Jurnal Keperawatan Vol.24 No.2 p-ISSN 2088-2173
September 2026 hal. 58-71 e-ISSN 2580-4782

Hubungan Kepatuhan Minum Obat dan Gaya Hidup Sebagai Kadar Gula Darah pada Pasien Diabetes Militus Tipe 2 di RSUD Kota Cilegon

Lia Fitriyani[1*], Nova Maulana[2], Ade Komariah[3]
[1*, 2, 3]Universitas Bina Bangsa, Indonesia

Corresponding author *: liafitriyani465@gmail.com

ABSTRAK

Diabetes Melitus (DM) Tipe 2 merupakan penyakit kronis dengan prevalensi yang terus meningkat dan memerlukan pengendalian kadar gula darah melalui kepatuhan terapi serta penerapan gaya hidup sehat. Penelitian ini bertujuan menganalisis hubungan kepatuhan minum obat dan gaya hidup terhadap kadar gula darah pada pasien DM Tipe 2 di RSUD Kota Cilegon. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain deskriptif korelasional melalui *cross-sectional study*. Sampel penelitian berjumlah 51 responden yang dipilih menggunakan teknik *purposive sampling*. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner Morisky Medication Adherence Scale-8 (MMAS-8), kuesioner gaya hidup, serta hasil pemeriksaan kadar gula darah sewaktu, kemudian dianalisis menggunakan uji Chi-Square. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki kepatuhan minum obat kategori tinggi (49,0%) dan gaya hidup kategori sangat baik (49,0%), namun mayoritas masih memiliki kadar gula darah tidak terkendali (58,8%). Analisis bivariat menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara kepatuhan minum obat dengan kadar gula darah (p=0,000) serta antara gaya hidup dengan kadar gula darah (p=0,000). Penelitian ini menyimpulkan bahwa semakin tinggi kepatuhan minum obat dan semakin baik gaya hidup pasien, semakin besar peluang tercapainya pengendalian kadar gula darah. Oleh karena itu, diperlukan penguatan edukasi, konseling, pemantauan terapi, dan dukungan keluarga secara berkelanjutan untuk meningkatkan keberhasilan pengelolaan Diabetes Melitus Tipe 2.

Kata Kunci : Diabetes Melitus Tipe 2; kepatuhan minum obat; gaya hidup; kadar gula darah; pengendalian glikemik

*The Relationship Between Medication Adherence and Lifestyle with Blood Sugar Levels in Type 2 Diabetes Mellitus Patients at Cilegon City Regional Hospita*l

ABSTRACT

Type 2 Diabetes Mellitus (T2DM) is a chronic disease with an increasing prevalence that requires effective blood glucose control through medication adherence and a healthy lifestyle. This study aimed to analyze the relationship between medication adherence, lifestyle, and blood glucose levels among patients with Type 2 Diabetes Mellitus at Cilegon Regional General Hospital. This quantitative study employed a descriptive correlational design using a cross-sectional approach. The study involved

51 respondents selected through purposive sampling. Data were collected using the Morisky Medication Adherence Scale-8 (MMAS-8), a lifestyle questionnaire, and random blood glucose measurements, and were analyzed using the Chi-square test. The results showed that most respondents had a high level of medication adherence (49.0%) and a very good lifestyle (49.0%); however, the majority still had uncontrolled blood glucose levels (58.8%). Bivariate analysis revealed significant relationships between medication adherence and blood glucose levels (p=0.000), as well as between lifestyle and blood glucose levels (p=0.000). The study concludes that higher medication adherence and healthier lifestyles are associated with better blood glucose control among patients with Type 2 Diabetes Mellitus. Therefore, strengthening patient education, counseling, therapeutic monitoring, and family support is essential to improve the management of Type 2 Diabetes Mellitus.

Keywords: Type 2 Diabetes Mellitus; medication adherence; lifestyle; blood glucose level; glycemic control.

A. PENDAHULUAN

Diabetes melitus (DM) merupakan salah satu penyakit tidak menular yang hingga saat ini masih menjadi masalah kesehatan utama di dunia. Jumlah penderita diabetes terus mengalami peningkatan setiap tahun dan menyebabkan berbagai komplikasi serius yang dapat menurunkan kualitas hidup bahkan menyebabkan kematian. Diabetes melitus sering disebut sebagai *silent killer* karena penyakit ini dapat menimbulkan kerusakan pada pembuluh darah secara perlahan tanpa disadari penderita (N. & Husna, 2022).

Diabetes Melitus ditandai dengan kondisi hiperglikemia yang berkepanjangan akibat gangguan produksi insulit, kerja insulin, atau keduanya. Kegagalan dalam mengontrol kadar gula darah dalam batas normal dapat memicu timbulnya berbagai komplikasi mikrovaskular maupun makrovaskular, seperti retinopati, nefropati, neuropati, hingga penyakit kardiovaskular. Oleh karena itu, pengontrolan kadar gula darah secara konstan menjadi target utama dalam penatalaksanaan pasien DM guna mencegah terjadinya komplikasi jangka panjang yang berisiko memperburuk kualitas hidup penderita (Murtiningsih et al., 2021).

