Hubungan Motivasi Diri terhadap Kepatuhan Diet pada Pasien Diabetes Melitus Tipe II di Poliklinik Interna RSD Mangusada

(Correlation between Self-Motivation and Dietary Adherence of Type II Diabetes mellitus Patients at Internal Polyclinic of Mangusada Hospital)

Ni Kadek Neli Susanti, I Made Dwie Pradnya Susila, I Gede Wirajaya, Ni Putu Utami Rahayu
Stikes Bina Usada Bali
Jl. Raya Padang Luwih, Tegal Jaya Badung, Bali, Indonesia, 80361
e-mail: nelisusanti260891@gmail.com

Abstract

Diabetes mellitus patients often experience non-compliance with diet implementation problems. Dietary compliance is an issue because there will be saturation so motivation is needed for patients to be able to control their blood glucose by regulating their diet. This study aimed to determine the correlation between self-motivation and dietary adherence of patients with diabetes mellitus at the Internal Polyclinic of Mangusada Hospital. The study was conducted using an analytical observational design with a cross-sectional approach in 78 respondents, who were selected using a consecutive sampling technique. Data were collected using the Treatment Self-Regulation Questionnaire and Dietary Compliance Questionnaire. Data were analyzed using Spearman's rho test. The results showed that the majority had good motivation as many as 46 respondents (59%), and had good diet compliance, as many as 41 respondents (52.6%). The statistical analysis obtained a p-value of 0.034, indicating that there is a correlation between self-motivation and dietary adherence in patients with diabetes mellitus at the Internal Polyclinic of Mangusada Hospital. The study recommends that nurses always provide motivation to patients so that they comply with the diabetes mellitus diet.

Keywords: *diabetes mellitus, dietary, motivation,*

Abstrak

Pasien diabetes melitus sering mengalami masalah tidak patuh dalam pelaksanaan diet. Tidak mudah mengatur kepatuhan diet karena adanya kejenuhan sehingga diperlukan adanya motivasi bagi pasien untuk dapat mengontrol glukosa darah dengan cara mengatur pola makan. Penelitian ini bertujuan mengetahui adanya hubungan motivasi diri terhadap kepatuhan diet pasien diabetes melitus Tipe II di Poliklinik Interna RSD Mangusada. Penelitian dilaksanakan dengan rancangan *observasional analitik* dengan pendekatan *cross-sectional* pada 78 responden yang dipilih dengan teknik *consecutive sampling*. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner *Treatment Self-Regulation Questionnaire* dan kuesioner kepatuhan diet. Data dianalisis menggunakan uji *spearman's rho*. Hasil penelitian menunjukkan mayoritas responden memiliki motivasi yang baik sebanyak 46 orang (59%), serta sebagian besar mempunyai kepatuhan diet baik sebanyak 41 orang (52,6%). Analisis statistik didapatkan nilai p-value = 0,034, menunjukkan adanya hubungan antara motivasi diri terhadap kepatuhan diet pada pasien diabetes melitus di Poliklinik Interna RSD Mangusada. Rekomendasi penelitian ini diharapkan menjadi masukan bagi perawat agar selalu memberikan motivasi kepada pasien sehingga patuh dalam melaksanakan diet diabetes melitus.

Kata kunci: diabetes melitus, diet, motivasi

Pendahuluan

Diabetes melitus merupakan salah satu di antara penyakit tidak menular yang akan meningkat jumlahnya di masa mendatang (1). Menurut *International Diabetes Federation* (IDF) pada tahun 2021, jumlah penderita diabetes seluruh dunia sebanyak 537 juta orang, dan jumlah ini diproyeksikan akan mencapai 643 juta orang pada tahun 2030, dan 783 juta pada tahun 2045 (2). Kementerian Kesehatan RI (Kemenkes RI) tahun 2021, jumlah penderita diabetes di Indonesia pada tahun 2021 (3).

