

BAB 2

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Pengetahuan Diet Diabetes Melitus

2.1.1 Konsep Dasar Pengetahuan

Pengetahuan yang dimiliki oleh seseorang merupakan hasil dari upaya orang tersebut untuk menemukan kebenaran atau masalah. Kegiatan atau upaya ini pada dasarnya merupakan kodrat orang itu sendiri, atau lebih tepatnya keinginan (Darsini, 2019). Pengetahuan adalah segala sesuatu yang diketahui tentang sesuatu, seperti kepandaian dan pengalaman juga merupakan bentuk pengetahuan (Ridwan, 2021).

Berdasarkan beberapa uraian pendapat di atas maka dapat disimpulkan bahwa pengetahuan merupakan hasil dari upaya untuk menemukan kebenaran sesuai dengan keinginan yang berlandaskan pengalaman.

2.1.2 Tingkat Pengetahuan

Tingkat pengetahuan memiliki enam domain kognitif (Alini, 2021). Tahu (*know*) mengingat sesuatu yang telah dipelajari sebelumnya dikenal sebagai pengetahuan. Mengingat Kembali, atau mengingat suatu hal tertentu dari seluruh materi yang dipelajari atau stimulus yang telah diterima termasuk dalam pengetahuan tingkat ini. Memahami (*comprehension*) orang yang memiliki pemahaman tentang sesuatu yang dipelajari harus dapat menjelaskan dengan tenang apa yang mereka ketahui dan menginterpretasikan materi dengan benar. Mereka juga harus dapat menjelaskan, menggunakan contoh, menyimpulkan, meramalkan, dan sebagainya.

Aplikasi (*application*) didefinisikan sebagai kemampuan untuk menerapkan informasi yang telah dipelajari dalam situasi yang sebenarnya. Aplikasi dapat mencakup penerapan atau penggunaan hukum, rumus, metode, prinsip, dan sebagainya dalam situasi yang berbeda. Analisis (*analysis*) adalah kemampuan untuk membagi sesuatu menjadi bagian-bagian kecil yang tetap terhubung satu

sama lain dalam suatu struktur organisasi. penggunaan kata kerja, seperti menggambarkan, membedakan, memisahkan, mengelompokkan, dan sebagainya dalam menunjukkan kemampuan analisis ini.

Sintesis (*synthesis*) kemampuan untuk meletakkan atau menghubungkan bagian-bagian dalam bentuk yang baru disebut sintesis. Dengan kata lain, sintesis adalah kemampuan untuk membuat formulasi baru dari formulasi yang sudah ada. Evaluasi (*evaluation*) berkaitan dengan kemampuan untuk memberikan alasan atau menilai sesuatu. Penilaian penilaian ini didasarkan pada kriteria yang telah ditentukan sebelumnya atau didasarkan pada kriteria yang telah ada sebelumnya.

2.1.3 Faktor yang Mempengaruhi Pengetahuan

Pengetahuan merupakan informasi atau maklumat yang diketahui dan disadari oleh seseorang. Proses pembelajaran dipengaruhi oleh faktor dalam, seperti motivasi, dan faktor luar, seperti sarana informasi yang tersedia (Ekawati, 2021). Tingkat pendidikan, informasi, budaya, dan pengalaman adalah komponen dari pengetahuan yang dapat mempengaruhi (Notoatmodjo, 2012).

2.1.4 Definisi Pengetahuan Diet Diabetes

Diet merupakan membatasi jumlah makanan yang dikonsumsi dan menyesuaikan porsi dengan waktu yang dibutuhkan tubuh untuk memprosesnya. Diet sangat penting dalam pengendalian penyakit karena banyak penyakit yang sangat terkait dengan makanan yang dikonsumsi seseorang. Diet yang tidak sehat dapat menyebabkan masalah metabolisme, yang merupakan reaksi kimia yang dapat mempengaruhi fungsi organ dalam tubuh (Ana Martafari & Studi Pendidikan Dokter, 2021).

Diet diabetes merupakan mengatur pola makan seseorang yang menderita diabetes dengan mempertimbangkan jumlah, jenis, dan jadwal konsumsi makanan mereka. Prinsip diet untuk penderita DM adalah mengurangi konsumsi karbohidrat dan mengontrolnya sehingga tidak mengganggu sistem pengaturan gula darah. Diet

adalah bagian penting dari pengobatan diabetes yang efektif, tetapi seringkali menjadi hambatan bagi perawatan diabetes karena membutuhkan kepatuhan pasien dan keinginan mereka sendiri (Prabowo, 2021).