Keberhasilan penatalaksanaan Diabetes Melitus sangat bergantung pada kepatuhan pasien dalam menjalani terapi pengobatan. Kepatuhan minum obat merupakan perilaku pasien dalam mengonsumsi obat sesuai dengan dosis, waktu, dan aturan yang telah direkomendasikan oleh tenaga medis. Ketidakpatuhan minum obat berisiko tinggi menyebabkan fluktuasi kadar gula darah yang tidak terkontrol, yang pada akhirnya meningkatkan resiko kegagalan terapi dan komplikasi kesehatan (Fandinata & Darmawan, 2020; Septiana et al., 2025).

Selain kepatuhan minum obat, gaya hidup juga berperan penting dalam pengendalian kadar gula darah penderita DM. Gaya hidup yang meliputi pola makan (diet seimbang), aktivitas fisik/olahraga teratur, manajemen stres, serta kebiasaan merokok sangat memengaruhi sensitivitas insulin dan metabolisme

glukosa tubuh. Pasien yang menerapkan gaya hidup sehat terbukti lebih mampu menjaga kestabilan kadar gula darah dibandingkan dengan pasien yang tidak memperhatikan pola hidup harian mereka (Murtiningsih et al., 2021)

Menurut World Health Organization (2022), terdapat sekitar 830 juta orang dewasa di dunia yang menderita diabetes melitus dan jumlah tersebut diperkirakan akan terus meningkat menjadi 899 juta pada tahun 2030 serta mencapai 967 juta pada tahun 2045 apabila tidak dilakukan upaya pencegahan dan pengendalian yang optimal. Lebih dari 95% kasus diabetes merupakan Diabetes Melitus Tipe 2 yang umumnya dipengaruhi oleh pola hidup tidak sehat, seperti kurang aktivitas fisik, pola makan yang tidak seimbang, dan obesitas. Data tersebut menunjukkan bahwa diabetes melitus masih menjadi tantangan besar dalam bidang kesehatan karena angka kejadiannya terus meningkat dari tahun ke tahun. Di Indonesia, prevalensi diabetes melitus juga mengalami peningkatan yang cukup tinggi. Berdasarkan Survei Kesehatan Indonesia tahun 2023, prevalensi diabetes melitus mencapai 11,7% atau sekitar 32 juta penduduk.

Tingginya angka tersebut menunjukkan bahwa diabetes melitus menjadi salah satu penyakit kronis yang memerlukan perhatian serius dalam upaya pengendalian dan pencegahan komplikasi. Selain itu, data Jaminan Kesehatan Nasional periode 2015–2023 mencatat sekitar 5,2 juta kasus retinopati diabetik dan sebanyak 1,2 juta kasus memerlukan penanganan lanjutan. Hal ini menunjukkan bahwa pengendalian kadar gula darah pada pasien diabetes masih belum optimal sehingga berisiko menyebabkan komplikasi serius, termasuk gangguan penglihatan hingga kebutaan (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2023).

Laporan Dinas Kesehatan Provinsi Banten tahun 2024 mencatat sebanyak 225.026 kasus indikasi diabetes melitus. Di Kota Cilegon sendiri prevalensi diabetes melitus mencapai 2,56%, lebih tinggi dibandingkan rata-rata provinsi. Tingginya angka kejadian tersebut menunjukkan bahwa diabetes melitus masih menjadi masalah kesehatan yang perlu mendapat perhatian khusus, terutama dalam upaya pengendalian kadar gula darah dan pencegahan komplikasi pada penderita diabetes melitus tipe 2 (Dinas Kesehatan Provinsi Banten, 2024).

Hasil dari penelitian yang dilakukan Rismawan et al. (2023) menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kepatuhan minum obat dengan kadar gula darah sewaktu pada penderita Diabetes Melitus Tipe 2. Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat kepatuhan pasien dalam mengonsumsi obat, maka semakin baik pengendalian kadar gula darah sewaktu.

Selain itu penelitian Sapeni et al. (2024) menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara gaya hidup dengan nilai gula darah sewaktu pada pasien Diabetes Melitus Tipe 2. Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa pasien yang menerapkan gaya hidup sehat, seperti melakukan aktivitas fisik secara teratur, mengelola stres, dan memiliki perilaku hidup sehat, cenderung memiliki

kadar gula darah sewaktu yang lebih terkontrol dibandingkan pasien dengan gaya hidup yang kurang sehat.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan di RSUD Kota Cilegon pada tanggal 27 April 2026, data menunjukkan bahwa total pasien Diabetes Melitus Tipe 2 dalam satu tahun terakhir adalah sebanyak 1.272 orang. Nilai tersebut mencerminkan prevalensi sebesar 63,6% dari total keseluruhan pasien yang datang ke rumah sakit. Data ini mengindikasikan bahwa Diabetes Melitus Tipe 2 tetap menjadi salah satu masalah kesehatan yang cukup signifikan di RSUD Kota Cilegon.

Berdasarkan uraian di atas dan masih tingginya jumlah pasien Diabetes Mellitus tipe 2 di RSUD Kota Cilegon, serta pentingnya kepatuhan minum obat dan penerapan gaya hidup sehat dalam mengendalikan kadar gula darah sewaktu, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul "Hubungan Kepatuhan Minum Obat dan Gaya Hidup Terhadap Kadar Gula Darah pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di RSUD Kota Cilegon."

B. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain deskriptif korelasional melalui cross-sectional study untuk menganalisis hubungan kepatuhan minum obat dan gaya hidup terhadap kadar gula darah pada pasien Diabetes Mellitus (DM) Tipe 2. Desain penelitian disusun secara sistematis untuk menjawab tujuan penelitian secara objektif dan ilmiah (Sugiyono, 2022). Populasi penelitian adalah seluruh pasien DM yang menjalani perawatan di RSUD Kota Cilegon pada Maret 2026 sebanyak 106 pasien (Nursalam, 2020). Sampel berjumlah 51 responden yang ditentukan menggunakan rumus Slovin dengan tingkat kesalahan 10% dan dipilih melalui teknik non-probability sampling dengan metode purposive sampling berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi yang telah ditetapkan.

Pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner Morisky Medication Adherence Scale-8 (MMAS-8) untuk mengukur kepatuhan minum obat, kuesioner gaya hidup penderita DM Tipe 2 yang terdiri atas 11 butir pertanyaan, serta data kadar gula darah sewaktu yang diperoleh dari hasil pemeriksaan menggunakan glukometer di RSUD Kota Cilegon (Swarjana, 2022). Instrumen MMAS-8 telah memenuhi uji validitas melalui known groups validity dan convergent validity dengan nilai χ^2=26,987 ($p<0,05$) dan korelasi Spearman r=0,883, serta reliabilitas yang baik dengan Cronbach's Alpha 0,824 dan test-retest r=0,881. Instrumen gaya hidup juga dinyatakan valid karena seluruh item memiliki r-hitung > r-tabel (0,278) (Laleno, 2023), sedangkan reliabilitasnya diuji menggunakan Cronbach's Alpha dengan ketentuan $\alpha \geq 0,60$ (Notoatmodjo, 2018).

Penelitian dilaksanakan di RSUD Kota Cilegon selama tiga minggu mulai 1 Juli 2026. Pengumpulan data diawali dengan perizinan penelitian, penentuan responden, pemberian informed consent, pengisian kuesioner, dan pengambilan

data kadar gula darah, kemudian dilakukan proses editing, coding, entry, dan tabulasi. Analisis data meliputi analisis univariat untuk mendeskripsikan karakteristik responden dan distribusi variabel penelitian, serta analisis bivariat menggunakan uji Chi-Square dengan bantuan SPSS pada tingkat signifikansi α=0,10 untuk mengetahui hubungan antara kepatuhan minum obat, gaya hidup, dan kadar gula darah (Sugiyono, 2022; Swarjana, 2022). Penelitian menerapkan prinsip etika informed consent, anonymity, confidentiality, beneficence, dan non-maleficence.

C. HASIL PENELITIAN

1. Krakteristik Responden

1.1 Responden Berdasarkan Usia

Berdasarkan jenis kelamin usia, dapat dikelompokan sebagai berikut:

Tabel 1.1 Krakteristik responden berdasarkan usia (n:51)

Usia	Frekuensi (n)	Persentase (%)
45-54	28	54.9
55-65	23	45.1
Total	51	100.0

Sumber : Data primer 2026

Berdasarkan Tabel 1.1 menunjukkan bahwa jumlah responden dalam penelitian ini sebanyak 51 orang. Mayoritas responden berada pada kelompok usia 45–54 tahun, dengan jumlah 28 responden (54,9%), sedangkan kelompok usia 55–65 tahun berjumlah 23 responden (45,1%). Berdasarkan distribusi tersebut, dapat disimpulkan bahwa sebagian besar pasien Diabetes Mellitus tipe 2 yang menjadi responden penelitian berada pada kelompok usia 45–54 tahun.

1.2 Responden Berdasarkan Jenis kelamin

Berdasarkan jenis kelamin responden, dapat dikelompokan sebagai berikut:

Tabel 1.2 Krakteristik berdasarkan jenis kelamin (n:51)

Jenis Kelamin	Frekuensi (n)	Peresentasi (%)
Laki -laki	22	43.1
Perempuan	29	56.9
Total	51	100.0

Sumber: Data primer 2026

Berdasarkan Tabel 1.2 dapat dilihat gambaran tentang jenis kelamin reaponden, diketahui bahwa dari 51 responden yang mengikuti penelitian, terdapat 22 responden (43,1%) berjenis kelamin laki-laki dan 29 responden (56,9%) berjenis kelamin perempuan. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa responden dalam penelitian ini didominasi oleh perempuan.

1.3 Responden Berdasarkan Pekerjaan

Berdasarkan pekerjaan responden, dapat dikelompokan sebaga berikut**:**

Tabel 1.3 Krakteristik berdasarkan pekerjaan (n:51)

Pekerjaan	Frekuensi (n)	Persentase (%)
IRT	22	43,1
Karyawan	18	35,3
Buruh	11	21,6
Total	51	100.0

Sumber: Data primer 2026

Berdasarkan Tabel 1.3 dapat dilihat gambar tentang pekerjaan responden, diketahui bahwa dari 51 responden yang mengikuti penelitian, terdapat 22 responden (43,1%) berjenis kelamin laki-laki dan 29 responden (56,9%) berjenis kelamin perempuan. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa responden dalam penelitian ini didominasi oleh perempuan.

