
LITERATURE REVIEW : HUBUNGAN KEPATUHAN DIET DENGAN KADAR GULA DARAH PADA PASIEN DIABETES MELITUS

*Sitti Rahmatiah¹, Muh.Basri², Baharuddin.K³, Khaerunnisa⁴, Alfi Syahar Yakub⁵

*Poltekkes kemenkes Makassar, Indonesia¹

Poltekkes kemenkes Makassar, Indonesia²

Poltekkes kemenkes Makassar, Indonesia³

Poltekkes kemenkes Makassar, Indonesia⁴

Poltekkes kemenkes Makassar, Indonesia⁵

Corresponding Author : (rahmatiahakp@gmail.com/08124161280)

Info Artikel

Sejarah artikel

Diterima : 24.05.2022

Disetujui : 29.05.2022

Dipublikasi : 31.05.2022

Keywords: *Diabetes Mellitus Blood; Dietary Compliance; Sugar Levels*

Abstrak

Diabetes melitus (DM) merupakan penyakit gangguan metabolisme kronis yang ditandai peningkatan glukosa darah (Hiperglikemia) disebabkan karena ketidakseimbangan antara suplai dan kebutuhan insulin. Insulin dalam tubuh dibutuhkan untuk memfasilitasi masuknya glukosa dalam sel agar dapat digunakan untuk metabolisme dan pertumbuhan sel. Tujuan: untuk mengetahui kepatuhan diet dengan tingkat kadar gula darah pada pasien diabetes melitus. Metode: Studi literature dengan terbitan tahun 2015-2021 dengan database Google Scholer, Pubmed dan Proquest. Hasil: Terdapat 10 jurnal sesuai kriteria inklusi, yang berhasil mengontrol gula darah dalam kepatuhan diet (n=6), masih memerlukan waktu untuk mengetahui perubahan kadar gula darah dalam kepatuhan diet (n=4), variabel yang berkontribusi menggunakan desain penelitian Cross Sectional. Kesimpulan: Terdapat hubungan kepatuhan diet dengan kadar gula darah pada pasien diabetes melitus.

Kata Kunci : *Kepatuhan Diet; Kadar Gula Darah; Diabetes Mellitus*

Literature Review: The Relationship Between Dietary Compliance And Blood Sugar Levels In People With Diabetes Mellitus

Abstark

Diabetes mellitus (DM) is a chronic metabolic disorder disease characterized by an increase in blood glucose (hyperglycemia) caused by an imbalance between insulin supply and demand. Insulin in the body is needed to facilitate the entry of glucose into cells so that it can be used for metabolism and cell growth. Objective: to determine dietary compliance with blood sugar levels in patients with diabetes mellitus. Methods: Literature study published in 2015-2021 with Google Scholer, Pubmed and Proquest databases. Results: There were 10 journals according to the inclusion criteria, which managed to control blood sugar in diet compliance (n=6), still need time to find out changes in blood sugar levels in dietary compliance (n=4), a contributing variable using a Cross Sectional study design. Conclusion: There is a relationship between dietary compliance with blood sugar levels in patients with diabetes mellitus.

Pendahuluan

Penyakit diabetes mellitus yang lebih dikenal di Indonesia dengan sebutan penyakit “kencing manis” merupakan salah satu penyakit yang prevalensinya kini kian lama meningkat. Diabetes mellitus merupakan kelainan pengolahan karbohidrat dalam tubuh yang disebabkan oleh kurangnya hormon insulin, sehingga karbohidrat tidak dapat digunakan oleh tubuh untuk diubah menjadi tenaga. Akibatnya, karbohidrat yang ada dalam tubuh dalam bentuk glukosa dalam darah prevalensi diabetes mellitus, selain dari faktor keturunan juga berkaitan dengan gaya hidup yaitu asupan makanan yang berlebihan dan kurangnya olahraga (Rahayu, 2017).