Provinsi Bali dengan jumlah penderita diabetes melitus sebanyak 53.726 orang dan kabupaten dengan jumlah penderita diabetes melitus tertinggi yaitu Kota Denpasar sebanyak 10.354 orang dan Kabupaten Badung dengan urutan ke sembilan dengan jumlah penderita diabetes melitus sebanyak 3.029 orang. Prevalensi penderita diabetes melitus di RSD Mangusada Badung tahun 2022 sebanyak 5.558 orang (4). Meningkatnya kadar gula darah yang tidak stabil pada penderita DM bisa menyebabkan penyakit di organ diantaranya ginjal, sistem vaskular, mata serta rusaknya pembuluh darah perifer tungkai atau kaki diabetek serta neuropati diabetik (5).

Menghindari komplikasi diabetes melitus penderita harus melakukan diet yang merupakan pengaturan pola makan berdasarkan jumlah, jenis dan jadwal pemberian makanan. Tujuan dari kepatuhan diet adalah untuk mencapai dan mempertahankan kadar glukosa darah mendekati normal, sehingga dapat melakukan pekerjaan sehari-hari, membiasakan diri untuk makan tepat waktu agar tidak terjadi perubahan pada kadar glukosa darah, dan meningkatkan derajat kesehatan secara komprehensif melalui gizi yang optimal (6). Tidaklah mudah mengatur pola makan bagi pasien DM, karena pasti akan timbul kejenuhan bagi pasien DM karena menu yang dikonsumsi serba dibatasi sehingga diperlukan adanya motivasi bagi pasien untuk dapat mengontrol glukosa darah dengan cara mengatur pola makan.

Motivasi merupakan suatu dorongan dari dalam diri seseorang yang menyebabkan orang tersebut melakukan kegiatan tertentu guna mencapai suatu tujuan (7). Penelitian yang dilakukan oleh (8) menyatakan bahwa pasien yang memiliki motivasi diri tinggi lebih besar peluang untuk mematuhi anjuran diet yang diberikan pada pasien DM, dan pasien yang memiliki motivasi yang rendah maka akan lebih cenderung untuk mengabaikan anjuran diet yang

diberikan. Penelitian (9) menunjukkan ada hubungan yang signifikan antara motivasi intrinsik dengan kepatuhan diet diabetes mellitus tipe II.

Studi pendahuluan yang dilakukan di RSD Mangusada pada bulan April 2023 didapatkan data jumlah penderita DM yang melakukan pengobatan pada dua bulan terakhir tahun 2023 sebanyak 1849 orang terjadi peningkatan dibandingkan dengan tahun 2022 pada bulan yang sama dengan jumlah penderita DM sebanyak 940 orang. Wawancara yang dilakukan pada 10 pasien DM didapatkan data sebanyak enam orang mengatakan tidak patuh diet DM serta tidak memiliki dorongan dalam diri untuk melaksanakannya dan empat orang mengatakan memiliki motivasi diri namun tidak patuh dalam melakukan diet DM. Upaya selama ini dilakukan oleh petugas kesehatan hanya memberikan pengobatan farmakologi dan edukasi, dengan hasil masih terdapat pasien tidak patuh terhadap diet namun tidak melakukan pengkajian secara mendalam tentang motivasi dalam melaksanakan diet. Berdasarkan permasalahan diatas peneliti tertarik melakukan penelitian tentang motivasi diri terhadap kepatuhan diet pasien diabetes melitus di Poliklinik Interna RSD Mangusada.

Metode Penelitian

Penelitian dilaksanakan dengan rancangan *observasional analitik* dengan pendekatan *cross-sectional*. Penelitian dilaksanakan pada bulan September sampai Oktober 2023. Populasi penelitian adalah pasien diabetes melitus tipe II di poliklinik Interna RSD Mangusada, Bali. Sebanyak 78 responden dipilih dengan teknik *consecutive sampling*.

Data dikumpulkan menggunakan kuesioner *Treatment Self-Regulation Questionnaire* dan kuesioner kepatuhan diet. Data ditampilkan dalam tabulasi dan dianalisis secara statistik menggunakan uji *spearman's rho*. Penelitian ini dinyatakan laik etik di komisi etik Stikes Bina Usada Bali dengan NO. 290/EA/KEPK-BUB-2023.

Hasil

Data distribusi motivasi diri responden dalam penelitian ini ditunjukkan pada table 1.