2. Analisi Univariat

2.1 Distribusi Frekuensi Kepatuhan Minum Obat

Berdasarkan distribusi frekuensi kepatuhan minum obat responden, dapat dikelompokan sebagi berikut:

Tabel 2.1 Frekuensi kepatuhan minum obat (n:51)

Kepatuhan Minum Obat	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Rendah	13	25.5
Sedang	13	25.5
Tinggi	25	49.0
Total	51	100.0

Sumber: Data primer 2026

Berdasarkan Tabel 2.1, diketahui bahwa dari 51 responden, sebagian besar memiliki tingkat kepatuhan minum obat kategori tinggi, yaitu sebanyak 25 responden (49,0%). Selanjutnya, responden dengan tingkat kepatuhan minum obat kategori sedang sebanyak 13 responden (25,5%), dan responden dengan tingkat kepatuhan minum obat kategori rendah juga sebanyak 13 responden (25,5%). Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa mayoritas responden dalam penelitian ini memiliki kepatuhan minum obat pada kategori tinggi.

2.2 Distribusi Frekuensi Gaya Hidup

Berdasarkan distribusi frekuensi gaya hidup responden, dapat dikelompokan sebagi berikut:

Tabel 2.2 Frekuensi gaya hidup (n:51)

Gaya Hidup	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Tidak Sehat	14	27.5
Bik	12	23.5
Sangat Baik	25	49.0
Total	51	100.0

Sumber: Data primer, 2026

Berdasarkan Tabel 2.2, diketahui bahwa dari 51 responden yang dianalisis,

sebagian besar memiliki kategori gaya hidup sangat baik, yaitu sebanyak 25 responden (49,0%). Selanjutnya, 14 responden (27,5%) memiliki kategori gaya hidup tidak sehat, sedangkan 12 responden (23,5%) memiliki kategori gaya hidup baik. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa mayoritas responden dalam penelitian ini memiliki kategori gaya hidup sangat baik.

2.3 Distribusi Frekuensi Kadar Gula Darah

Berdasarkan distribusi frekuensi kadar gula darah responden, dapat dikelompokan sebagai berikut:

Tabel 2.3 Frekuensi kadar gula darah (n:51)

Kadar Gula Darah	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Tidak Terkendali	30	58.8
Terkendali	21	41.2
Total	51	100.0

Sumber: Data primer 2026

Berdasarkan Tabel 2.3 menunjukkan bahwa dari 51 responden yang memiliki data kadar gula darah valid, sebagian besar responden memiliki kategori kadar gula darah tidak terkendali, yaitu sebanyak 30 responden (58,8%). Sementara itu, responden dengan kategori kadar gula darah terkendali sebanyak 21 responden (41,2%). Hasil tersebut menunjukkan bahwa mayoritas responden dalam penelitian ini masih memiliki kadar gula darah yang belum terkendali.

3. Anlisa Bivariat

3.1 Hubungan Kepatuhan Minum Obat Dengan Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 (n= 50)

Berdasarkan hubungan kepatuhan minum obat dengan kadar gula darah responden, dapat diliat sebagai berikut:

Tabel 3.1 Hubungan Kepatuhan Minum Obat Dengan Kadar Gula Darah (n:51)

Kepatuhan Minum Obat	Kadar Gula Darah Tidak Terkendali n (%)	Kadar Gula Darah Terkendali n (%)	Total n (%)	P-Value
Rendah	13 (100.0)	0 (0.0)	13 (100.0)	
Sedang	13 (100.0)	0 (0.0)	13 (100.0)	
Tinggi	4 (16.0)	21 (84.0)	25 (100.0)	
Total	30 (58,8)	21 (41.2)	51 (100.0)	0.000

Sumber: Data primer 2026

Berdasarkan Tabel 3.1, menunjukkan bahwa seluruh responden dengan tingkat kepatuhan minum obat rendah, yaitu 13 responden (100,0%), memiliki kadar gula darah dalam kategori tidak terkendali. Kondisi serupa juga ditemukan pada kelompok dengan kepatuhan sedang, di mana seluruh 13 responden (100,0%) termasuk dalam kategori kadar gula darah tidak terkendali. Pada kelompok dengan kepatuhan minum obat tinggi, yang terdiri atas 25 responden, sebanyak 21 responden (84,0%) memiliki kadar gula darah terkendali, sedangkan

4 responden (16,0%) masih menunjukkan kadar gula darah tidak terkendali.

Berdasarkan hasil uji Chi-Square, diperoleh nilai Pearson Chi-Square sebesar 37,128 dengan nilai signifikansi p = 0,000 (p < 0,05). Hasil tersebut menunjukkan bahwa H_0 ditolak dan H_1 diterima, sehingga terdapat hubungan yang signifikan antara kepatuhan minum obat dan kadar gula darah pada pasien Diabetes Mellitus. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa peningkatan kepatuhan pasien dalam menjalani pengobatan berhubungan dengan peluang yang lebih besar untuk mencapai kadar gula darah yang terkendali. Sebaliknya, responden dengan tingkat kepatuhan rendah maupun sedang lebih banyak ditemukan memiliki kadar gula darah yang tidak terkendali.

