

**FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI KEPATUHAN
DIET PASIEN DIABETES MELLITUS: *LITERATURE REVIEW***

SKRIPSI

Disusun untuk Memenuhi Salah Satu Tugas Mata Kuliah Skripsi



Oleh:

INDAH TRI WULANDARI

NIM. 22020119130039

**DEPARTEMEN ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS DIPONEGORO
SEMARANG, AGUSTUS 2025**

SURAT PERNYATAAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH

Yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Indah Tri Wulandari

NIM : 22020119130039

Fakultas/Departemen : Kedokteran/Keperawatan

Jenis : Skripsi

Judul : Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kepatuhan Diet Pasien
Diabetes Mellitus: *Literature Review*

Dengan ini menyatakan bahwa saya menyetujui untuk:

1. Memberikan hak bebas *royalty* kepada Perpustakaan Departemen Ilmu Keperawatan Undip atas penulisan karya ilmiah saya demi pengembangan ilmu pengetahuan.
2. Memberikan hak menyimpan, mengalih mediakan atau mengalih formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*data base*), mendistribusikannya, serta menampilkan dalam bentuk soft copy untuk kepentingan akademis kepada Perpustakaan Departemen Ilmu Keperawatan Undip tanpa perlu meminta izin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis atau pencipta.
3. Bersedia dan menjamin untuk menanggung secara pribadi tanpa melibatkan pihak Perpustakaan Departemen Ilmu Keperawatan Undip dari semua bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran hak cipta dalam karya ilmiah ini.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan semoga dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Semarang, 19 Agustus 2025

Yang Menyatakan,



Indah Tri Wulandari

NIM. 22020119130039

PERNYATAAN BEBAS PLAGIARISME

Nama : Indah Tri Wulandari
Tempat/Tanggal Lahir : Cianjur, 27 September 2000
Alamat Rumah : Darasan, RT 003/RW 005, Desa Daleman, Kecamatan
Nguter, Kabupaten Sukoharjo, Jawa Tengah
No. Telpn : 087736423489
Email : indahtriwulandari2709@gmail.com

Dengan ini menyatakan dengan sesungguhnya bahwa penelitian saya yang berjudul “Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kepatuhan Diet Pasien Diabetes Mellitus: *Literature Review*” bebas dari plagiarisme dengan *similarity index* 24% dan bukan hasil karya orang lain.

Apabila di kemudian hari ditemukan sebagian atau seluruh bagian dari penelitian dan karya ilmiah dari hasil-hasil penelitian tersebut terdapat indikasi plagiarisme, saya bersedia menerima sanksi sesuai dengan peraturan perundang-undangan yang berlaku.

Demikian pernyataan ini dibuat dalam keadaan sadar tanpa unsur paksaan dari siapapun.

Semarang, 19 Agustus 2025
Yang Menyatakan,



Indah Tri Wulandari
NIM. 22020119130039

LEMBAR PERSETUJUAN

Yang bertanda tangan di bawah ini menyatakan bahwa Skripsi yang berjudul:

**FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI KEPATUHAN DIET
PASIEN DIABETES MELLITUS: *LITERATURE REVIEW***

Dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : Indah Tri Wulandari

NIM : 22020119130039

Telah disetujui sebagai usulan penelitian dan dinyatakan telah memenuhi syarat
untuk direview

Pembimbing,

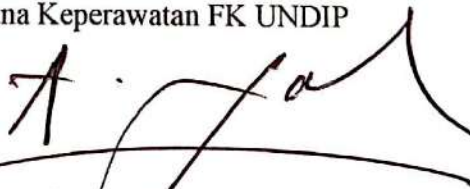


Dr. Wahyu Hidayati, S.Kp., M.Kep., Sp.KMB.

NIP. 197510232000122001

Mengetahui,

Ketua Program Sarjana Keperawatan FK UNDIP



Agus Santoso, S.Kp., M.Kep.

NIP. 197208211999031002

LEMBAR PENGESAHAN

Yang bertanda tangan di bawah ini menyatakan bahwa Skripsi yang berjudul:
**FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI KEPATUHAN DIET
PASIEN DIABETES MELLITUS: *LITERATURE REVIEW***

Dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : Indah Tri Wulandari
NIM : 22020119130039

Telah diuji pada 22 Agustus 2025 dan dinyatakan telah memenuhi syarat untuk
mendapatkan gelar Sarjana Keperawatan

Ketua Penguji,



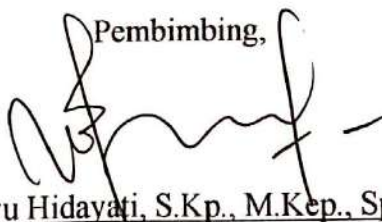
Bambang Edi Warsito, S.Kp., M.Kes.
NIP. 196303071989031002