Diabetes mellitus (DM) merupakan penyakit gangguan metabolisme kronis yang ditandai peningkatan glukosa darah (hiperglikemia) disebabkan karena ketidakseimbangan antara asupan dan kebutuhan insulin. Insulin dalam tubuh dibutuhkan untuk mempromosikan masuknya glukosa ke dalam sel agar sel dapat digunakan untuk metabolisme dan pertumbuhan sel. Penurunan atau tidak adanya insulin akan menyebabkan retensi glukosa tertahan di dalam darah dan menyebabkan peningkatan glukosa darah. Pada saat yang sama, sel-sel akan kekurangan glukosa yang sangat penting untuk kelangsungan hidup dan fungsi sel (Nindafauzi, 2015).

Menurut data WHO Global diperkirakan 422 juta orang dewasa menderita diabetes tahun 2014 dibandingkan pada tahun 1980. Prevalensi diabetes di dunia (dihitung berdasarkan usia standar) telah meningkat hampir dua kali lipat sejak tahun 1980, meningkat dari 4,7% menjadi 8,5% populasi pada orang dewasa. Ini mencerminkan faktor peningkatan terkait resiko seperti kelebihan berat badan atau obesitas. Dalam beberapa dekade terakhir, diabetes prevalensi di Negara-negara berpenghasilan rendah dan menengah telah meningkat lebih cepat dari pada dinegara berpenghasilan tinggi. Diabetes menyebabkan 1,5 juta kematian pada tahun 2012. Gula darah yang lebih tinggi dari batas maksimum mengakibatkan tambahan 2,2 juta kematian dengan meningkatkan risiko penyakit kardiovaskuler dan lainnya. Empat puluh tiga persen (43%) dan 3,7 juta kematian ini terjadi sebelum 70 tahun lebih tinggi di Negara-negara berpenghasilan rendah dan menengah dari pada di Negara-negara berpenghasilan tinggi (Khairani, 2018).

Diabetes tidak hanya menyebabkan kematian premature diseluruh dunia. Penyakit ini juga menjadi penyebab utama kebutaan, penyakit jantung, dan gagal ginjal. Organisasi International Diabetes Federation (IDF) memperkirakan sedikitnya terdapat 463 juta orang pada usia 20-79 tahun didunia menderita diabetes pada tahun 2019 atau setara dengan prevalensi sebesar 9,3% dari

total penduduk pada usia yang sama. Berdasarkan jenis kelamin, IDF memperkirakan prevalensi diabetes tahun 2019 yaitu 9% pada perempuan 9,65% pada laki-laki. Prevalensi diabetes merupakan meningkat seiring penambah umur penduduk 19,9% atau 111,2 juta orang pada umur 65-79 tahun. Angka diprediksi terus meningkat hingga mencapai 578 juta tahun 2030 dan 700 juta tahun 2015 (Pangribowo, 2020).

Indonesia hasil Riskesdas (2018) menunjukkan DM berdasarkan pemeriksaan darah pada penduduk umur 15 tahun keatas sebesar 10,9%. Profil survey Riskesdas Provinsi Sulawesi Selatan tahun 2015 menyebutkan prevalensi diabetes yang didiagnosa dokter berdasarkan gejala sebanyak 3,4%. Prevalensi diabetes daerah Sulawesi Selatan tertinggi berdasarkan diagnose dokter terdapat di kabupaten pinrang sebesar (2,8%), menyusul kota Makassar (2,5%), Kabupaten Toraja (2,3%), dan kota Palopo (2,1%). Prevalensi diabetes tertinggi yang didiagnosa berdasarkan gejala, terdapat di Kabupaten Toraja (6,1%) di ikuti Kota Makassar (5,3%), Kabupaten Luwu (5,2%) dan Kabupaten Luwu Utara (4,0%) (Dinas Kesehatan Sulawesi Selatan 2016).