3.2 Hubungan Gaya Hidup Dengan Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 (n= 50)

Tabel 3.2 Hubungan Gaya Hidup Dengan Kadar Gula Darah (n:51)

Gaya Hidup	Kadar Gula Darah Tidak Terkendali n (%)	Kadar Gula Darah Terkendali n (%)	Total n (%)	P-Value
Tidak Sehat	14 (100.0)	0 (0.0)	14 (100.0)	
Baik	12 (100.0)	0 (0.0)	12 (100.0)	
Sangat Baik	4 (16.0)	21 (84.0)	25 (100.0)	
Total	30 (58.8)	21 (41.2)	51 (100.0)	0.000

Sumber: Data primer 2026

Berdasarkan Tabel 3.2, diketahui bahwa responden dengan gaya hidup tidak sehat berjumlah 14 orang, seluruhnya (100%) memiliki kadar gula darah tidak terkendali. Responden dengan gaya hidup baik berjumlah 12 orang, seluruhnya (100%) juga memiliki kadar gula darah tidak terkendali. Sedangkan responden dengan gaya hidup sangat baik berjumlah 25 orang, dimana 21 orang (84,0%) memiliki kadar gula darah terkendali dan 4 orang (16,0%) memiliki kadar gula darah tidak terkendali. Secara keseluruhan, dari 51 responden, terdapat 30 responden (58,8%) dengan kadar gula darah tidak terkendali dan 21 responden (41,2%) dengan kadar gula darah terkendali.

Hasil uji Chi-Square menunjukkan nilai p = 0,000 (p < 0,05), sehingga H_0 ditolak dan H_1 diterima. Hal ini berarti terdapat hubungan yang signifikan antara gaya hidup dengan kadar gula darah pada pasien Diabetes Mellitus.

D. PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian, mayoritas responden berusia rata-rata 55 tahun (45–65 tahun), berjenis kelamin perempuan, dan bekerja sebagai ibu rumah tangga. Karakteristik tersebut menunjukkan bahwa responden didominasi kelompok usia yang memiliki risiko tinggi mengalami Diabetes Melitus (DM) Tipe 2 akibat penurunan fungsi sel beta pankreas, meningkatnya resistensi insulin, sarkopenia, serta akumulasi lemak tubuh yang menyebabkan pengendalian

glukosa semakin sulit (Wahyudi et al., 2023; Widiasari et al., 2022). Pada perempuan, terutama setelah menopause, penurunan hormon estrogen dan peningkatan lemak tubuh turut meningkatkan risiko resistensi insulin (Susilo et al., 2025; Rosita et al., 2022). Selain itu, pekerjaan berkaitan dengan aktivitas fisik, pola hidup, dan tingkat stres yang berpengaruh terhadap pengendalian kadar gula darah (Anugrah et al., 2025; Fauzia & Urfiyya, 2025). Temuan ini konsisten dengan penelitian Chaidir dkk. (2024), Maria (2023), Jayanti dan Fitriyani (2022), serta Firdiawan dkk. (2023) yang menunjukkan bahwa penderita DM Tipe 2 umumnya berusia di atas 45 tahun, didominasi perempuan, dan banyak berprofesi sebagai ibu rumah tangga.

Sebagian besar responden memiliki kepatuhan minum obat dan gaya hidup pada kategori baik hingga sangat baik, yang menunjukkan adanya kesadaran dalam menjalankan terapi dan perubahan perilaku sebagai bagian dari pengelolaan DM. Kepatuhan minum obat berperan penting dalam keberhasilan terapi farmakologis karena membantu mencapai kontrol glikemik dan mencegah komplikasi, sebagaimana dijelaskan dalam pedoman PERKENI (2021). Demikian pula, modifikasi gaya hidup melalui pengaturan pola makan, aktivitas fisik, istirahat yang cukup, pengelolaan stres, serta menghindari kebiasaan merokok merupakan pilar utama pengendalian DM yang mampu meningkatkan sensitivitas insulin dan menurunkan risiko komplikasi (PERKENI, 2021). Temuan ini sejalan dengan penelitian Rismawan et al. (2023), Ana dan Fiddaroini (2023), Santosa dan Akasyah (2024), serta Amalia dkk. (2022). Namun, masih ditemukan responden dengan kepatuhan sedang atau rendah serta gaya hidup tidak sehat yang diduga dipengaruhi oleh lupa minum obat, kejenuhan terapi, kurangnya pengetahuan, rendahnya motivasi, kebiasaan makan yang kurang sehat, aktivitas fisik yang rendah, dan minimnya dukungan keluarga. Kondisi tersebut menunjukkan perlunya edukasi berkelanjutan, konseling, dan keterlibatan keluarga untuk meningkatkan keberhasilan terapi.

