

**ANALISIS FAKTOR YANG MEMPENGARUHI KADAR GULA
DITINJAU DARI POLA MAKAN, AKTIFITAS FISIK DAN KEPATUHAN
MINUM OBAT PADA PASIEN DIABETES MELITUS TIPE 2
DI PROLANIS KLINIK DENKESYAH MADIUN JAWA TIMUR**

Sad Omega Kencanawaty, Nurwijayanti, Novita Ana Anggraini

Program Studi S2 Kesehatan Masyarakat,

Universitas STRADA Indonesia

sadomega27@gmail.com

ABSTRAK

Diabetes Mellitus (DM) merupakan penyakit kronis yang memerlukan penanganan berkelanjutan karena berisiko menimbulkan komplikasi makro maupun mikrovaskuler. Penelitian ini bertujuan menganalisis pengaruh pola makan, aktivitas fisik, dan kepatuhan minum obat terhadap kadar gula darah pada pasien DM peserta Prolanis. Penelitian menggunakan desain kuantitatif dengan pendekatan cross sectional study, dilaksanakan di Klinik Denkesyah Madiun pada Juni–Juli 2025. Sampel berjumlah 69 responden, dipilih dengan purposive sampling dari populasi 224 peserta Prolanis. Data dikumpulkan melalui kuesioner dan pemeriksaan gula darah puasa menggunakan glukometer. Variabel independen meliputi pola makan, aktivitas fisik, dan kepatuhan minum obat, sedangkan variabel dependen adalah kadar gula darah. Analisis dilakukan menggunakan regresi linear ganda melalui SPSS. Hasil penelitian menunjukkan pola makan responden sebagian besar baik (37,7%), aktivitas fisik sedang (34,8%), kepatuhan minum obat tinggi (43,5%), dan kadar gula darah tidak normal (50,7%). Terdapat hubungan signifikan antara pola makan ($p=0,030$), aktivitas fisik ($p=0,001$), dan kepatuhan minum obat ($p=0,000$) dengan kadar gula darah. Faktor paling berpengaruh adalah kepatuhan minum obat dengan nilai Beta tertinggi. Ketiga faktor berperan dalam pengendalian gula darah, sehingga intervensi edukasi dan pemantauan kepatuhan terapi perlu diperkuat dalam program Prolanis guna mencapai kendali glikemik optimal.

Kata kunci: Diabetes Mellitus, Gula Darah, Kepatuhan, Pola Makan, Aktivitas Fisik, Prolanis

***ANALYSIS OF FACTORS AFFECTING BLOOD GLUCOSE LEVELS
BASED ON DIET, PHYSICAL ACTIVITY, AND MEDICATION
ADHERENCE IN TYPE 2 DIABETES MELLITUS PATIENTS
IN THE PROLANIS PROGRAM AT DENKESYAH CLINIC,
MADIUN, EAST JAVA***

Sad Omega Kencanawaty, Nurwijayanti, Novita Ana Anggraini

Magister of Public Health Program, STRADA Indonesia University

sadomega27@gmail.com