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Motivasi Diri

Motivasi	f	%
Baik	46	59
Kurang	32	41
Total	78	100

Tabel 1 menunjukkan hasil pengukuran motivasi diri pada pasien diabetes melitus tipe II di Poliklinik Interna RSD Mangusada sebagian besar memiliki motivasi yang baik sebanyak 46 orang dengan persentase 59%.

Gambaran distribusi kepatuhan diet responden ditampilkan pada table 2.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Kepatuhan Diet responden

Kepatuhan diet	f	%
Baik	41	52.6
Cukup	31	39.7
Buruk	6	7.7
Total	78	100

Berdasarkan tabel 2 diketahui kepatuhan diet pada pasien diabetes melitus tipe II di Poliklinik Interna RSD Mangusada sebagian besar kepatuhan diet baik sebanyak 41 orang dengan persentase 52,6%.

Hasil uji *sperman Rho* didapatkan hasil nilai signifikan adalah $p= 0,034$. Jadi nilai signifikansi hitung ($p= 0,034$) lebih kecil dari nilai signifikansi tabel ($p<0,05$), menunjukkan ada hubungan hubungan motivasi diri terhadap kepatuhan diet pada pasien diabetes melitus di Poliklinik Interna RSD Mangusada. Berdasarkan uji *Sperman rho* $p>0.05$, terhadap data motivasi dengan kepatuhan diet pasien diabetes melitus didapatkan hasil *Correlation Coefficient* dengan nilai 0.240 yang artinya korelasi rendah antara motivasi diri terhadap kepatuhan diet pada pasien diabetes melitus di Poliklinik Interna RSD Mangusada dengan arah hubungan positif yang artinya semakin meningkat motivasi akan meningkatkan kepatuhan diet pasien diabetes melitus.

Pembahasan

Hasil menunjukkan terdapat hubungan yang lemah dengan arah positif antara motivasi diri terhadap kepatuhan diet pada pasien diabetes melitus di Poliklinik Interna RSD Mangusada. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (10), menunjukkan hubungan antara motivasi dengan kepatuhan diet diabetes pada pasien diabetes mellitus tipe II di Puskesmas Sempaja Samarinda (11), menunjukkan hasil terdapat hubungan motivasi diri dengan kepatuhan diet pada penderita diabetes mellitus di Klinik Kotamobagu Wound Care Center. Hal serupa juga ditunjukkan oleh penelitian yang dilakukan di RSUD Porsea ada hubungan yang signifikan

antara hubungan motivasi dengan kepatuhan diet diabetes mellitus pada penderita diabetes mellitus (12). Akan tetapi hasil penelitian ini tidak sejalan dengan penelitian (13) dimana menunjukkan tidak ada korelasi antara motivasi dan kepatuhan diet, dan ada korelasi antara *locus of control* kesehatan dengan kepatuhan diet.

Tidak ada hubungan menurut (13) disebabkan karena motivasi yang ada di dalam diri individu terbentuk di dalam diri seseorang dan dipengaruhi oleh dua faktor utama yaitu stimulus yang merupakan faktor yang berasal dari luar diri seseorang (faktor eksternal) seperti faktor lingkungan fisik seperti bentuk sosial, budaya, kebiasaan, ekonomi serta respon dari dalam diri (faktor internal) seperti perhatian, pengamatan, persepsi, motivasi, fantasi, sugesti, depresi dan sebagainya yang merespon stimulus dari luar. Sehingga, faktor-faktor yang tertanam dalam diri dapat mempengaruhi ketahanan diri dalam mempertahankan motivasi untuk mencapai suatu tujuan