2.1.5 Prinsip Diet Diabetes

Diet DM menggunakan prinsip jumlah, jadwal, dan jenis diet yang tepat. Hal ini berarti bahwa jumlah kalori yang dikonsumsi harus dipenuhi, tidak dikurangi atau ditambah sesuai kebutuhan. jadwal makan penderita DM harus diubah dengan menerapkan waktu makan, yaitu tiga kali makan utama dengan porsi kecil, yaitu makan pagi, makan siang dan makan malam yang masing-masing berjarak 6 jam. Kemudian ditambahkan 2-3 kali makanan selingan diantara makan utama dengan buah buahan atau makanan kecil yang sehat untuk memberikan asupan energi yang cukup dan mencegah terjadinya hiperglikemia maupun hipoglikemia. Jumlah makanan diet yang harus dikonsumsi disesuaikan dengan berat badan yang cukup dan berat badan yang nyaman bagi orang dengan diabetes, hasil konseling gizi mempengaruhi jumlah makanan yang dikonsumsi. Penderita DM membutuhkan jumlah kalori yang dibutuhkan berkisar antara 1000 dan 1,200 kkal setiap harinya, jauh dibawah jumlah kalori yang dibutuhkan orang normal yang berkisar antara 2000 dan 2500 kkal setiap hari. Untuk memenuhi kebutuhan nutrisi, penderita diabetes harus mengkonsumsi antara 1.000 dan 1.200 kkal setiap hari. Penderita DM harus mengkonsumsi makanan kecil atau camilan yang cocok untuk penderita diabetes untuk menjaga energi (Kurniasari, 2021).

Jenis diet meliputi umur, jenis kelamin, berat badan, tinggi badan, dan aktivitas menentukan jumlah kalori yang diperlukan. Jenis diet, konsep piring makan model T dapat disesuaikan untuk mengubah jenis makanan utama yang dikonsumsi Beberapa sumber makanan yang baik untuk diabetes, ayam tanpa kulit, ikan, putih telur, dan daging tidak berlemak adalah sumber protein hewani yang baik. Sumber protein nabati, makanan yang baik dikonsumsi tempe, tahu, kacang hijau, kacang merah, kacang tanah, dan kacang kedelai. Sumber sayuran, makanan yang baik dikonsumsi kangkung, daun kacang, oyong, ketimun, tomat,

labu air, kembang kol, lobak, sawi, selada, seledri, terong dan buncis adalah sayuran yang disarankan. Buah-buahan, jeruk, apel, papaya, jambu air, salak dan belimbing. Jenis karbohidrat termasuk nasi, bubur, roti, mie, singkong, ubi, sagu, gandum, pasta, jagung, talas, sereal, dan kentang dapat dikonsumsi, tetapi dalam batas-batas yang diperlukan sesuai kebutuhan. Penderita diabetes di anjurkan menghindari karbohidrat yang mudah diserap atau karbohidrat sederhana seperti gula pasir, gula jawa, sirup, selai, manisan, susu kental manis, dodol, es krim, kue manis, bolu, abon, dendeng, dan sarden (Kemenkes, 2022).

Dalam daftar bahan makan dan ukuran rumah tangga (URT) golongan serta bahan makanan karbohidrat seperti Bihun $\frac{1}{2}$ gelas berat 50 gram, kentang 2 biji berat 210 gram, makaroni $\frac{1}{2}$ gelas berat 50 gram, mie kering 1 gelas berat 50 gram, nasi $\frac{3}{4}$ gelas berat 100 gram, roti putih 3 potong berat 70 gram, dan tepung terigu 5 sendok makan berat 50 gram menghasilkan 175 kalori, sedangkan bahan makanan protein hewani seperti, ayam tanpa kulit 1 potong berat 40 gram, daging 1 potong berat 35 gram, ikan 1 potong berat 40 gram, ikan asin 1 potong berat 15 gram, udang 5 ekor berat 35 gram menghasilkan 50 kalori dan bakso 10 biji sedang berat 170 gram serta daging kambing 1 potong sedang berat 40 gram menghasilkan 75 kalori (Kemenkes, 2022).