Kepatuhan dalam menjalankan diet merupakan harapan dari setiap Penderita Diabetes Mellitus. Hal ini berarti bahwa setiap penderita diabetes mellitus tetap terkontrol. Dalam prakteknya kepatuhan diartikan sebagai tingkat pasien melaksanakan cara pengobatan dan perilaku yang disarankan oleh dokter atau paramedis, sebagaimana ketentuan yang disarankan pada Penderita DM yang mengalami kegagalan pengobatan, hal ini dapat disebabkan sebagai faktor diantaranya tidak menajmin diet dengan baik (Rahayu 2017). Ketidakpatuhan diet merupakan masalah yang sangat berat. Karena ketidakpatuhan diet, kadar gula darah akan meningkat. Untuk itu, bagi penderita diabetes mellitus dianjurkan untuk mematuhi terapi diet yang disingkat 3t yaitu tepat waktu, tepat jumlah, tepat jenis. Kepatuhan diet merupakan aspek penting untuk keberhasilan dalam menjalankan dan mengendalikan kadar gula. Dengan demikian pasien DM harus mengikuti dan mematuhi program penatalaksanaan diet sesuai dengan ketentuan dari tim kesehatan agar tercapai control metabolic yang optimal, karena kepatuhan pasien terhadap diet adalah komponen utama untuk keberhasilan dalam penatalaksanaan diabetes mellitus (Misnadiarly dalam Nindifauzi, 2015).

Penderita DM harus menjaga glukosa di dalam tubuh tetap seimbang agar tidak terjadi hipoglikemia atau hiperglikemia. Keadaan hiperglikemia yang terus menerus maka akan menyebabkan komplikasi yang menyerang fungsi dan integritas dari organ-organ vital seperti mata, hati, ginjal, otak, dan lain-lain. Keadaan kadar glukosa dalam darah rendah dapat menyebabkan hipoglikemia dan koma. Risiko kematian bisa terjadi apabila keadaan ini tidak

segera diobati .Keadaan hipoglikemi yang rajin aktivitas fisik , diet sehat dan seimbang istirahat cukup (Herni Trilestari, 2016). Berdasarkan uraian diatas dan data yang diperoleh dari beberapa literature peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan menggunakan *literatul review*: 'Hubungan Kepatuhan Diet Dengan Kadar gula darah Pada Pasien Diabetes Melitus'.

Bahan dan Metode

Desain penelitian merupakan kerangka kerja yabg Dalam penelitian ini ,data yang digunakan adalah data yang sekunder yang diperoleh bukan dari pengamatan langsung ,akan tetapi diperoleh dari hasil peneliti terdahulu yang berupa artikel bereputasi baik nasional maupun internasional dengan tema yang sudah ditentukan. Pencarian literature dilakukan pada bulan April-Mei 2021 menggunakan 3 database yaitu , ProQuest, Pubmed dan Google Schoolar. Kata kunci yang digunakan dalam pencarian artikel studi yaitu

Kepatuhan Diet, Kadar Gula Darah, Diabetes Melitus. Kriteria inklusi dalam penelitian ini dipublikasikan dalam rentang minimal 5 tahun terakhir, artikel jurnal yang dipublikasikan dalam bahasa Indonesia ataupun bahasa inggris ,bentuk jurnal dalam abstrak dan full text yang relavan dengan topik yang berkaitan dengan Kepatuhan Diet dengan Kadar Gula Darah pada Penderita Diabetes Melitus. Kemudian kriteria eksklusi dalam penelitian ini adalah artikel jurnal yang tidak berkaitan dengan Kepatuhan Diet dengan Kadar Gula Darah pada Penderita Diabetes Melitus dan jurnal tidak dalam bahasa Indonesia maupun bahasa inggris .Hasil pencarian pada ketiga database didapatkan sebanyak dari Google Scholar, 3.250 artikel dari ProQuest, 153 artikel dari Pubmed 120 artikel. Selanjutnya dilakukan tahap identifikasi, tahap skrining ,tahap kelayakan dan analisis artikel sesuai kriteria inklusi dan eksklusi ,didapatkan hasil akhir sebanyak 10 artikel jurnal (8 artikel nasional dan 2 artikel internasional).

