

Hubungan Motivasi Diri dengan Kepatuhan Diet pada Penderita Diabetes Mellitus di Klinik Kotamobagu Wound Care Center

The Relationship between Self-Motivation and Diet Compliance in Diabetes Mellitus Patients at the Kotamobagu Wound Care Center Clinic

¹Nurmala Datuela, ²Hairil Akbar*, ³Ake Royke Calvin Langingi

^{1,3}Program Studi Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Institut Kesehatan dan Teknologi Graha Medika

²Program Studi Kesehatan Masyarakat Fakultas Ilmu Kesehatan Institut Kesehatan dan Teknologi Graha Medika

(*)Email Korespondensi: hairil.akbarepid@gmail.com

Abstrak

Diabetes Mellitus (DM) merupakan suatu penyakit menahun yang ditandai dengan kadar glukosa darah (gula darah) melebihi normal yaitu kadar gula darah sewaktu sama atau lebih dari 200 mg/dl, dan kadar gula darah puasa di atas atau sama dengan 126 mg/dl. Mengubah gaya hidup merupakan pengobatan yang difokuskan pada penderita diabetes mellitus untuk mengendalikan kadar gula dalam darah. Berdasarkan data dari Dinas Kesehatan Kotamobagu pada tahun 2020 penderita Diabetes mellitus adalah sebanyak 798 penderita. Tujuan penelitian bertujuan untuk mengetahui hubungan motivasi diri dengan kepatuhan diet pada penderita diabetes mellitus di Klinik Kotamobagu *Wound Care Center*. Metode penelitian menggunakan metode *cross sectional*, cara pengambilan sampel pada penelitian ini *total sampling* 39 orang dan analisis data menggunakan *Chi Square*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara motivasi diri dengan kepatuhan diet pada penderita diabetes mellitus (p value=0,000). Berdasarkan hasil dapat disimpulkan terdapat hubungan antara motivasi diri dengan kepatuhan diet pada penderita Diabetes mellitus di Klinik Kotamobagu *Wound Care Center*. Saran bahwa semakin baik motivasi diri penderita diabetes untuk sembuh maka kepatuhan terhadap diet akan semakin baik.

Kata Kunci: Diabetes mellitus, Kepatuhan diet, Motivasi diri

Abstract

Diabetes Mellitus (DM) is a chronic disease characterized by blood glucose levels being equal to or more than 200 mg/dl, and fasting blood sugar levels being above or equal to 126 mg/dl. Changing lifestyle as a treatment is focused on people with diabetes mellitus to control blood sugar levels. According to the Kotamobagu Health Office, in 2020 there were 798 people suffering from diabetes mellitus. The aim of the study was to determine the relationship between self-motivation and dietary compliance in patients with diabetes mellitus at the Kotamobagu Wound Care Center Clinic. This study applied cross sectional method, while the sampling used in this study was a total sampling of 39 people. Data analysis was carried out using Chi Square. The results showed that there was a relationship between self-motivation and dietary compliance in patients with diabetes mellitus (p value = 0.000). Based on the results, it can be concluded that there is a relationship between self-motivation and dietary compliance in patients with diabetes mellitus at the Kotamobagu Wound Care Center Clinic. Therefore, the better the self-motivation of diabetics to recover, the better adherence to diet will be.

Keywords: Diabetes mellitus, Diet compliance, Self-motivation

PENDAHULUAN

Salah satu penyakit tidak menular yang saat ini menjadi suatu prioritas oleh dunia kesehatan secara global atau dunia (1). Penyakit Tidak Menular (PTM) merupakan salah satu penyebab kematian utama di dunia (2). Meningkatnya penyakit tidak menular (PTM) dapat menurunkan produktivitas sumber daya manusia, bahkan kualitas generasi bangsa. Hal ini berdampak pula pada besarnya beban pemerintah karena penanganan penyakit tidak menular (PTM) membutuhkan biaya yang besar (3). Diabetes Melitus merupakan penyakit menahun yang disebabkan oleh kegagalan sel beta pankreas dalam memproduksi hormon insulin (4). Diabetes mellitus adalah sekelompok penyakit metabolik yang ditandai dengan hiperglikemia akibat cacat sekresi insulin, kerja insulin, atau keduanya. Hiperglikemia kronis pada diabetes dikaitkan dengan kerusakan jangka panjang, disfungsi, dan kegagalan berbagai organ, terutama mata, ginjal, saraf, jantung, dan pembuluh darah (5).