2.1.6 Faktor yang Mempengaruhi Diet Diabetes Melitus

Menurut Syahid (2021), ada enam faktor yang mempengaruhi penderita diabetes melitus yang pertama faktor motivasi, motivasi pada pasien diabetes telah ditunjukkan untuk meningkatkan kemampuan dan partisipasi dalam manajemen glukosa darah secara mandiri. Pasien yang memiliki tingkat motivasi yang tinggi juga terbukti dapat menetapkan tujuan perawatan yang harus dicapai serta melakukan tindakan yang akan membantu mereka mencapai tujuan tersebut.

Kedua faktor sosial, dukungan sosial terutama dari keluarga dan pasangan, meningkatkan kepatuhan pasien terhadap program manajemen diabetes melitus.

Salah satu fakto yang mempengaruhi keteraturan kontrol kadar gula darah adalah dukungan keluarga.

Ketiga faktor edukasi, dalam edukasi hanya partisipan yang tenaga kesehatannya didik dengan baik sehingga mereka dapat memantau glukosa darah secara rutin. Setelah diagnosis DM dilakukan, pasien harus mendapatkan informasi dasar tentang kondisi, pemantauan secara mandiri, penyebab peningkatan glukosa darah, obat hipoglikomia oral, perencanaan makan (diet) perawatan, olahraga, tanda hipoglikemia, dan komplikasi.

Keempat faktor ekonomi, penderita DM dengan kondisi ekonomi yang terbilang rendah menggunakan kartu jaminan kesehatan pemerintah untuk mendapatkan pengobatan, sedangkan penderita DM dengan tingkat ekonomi mampu, melakukan upaya mengontrol kesehatannya dengan melakukan pemeriksaan kesehatan rutin dan mengontrol pola makan mereka.

Kelima faktor akses terhadap pelayanan kesehatan, pasien yang memiliki tempat tinggal yang lebih dekat dengan fasilitas kesehatan akan lebih mudah memantau glukosa darah mereka jika mereka memiliki akses yang cukup dekat dengan fasilitas kesehatan. Waktu dan jarak tempuh adalah faktor lain yang mempengaruhi keteraturan kontrol gula darah. Pasien yang memiliki tempat tinggal yang lebih dekat dengan fasilitas kesehatan tentunya akan lebih mudah mendapatkan perawatan.

Keenam faktor psikologis, penderita sering menghadapi masalah psikologis. Hal ini bertentangan dengan aspek psikologis yang mendorong pemeriksaan gula darah. Hambatan saat ini adalah rasa malas, yang berarti tidak ada dorongan internal atau eksternal untuk melakukan pemeriksaan glukosa darah, salah satu gangguan psikologis adalah ketakutan terhadap hasil yang mungkin terjadi atau kondisi medis lainnya.

2.1.7 Aspek Pengetahuan Diet Diabetes

Aspek pengetahuan dari diet DM merupakan bagian penting yang meliputi jumlah, jenis, dan jadwal menurut penelitian Fadhli, (2022). Sejalan dengan penelitian Fitriana, (2021) aspek pengetahuan tentang diet diabetes meliputi penyebab, gejala, diet, jenis, dan jadwal. Diet diabetes merupakan aspek kedua dalam pengobatan DM setelah edukasi. Terapi gizi sangat penting bagi penderita DM, karena kepatuhan terhadap program terapi diet sangat terkait dengan kadar gula darah.

2.2 Perilaku Diet Diabetes Melitus

2.2.1 Konsep Dasar Perilaku

Konsep perilaku dari individu harus di pelajari karena kepribadian pada dasarnya adalah sifat psikologis dan perilaku yang konsisten, yang membedakan orang dari orang lain (Rodiah 2022). Berdasarkan buku “Psikologi Sosial” yang dikutip oleh Ni Desak (2021) perilaku terjadi karena adanya dorongan internal yang mendorong motivasi seseorang. Perilaku seseorang dipengaruhi dua motivasi, motivasi positif dan motivasi negatif. Motivasi positif terdiri dari keinginan dan kebutuhan yang mendorong seseorang untuk mencapai keadaan atau situasi yang diinginkan. Sedangkan motivasi negatif mendorong seseorang untuk menghindari situasi atau kondisi yang tidak diinginkan atau mencemaskan.

Berdasarkan beberapa uraian pendapat di atas maka dapat disimpulkan bahwa perilaku merupakan sifat psikologis seseorang yang terjadi karena adanya dorongan internal.