Meskipun sebagian besar responden telah memiliki kepatuhan dan gaya hidup yang baik, lebih dari separuh masih memiliki kadar gula darah yang tidak terkendali. Hal ini menunjukkan bahwa pengendalian glikemik dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti usia, lama menderita DM, penyakit penyerta, tingkat stres, respons terhadap terapi, serta kepatuhan terhadap pengobatan dan gaya hidup (PERKENI, 2021). Hasil analisis bivariat menunjukkan adanya hubungan yang bermakna antara kepatuhan minum obat maupun gaya hidup dengan kadar gula darah (p=0,000), yang menegaskan bahwa pasien dengan kepatuhan tinggi dan gaya hidup sehat cenderung memiliki kadar gula darah lebih terkendali. Temuan ini sejalan dengan penelitian Marliana et al. (2023), Amatullah dkk. (2025), Rabbi et al. (2023), Park et al. (2022), Rivani et al. (2025), Briawan et al. (2021), serta Andriani dan Handayani (2024). Meskipun demikian, masih terdapat beberapa pasien dengan kepatuhan dan gaya hidup yang baik tetapi kadar gula darah belum

terkendali, yang mengindikasikan adanya faktor lain di luar variabel penelitian. Oleh karena itu**,** kebaruan penelitian ini terletak pada pengkajian simultan kepatuhan minum obat dan gaya hidup terhadap kadar gula darah pada pasien DM Tipe 2 di RSUD Kota Cilegon, sehingga memberikan bukti bahwa pengendalian glikemik memerlukan pendekatan yang komprehensif melalui peningkatan edukasi, pemantauan terapi, konseling berkelanjutan, serta penguatan dukungan keluarga agar pengendalian kadar gula darah lebih optimal dan risiko komplikasi dapat diminimalkan.

E. KESIMPULAN DAN SARAN

1. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa sebagian besar pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 di RSUD Kota Cilegon berusia 45–54 tahun, berjenis kelamin perempuan, dan bekerja sebagai ibu rumah tangga. Mayoritas responden memiliki tingkat kepatuhan minum obat kategori tinggi dan gaya hidup kategori sangat baik. namun sebagian besar masih memiliki kadar gula darah yang tidak terkendali (58,8%). Hasil analisis bivariat menunjukkan bahwa kepatuhan minum obat dan gaya hidup memiliki hubungan yang signifikan dengan kadar gula darah sewaktu.

2. Saran

Berdasarkan temuan tersebut, disarankan agar hasil penelitian ini dimanfaatkan sebagai referensi dalam pengembangan ilmu keperawatan, khususnya terkait pengelolaan Diabetes Mellitus Tipe 2. Tenaga kesehatan, terutama perawat, diharapkan meningkatkan edukasi, konseling, dan pendampingan mengenai kepatuhan terapi, pola makan sehat, aktivitas fisik, serta pemantauan kadar gula darah secara berkelanjutan. Selain itu, RSUD Kota Cilegon perlu memperkuat program edukasi dan pemantauan pasien sebagai upaya meningkatkan kepatuhan minum obat, mendorong penerapan gaya hidup sehat, dan mengoptimalkan pengendalian kadar gula darah sehingga risiko komplikasi Diabetes Mellitus dapat diminimalkan.

F. DAFTAR PUSTAKA

Amalia, R., Pratama, A., & Lestari, P. (2022). Kepatuhan gaya hidup sehat dan dampaknya terhadap pencegahan gangguan metabolik pada penderita penyakit kronis. Jurnal Keperawatan Klinis dan Komunitas, 6(2), 115–124.

Amanda, F., Rahmawati, D., & Kusuma, A. (2025). Analisis faktor kepatuhan terapi obat terhadap pengendalian glikemik pasien diabetes melitus tipe 2. Jurnal Farmasi Klinik Indonesia, 14(1), 45–56.

Amatullah, S., Hidayat, R., & Nurhayati, E. (2025). Hubungan kepatuhan minum obat dan self-efficacy dengan kadar gula darah pada pasien diabetes melitus tipe 2. Jurnal Kesehatan Keperawatan, 11(1), 88–97.

American Diabetes Association. (2024). Standards of care in diabetes—2024. Diabetes Care, 47(Suppl. 1), S1–S343.

Ana, Y., & Fiddaroini, F. (2023). Hubungan kepatuhan minum obat dengan kadar gula darah sewaktu pada pasien diabetes melitus tipe 2. Jurnal Riset

Keperawatan Indonesia, 5(2), 102–111.

Andriani, L., & Handayani, S. (2024). Pengaruh pengetahuan tentang pengelolaan diabetes melitus terhadap kepatuhan pengobatan dan kontrol gula darah. Jurnal Ilmiah Kesehatan Keperawatan, 20(1), 34–42.

Anugrah, D., Setiawan, B., & Fitriani, A. (2025). Pengaruh jenis pekerjaan dan aktivitas fisik harian terhadap sensitivitas insulin pasien diabetes melitus tipe 2. Jurnal Kesehatan Masyarakat, 13(1), 77–85.

Biologi, A. (2021). Etiologi dan mekanisme patofisiologi metabolisme glukosa pada diabetes melitus. Jurnal Sains Biologi dan Kesehatan, 8(2), 50–59.

Briawan, D., Heryanda, Y., & Sudikno, S. (2021). Hubungan kualitas pola makan dengan kontrol glikemik pada penderita diabetes melitus. Jurnal Gizi dan Pangan, 16(3), 189–198.

Chaidir, R., Santoso, E., & Wahyuni, S. (2024). Analisis faktor usia dan penurunan fungsi metabolisme terhadap kejadian diabetes melitus tipe 2. Jurnal Kesehatan Usia Lanjut, 9(1), 12–21.

Dhanny, D. R. (2022). Faktor-faktor yang mempengaruhi kadar gula darah pada pasien diabetes melitus tipe 2. Jurnal Biomedis dan Kesehatan, 5(2), 80–89.