Anggota Penguji,



Ns. Nur Hafizhah Widyaningtyas, S.Kep., M.Kep.
NIP. 199304202019032024

Pembimbing,



Dr. Wahyu Hidayati, S.Kp., M.Kep., Sp.KMB.
NIP. 197510232000122001

Mengetahui,
Ketua Departemen Ilmu Keperawatan FK Undip



Dr. Anggorowati, S.Kp., M.Kep., Sp.Mat.
NIP. 1977083020011220

KATA PENGANTAR

Puji dan Syukur penulis haturkan kehadiran Allah SWT, karena berkat Rahmat dan hidayah-Nya penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul **“Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kepatuhan Diet Pasien Diabetes Mellitus: *Literature Review*”**. Penyusunan skripsi ini memuat tentang penelitian mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi kepatuhan diet pasien Diabetes Mellitus.

Skripsi ini dibuat dalam rangka untuk memenuhi salah satu syarat menyelesaikan studi di Departemen Ilmu Keperawatan, Fakultas Kedokteran, Universitas Diponegoro, Semarang. Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari sempurna. Oleh karena itu, penulis berharap dapat belajar lebih banyak lagi dalam mengimplementasikan ilmu yang didapatkan.

Penulis menyadari bahwa dalam penulisan skripsi ini masih terdapat kekurangan. Oleh karena itu, penulis sangat mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun demi pengembangan ke arah yang lebih baik. Akhir kata, penulis berharap skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi penulis dan pembaca pada umumnya.

Semarang, 19 Agustus 2025



Indah Tri Wulandari
NIM. 22020119130039

UCAPAN TERIMA KASIH

Peneliti menyadari bahwa dalam penyusunan skripsi ini tidak lepas dari bimbingan, arahan, motivasi, dan bantuan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, peneliti menyampaikan terimakasih kepada:

1. Ibu Dr. Anggorowati, S.Kp., M.Kep., Sp.Mat. selaku Ketua Departemen Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro.
2. Bapak Agus Santoso, S.Kp., M.Kep. selaku Ketua Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro sekaligus dosen wali yang telah memberikan arahan dan motivasi kepada penulis sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan baik.
3. Ibu Dr. Wahyu Hidayati, S.Kp., M.Kep., Sp.KMB. selaku dosen pembimbing yang telah memberikan bimbingan dan arahan sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan baik.
4. Bapak Bambang Edi Warsito, S.Kp., M.Kes. selaku dosen penguji I yang telah memberikan masukan serta arahan kepada penulis dalam menyelesaikan skripsi.
5. Ibu Ns. Hafizhah Widyaningtyas, S.Kep., M.Kep. selaku dosen penguji II yang telah memberikan masukan serta arahan kepada penulis dalam menyelesaikan skripsi.
6. Seluruh civitas akademik Departemen Ilmu Keperawatan yang telah membantu pengurusan administrasi.
7. Bapak Sugito dan Ibu Suparni selaku orang tua yang selalu memberikan dukungan, motivasi, dan doa terbaik.

8. Kakak penulis, Feby Ari Wibowo dan Dina Mulyani yang selalu memberikan dukungan dan semangat untuk menyelesaikan skripsi dengan baik.
9. Penulis juga menyampaikan terima kasih kepada Alif Nur Fauzi Prasetyo yang telah memberikan dukungan, doa, dan motivasi selama proses penyusunan skripsi ini. Dukungan moral yang diberikan menjadi salah satu sumber semangat bagi penulis untuk dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik.
10. Penulis juga menyampaikan terima kasih kepada keponakan tercinta Rajendra Janu Wibowo yang dengan senyum dan keceriaannya selalu menjadi penyemangat dan kebahagiaan tersendiri selama proses penyusunan skripsi ini.
11. Teman-teman tercinta dan seluruh pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu.

Penulis menyadari bahwa penulisan skripsi ini masih terdapat kekurangan. Oleh karena itu, penulis sangat mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun demi pengembangan ke arah yang lebih baik. Akhir kata, penulis berharap skripsi ini dapat bermanfaat baik bagi penulis maupun pembaca.

