

ABSTRAK

Latar Belakang: Diabetes Mellitus Tipe 2 adalah gangguan metabolik yang disebabkan oleh resistensi insulin, yang sering kali dipengaruhi oleh gaya hidup, termasuk pola makan yang tidak sehat dan kurangnya aktivitas fisik. Kepatuhan diet seimbang pada penderita diabetes sangat penting untuk pengelolaan kondisi ini, namun banyak penderita yang tidak mematuhi diet yang disarankan.

Tujuan: Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis model perilaku kepatuhan diet seimbang pada penderita Diabetes Mellitus Tipe 2 di Pekanbaru dengan menggunakan pendekatan theory of planned behavior

Metode: Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain penelitian deskriptif dan explanatory research. Data dikumpulkan melalui kuesioner yang disebarikan kepada 356 responden yang dipilih secara purposive sampling dari 21 puskesmas di Pekanbaru. Variabel yang diteliti mencakup sikap, dukungan sosial, persepsi, niat individu, dan kepatuhan diet seimbang. Analisis data dilakukan menggunakan Partial Least Squares

Hasil: Model **perilaku kepatuhan diet seimbang** menunjukkan bahwa sikap memiliki pengaruh signifikan terhadap niat (koefisien jalur = 0,467), dan dukungan sosial berpengaruh signifikan terhadap niat (koefisien jalur = 0,564) serta kepatuhan diet (koefisien jalur = 0,736). Persepsi berpengaruh terhadap niat (koefisien jalur = 0,277), namun tidak langsung mempengaruhi kepatuhan diet. Niat bertindak sebagai mediator utama dalam hubungan antara faktor-faktor psikologis dan sosial dengan kepatuhan diet.

Kesimpulan: Penelitian ini menyimpulkan bahwa **sikap, dukungan sosial, dan persepsi** memiliki pengaruh signifikan terhadap niat dan kepatuhan diet pada penderita diabetes. Rekomendasi kebijakan termasuk pengembangan intervensi berbasis theory of planned behavior untuk memperkuat sikap positif dan meningkatkan dukungan sosial dari keluarga dan tenaga kesehatan. Intervensi yang mempertimbangkan faktor psikologis, sosial, dan budaya lokal akan lebih efektif dalam meningkatkan kepatuhan diet penderita diabetes.

Kata kunci: Diabetes mellitus tipe 2, Kepatuhan diet, Theory of planned behavior, Dukungan sosial, Niat

ABSTRACT

Introduction: Type 2 diabetes mellitus (T2DM) is a metabolic disorder characterised by insulin resistance, which is frequently influenced by lifestyle factors, including a poor diet and a lack of physical activity. Adherence to a balanced diet is imperative for the management of diabetes; yet, a significant proportion of sufferers do not adhere to the recommended diet.

Aim: The present study aims to analyse the behavioural model of balanced diet adherence in patients with Type 2 Diabetes Mellitus in Pekanbaru, using the theory of planned behaviour as a methodological framework.

Method: This study uses quantitative methods with descriptive and explanatory research designs. Data were collected through questionnaires distributed to 356 respondents selected by purposive sampling from 21 health centres in Pekanbaru. The variables studied included attitude, social support, perception, individual intention, and balanced diet adherence. Data analysis was conducted using Partial Least Squares.

Result: The behavioural model of balanced diet adherence showed that attitude had a significant effect on intention (path coefficient = 0.467), and social support had a significant effect on intention (path coefficient = 0.564) and diet adherence (path coefficient = 0.736). Perception influenced intention (path coefficient = 0.277) but did not directly affect dietary adherence. Intention acted as the main mediator in the relationship between psychological and social factors and dietary adherence.

Discussion: This study concluded that **attitude, social support, and perception** significantly influence dietary intention and adherence in people with diabetes. Policy recommendations include developing a theory of planned behaviour-based interventions to strengthen positive attitudes and increase social support from family and health workers. Interventions that consider local psychological, social, and cultural factors will be more effective in improving dietary adherence in people with diabetes.

Keywords: Type 2 Diabetes Mellitus, Diet adherence, Theory of planned behavior, Social support, Intention