2.2.2 Tahapan Perilaku

Perilaku merupakan sesuatu yang diperlukan untuk menyebabkan reaksi, yang disebut rangsangan. Rangsangan tertentu akan menyebabkan perilaku tertentu. Meskipun perilaku seseorang tidak muncul secara spontan, itu disebabkan oleh rangsangan atau stimulus, baik dari dalam dirinya sendiri maupun dari luar dirinya sendiri (Fauza & Chalidaziah, 2021).

Perilaku individu terdiri dari perilaku yang tampak (*overt behavior*) dan perilaku yang tidak tampak (*inert* atau *covert behavior*). Perilaku yang tampak adalah perilaku yang orang lain dapat mengetahuinya, tanpa menggunakan alat bantu. Sementara perilaku yang tidak tampak adalah perilaku yang hanya dapat dipahami melalui alat atau teknik tertentu, seperti berfikir, sedih, berkhayal, bermimpi, atau takut.

2.2.3 Faktor yang Mempengaruhi Perilaku

Terbentuknya perilaku dimulai dengan pengetahuan tentang stimulus yang dapat berupa objek atau materi tentang diet diabetes melitus, yang menghasilkan pengetahuan baru tentang topik tersebut. Selanjutnya, ini menghasilkan respon batin dalam bentuk sikap terhadap topik tersebut, yang pada akhirnya akan menghasilkan respon yang jauh, yaitu tindakan untuk mengikuti diet diabetes melitus atau tidak (Notoatmojo, 2010). Pengetahuan, sikap, keyakinan, tradisi, dan faktor lainnya dari Masyarakat atau individu yang bersangkutan mempengaruhi perilaku seseorang tentang kesehatan mereka. Selain itu sikap, perilaku, dan aksesibilitas fasilitas kesehatan akan mempengaruhi dan mendorong perilaku tersebut. Untuk mencapai tujuan ini, informasi dan komunikasi dua arah antara perawat dan pasien harus diberikan melalui penyuluhan atau konsultasi, Ini akan menghasilkan peningkatan kepatuhan pasien terhadap diet diabetes. Untuk membantu mereka menjalankan diet mereka dengan benar, pasien diabetes melitus membutuhkan pengetahuan yang cukup (Pratiwi, 2019).

2.2.4 Definisi Perilaku Diet Diabetes

Diet juga dapat didefinisikan sebagai makanan dan minuman yang dikonsumsi seseorang setiap hari. Pedoman 3J (jadwal makan, jumlah, dan jenis makanan) digunakan dalam diet penderita DM untuk menjaga kalori seimbang. Diet merupakan perilaku terhadap makanan dan minuman yang dikonsumsi setiap hari secara sehat untuk menjaga kesehatan dan mempercepat proses penyembuhan pasien yang sakit (Susanti & Tedjasuksmana, 2012).

2.2.5 Tujuan Diet Diabetes

Perubahan kepatuhan dan perilaku di tentukan oleh individu itu sendiri dalam ketersediaan diri untuk berubah. Tujuan diet diabetes adalah untuk membantu pasien memperbaiki kebiasaan makan dan olahraga mereka untuk mendapatkan kontrol metabolik yang lebih baik. Untuk mencapai tujuan ini, pengobatan harus dikombinasikan dengan latihan jasmani dan perubahan perilaku makan. Jumlah kalori yang dibutuhkan oleh seseorang di tentukan berdasarkan umur, jenis kelamin, berat badan, tinggi badan, dan aktivitas orang tersebut. Prinsip pengaturan makan untuk pasien diabetes hampir sama dengan anjuran untuk Masyarakat umum, yaitu mengkonsumsi makanan yang seimbang dan sesuai dengan kebutuhan kalori dan zat gizi setiap orang. Hanya penderita diabetes perlu lebih diberikan perhatian pada keteraturan jadwal makan, jenis makanan, dan jumlah kalori, terutama bagi mereka yang menggunakan obat yang meningkatkan sekresi insulin atau terapi insulin itu sendiri. Keberhasilan kepatuhan diet di pengaruhi oleh 3K yaitu keinginan, kemampuan dan kesempatan (Yuniarti, 2020).

2.2.6 Faktor Pengaruh Diet Diabetes

Terdapat tiga komponen yang mempengaruhi perilaku menurut penelitian Dalle, (2021). Faktor predisposisi, mencakup pengetahuan, sikap, dan keyakinan mereka. Faktor pemungkin, mencakup apakah fasilitas-fasilitas tersedia atau tidak. Faktor penguat, mencakup pengawasan.