Hasil Penelitian

Tabel 1. Sintesis Grid Hasil Penelitian

Author and years	Study design, Sample, Variable, Instrument, Analysis	Outcome of Analysis	Summary Of Results
Hubungan Kepatuhan Diet dengan Kadar Gula Darah pada Pasien Diabetes Melitus Tipe2 (Nur salma, Fadli, Hayat Fattah 2020)	Desain: Cross Sectional Sampel: 28 Responden Variabel: Kepatuhan diet dengan kadar gula darah puasa Instrumen : Kuesioner kepatuhan diet dengan kadar gula darah puasa Analisis: Uji Regresi Linear	Kepatuhan diet berdasarkan jumlah kalori dengan nilai =0,42, kepatuhan diet jadwal makan dengan nilai $\square=0,007$ dan kepatuhan diet jenis makanan nilai $\square=0,002$.Hal ini menunjukkan ada pengaruh kepatuhan diet terhadap GD pasien diabetes mellitus tipe 2 dipuskesmas lancirang tahun 2020 sedangkan persentase pengaruhnya sebesar 14,4% yang ditunjukkan dengan nilai R square=0,144	Sehingga dalam penurunan gula darah puasa sebaiknya para penderita atau pasien mengubah perilaku khususnya pada kepatuhan diet berdasarkan jumlah kalori pada makanannya .
Hubungan Kepatuhan Diet dengan Kualitas Hidup Pasien diabetes Melitus tipe2 (Siti Khoiroh, Yunia Audia 2018)	Desain: Cross Sectional Sampel: 70 Responden Variabel : Kepatuhan diet dengan kualitas hidup Instrumen : Kuesioner kepatuhan diet dengan kualitas hidup Analisis: Chi Square	Hubungan antara kepatuhan diet dengan kualitas hidup pasien diabetes mellitus tipe II di wilayah kerja Puskesmas Juanda Samarinda dengan nilai p value kepatuhan diet dan kualitas hidup 0.017.	Kepatuhan diet mempunyai peran yang sangat besar dalam pembentukan perilaku pasien diabetes mellitus dalam menjalankan diet. Kepatuhan diet yang di jalankan oleh pasien diabetes mellitus

			merupakan salah satu cara untuk meningkatkan kualitas hidup pasien diabetes mellitus tipe
Hubungan Kepatuhan Diet dengan Kualitas Hidup Pada Pasien Diabetes Melitus (Henny Purwandari, Siti Nur Susanti)	Desain :Cross Sectional. Sampel : 50 Responden variabel : Kepatuhan diet dengan kualitas hidup Instrumen: Kuesionar kepatuhan diet dengan kualitas hidup Analisis : Spearman Rank	Menunjukkan kepatuhan diet penderita diabetes mellitus kategori cukup 31 penderita (62%), dan 24 penderita (48%) memiliki kualitas hidup sedang.	Terdapat hubungan antara kepatuhan diet dengan kualitas hidup penderita diabetes mellitus. Sedangkan nilai $r = 0,791$ artinya keeratan hubungan antara kedua variabel dalam kategori cukup.
Hubungan tingkat Kepatuhan Diet Makan dengan Tingkat Kadar Gula Darah Pasien Diabetes Melitus (Julianto Laia 2020)	Desain :Cross Sectional Sampel : 141 Responden Variabel : Tingkat kepatuhan diet makan dengan tingkat kadar gula darah Instrumen : Kuesionar tingkat kepatuhan diet makan dengan tingkat kadar gula darah Analisis : Chi Square	Tingkat gula darah baik ada 62 orang dengan diet makan patuh dan tidak patuh 31 orang (50 %), sedangkan sebagian kecil tingkat gula darah buruk 20 orang dengan diet makan patuh 4 orang (20 %) dan diet makan tidak patuh 16 orang (80 %) Nilai hubungan signifikan mendapatkan P Value $0.041 < 0.05$, maka dapat diartikan H_0 dilolak H_a diterima	Penelitian adanya Hubungan Tingkat Kepatuhan Diet Makan dengan tingkat kadar gula darah pasien diabetes militus.
Kepatuhan Diet dan Aktivitas Fisik dengan Kadar Gula Darah pada	Desain:Cross Sectional Sampel: 55 Responden Variabel : Kepatuhan diet dan	Kontrol gula darah yang buruk ditemukan sebesar 69,1 %, dan ketidakepatuhan	Adanya hubungan antarakepatuhan diet dan aktivitas fisik dengan kadar gula darah

