	n	%	n	%	n	%	
<b>Kurang Baik</b>	21	47,7	23	52,3	38	100	0,036
<b>Baik</b>	27	29,3	65	70,7	98	100	
<b>Total</b>	48	35,3	88	64,7	136	100	

Sumber: Data Diolah

Berdasarkan Tabel 12, dari 38 responden dengan *self-care management* kurang baik, 23 orang (52,3%) patuh terhadap diet diabetes dan 21 orang (47,7%) tidak patuh. Dari 98 responden dengan *self-care management* baik, 65 orang (70,7%) patuh dan 27 orang (29,3%) tidak patuh. Hasil uji *Chi-Square* menunjukkan  $p\text{-value} = 0,036 (<0,05)$ , sehingga terdapat hubungan yang signifikan antara *self-care management* dan kepatuhan diet pada penderita diabetes mellitus di Puskesmas Mekar tahun 2026.

### Pembahasan

#### Hubungan Persepsi Kerentanan Terhadap Kepatuhan Diet Penderita Diabetes Mellitus

Berdasarkan hasil uji *Chi-Square* antara persepsi kerentanan dan kepatuhan diet pada pasien diabetes mellitus di Puskesmas Mekar tahun 2026, diperoleh nilai  $p\text{-value}$  sebesar 0,547 ( $>0,05$ ) sehingga  $H_0$  diterima. Hal ini menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara persepsi kerentanan dan kepatuhan diet. Kondisi ini menunjukkan bahwa kesadaran akan risiko penyakit tidak selalu mendorong individu untuk melakukan perubahan perilaku diet. Dalam teori Health Belief Model yang dikemukakan oleh Irwin M. Rosenstock, persepsi kerentanan merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi perilaku kesehatan, namun persepsi ini saja belum cukup kuat untuk memotivasi seseorang melakukan tindakan kesehatan (Sukrisyanto, 2024).

Hasil temuan ini sejalan dengan penelitian (Putri et al., 2019) yang menyatakan bahwa tidak terdapat hubungan antara persepsi kerentanan dengan perilaku penerapan protokol kesehatan. Penelitian (Andayani et al., 2024) juga menunjukkan bahwa kerentanan yang dirasakan tidak berhubungan signifikan dengan kepatuhan pola makan dan minum obat pada penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Mlandingan, Situbondo. Namun, hasil ini berbeda dengan penelitian (Sonhaji et al., 2024) yang menunjukkan adanya hubungan signifikan antara persepsi kerentanan (*perceived susceptibility*) dan kepatuhan pengobatan penderita diabetes mellitus.

#### Hubungan Persepsi Keparahan Terhadap Kepatuhan Diet Penderita Diabetes Mellitus

Berdasarkan hasil uji *Chi-Square* antara persepsi keparahan dan kepatuhan diet pada penderita diabetes mellitus di Puskesmas Mekar tahun 2026, diperoleh nilai  $p\text{-value}$  sebesar 0,036 ( $<0,05$ ) sehingga  $H_0$  ditolak. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang



signifikan antara persepsi keparahan dan kepatuhan diet. Temuan ini menunjukkan bahwa semakin tinggi persepsi keparahan penyakit dialami pasien, semakin besar kecenderungan untuk mematuhi diet diabetes. Persepsi risiko dan kemungkinan terjadinya komplikasi dapat menjadi motivasi bagi pasien untuk lebih disiplin dalam menjalankan pola makan yang sehat. Dalam teori Health Belief Model yang dikemukakan oleh Irwin M. Rosenstock, bahwa persepsi keparahan penyakit akan mendorong seseorang untuk mencari pengobatan dan pencegahannya (Saltar et al., 2023). Semakin tinggi persepsi seseorang terhadap keparahan penyakit, semakin besar kemungkinan orang tersebut untuk mengambil tindakan kesehatan guna mencegah terjadinya komplikasi, termasuk mematuhi diet yang dianjurkan.

Temuan ini sejalan dengan penelitian (Park et al., 2025) yang menyatakan bahwa persepsi keparahan berhubungan dengan kepatuhan terhadap diet, karena kesadaran akan konsekuensi diabetes yang tidak terkontrol dapat mendorong individu untuk mematuhi rencana diet. Hasil ini juga didukung oleh penelitian (Albasheer et al., 2024) yang menunjukkan bahwa persepsi keparahan berhubungan signifikan dengan niat pengelolaan berat badan. Namun, berbeda dengan penelitian (Harahap et al., 2023) yang menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan signifikan antara persepsi keparahan (*perceived severity*) dan perilaku pencegahan Covid-19.

