

ABSTRAK

Mufiddathul Firdausi Rachmat (2026). Gambaran Kepatuhan Diet Pada Lansia Penderita Diabetes Mellitus Di Wilayah Kerja Puskesmas Ponorogo Selatan. Karya Tulis Ilmiah. Program Studi D3 Keperawatan Ponorogo, Jurusan Keperawatan, Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang. Dosen Pembimbing : Joko Wiyono, S.Kp.,M.Kep.,Sp.Kom.

Diabetes mellitus merupakan gangguan metabolisme kronis yang ditandai dengan hiperglikemia. Pada lansia, kepatuhan diet menjadi faktor krusial untuk menstabilkan kadar glukosa darah dan mencegah komplikasi serius seperti penyakit jantung dan stroke. Namun, perubahan fisiologis dan kebiasaan lama sering kali menjadi hambatan dalam kepatuhan diet. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran tingkat kepatuhan diet pada lansia penderita diabetes mellitus di Wilayah Kerja Puskesmas Ponorogo Selatan. Desain penelitian yang digunakan adalah deskriptif kuantitatif. Teknik pengambilan data dilakukan melalui penyebaran kuesioner *The Self-Management Dietary Behaviors Questionnaire* (SMDBQ). Analisis data menggunakan analisis univariat untuk mencari frekuensi dan proporsi karakteristik responden serta tingkat kepatuhan. Hasil Penelitian menunjukkan sebagian besar responden memiliki tingkat kepatuhan diet dengan kategori sedang (53,3%). Berdasarkan karakteristik responden, menunjukkan mayoritas berada pada kategori *elderly* dengan rentang usia 60–65 tahun (63,3%), telah menderita diabetes mellitus selama 6–10 tahun (50%). Selain itu, sebagian besar responden memiliki kadar gula darah >200 mg/dL (56,7%). Hal ini menunjukkan adanya kesadaran awal namun belum konsisten dalam implementasi sehari-hari. Diperlukan dukungan keluarga yang kuat, edukasi kesehatan yang berkelanjutan dan mudah dipahami untuk meningkatkan kepatuhan diet lansia, serta pendekatan individual (*individual counseling*) untuk mengidentifikasi hambatan yang dialami lansia dalam menjalankan diet.

Kata Kunci: Diabetes Mellitus, Kepatuhan Diet, Lansia.

ABSTRACT

Mufiddathul Firdausi Rachmat (2026). Description of Dietary Compliance in Elderly People with Diabetes Mellitus at The Working Area of The South Ponorogo Community Health Center. Scientific Paper. D3 Nursing Study Program, Ponorogo, Department of Nursing, Health Polytechnic, Ministry of Health, Malang. Supervisor: Joko Wiyono, S.Kp., M.Kep., Sp.Kom.

Diabetes mellitus is a chronic metabolic disorder characterized by hyperglycemia. In the elderly, dietary adherence is crucial for stabilizing blood glucose levels and preventing serious complications such as heart disease and stroke. However, physiological changes and old habits often hinder dietary adherence. This study aims to determine the level of dietary adherence in elderly people with diabetes mellitus in the South Ponorogo Community Health Center working area. The research design used was descriptive quantitative. Data collection was carried out through the distribution of the Self-Management Dietary Behaviors Questionnaire (SMDBQ). Data analysis used univariate analysis to determine the frequency and proportion of respondent characteristics and the level of adherence. The results showed that most respondents had a moderate level of dietary adherence (53.3%). Based on the characteristics of the respondents, the majority were in the elderly category with an age range of 60–65 years (63.3%), had suffered from diabetes mellitus for 6–10 years (50%). In addition, most respondents had blood sugar levels >200 mg/dL (56.7%). This indicates initial awareness but has not been consistent in daily implementation. Strong family support, ongoing and easily understood health education are needed to improve dietary compliance in the elderly, and an individualized approach (individual counseling) to identify barriers experienced by the elderly in following their diet.

Keywords: Diabetes Mellitus, Diet Compliance, Elderly.