1. Pada jurnal satu kepatuhan diet berdasarkan jumlah kalori dengan nilai $r=0,42$, kepatuhan diet jadwal makan dengan nilai $p=0,007$ dan kepatuhan diet jenis makanan nilai $p=0,002$. Hal ini menunjukkan ada pengaruh kepatuhan diet terhadap GD pasien diabetes mellitus tipe 2 di Puskesmas Lanciran tahun 2020 sedangkan persentase pengaruhnya sebesar 14,4% yang ditunjukkan dengan nilai $R^2=0,144$. Sehingga dalam penurunan gula darah puasa sebaiknya para penderita atau pasien mengubah perilaku khususnya pada kepatuhan diet berdasarkan jumlah kalori pada makanannya.
2. Pada artikel kedua hubungan antara kepatuhan diet dengan kualitas hidup pasien diabetes mellitus tipe II di wilayah kerja Puskesmas Juanda Samarinda dengan nilai p value kepatuhan diet dan kualitas hidup.
3. Pada artikel ketiga Menunjukkan kepatuhan diet penderita diabetes mellitus kategori cukup 31 penderita (62%), dan 24 penderita (48%) memiliki kualitas hidup sedang. Terdapat hubungan antara kepatuhan diet dengan kualitas hidup penderita diabetes mellitus. Sedangkan nilai $r = 0,791$ artinya keeratan hubungan antara kedua variabel dalam kategori cukup.
4. Pada artikel ke empat Tingkat gula darah baik ada 62 orang dengan diet makan patuh dan tidak patuh 31 orang (50 %), sedangkan sebagian kecil tingkat gula darah buruk 20 orang dengan diet makan patuh 4 orang (20 %) dan diet makan tidak patuh 16 orang (80 %) Nilai hubungan signifikan mendapatkan P Value $0.041 < 0.05$, maka dapat diartikan H_0 dilolak H_a diterima
5. Pada artikel kelima Kontrol gula darah yang buruk ditemukan sebesar 69,1 %, dan ketidakepatuhan Adanya hubungan antarakepatuhan diet dan aktivitas fisik dengan kadar gula darah.

Pembahasan

Kepatuhan diet merupakan suatu hal yang penting untuk mengembangkan rutinitas (kebiasaan) yang dapat membantu penderita dalam mengikuti jadwal diet penderita. Pasien yang tidak patuh dalam menjalankan terapi diet menyebabkan kadar gula yang tidak terkontrol. Kepatuhan dapat sangat sulit dan membutuhkan faktor – faktor yang mendukung agar kepatuhan berhasil, faktor pendukung tersebut adalah dukungan keluarga, pengetahuan, motivasi, agar menjadi bias dengan perubahan yang dilakukan dengan cara mengatur untuk meluangkan waktu dan kesempatan yang dibutuhkan untuk menyesuaikan diri. Hasil penelitian ini diketahui bahwa kepatuhan jika dilihat berdasarkan kecukupan asupan energi umumnya responden tidak patuh. Kepatuhan diet membuktikan makna bahwa kendali perilaku atas makanan tidak datang dari konsep pengetahuan yang responden miliki, meskipun pada bagian awal telah dijelaskan bahwa pengetahuan dan pendidikan korelasi yang kuat pada tahap pengetahuan ternyata belum sepenuhnya mampu dilanjutkan dengan implementasi atau praktik kesehatan artinya adalah bahwa pasien yang memiliki pengetahuan yang baik belum tentu mampu menerapkannya dalam bentuk kepatuhan diet (Dewi, 2018).