#### **Hubungan Persepsi Manfaat Terhadap Kepatuhan Diet Penderita Diabetes Mellitus**

Berdasarkan hasil uji *Chi-Square* antara persepsi manfaat dan kepatuhan diet pada penderita diabetes mellitus di Puskesmas Mekar tahun 2026 diperoleh nilai *p-value* sebesar 0,006 (<0,05) sehingga  $H_0$  ditolak. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara persepsi manfaat dan kepatuhan diet. Hasil analisis menunjukkan bahwa responden yang memiliki persepsi manfaat positif cenderung lebih patuh terhadap diet diabetes. Temuan ini didukung teori Health Belief Model yang dikemukakan oleh Irwin M. Rosenstock, yang menyatakan bahwa semakin besar manfaat yang dirasakan dari suatu tindakan pencegahan, maka semakin besar pula kemungkinan individu untuk melakukan tindakan kesehatan tersebut (Harun et al., 2025).

Hasil penelitian ini searah dengan penelitian (Asmara et al., 2022) yang menyatakan terdapat hubungan antara persepsi manfaat dan perilaku pencegahan Covid-19 pada lansia hipertensi. Penelitian (Ariwati & Khalda, 2023) juga menemukan hubungan positif antara persepsi manfaat dan perilaku pencegahan stunting. Namun, hasil ini berbeda dengan penelitian (Mohammed et al., 2025) yang menyatakan bahwa persepsi manfaat tidak mempunyai pengaruh langsung yang signifikan terhadap niat berperilaku.

#### **Hubungan Dukungan Keluarga Terhadap Kepatuhan Diet Penderita Diabetes Mellitus**

Berdasarkan hasil uji *Chi-Square* antara dukungan keluarga dan kepatuhan diet pada penderita diabetes mellitus di Puskesmas Mekar tahun 2026 diperoleh nilai *p-value* sebesar 0,046 (<0,05) sehingga  $H_0$  ditolak. Hal ini menunjukkan bahwa adanya hubungan yang signifikan antara dukungan keluarga dan kepatuhan diet. Tingkat kepatuhan diet yang lebih tinggi pada responden yang mendapatkan dukungan keluarga menampakkan bahwa peran keluarga penting dalam membantu penderita diabetes mematuhi aturan diet. Temuan ini sejalan dengan teori Health Belief Model yang dinyatakan oleh Irwin M. Rosenstock, yang menjelaskan bahwa hambatan dalam perubahan perilaku kesehatan tidak hanya berasal dari individu, tetapi juga dari lingkungan sekitar. Dukungan keluarga dapat membantu mengurangi hambatan tersebut sehingga mendorong individu untuk menjalankan perilaku kesehatan, termasuk mematuhi diet diabetes (Julianti et al., 2023).

Hasil penelitian ini searah dengan penelitian (Siregar & Siregar, 2022) yang menyatakan adanya hubungan signifikan antara dukungan keluarga dan kepatuhan minum obat pada penderita diabetes mellitus di RSUD Sawah Besar Jakarta. Penelitian (Arindari & Puspita, 2022) juga menunjukkan adanya hubungan antara dukungan keluarga dan kepatuhan diet



hipertensi pada lansia di Puskesmas Ariodillah. Namun, hasil ini berbanding terbalik dengan penelitian (Khamid et al., 2023) yang menemukan bahwa tidak ada dimensi dukungan keluarga yang berhubungan signifikan dengan kepatuhan minum ARV pada penderita HIV.

### **Hubungan *Self-care management* Terhadap Kepatuhan Diet Penderita Diabetes Mellitus**

Berdasarkan hasil uji *Chi-Square* antara *self-care management* dan kepatuhan diet pada penderita diabetes mellitus di Puskesmas Mekar tahun 2026 diperoleh nilai *p-value* sebesar 0,036 ( $<0,05$ ) sehingga  $H_0$  ditolak. Hal ini menyatakan bahwa adanya hubungan yang signifikan antara *self-care management* dan kepatuhan diet. Temuan ini memperlihatkan bahwa semakin baik *self-care management* yang dimiliki responden, semakin tinggi pula kepatuhan terhadap diet diabetes sebagai bagian dari perawatan diri sehari-hari. Peningkatan kualitas hidup berkaitan dengan kemampuan *self-care management* yang baik serta keyakinan terhadap pengobatan dan kepatuhan. Keyakinan ini dikenal sebagai *self-efficacy*, yaitu penilaian individu terhadap kemampuannya untuk kehidupan yang lebih baik (Luqyana, 2025). Temuan ini didukung oleh teori *Health Belief Model* yang menjelaskan bahwa kemampuan diri meyakinkan diri sendiri dapat mendorong perilaku kesehatan dan meningkatkan kualitas hidup. Pengelolaan perawatan diri yang baik, termasuk kepatuhan diet, memiliki peranan penting dalam mengelola kadar gula darah pada penderita diabetes mellitus (Irawan et al., 2022).