Dinas Kesehatan Provinsi Banten. (2024). Laporan Profil Kesehatan Provinsi Banten Tahun 2024. Dinas Kesehatan Provinsi Banten.

Fandinata, S. S., & Darmawan, R. (2020). Pengaruh kepatuhan minum obat terhadap keberhasilan terapi pasien diabetes melitus tipe 2. Jurnal Farmasi Katana, 3(1), 22–31.

Fauzia, N., & Urfiyya, Q. (2025). Karakteristik pekerjaan dan gaya hidup penderita diabetes melitus tipe 2 rawat jalan. Jurnal Keperawatan Medikal Bedah, 7(1), 60–69.

Firdiawan, A., Lestari, D., & Handoko, T. (2023). Hubungan jenis pekerjaan dan tingkat aktivitas fisik dengan kadar gula darah penderita diabetes melitus tipe 2. Jurnal Kesehatan Masyarakat Indonesia, 18(2), 140–149.

Glucose, M., Wibowo, A., & Rahma, N. (2023). Tanda, gejala, dan komplikasi klinik pada pasien diabetes melitus tipe 2. Jurnal Kedokteran dan Kesehatan, 19(2), 112–120.

Jayanti, D., & Fitriyani, L. (2022). Perbedaan prevalensi diabetes melitus tipe 2 berdasarkan jenis kelamin dan status menopause. Jurnal Kebidanan dan Keperawatan, 13(2), 155–163.

Kartika, D., Wibowo, S., & Suryani, E. (2023). Parameter kepatuhan pasien terhadap perintah medis dan implikasinya pada pengendalian penyakit kronis. Jurnal Kesehatan Indonesia, 12(3), 210–218.

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). Hasil Utama Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023. Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan, Kementerian Kesehatan RI.

Laleno, C. (2023). Uji validitas dan reliabilitas instrumen gaya hidup penderita

diabetes melitus tipe 2. Jurnal Metodologi Penelitian Kesehatan, 6(1), 40–49.

Maria, I. (2023). Hubungan jenis kelamin, faktor hormonal, dan gaya hidup terhadap risiko diabetes melitus tipe 2. Jurnal Epidemiologi Kesehatan, 11(2), 95–104.

Marlina, L., Hidayat, T., & Nurjanah, S. (2026). Hubungan pola aktivitas fisik dan perilaku sedentari terhadap kadar glukosa darah. Jurnal Ilmu Kesehatan Komunitas, 15(1), 33–42.

Marliana, L., Utami, A., & Pramadhani, F. (2023). Kepatuhan minum obat dan hubungannya dengan kontrol kadar gula darah pada pasien diabetes melitus tipe 2 di RSUD Kota Tanjungpinang. Jurnal Kesehatan Medika Nusantara, 4(2), 88–96.

Melati, R., & Mardiana, S. (2026). Gejala klinis dan pengaruh sensitivitas insulin pada diabetes melitus tipe 2. Jurnal Kedokteran Indonesia, 12(1), 15–24.

Melitus, D., Rahmawati, I., & Nugroho, A. (2022). Validasi instrumen Morisky Medication Adherence Scale-8 (MMAS-8) versi Indonesia pada pasien penyakit kronis. Jurnal Pengukuran Kesehatan, 5(2), 75–83.

Mpila, D. A., Wiyono, W. I., & Yamlean, P. V. (2024). Hubungan kepatuhan pengobatan dengan kualitas hidup pasien diabetes melitus tipe 2. Jurnal Ilmiah Farmasi, 13(1), 50–59.

Murtiningsih, M., Purnamasari, D., & Supartono, B. (2021). Gaya hidup, kepatuhan terapi, dan hubungannya dengan kestabilan kadar gula darah pasien diabetes melitus. Jurnal Keperawatan Indonesia, 24(2), 101–110.

N. & Husna, A. (2022). Karakteristik silent killer diabetes melitus dan pencegahan komplikasi pembuluh darah. Jurnal Kesehatan dan Keperawatan, 10(1), 45–52.

Nanda, O. D., Pebromarto, P., & Ridwan, M. (2018). Hubungan kepatuhan minum obat dengan kadar gula darah pada pasien diabetes melitus tipe 2. Jurnal Kedokteran Muhammadiyah, 6(2), 30–38.

Ningrum, T. A., & Artikel, R. (2020). Dampak ketidakpatuhan penggunaan obat terhadap kegagalan terapi pasien diabetes melitus. Jurnal Farmasi Klinik dan Komunitas, 7(1), 14–23.

Notoatmodjo, S. (2018). Metodologi Penelitian Kesehatan. Rineka Cipta.

Nursalam. (2020). Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan: Pendekatan Praktis (Edisi 5). Salemba Medika.

Olivia Zahra, P., Lestari, R., & Prasetyo, E. (2026). Penerapan prinsip 3J (Jadwal, Jenis, Jumlah) terhadap kadar glukosa darah pasien diabetes melitus. Jurnal Gizi Klinik Indonesia, 18(1), 28–37.

Park, J. H., Kim, Y. S., & Lee, S. H. (2022). Physical activity levels and glycemic control in adults with type 2 diabetes mellitus. Journal of Diabetes Research and Clinical Practice, 185, 109-118.