Hubungan kepatuhan secara umum didefinisikan sebagai tingkatan perilaku seseorang yang mendapatkan pengobatan, mengikuti diet dan melaksanakan gaya hidup sesuai dengan rekomendasi pemberi pelayanan kesehatan. Salah satu wujud kepatuhan diet pasien adalah dengan cara mengikuti anjuran diet yang disarankan oleh ahli gizi. Dari hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar pasien diabetes mellitus tipe yang berobat di puskesmas Junanda Samarinda patuh menjalankan diet yang telah dianjurkan oleh petugas kesehatan. Banyaknya pasien diabetes mellitus yang patuh menjalankan diet menurut analisa peneliti karena kepatuhan menjalankan diet yang ada pada diri pasien diabetes mellitus, kepatuhan menjalankan diet yang baik berasal dari diri mereka sendiri. Sedangkan pasien yang tidak patuh terhadap dietnya hanya menjalankan dietnya saat kadar gula darah pasien tersebut tinggi, pada saat kadar gula darahnya turun dan kondisi badannya merasa baik, maka pasien tidak lagi mematuhi dietnya.

Penelitian ini berasumsi bahwa kepatuhan kepada program diet merupakan modal utama bagi pasien diabetes mellitus untuk dapat pulih atau setidaknya mempertahankan kesehatan diri agar dapat menjadi lebih baik dan lebih sehat dan sebelum diberikan program terapi oleh petugas kesehatan namun demikian, semua itu kembali lagi kepada individu pasien masing – masing. Maka penelitian ini berasumsi bahwa responden yang menjalankan kepatuhan diet yang dianjurkan mempengaruhi kualitas hidup responden serta juga dipengaruhi oleh kesadaran diri sendiri untuk berperilaku yang sehat dan menjaga kesehatan. Tanpa

kepatuhan diet dalam pengaturan pola makan maka akan mengalami ketidakpatuhan dalam mengonsumsi makanan sehari – hari (M, 2018).

Menunjukkan sebagian besar responden memiliki kadar gula darah yang baik dikarenakan mereka sering mereka mengontrol kadar gula darahnya dengan menjaga berat badan ideal, dan diet makanan seimbang. Kadar gula darah mungkin tidak terkontrol dengan baik. Pada keadaan ini dapat diperlukan jika dengan cara diet dan olahraga gula darah belum berkontrol dengan baik. Kadar gula darah mungkin tidak terkontrol dengan baik. Pada keadaan ini dapat diperlukan obat anti diabetes. Jadi pada dasarnya obat baru diperlukan jika dengan cara diet dan olahraga gula darah belum terkontrol dengan baik. Cara menjaga kadar gula darah tetap terkontrol antara lain dengan diet yang tepat, olahraga teratur, dan mengonsumsi obat jika diperlukan dan modalitas utama dalam pengaturan diabetes mellitus dari terapi nonfarmakologis yang meliputi perubahan gaya hidup dengan melakukan pengaturan pola makan yang dikenal sebagai terapi gizi medis (Laia, 2020).

Kepatuhan diet minat atau keinginan dari penderita diet untuk mendapatkan tubuh yang sehat merupakan kekuatan tersebar dari dalam individu untuk melakukan diet pada penderita diabetes mellitus. Sangat diperlukan karena diet pada penderita diabetes mellitus tidak hanya memerlukan waktu yang singkat, perlu waktu seumur hidup untuk melakukan kepatuhan diet, kesabaran dan motivasi sangat diperlukan pula untuk mendukung dalam menjalani kepatuhan diet. Kesabaran dan Motivasi dapat diperoleh dari hubungan dengan orang terdekat seperti keluarga, teman, ataupun petugas kesehatan. Keluarga sebagai orang terdekat sebaiknya ikut adil dalam memberikan dukungan kepada penderita diabetes mellitus. Dukungan yang didapat dari keluarga terdekat akan meningkatkan keinginan dalam mencapai derajat kesehatan yang paling tinggi.