Hasil penelitian ini searah dengan penelitian (Laksono, 2024) yang menunjukkan adanya hubungan antara *self-care management* dan kepatuhan minum obat pada penderita TB paru. Penelitian (Pae et al., 2023) juga menemukan hubungan signifikan antara *self-care management* dan tekanan darah. Namun, hasil ini berbeda dengan penelitian (Kumalasari, 2021) yang menunjukkan bahwa *self-care management* tidak berhubungan signifikan dengan kepatuhan diet.

## **PENUTUP**

### **Simpulan**

Berdasarkan hasil penelitian mengenai hubungan persepsi diet, dukungan keluarga, dan *self-care management* terhadap kepatuhan diet penderita diabetes mellitus di Puskesmas Mekar, Kota Kendari, Sualwesi Tenggara, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara persepsi keparahan ( $p\text{-value} = 0,036$ ), persepsi manfaat ( $p\text{-value} = 0,006$ ), dukungan keluarga ( $p\text{-value} = 0,046$ ), serta *self-care management* ( $p\text{-value} = 0,036$ ) dengan kepatuhan diet pada penderita diabetes mellitus. Namun, tidak terdapat hubungan yang signifikan antara persepsi kerentanan dengan kepatuhan diet ( $p\text{-value} = 0,547$ ). Sehingga, faktor persepsi keparahan, persepsi manfaat, dukungan keluarga, dan *self-care management* berperan dalam meningkatkan kepatuhan diet pasien. Dengan demikian, intervensi untuk meningkatkan kepatuhan diet perlu diarahkan pada penguatan edukasi, dukungan keluarga, dan *self-care management* pasien.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Albasheer, O., Hakami, N., Abdelwahab, S. I., Alqassim, A. Y., Alharbi, A., Abdelmola, A. O., Abdallah, A., Altraifi, A., Medani, I. E., Hakami, A. M. S., Moafa, M. H., Abuhadi, R. I., & Hobani, A. H. (2024). Utilisation of the health belief model to study the behavioural intentions relating to obesity management among university students : a cross- - sectional study. 1–9. <https://doi.org/10.1136/bmjopen-2023-079783>
- Andayani, S. A., Sholehah, B., & Kamaruzzaman, M. (2024). Self-Efficacy , Dietary Adherence , and Medication Compliance among Hypertension. 01(01), 1–8.
- Arindari, D. R., & Puspita, R. (2022). HUBUNGAN DUKUNGAN KELUARGA DENGAN KEPATUHAN DIET HIPERTENSI PADA LANSIA DI PUSKESMAS ARIODILLAH. Excellent Midwifery Journal, 5, 94–103.