Berdasarkan hasil data laporan WHO (*World Health Organization*) tahun 2016 jumlah pasien diabetes mellitus diseluruh dunia per regional di tahun 2015 dan tahun 2040 (umur 20-70 tahun) yakni di tahun 2015 sebanyak 415 juta orang dewasa dengan diabetes dan di tahun 2040 mendatang, diperkirakan jumlah pasien diabetes melitus meningkat menjadi 642 juta orang (6). *International Diabetes Federation* melaporkan bahwa jumlah pasien DM di dunia pada 2017 mencapai 425 juta orang dewasa dengan usia berkisar antara 20-79 tahun. Lebih dari 79% pasien hidup di negara berkembang, dan diperkirakan oleh 2045 jumlah orang dengan DM akan meningkat menjadi 629 juta orang. Indonesia termasuk di dalamnya 10 negara teratas dengan jumlah DM tertinggi dengan 10,3 juta orang dan diperkirakan meningkat menjadi 16,7 juta pada tahun 2045 (7). Angka prevalensi dan insidensi penyakit ini meningkat secara drastis di seluruh penjuru dunia, negara-negara industri baru dan negara sedang berkembang termasuk Indonesia (8).

Hasil Riskesdas dari tahun 2013-2018 menunjukkan bahwa hasil prevalensi diabetes mellitus di Indonesia berada pada usia diatas 15 tahun menurut diagnosis dokter tahun 2018 yaitu 2,0% lebih tinggi dibanding tahun 2013 yaitu 1,5%. Berdasarkan hasil Riskesdas tahun 2018 sebanyak 34 Provinsi di Indonesia menunjukkan kenaikan angka kejadian diabetes mellitus (9). Provinsi Sulawesi Utara merupakan salah satu provinsi dengan jumlah kasus diabetes mellitus yang cukup tinggi. Kejadian diabetes mellitus yang diperoleh dari data Dinas Kesehatan Provinsi Sulawesi Utara, menunjukkan bahwa jumlah kasus terus meningkat. Pada tahun 2015 jumlah kasus DM yaitu 3652 kasus dan mengalami peningkatan pada tahun 2016 dengan jumlah 5083 kasus (10). Berdasarkan data dari Dinas Kesehatan Kotamobagu pada tahun 2020 penderita Diabetes mellitus adalah sebanyak 798 penderita. Hal ini mengalami peningkatan 4,6% dari 322 penderita. Diabetes mellitus yang ada di Kotamobagu adalah menjadi salah satu penyakit tidak menular yang kasusnya cukup banyak di bandingkan dengan penyakit lainnya (11).

Penelitian yang dilakukan oleh Muflihatin & Komala (2016) pada 42 responden DM dengan hasil 64,3% memiliki motivasi sedangkan hanya 35,7% yang tidak termotivasi dan yang memiliki kepatuhan terhadap diet sebanyak 61,9% dan yang tidak patuh 38,1 % dengan hasil adanya hubungan antara motivasi dan kepatuhan diet (12). Penelitian Frysty dkk (2019) menyatakan responden yang memiliki motivasi intrinsik baik dan patuh terhadap diet DM sebanyak 53 penyandang DM, dimana mereka terdorong untuk menjalankan diet dan melakukan diet DM seperti makan tepat waktu, memakan makanan sesuai anjuran dokter dan lain sebagainya. Terdapat hubungan yang signifikan antara motivasi intrinsik dengan kepatuhan diet DM di Puskesmas Ranotana Weru Manado (13). Motivasi sangat penting peranannya, karena dengan motivasi mampu membuat seseorang melakukan sesuatu untuk mencapai tujuan yang diinginkan.