Dengan melakukan diet ketat, maka seseorang bisa mengatur kadar glukosa dalam tubuh pola makan, istirahat dan olahraga harus dilakukan dengan seimbang (Purwandari, 2017). Menurut (Ubaidillah 2019) menyatakan bahwa tingkat kepatuhan diet dengan perubahan kadar gula darah pada pasien diabetes mellitus dikarenakan kepatuhan diet dapat mempengaruhi perubahan kadar gula darah, jika kepatuhan baik maka kadar gula darah normal. Kepatuhan dalam diet merupakan salah satu faktor untuk menstabilkan kadar gula darah yang tidak terkontrol walaupun sudah menerapkan diet yang tepat dapat disebabkan oleh faktor lain seperti faktor minum obat, aktivitas fisik, stres, pengetahuan, dukungan keluarga dan lamanya menderita diabetes mellitus. Salah satu faktor penyebab terjadinya diabetes mellitus adalah riwayat keturunan dari orang tua. (Nur

Salma, 2020). Menurut saya, diabetes melitus merupakan salah satu masalah kesehatan pada produktivitas dan dapat menurunkan sumber daya manusia, sehingga kepatuhan diet sangat berperan untuk menstabilkan kadar glukosa darah, sedangkan kepatuhan itu sendiri merupakan suatu hal yang penting untuk dapat mengembangkan rutinitas (kebiasaan) dan yang dapat membantu penderita dalam mengikuti jadwal diet.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil dan pembahasan pada literature ini, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara hubungan kepatuhan diet dengan kadar gula darah pada pasien diabetes melitus. Semakin patuh kepatuhan diet maka semakin baik kadar gula darah, kepatuhan

diet, pola makan, istirahat dan olahraga. yang dilakukan secara seimbang dapat mengontrol kadar gula darah normal.

Saran

Rangkuman menyeluruh atau literature review ini adalah penulisan secara mandiri, sehingga tidak terdapat konflik kepentingan dalam penulisannya.

Ucapan Terimakasih

Peneliti mengucapkan terimakasih kepada Instansi terkait yang telah memberikan kesempatan kepada peneliti untuk melakukan penelitian tentang Hubungan Kepatuhan Diet Dengan Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Melitus.

Referensi

- Dewi, T. (2018). Kepatuhan Diet Pasien Dm Berdasarkan Tingkat Pengetahuan Dan Dukungan Keluarga Di Wilayah Puskesmas Sudiang Raya 25, 55–63.
- Herni Trilestari. (2016). *Hubungan Perilaku Diet Dengan Tingkat Kadar Gula Darah Sewaktu Pada Penderita Diabetes Meelitus Tipe2 Di Ambarketawang Yogyakarta* Khairani. (2018). *Infodatin-Hari Diabetes Sedunia Tahun 2018*.
- Laia, J. (2020). *Hubungan Tingkat Kepatuhan Diet Makan Dengan Tingkat Kadar Gula Darah Pasien Diabtes Melitus 12*(September), 92–97. M, S. K. (2018). *Hubungan Kepatuhan Diet Dengan Kualitas Hidup Pasien Diabetes Melitus Tipe Ii Di Wilayah Kerja Puskesmas Juanda Samarinda*. 6(1), 76–83.
- Nur Salma. (2020). *Hubungan Kepatuhan Diet Dengan Kadar Gula Darah Puasa Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2*. 11(01), 102–107.
- Pangribo, S. (2020). *Infodatin-2020-Diabetes-Melitus Idasem*.
- Purwandari, H. (2017). *Hubungan Kepatuhan Diet Dengan Kualitas Hidup Pada Penderita Dm Di Poli Penyakit Dalam RSUD Kertosono*. 6(2), 16–21.
- Rahayu, N. (2017). *Hubungan Kepatuhan Diet Diabetes Melitus Dengan Tingkat Kadar Gula Darah Pasien Diabetes Melitus Di Klinik Penyakit Dalam RSUD Dr. Sayidiman Magetan*.