- Ariwati, V. D., & Khalda, Q. (2023). Analisis Jalur: Faktor-faktor yang Mempengaruhi Perilaku Pencegahan Stunting Menggunakan Health Promotion Model. *Journal of Health (JoH)*, 10(1), 63–72.
- Asmara, P. A., Indarjo, S., & Artikel, I. (2022). Persepsi dengan Perilaku Pencegahan COVID-19 pada Lansia Penderita Hipertensi. *HIGEIA JOURNAL OF PUBLIC HEALTH RESEARCH AND DEVELOPMENT*, 6(2), 194–205.
- Dinkes Kota Kendari. (2024). Laporan Kinerja Dinas Kesehatan Kota Kendari Tahun 2024.
- Harahap, I. M., Ananda, D., & Amni, R. (2023). Analisis Faktor Health Belief Model Terhadap Perilaku Pencegahan Covid-19 pada Anak Usia Sekolah. *Jurnal Keperawatan*, 21(2), 123–134.
- IDF. (2024). Diabetes Country Report: Number of adults (20–79 years) with diabetes in Indonesia (ID). *International Diabetes Federation (IDF)*. <https://diabetesatlas.org/>
- Irawan, D., Handayani, P. A., Management, S. C., & Efficacy, S. (2022). Hubungan Self Efficacy Dengan Self Care Management Penderita Diabetes Mellitus Tipe 2. *Jurnal Perawat Indonesia*, Volume 6 No 3, Hal 1234-1248, November 2022, 6(3), 1234–1248.
- Janz, & Becker. (1984). *The Health Belief Model: A Decade Later*. *Health Education Quarterly*.
- Julianti, T., Andarini, D., Idris, H., & Anggreini, R. (2023). Literature Review: Analisis Pengaruh Health Belief Model Terhadap Perilaku Kepatuhan Pengobatan Penderita Diabetes Melitus. 2(3), 119–132.
- Khamid, A., Azzam, R., Yunitri, N., Rayasari, F., & Astuti, W. (2023). Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kepatuhan Terapi Antiretroviral Pada Orang Dengan HIV The Relationship between Family Support and Adherence Antiretroviral Therapy among People living with HIV. 10(2), 78–88.
- Kumalasari, U. (2021). HUBUNGAN TINGKAT SELF CARE DAN KEPATUHAN TERHADAP OUTCOME TERAPI PADA PASIEN DIABETES MELITUS TIPE 2 RAWAT JALAN DI RSUD Dr. MOEWARDI SURAKARTA.
- Laksono, A. (2024). Hubungan Self Care Management Dengan Kepatuhan Minum Obat Pada Penderita TB Paru di Wilayah Puskesmas Dungkek.
- Luqyana, F. (2025). Hubungan Self-Efficacy dengan Self-Care Management pada Lansia Penderita Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Rangkasbitung. 4(3), 698–708. <https://doi.org/10.54259/sehatrakyat.v4i3.5402>
- Mohammed, G., Naji, A., Yuan, F., Azzura, N., Danish, F., Ateeq, A., & Ibrahim, S. B. (2025). Factors influencing perceived benefits and behavioral intention to use mental health chatbots among professional employees: an empirical study. November, 1–26. <https://doi.org/10.3389/fdgth.2025.1606273>
- Pae, K., Maryut, I. A., & Astarini, M. I. A. (2023). HUBUNGAN SELF CARE MANAGEMENT TERHADAP TEKANAN DARAH PADA LANSIA. *Jurnal Penelitian Keperawatan*, 3(1), 16–25.
- Park, J., Sherman, L. D., Smith, M. L., Patterson, M. S., & Prochnow, T. (2025). The Association Between Health Belief Model Components and Self-Care Practices Among Black / African American Men with Type 2 Diabetes. 1–15.
- Putri, S. D., Boengas, S., & Wijono, H. (2019). Pengaruh Persepsi Masyarakat Terhadap COVID-19 Dan Perilaku Penerapan Protokol Kesehatan Berdasarkan Health Belief Model. 3(3), 228–235.
- Saltar, L., Hamiru, L., & Aulia, R. (2023). Persepsi Penyakit dan Manajemen Diri Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Pada Lanjut Usia Disease perception and self-management of type 2 diabetes mellitus patients in the elderly Info PENDAHULUAN Diabetes Melitus tipe 2 (DMT2) yang tidak ditangani secara t. 3(2), 109–119.
- Savitri, N. N., Umar, N., Sipatu, L., Supetran, I. W., & Ndama, M. (2022). Hubungan Dukungan



- Keluarga dengan Kepatuhan Diet pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe II : Literature Review. The Indonesian Journal of Health Promotion, 5(12), 1540–1547.*
- Siregar, H. K., & Siregar, S. W. (2022). Hubungan Dukungan Keluarga terhadap Kepatuhan Minum Obat pada Penderita Diabetes Mellitus di RSUD Sawah Besar Jakarta Tahun 2022. AISYIYAH SURAKARTA JOURNAL OF NURSING, 3, 83–88.*
- Sonhaji, Hani, U., & Rahmani, R. (2024). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Manajemen Diri Terhadap Tingkat Kepatuhan Pasien Diabetes Mellitus Di Kabupaten Semarang Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Manajemen Diri Terhadap Tingkat Kepatuhan Pasien Diabetes Mellitus Di Kabupaten Semarang S. Jurnal Manajemen Asuhan Keperawatan, 8(1), 25–31. <https://doi.org/10.33655/mak.v8i1.180>*
- Sukrisyanto, A. (2024). Good Hand Hygiene Practices : Increasing Public Awareness through Policy and Public Campaigns Praktik Hand Hygiene yang Baik : Meningkatkan Kesadaran Masyarakat melalui Kebijakan dan Kampanye Publik. 3(4), 623–640.*
- World Health Organization. (2025). Monitoring health for the SDGs. The global health observatory. <https://www.who.int/data/gho/data/themes/world-health-statistics>*