2.2.7 Faktor Tetap dan Hambatan Perilaku Diet Diabetes

Faktor biologis dan sosiopsikologis adalah dua faktor yang mempengaruhi perilaku manusia menurut hasil penelitian Thabroni, (2022). Faktor biologis, perilaku seseorang di pengaruhi oleh warisan biologis dari orang tua. Faktor biologis mempengaruhi semua kegiatan manusia, bahkan bahkan faktor sosiopsikologis.

Faktor sosiopsikologis, karena manusia adalah makhluk sosial, proses sosial mempengaruhi perilaku mereka. Tiga bagian terdiri dari faktor sosiopsikologis

yaitu: komponen afektif, yang merupakan bagian emosional dari faktor sosiopsikologis. Komponen kognitif, yang merupakan bagian intelektual yang berkaitan dengan pengetahuan manusia. Komponen konatif, yang merupakan bagian volisional yang berkaitan dengan kebiasaan dan kehendak manusia.

2.2.8 Dampak Perilaku Diet Diabetes

Diet salah satu faktor penting yang sekarang terkait dengan berbagai jenis penyakit, termasuk diabetes, serta merupakan salah satu upaya dalam mengelola diabetes melitus. Diet adalah obat utama untuk DM, dan setiap penderita harus menjalankan diet yang sesuai untuk mencegah komplikasi, baik akut maupun kronis. Jika penderita tidak menjalankan diet yang tepat, akan ada komplikasi yang berujung pada kematian. Pola diet penderita DM menunjukkan seberapa aktif dan taat mereka terhadap aturan makan. Pola diet yang salah dapat menyebabkan kadar gula darah yang tidak terkontrol (Wahyuni, 2019).

2.3 Penderita Diabetes Melitus

2.3.1 Definisi Diabetes Melitus

Penyakit DM merupakan penyakit metabolisme yang penyebabnya karena resistensi insulin dan disfungsi sel beta pankreas. faktor utama penyebab peningkatan jumlah penyandang yaitu kurangnya aktivitas fisik, dan pola makan yang salah (Murtiningsih, 2021). DM terjadi akibat resistensi insulin, yaitu ketika tubuh menjadi kebal atau tidak responsif terhadap insulin, menyebabkan diabetes. Insulin sendiri membantu sel menyerap dan mengubah gula menjadi energi. Namun resistensi insulin mencegah gula masuk ke dalam sel, menyebabkan tingkat gula dalam darah tetap tinggi (Pittara, 2023).

2.3.2 Faktor Terjadinya Diabetes Melitus

Menurut penelitian Imelda, (2019) faktor-faktor seperti usia, jenis kelamin, keturunan, pola makan, dan tingkat aktivitas fisik dapat menyebabkan diabetes melitus. Faktor usia, terjadinya resistensi insulin merupakan kondisi di mana insulin masih diproduksi tetapi dalam jumlah yang tidak mencukupi, dan

kemungkinan munculnya resistensi insulin meningkat seiring bertambahnya usia. Perubahan anatomis, fisiologis, dan biokimia terjadi selama proses menua yang berlangsung setelah umur 30 tahun. Risiko diabetes meningkat seiring dengan usia, terutama pada orang yang berusia lebih dari 45 hingga 65 tahun, karena pada usia ini mulai terjadi peningkatan intoleransi glukosa.

Faktor jenis kelamin, wanita lebih berisiko mengidap diabetes karena wanita memiliki peluang peningkatan indeks masa tubuh yang lebih tinggi, mereka lebih rentan terhadap diabetes. Diabetes cenderung terjadi pada Wanita dikarenakan wanita jarang melakukan aktivitas fisik, terutama pada ibu rumah tangga yang hanya sibuk pada keluarganya.

Faktor jenis keturunan, riwayat DM dalam keluarga lebih sering dikaitkan dengan DM tipe 2 dari pada DM tipe 1. Seseorang yang memiliki orang tua yang menderita diabetes juga mungkin mengalami hal yang sama. Pada DM tipe 1, jika ada saudara kembar dengan DM, risikonya menjadi 50% jika salah satunya menderita DM, akan tetapi jika ada saudara kembar monozigot, risikonya menjadi 100%. Pada DM, sulit untuk menentukan siapa yang menderita diabetes, tetapi jika salah satu anggota keluarga menderita diabetes, anggota keluarga yang lain memiliki risiko yang lebih tinggi untuk menderita diabetes. Pada DM tipe 1, risiko terkena diabetes hanya 50% jika memiliki saudara kembar yang menderita DM, pada DM risiko tersebut dapat meningkat hingga 90%. Orang-orang yang memiliki riwayat DM di keluarga mereka, seperti orang tua, saudara, atau anak, memiliki kemungkinan lebih besar menderita DM dibandingkan dengan orang-orang yang tidak memiliki riwayat DM sama sekali.