Sedangkan hasil penelitian ini menunjukkan ada hubungan dengan motivasi dengan kepatuhan diet yang disebabkan karena salah satu faktor risiko utama yang mempengaruhi terjadinya diabetes mellitus adalah pola makan yang tidak sehat di mana mereka cenderung terus menerus mengonsumsi karbohidrat dan makanan yang tidak sehat dimana sumber glukosa secara berlebihan, dan menaikkan kadar glukosa darah sehingga perlu adanya pengaturan diet bagi pasien diabetes mellitus. Motivasi merupakan arah dan internitas dari usaha seseorang, motivasi dapat menggerakkan dan mengarahkan perilaku seseorang terhadap tujuan. Motivasi diri dapat mempengaruhi perilaku kesehatan individu-individu untuk berperilaku yang sehat dan menjaga kesehatannya. Motivasi merupakan suatu proses psikologis yang mencerminkan interaksi antara sikap, kebutuhan, persepsi, dan keputusan yang terjadi pada diri seseorang, dan motivasi sebagai proses psikologis timbul diakibatkan oleh faktor di dalam diri seseorang itu sendiri dan faktor di luar dirinya. Faktor di dalam diri seseorang dapat berupa kepribadian, sikap, pengalaman dan pendidikan atau sebagai harapan, cita-cita yang menjangkau ke masa depan. Sedangkan faktor di luar diri, dapat ditimbulkan oleh berbagai sumber dari lingkungannya atau faktor-faktor lain yang sangat kompleks (11)

Simpulan dan Saran

Simpulan dalam penelitian ini menunjukkan ada hubungan antara motivasi diri terhadap kepatuhan diet pada pasien diabetes melitus di Poliklinik Interna RSD Mangusada. Sehingga disarankan agar perawat selalu memberikan motivasi kepada pasien sehingga patuh dalam melaksanakan diet diabetes melitus.

Ucapan Terima Kasih

Ucapan terima kasih saya sampaikan kepada responden yang sudah bersedia meluangkan waktunya dalam penelitian ini serta pihak rumah sakit yang memberikan ijin dalam melakukan penelitian ini.

Daftar Pustaka

- [1] Sudoyo AW, Setiyohadi B, Alwi I, Simadibrata M, Setiadi S. Buku Ajar Ilmu Penyakit Dalam Edisi VI. Jakarta: Interna Publishing; 2014.
- [2] International Diabetes Federation. IDF diabetes atlas - Across the globe. International Diabetes Federation. IDF Diabetes Atlas, 8th edn. Brussels, Belgium: International Diabetes Federation, 2017. 2021. p. 28–30.
- [3] Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Profil kesehatan indonesia. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia Tahun 2021; 2022.
- [4] Sistem Informasi Manajemen RSDM. Profil RSD Mangusada Kabupaten Badung. 2023.
- [5] Nurbaeti L, Astuti WT. Penerapan Teknik Senam Kaki Diabetes Untuk Meningkatkan Sensitivitas Pada Kaki Pasien Dengan Diabetes Melitus Tipe II. J Keperawatan. 2020;6(4):32–42.
- [6] Rizqah SF, Basri HM. Hubungan Efikasi Diri Dengan Kepatuhan Diet 3j Pada Pasien Diabetes Melitus Di Puskesmas Mandai Kabupaten Maros. J Ilm Kesehat Diagnosis Vol. 2018;12:586–91.
- [7] Notoatmodjo. Ilmu perilaku kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta; 2018.
- [8] Toruan DPL, Karim D, Woferst R. Hubungan Motivasi Diri Dengan Kepatuhan Diet Pada Penderita Diabetes Melitus Tipe 2. JOM. 2018;
- [9] Mamesah FPI, Runtuwene M, Katuuk M. Hubungan motivasi intrinsik dengan kepatuhan diet pasien diabetes mellitus tipe II. J Keperawatan. 2019;7(1):1–7.
- [10] Komala I. Hubungan Motivasi Dengan Kepatuhan Diet Diabetes Mellitus Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe II. Jurnal Kesehat Perawatan. 2016;102.
- [11] Nurmala Datuela, Hairil Akbar, Ake Royke Calvin Langingi. Hubungan Motivasi Diri dengan Kepatuhan Diet pada Penderita Diabetes Mellitus di Klinik Kotamobagu Wound Care Center. Promot J Kesehat Masy. 2021;11(2):158–63.
- [12] Manalu RM, Manurung T, Manurung Y. Hubungan Motivasi Dengan Kepatuhan Pelaksanaan Diet Pada Penderita Diabetes Melitus. J Keperawatan Prior. 2020;3(2):53–61.
- [13] Susanti RD. Hubungan Motivasi dan Health Locus Of Control dengan Kepatuhan Diet Penderita Diabetes Melitus. Vol. 53. 2018. 1689–1699 p.