Dari hasil studi pendahuluan yang telah dilakukan di Klinik Kotamobagu Wound Care Center didapatkan informasi dalam jangka waktu 1 bulan terakhir yaitu pada bulan januari didapati 39 penderita diabetes mellitus yang berobat di Klinik Kotamobagu Wound Care Center. Dari hasil wawancara langsung pada 8 pasien didapati 2 pasien memiliki motivasi diri yang bagus tentang pengaturan makanan bagi pasien diabetes mellitus yaitu makanan seperti apa yang harus dikonsumsi dan porsi yang pas itu seperti apa, 6 orang pasien mengatakan sudah mengetahui tentang diet yang di anjurkan dokter namun pasien tersebut mengatakan masih lupa dalam pola diet diabetes mellitus di mana penderita masih mengonsumsi tinggi karbohidrat. Tujuan penelitian menganalisis hubungan motivasi diri dengan kepatuhan diet pada penderita diabetes mellitus di Klinik Kotamobagu Wound Care Center.

METODE

Penelitian ini dilakukan menggunakan jenis deskriptif kuantitatif menggunakan metode analitik dengan pendekatan *cross sectional* dengan teknik observasi, atau pengumpulan data sekaligus pada suatu saat (*point time approach*). Penelitian ini dilaksanakan di Klinik Kotamobagu Wound Care Center dan waktu penelitian pada bulan Juni-Juli tahun 2021. Populasi pada penelitian ini adalah semua pasien diabetes mellitus yang sering melakukan pemeriksaan di Klinik Kotamobagu Wound Care Center. Teknik pengumpulan sampel menggunakan *total sampling* di lakukan dengan memilih semua dari populasi penderita diabetes mellitus yang berjumlah 39 pasien analisis data menggunakan uji *Chis-square*.

HASIL

Analisis Univariat

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Usia Pasien Diabetes Mellitus di Klinik Kotamobagu

Usia	Frekuensi	Presentase (%)
24-38 tahun	2	5,1
38-40 tahun	4	10,3
41-46 tahun	5	12,8
49-53 tahun	4	10,3
54-56 tahun	7	17,9
57-76 tahun	17	43,6
Total	39	100

Sumber: Data Primer, 2021

Berdasarkan Tabel 1 menunjukkan distribusi frekuensi usia yang paling tinggi yaitu pada usia 57-76 tahun sebanyak 17 responden (43,6%) sedangkan yang terendah yaitu pada usia 24-38 tahun dengan jumlah 2 responden (5,1%).

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin pasien Diabetes Mellitus di Klinik Kotamobagu Wound Care Center

Jenis Kelamin	Frekuensi	Presentase
Laki-laki	17	43,6
Perempuan	22	56,4
Total	39	100

Sumber: Data Primer, 2021

Berdasarkan Tabel 2 menunjukkan distribusi frekuensi jenis kelamin yang paling tinggi yaitu perempuan dengan jumlah 22 responden (56,4%) sedangkan pada laki-laki dengan jumlah 17 responden (43,6%).

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Responden Menurut Motivasi Diri di Klinik Kotamobagu Wound Care Center

Motivasi Diri	Frekuensi	Presentase (%)
Kurang	13	33,3
Baik	26	66,7
Total	39	100

Sumber : Data Primer 2021

Berdasarkan Tabel 3 menunjukan distribusi motivasi diri kategori baik sebanyak 26 responden (66,7%), dan kurang sebanya 13 responden (33,3%).

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Responden Menurut Kepatuhan Diet di Klinik Kotamobagu Wound Care Center

Kepatuhan Diet	Frekuensi	Presentase (%)
Kurang patuh	11	28,2
Patuh	28	71,8
Total	39	100

Sumber : Data Primer 2021

Berdasarkan Tabel 4 menunjukkan distribusi kepatuhan diet kategori patuh sebanyak 26 responden (71,8%) dan kurang patuh sebanyak 11 responden (28,2%).

Analisis Bivariat

Tabel 5. Hubungan Motivasi Diri dengan Kepatuhan Diet Pada Penderita Diabetes Mellitus di Klinik Kotamobagu Wound Care Center

Motivasi Diri	Kepatuhan Diet				Total		P value
	Patuh		Kurang Patuh		N	%	
	N	%	N	%			
Baik	25	96,2	1	3,8	26	66,7	0,000
Kurang	3	23,1	10	76,9	13	33,3	
Total	28	71,8%	11	28,2%	39	100%	