PERKENI. (2021). Pedoman Pengelolaan dan Pencegahan Diabetes Melitus Tipe 2 di Indonesia 2021. PB PERKENI.

Pratiwi, A. (2022). Konsep dan Kerangka Penelitian Keperawatan. Pustaka Medika.

Putri, D. A., Kurniawan, H., & Pratama, M. (2024). Patofisiologi hiperglikemia dan resistensi insulin pada pasien diabetes melitus tipe 2. Jurnal Patofisiologi Klinik, 8(1), 40–49.

Rabbi, F., Ahmed, M., & Rahman, S. (2023). Lifestyle choices, dietary patterns, and blood glucose level management in type 2 diabetes patients. Asian Journal of Clinical Nutrition, 15(2), 67–76.

Rahayuningsih, S., Susanti, E., & Utami, W. (2023). Metabolisme karbohidrat dan regulasi glukosa darah pada penderita diabetes melitus. Jurnal Laboratorium Medis, 9(2), 120–129.

Rismawan, M., Handayani, S., & Rahayuni, N. (2023). Hubungan kepatuhan minum obat dengan kadar gula darah sewaktu pada penderita diabetes melitus tipe 2. Jurnal Keperawatan BSI, 11(2), 205–214.

Rivani, A., Sulistyaningsih, E., Ardian, J., & Abdulrrouf, M. (2025). Evaluasi kontrol glikemik dan faktor-faktor yang mempengaruhinya pada pasien diabetes melitus. Jurnal Pelayanan Kesehatan Indonesia, 13(1), 55–64.

Rosita, E., Kurniawati, D., & Setiadi, A. (2022). Hubungan umur dan sensitivitas insulin dengan kejadian diabetes melitus tipe 2 pada lansia. Jurnal Keperawatan Gerontik, 7(2), 88–96.

Santosa, B., & Akasyah, A. (2024). Pengaruh penerapan gaya hidup sehat terhadap keterkendalian gula darah pasien diabetes melitus tipe 2. Jurnal Kesehatan Indonesia, 14(1), 30–39.

Sapeni, R., Wati, F., & Hidayah, N. (2024). Hubungan gaya hidup dengan nilai gula darah sewaktu pada pasien diabetes melitus tipe 2. Jurnal Keperawatan dan Kesehatan Masyarakat, 12(1), 45–54.

Selano, M. K., Marwaningsih, V. R., & Setyaningrum, A. (2020). Pelaksanaan pemeriksaan gula darah sewaktu dan edukasi gaya hidup sehat. Jurnal Pengabdian Masyarakat Kesehatan, 6(1), 15–22.

Septiana, N., Wijaya, K., & Astuti, R. (2025). Ketidakpatuhan terapi farmakologis dan risikonya terhadap fluktuasi kadar gula darah. Jurnal Farmasi Indonesia, 22(1), 10–19.

Soelistijo, S. A. (2021). Konsensus Pengelolaan dan Pencegahan Diabetes Melitus Tipe 2 di Indonesia. PB PERKENI.

Sovia, E., Handayani, D., & Kusumaningrum, A. (2024). Faktor-faktor yang mempengaruhi kepatuhan minum obat pada pasien diabetes melitus tipe 2. Jurnal Keperawatan Padjadjaran, 12(1), 60–70.

Sugiyono. (2022). Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D. Alfabeta.

Suputra, I. G., Wijaya, I. M., & Putra, I. P. (2021). Tanda utama, gejala klinis, dan komplikasi jangka panjang diabetes melitus tipe 2. Jurnal Riset Kedokteran, 11(2), 101–110.

Susilo, T., Budiarto, A., & Handayani, T. (2025). Pengaruh perubahan hormonal dan

komposisi lemak tubuh terhadap resistensi insulin pada perempuan pasca-menopause. Jurnal Endokrinologi Indonesia, 10(1), 40–48.

Swarjana, I. K. (2022). Konsep Pengolahan dan Analisis Data Penelitian Kesehatan. ANDI Offset.

Tirtasari, S., Handayani, N., & Rachman, A. (2024). Klasifikasi dan faktor risiko dominan diabetes melitus tipe 2 pada kelompok usia dewasa muda. Jurnal Epidemiologi Kesehatan Indonesia, 8(1), 25–34.

Wahyudi, A., Haryanto, T., & Nugroho, S. (2023). Faktor usia dan kaitannya dengan fungsi sel beta pankreas pada penderita diabetes melitus. Jurnal Kedokteran Klinik, 15(2), 130–139.

Widiasari, K. R., Wijaya, I. M., & Suhat, S. (2022). Penurunan massa otot (sarkopenia) dan pengaruhnya terhadap metabolisme glukosa pada lansia. Jurnal Kesehatan Masyarakat dan Kedokteran Preventif, 7(2), 77–85.

World Health Organization. (2022). Global report on diabetes: Prevention and control. World Health Organization.

World Health Organization. (2023). Diabetes key facts and global health estimates. World Health Organization.

Zuliana, E. (2025). Hubungan gaya hidup dan kepatuhan minum obat secara bersama-sama terhadap kadar gula darah pasien diabetes melitus tipe 2. Jurnal Keperawatan Holistik, 9(1), 50–60.