Faktor pola makan, Masyarakat mengkonsumsi makanan secara berlebihan karena pola makan yang tinggi lemak, garam, dan gula. Pola makan serba instan, sangat disukai oleh Sebagian orang saat ini, dapat juga menjadi penyebab diabetes. Makanan yang dibutuhkan penderita DM tidak hanya harus mengisi lambung, tetapi juga harus mampu menjaga kadar gula darah dan memberikan terapi untuk

kesembuhan. Jadwal, jumlah, dan jenis makanan yang dikonsumsi penderita harus benar-benar diatur sehingga dapat memberikan terapi untuk kesembuhan diabetes.

Faktor aktivitas fisik, olahraga dan aktivitas fisik dapat membantu mengontrol gula darah. Tubuh membakar gula untuk menghasilkan energi (tenaga) selama aktivitas. Mengakibatkan jumlah gula yang dibutuhkan tubuh berkurang, dan kebutuhan akan insulin juga berkurang. Pada orang yang kurang gerak, zat makanan yang masuk ke dalam tubuh tidak akan dibakar, tetapi hanya ditimbun sebagai lemak dan gula. Proses ini membutuhkan hormon insulin, dan kekurangan hormon ini menyebabkan gejala penyakit diabetes.

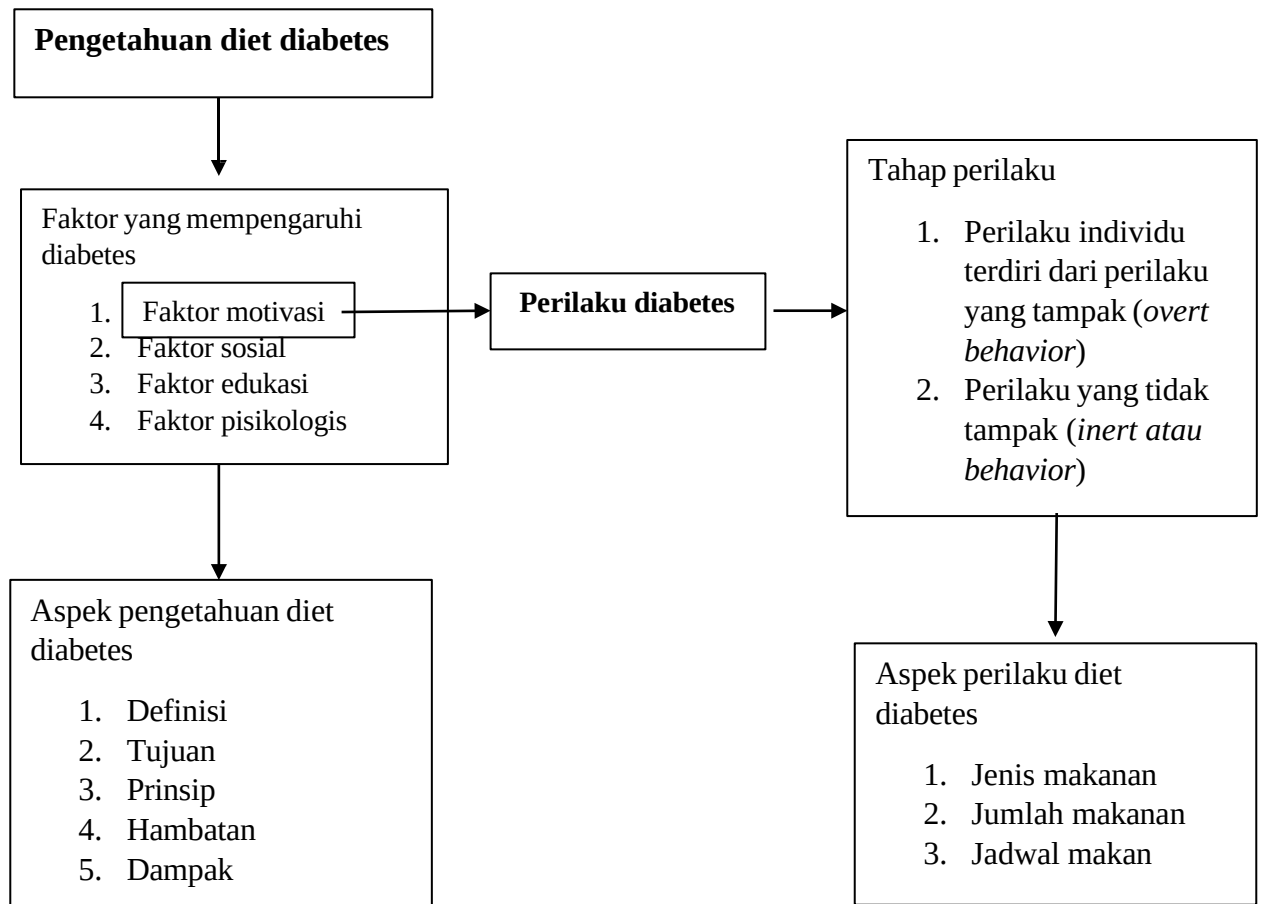
2.3.3 Faktor Pengaruh Diabetes Melitus

Menurut Kemenkes, (2022) komplikasi akut dan kronis dapat muncul dari diabetes yang tidak dapat terkontrol. Komplikasi akut seperti hipoglikemia, kadar glukosa darah seseorang di bawah nilai normal (kurang dari 50 mg/dl) dan hiperglikemia, peningkatan kadar gula darah secara tiba-tiba. Penyakit jantung coroner (PJK), gagal jantung kongesif, dan stroke merupakan komplikasi kronis makrovaskuler yang paling umum terjadi pada penderita diabetes.