Sumber: Data Primer, 2021

Berdasarkan Tabel 5 menunjukkan dari 26 responden yang mempunyai motivasi diri baik terdapat 25 responden (96,2%) yang patuh dan terdapat 1 responden (3,8%) yang kurang patuh sedangkan dari 13 responden (33,3%) yang mempunyai motivasi diri kurang terdapat 3 responden (23,1%) yang patuh dan terdapat 10 responden (76,9%) yang kurang patuh. Berdasarkan hasil uji statistic menggunakan uji *chi-square* dengan nilai *p value* yang di dapat yaitu 0,000 sehingga bahwa terdapat hubungan motivasi diri dengan kepatuhan diet pada penderita diabetes mellitus di Klinik Kotamobagu Wound Care Center.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan motivasi diri dengan kepatuhan diet pada penderita diabetes mellitus. Berdasarkan dari hasil penelitian bahwa masih ada sebagian responden yang belum termotivasi untuk melakukan diet. Hal ini dikarenakan responden masih suka mengkonsumsi makanan yang memicu tingginya kadar gula darah misalnya makanan tinggi karbohidrat. Semakin baik motivasi akan semakin tinggi tingkat kepatuhan pasien dalam melakukan diet. Sebaliknya semakin rendah motivasi pasien maka tingkat kepatuhan diet semakin rendah. Responden yang memiliki motivasi diri yang baik akan menjadi pendorong bagi individu dalam mematuhi dan megikuti program diet yang telah dianjurkan oleh petugas kesehatan. Penelitian ini sejalan dengan Shania dkk (2021) di RSUD Kota Depok menyatakan bahwa terdapat korelasi positif antara dimensi *health locus of control* yaitu *internal health locus of control* (IHLOC) ($r = 0,46$) dan *powerful-others health locus of control* (POHLOC) ($r= 0,28$) dengan kepatuhan diet (14). Selain itu juga sejalan dengan penelitian Siti (2015) di Puskesmas Kedungmundu menunjukkan hasil terdapat hubungan antara motivasi diri dengan kepatuhan dalam menjalankan diet pada penderita diabetes mellitus tipe 2 di Puskesmas Kedungmundu Kota Semarang (15).

Sesuai dengan penelitian Oftedal, B.F. (2011), ketika seseorang termotifasi dengan adanya Rangsangan dari stimulus (dukungan keluarga, lingkungan, sosial) akan membentuk suatu ekspektasi (harapan) yang mempengaruhi respon (motivasi) sehingga menghasilkan sikap/perilaku (kepatuhan dalam diet) yang akan bertahan lama atau bersifat *continue* (16).

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 berbagai harapan, cita-cita yang menjangkau kemasa depan. Sedangkan faktor di luar diri, dapat ditimbulkan oleh berbagai sumber dari lingkungannya atau faktor-faktor lain yang sangat kompleks (17).

Pasien penyandang DM diharuskan untuk menjalankan diet untuk mengontrol kadar gula darahnya. Terapi diet yang efektif pada pasien diabetes mellitus tergantung bagaimana motivasi penderita melakukan diet DM. Mengubah gaya hidup dengan menjalankan diet teratur (mengubah apa yang dimakan dan diminum) dapat mengendalikan kadar glukosa darah (16). Tanpa motivasi, pasien diabetes mellitus akan kesulitan untuk memenuhi hal tersebut. Selain faktor motivasi, pengetahuan juga dibutuhkan untuk mendukung keberhasilan menjalankan terapi diet.

KESIMPULAN

Terdapat hubungan motivasi diri dengan kepatuhan diet pada penderita diabetes mellitus di Klinik Kotamobagu Wound Care Center.

SARAN

Diharapkan kepada Klinik Kotamobagu Wound Care Center untuk dapat mempertahankan dan meningkatkan mutu pelayanan kesehatan dengan cara memberikan pendidikan kesehatan dan promosi kesehatan serta dapat memotivasi pasien DM agar memiliki keyakinan dan kemauan untuk melakukan dan meningkatkan kepatuhan terhadap program diet yang telah dianjurkan.