Semarang, 19 Agustus 2025

Penulis,



Indah Tri Wulandari

NIM. 22020119130039

DAFTAR ISI

SURAT PERNYATAAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH.....	ii
PERNYATAAN BEBAS PLAGIARISME	iii
LEMBAR PERSETUJUAN.....	iv
LEMBAR PENGESAHAN	v
KATA PENGANTAR.....	vi
UCAPAN TERIMA KASIH	vii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
DAFTAR SINGKATAN	xv
ABSTRAK	xvi
ABSTRACT.....	xvii
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	4
1.3 Tujuan	4
1.3.1 Tujuan Umum.....	4
1.3.2 Tujuan Khusus	4
1.4 Manfaat.....	5
1.4.1 Manfaat bagi Pasien Diabetes.....	5
1.4.2 Manfaat bagi Masyarakat	5
1.4.3 Manfaat bagi Institusi Pendidikan Keperawatan	5
1.4.4 Manfaat bagi Peneliti Selanjutnya	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	6
2.1 Diabetes Mellitus	6
2.1.1 Pengertian Diabetes Mellitus	6
2.1.2 Klasifikasi Diabetes Mellitus	6
2.1.3 Faktor Penyebab Diabetes Mellitus	7
2.1.4 Tanda Gejala Diabetes Mellitus	10

2.1.5 Komplikasi Diabetes Mellitus.....	11
2.1.6 Manajemen Diabetes Mellitus	14
2.2 Kepatuhan Diet	17
2.2.1 Pengertian.....	17
2.2.2 Jenis makanan/komposisi.....	17
2.2.3 Jumlah makanan.....	18
2.2.4 Jadwal makan	18
2.3 Jurnal Terkait Faktor yang Mempengaruhi Kepatuhan Diet.....	19
2.4 Kerangka Teori.....	21
2.5 Kerangka Konsep.....	21
BAB III METODOLOGI PENELITIAN.....	23
3.1 Jenis dan Rancangan Penelitian.....	23
3.2 Metode Pencarian Literatur	23
3.2.1 <i>Identifying</i>	23
3.2.2 <i>Screening</i>	24
3.2.3 <i>Eligibility</i>	24
3.2.4 <i>Studies to include</i>	24
3.3 Metode Pengumpulan Data.....	25
3.3.1 Sumber <i>Database</i> Pencarian	25
3.3.2 Kata Kunci	25
3.3.3 Kriteria Inklusi dan Eksklusi.....	26
3.4 Teknik Pengolahan Data dan Analisa Data.....	27
3.4.1 <i>Editing</i>	27
3.4.2 <i>Organizing</i>	28
3.4.3 <i>Analyzing</i>	28
3.5 Etika Penelitian.....	29
3.5.1 Menghormati harkat dan martabat manusia (<i>respect for persons</i>).....	29
3.5.2 Berbuat baik (<i>beneficience</i>).....	29
3.5.3 Keadilan (<i>justice</i>)	29
BAB IV HASIL PENELITIAN	31
4.1 Identifikasi Artikel dalam Kajian.....	31
4.2 Analisis PICOS	34

4.3 Matriks Sintesis	38
4.3.1 Karakteristik Studi dan Responden dalam Artikel	48
4.3.2 Faktor yang Mempengaruhi Kepatuhan Diet pada Pasien Diabetes	48
BAB V PEMBAHASAN	54
5.1 Faktor Internal dan Eksternal yang Mempengaruhi Kepatuhan Diet	54
5.2 Faktor Pendukung dan Penghambat Kepatuhan Diet	58
5.3 Faktor yang dapat Diubah dan Tidak dapat Diubah	61
BAB VI KESIMPULAN DAN SARAN	64
6.1 Kesimpulan	64
6.2 Saran	65
6.2.1 Bagi Pasien Diabetes Mellitus	65
6.2.2 Bagi Pasien Masyarakat	65
6.2.3 Institusi Pendidikan Keperawatan	65
6.2.4 Bagi Peneliti Selanjutnya	65
DAFTAR PUSTAKA	66
LAMPIRAN	xviii

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Kata kunci	25
Tabel 2. Kriteria Inklusi dan Eksklusi	26
Tabel 3. Format Tabel Organizing	28
Tabel 4. Format Tabel Matriks Sintesis	28
Tabel 5. Identitas Artikel dalam Kajian.....	32
Tabel 6. Analisis PICOS.....	34
Tabel 7. Matriks Sintetis Artikel Penelitian	40
Tabel 8. Ide Pokok Faktor Pengetahuan	50
Tabel 9. Ide Pokok Faktor Dukungan Sosial	50
Tabel 10. Ide Pokok Faktor Lingkungan.....	51
Tabel 11. Ide Pokok Faktor Psikologis.....	51
Tabel 12. Ide Pokok Faktor Motivasi	51
Tabel 13. Ide Pokok Faktor Demografis	51
Tabel 14. Ide Pokok Faktor Akses Informasi	52
Tabel 15. Ide Pokok Faktor Kebiasaan untuk Hidup Sehat	52
Tabel 16. Ide Pokok Faktor Persepsi Pribadi	52
Tabel 17. Faktor Internal dan Eksternal	52
Tabel 18. Faktor Pendukung dan Penghambat	53
Tabel 19. Faktor yang dapat Diubah dan Tidak dapat Diubah.....	53

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Kerangka Teori	22
Gambar 2. Kerangka Konsep	22
Gambar 3. <i>Flowchart</i> PRISMA 2020	30