2.3.4 Faktor Resiko Diabetes Melitus

DM memiliki dua faktor risiko, yaitu faktor yang dapat diubah dan yang tidak dapat diubah. Faktor risiko yang dapat diubah termasuk gaya hidup seperti makanan yang dikonsumsi, pola istirahat, aktifitas fisik, dan manajemen stress. Faktor risiko yang tidak dapat diubah termasuk usia dan genetika (Utomo, 2020).

2.4 Kerangka Teori



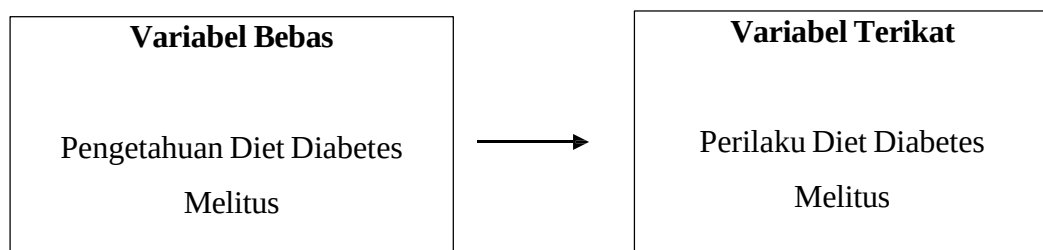
Gambar 2.1 Kerangka Teori

Sumber : (Syahid, 2021), (Fauza & Chalidaziah, 2021), (Susanti & Tedjasuksmana, 2012)

2.5 Kerangka Konsep

Kerangka konsep yang juga disebut dengan kerangka (*theoritical framework*) merupakan kegiatan lanjutan dari penyusunan permasalahan dalam rencana penelitian (Wekke, 2019).

Kerangka konsep dapat dibuat berdasarkan tinjauan teori dan kerangka teori di atas, sebagai berikut:



Gambar 2.2 Kerangka Konsep Penelitian

2.6 Hipotesis

Hipotesis merupakan asumsi sementara untuk mengetahui kebenaran maka diperlukan pengujian terhadap hipotesis yang ada, hipotesis saat ini terdiri dari hipotesis nol dan hipotesis alternatif. Uji hipotesis biasanya dilakukan secara bersamaan atau keseluruhan, serta secara parsial atau satu persatu (Sugiyono, 2013). Berdasarkan teori yang sudah dikemukakan diatas, maka hipotesis yang dihasilkan yaitu: Hipotesis Alternatif (H_a) : Ada hubungan antara tingkat pengetahuan dengan perilaku diet diabetes pada penderita diabetes melitus di Dukuh Bajangan Kecamatan Songgom Kabupaten Brebes.