DAFTAR PUSTAKA

1. Santoso BE, Akbar H. Analisis Faktor Penyebab Terjadinya Hipertensi Pada Masyarakat (Studi Kasus Di Kecamatan Passi Barat Kabupaten Bolaang Mongondow). *MPPKI (Media Publ Promosi Kesehat Indones J Heal Promot.* 2020;3(1):12–9.
2. Sutriyawan A, Miranda2 TG, Akbar H, Riswan. Risk Factors of Type 2 Diabetes Mellitus in Hospital of Bengkulu City, Indonesia: Case Control Study. *Indian J Forensic Med Toxicol.* 2020;14(4):710–6.
3. Akbar H. Pencegahan Penyakit Tidak Menular Melalui Edukasi Cerdik pada Masyarakat Desa Moyag Kotamobagu. *Abdimas Univers [Internet].* 2021;3(1):83–7. Available from: <http://abdimasuniversal.uniba-bpn.ac.id/index.php/abdimasuniversalDOI:https://doi.org/10.36277/abdimasuniversal.v3i1.94>
4. Anies. *Penyakit Degeneratif.* Yogyakarta: Ar-Ruzz Media; 2018.
5. B Hamzah, Hairil Akbar, TM Rafsanjani, Alex Handani Sinaga, Wuri Ratna Hidayani, Yuanita Panma SRB. *Teori Epidemiologi Penyakit Tidak Menular.* Aceh: Yayasan Penerbit Muhammad Zaini; 2021.
6. Eka Nur Eni* Erna Erawati Angga Sugiarto Suyanta. *Jurnal Media Keperawatan: Politeknik Kesehatan Makassar. ASUHAN KEPERAWATAN PADA KLIEN Ski DENGAN FOKUS Stud HARGA DIRI RENDAH DI RSJ PROF dr SOEROJO MAGELANG.* 2020;11(02):2087–0035.
7. IDF. *IDF Diabetes Atlas 8th Edition 2017 Country Reports - Kenya | Report Builder.* International Diabetes Federation; 2017.
8. Winda Farida Gunawan, Muhammad Akib Yuswar R. Profil Pengobatan Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe-II Yang Mengalami Komplikasi Gangren, Nefropati dan Neuropati di RSUD Dr Soedarso Pontianak. *J Mhs Farm Fak Kedokt UNTAN.* 2019;1(1):1–14.
9. Kementerian Kesehatan RI. *Riset Kesehatan Dasar.* Jakarta: Kementerian Kesehatan RI; 2018.
10. Dinas Kesehatan Provinsi Sulawesi Utara. *Profil Kesehatan Provinsi Sulawesi Utara Tahun 2016.* Manado: Dinas Kesehatan Provinsi Sulawesi Utara; 2016.
11. Dinas Kesehatan Kota Kotamobagu. *Profil Kesehatan Kota Kotamobagu.* Kotamobagu: Dinas Kesehatan Kota Kotamobagu; 2020.
12. Komala, Indah Muflihatin SK, Solichin. Hubungan Motivasi dengan Kepatuhan Diet Diabetes pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe II di PUSKESMAS Sempaja Samarinda. *Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur;* 2016.
13. Mamesah FP., Runtuwene M, Katuuk M. Hubungan Motivasi Intrinsik Dengan Kepatuhan Diet Pasien Diabetes Mellitus Tipe II di Puskesmas Ranotana Weru. *J Keperawatan.* 2019;7(1):1–7.
14. Adhanty S, Ayubi D, Anshari D. Hubungan Health Locus of Control dengan Kepatuhan Diet pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 di RSUD Kota Depok Tahun 2020. *Perilaku dan Promosi Kesehat Indones J Heal Promot Behav.* 2021;3(1):8.
15. Yulia S. Faktor–Faktor Yang Mempengaruhi Kepatuhan Dalam Menjalankan Diet Pada Penderita Diabetes Mellitus Tipe 2 (Studi Kasus di Puskesmas Kedungmundu Tahun 2015). *Universitas Negeri Semarang;*

16. Buckman R dan MC. Apa Yang Seharusnya Anda Ketahui Tentang Hidup Dengan Diabetes. Yogyakarta: PT Citra Aji Parama; 2010.
17. Tombakan V, Rattu AJM, Tilaar CR. Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Kepatuhan Berobat Pasien Diabetes Melitus pada Praktek Dokter Keluarga di Kota Tomohon Factors Correlated with Diabetes Mellitus Patient Medication Adherence in Family Practice Physicians in Tomohon. J Kesehat masyarakat UNSRAT. 2015;5(2):260–9.