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Lembar Konsultasi.....	xvii
Lampiran 2. Catatan Hasil Konsultasi	xx
Lampiran 3. Proses Analisis	xxix

DAFTAR SINGKATAN

DM	: Diabetes Mellitus
IDF	: <i>International Diabetes Federation</i>
DMG	: Diabetes Mellitus Gestasional
IMT	: Indeks Massa Tubuh
KAD	: Ketoasidosis Diabetik
WHO	: <i>World Health Organization</i>
GI	: <i>Glycemic Index</i>
PRISMA	: <i>Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta Analyses</i>

ABSTRAK

Indah Tri Wulandari

Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kepatuhan Diet Pasien Diabetes

Mellitus: *Literature Review*

xxx + 71 Halaman + 19 Tabel + 3 Gambar + 2 Lampiran

Kepatuhan diet merupakan salah satu pilar penting dalam pengelolaan diabetes mellitus yang berperan dalam mengontrol kadar glukosa darah dan mencegah komplikasi. Penelitian ini bertujuan mengidentifikasi faktor-faktor yang mempengaruhi kepatuhan diet pada pasien diabetes melalui kajian literatur terhadap tujuh artikel ilmiah yang relevan. Penelitian ini menggunakan pendekatan studi literatur dengan berpedoman pada PRISMA (*Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-analyses*) 2020 sebagai kerangka kerja. Kriteria inklusi artikel yang dipilih yaitu dengan responden pasien diabetes mellitus, outcome berupa faktor yang memengaruhi kepatuhan diet pasien diabetes, publikasi tahun 2014-2024, berbahasa Inggris, *full text*, serta terindeks scopus. Hasil studi literatur ini menunjukkan bahwa faktor internal meliputi pengetahuan, motivasi, persepsi, kebiasaan hidup sehat, dan kondisi psikologis, sedangkan faktor eksternal mencakup dukungan sosial, lingkungan fisik, faktor demografis, serta akses informasi. Faktor pendukung kepatuhan diet meliputi akses informasi, pengetahuan yang memadai, motivasi positif, dukungan sosial yang baik, dan lingkungan yang kondusif. Adapun faktor penghambatnya meliputi persepsi negatif, kebiasaan makan yang sulit diubah, keterbatasan waktu, tekanan pekerjaan, serta lingkungan yang tidak mendukung. Faktor demografis seperti usia, tingkat pendidikan, pekerjaan, dan tempat tinggal termasuk faktor yang tidak dapat diubah. Intervensi peningkatan kepatuhan diet lebih tepat difokuskan pada faktor yang dapat dimodifikasi seperti peningkatan literasi kesehatan, penguatan dukungan sosial, dan penyesuaian lingkungan. Kesimpulannya, upaya meningkatkan kepatuhan diet memerlukan pendekatan multifaktorial dan kolaboratif yang melibatkan pasien, keluarga, tenaga kesehatan, dan masyarakat untuk menciptakan lingkungan yang mendukung penerapan pola makan sehat secara berkelanjutan.

Kata Kunci: faktor, kepatuhan diet, diabetes mellitus, *literature review*

Daftar Pustaka: 64 (2018-2024)

Indah Tri Wulandari

Factors Influencing Diet Adherence in Patients with Diabetes Mellitus: A Literature Review

xxx + 71 Pages + 19 Tables + 3 Pictures + 2 Attachments

ABSTRACT

Diet adherence is one of the key pillars in the management of diabetes mellitus, playing an important role in controlling blood glucose levels and preventing complications. This study aimed to identify the factors influencing diet adherence among patients with diabetes through a literature review of seven relevant scientific articles. This study employed a literature review approach guided by the PRISMA (Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses) 2020 framework. The inclusion criteria were studies involving diabetic patients, outcomes related to factors influencing dietary adherence, publications between 2014–2024, written in English, available in full text, and indexed in Scopus. The review results indicate that internal factors include knowledge, motivation, perception, healthy lifestyle habits, and psychological conditions, while external factors consist of social support, physical environment, demographic factors, and access to information. Supporting factors for diet adherence include access to information, adequate knowledge, positive motivation, social support, and a conducive environment. There are inhibiting factors comprise negative perceptions, eating habits that are difficult to change, limited time, work demands, and an unsupportive environment. Demographic factors such as age, education level, occupation, and place of residence are unchangeable or difficult-to-change factors; therefore, interventions to improve diet adherence should focus on modifiable factors such as enhancing health literacy, strengthening social support, and adjusting the environment. In conclusion, improving diet adherence requires a multifactorial and collaborative approach involving patients, families, healthcare professionals, and the community to create an environment that supports the sustainable implementation of healthy eating patterns.

Keywords: factors, diet adherence, diabetes mellitus, literature review

References: 64 (2018–2024)