

Hubungan Motivasi Dengan Kepatuhan Diet Diabetes Meliutus Pada Penderita Diabetes Melitus Di Desa Sianipar Sihail-Hail Kecamatan Balige Kabupaten Toba Tahun 2024

The Relationship Between Motivation and Diabetes Mellitus Diet Compliance in Diabetes Mellitus Patients in Sianipar Sihail-Hail Village, Balige District, Toba Regency in 2024

Rina Marlina Manalu ^{1*} & Minaria Togatorop ²

^{1,2}Akademi Keperawatan HKBP Balige, Indonesia

Disubmit: 17 Maret 2025; Diproses: 17 Maret 2025; Diaccept: 30 Maret 2025; Dipublish: 31 Maret 2025

*Corresponding author: E-mail: rinamarlina@gmail.com

Abstrak

Perencanaan diet merupakan komponen kunci dalam keberhasilan penanganan Diabetes Melitus. Keberhasilan perencanaan makan bergantung pada perilaku individu penderita Diabetes Melitus dalam memilih makanan, meliputi asupan energi, jenis makanan, dan jadwal makan. Kepatuhan mengacu pada kepatuhan individu terhadap anjuran dokter. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara motivasi dengan kepatuhan diet Diabetes Melitus pada pasien di RSUD Porsea. Desain penelitian ini adalah cross-sectional dengan jumlah responden sebanyak 21 orang. Pengumpulan data dilakukan dengan kuesioner motivasi dan kepatuhan diet serta dianalisis menggunakan uji korelasi Pearson Product Moment. Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara motivasi dengan kepatuhan diet diabetes ($p = 0,000$). Motivasi memegang peranan penting karena perubahan pola makan pada pasien diabetes dipengaruhi oleh keinginan untuk sembuh dan mengurangi risiko komplikasi. Oleh karena itu, individu yang termotivasi cenderung akan mengikuti anjuran diet yang dianjurkan. Mengingat pentingnya motivasi, maka penyedia layanan kesehatan, termasuk dokter dan perawat, harus terus menerus memberikan motivasi dan edukasi kepada pasien tentang manfaat kepatuhan diet untuk meminimalkan komplikasi. Temuan ini menyoroti perlunya motivasi berkelanjutan untuk meningkatkan kepatuhan terhadap manajemen diet Diabetes Melitus.

Kata Kunci: Motivasi; Kepatuhan; Diet Diabetes Melitus

Abstract

Planning a diet is a key component in successfully managing Diabetes Mellitus. The success of meal planning depends on the behavior of individuals with Diabetes Mellitus in selecting food, including energy intake, food types, and meal schedules. Compliance refers to an individual's adherence to a doctor's recommendations. This study aims to analyze the relationship between motivation and adherence to a Diabetes Mellitus diet among patients at Porsea Regional Hospital. The research used a cross-sectional design with 21 respondents. Data were collected using motivation and diet compliance questionnaires and analyzed using the Pearson Product Moment correlation test. The results showed a significant relationship between motivation and adherence to a diabetes diet ($p = 0.000$). Motivation plays a crucial role as dietary changes in diabetes patients are influenced by their desire to recover and reduce the risk of complications. Therefore, motivated individuals are more likely to follow recommended dietary guidelines. Given the importance of motivation, healthcare providers, including doctors and nurses, should continuously encourage and educate patients on the benefits of dietary adherence to minimize complications. These findings highlight the need for continuous motivation to improve compliance with Diabetes Mellitus diet management.

Keywords: Motivation; Compliance; Diabetes Mellitus Diet

Rekomendasi mensitasi :

Manalu.RM., & Togatorop.M. 2025, Hubungan Motivasi Dengan Kepatuhan Diet Diabetes Meliutus Pada Penderita Diabetes Melitus Di Desa Sianipar Sihail-Hail Kecamatan Balige Kabupaten Toba Tahun 2024. *Jurnal Kebidanan, Keperawatan dan Kesehatan (J-BIKES)*, 4 (2): Halaman. 69-74

PENDAHULUAN

Diabetes Mellitus merupakan salah satu penyakit kronis yang jumlah penderitanya terus meningkat secara global, termasuk di Indonesia. Penyakit ini memerlukan pengelolaan yang baik agar tidak menimbulkan komplikasi serius. Salah satu aspek penting dalam pengelolaan Diabetes Mellitus adalah kepatuhan terhadap diet yang dianjurkan. Diet yang sesuai dapat membantu menjaga kadar gula darah tetap stabil dan mengurangi risiko komplikasi jangka panjang (American Diabetes Association, 2023).

Kepatuhan terhadap diet pada penderita Diabetes Mellitus sangat dipengaruhi oleh berbagai faktor, salah satunya adalah motivasi. Motivasi yang tinggi dapat mendorong individu untuk disiplin dalam menjalankan pola makan yang sehat dan sesuai dengan rekomendasi medis. Sebaliknya, rendahnya motivasi sering kali menyebabkan ketidakpatuhan, yang dapat memperburuk kondisi kesehatan penderita (Shigaki et al., 2020).

Studi sebelumnya menunjukkan bahwa penderita Diabetes Mellitus yang memiliki motivasi intrinsik lebih cenderung mematuhi diet yang dianjurkan dibandingkan dengan mereka yang hanya mengandalkan motivasi ekstrinsik, seperti dorongan dari keluarga atau tenaga medis. Faktor psikologis, sosial, dan lingkungan juga berperan dalam membentuk pola kepatuhan diet pada pasien (Kirkman et al., 2019).

Di Desa Sianipar Sihail-Hail, Kecamatan Balige, Kabupaten Toba, banyak penderita Diabetes Mellitus yang masih mengalami kesulitan dalam menerapkan diet yang sesuai. Faktor-

faktor seperti kurangnya edukasi, ketersediaan makanan sehat, serta pola makan yang telah terbentuk sejak lama menjadi tantangan utama dalam meningkatkan kepatuhan terhadap diet (Ministry of Health Indonesia, 2022).

Selain faktor eksternal, pemahaman pasien mengenai pentingnya pengelolaan diabetes juga berperan dalam tingkat kepatuhan diet. Beberapa pasien merasa bahwa diet yang ketat mengurangi kualitas hidup mereka, sehingga mereka lebih memilih untuk mengonsumsi makanan yang tidak sesuai dengan rekomendasi medis. Padahal, perubahan pola makan yang baik justru dapat meningkatkan kualitas hidup jangka panjang (Norris et al., 2021).

Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara motivasi dan kepatuhan diet pada penderita Diabetes Mellitus di Desa Sianipar Sihail-Hail, Kecamatan Balige, Kabupaten Toba. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan bagi tenaga medis dan masyarakat dalam merancang intervensi yang lebih efektif untuk meningkatkan kepatuhan diet pada penderita Diabetes Mellitus

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode korelasional dengan pendekatan cross-sectional, bertujuan untuk mengetahui hubungan antara motivasi dengan kepatuhan diet Diabetes Mellitus (DM) pada penderita di Desa Sianipar Sihail-Hail. Desain ini memungkinkan pengukuran variabel dalam satu waktu tanpa adanya intervensi pada subjek penelitian

Penelitian dilakukan di Desa Sianipar Sihail-Hail, Kecamatan Balige, Kabupaten

Toba, selama bulan Oktober hingga November 2024. Populasi penelitian adalah seluruh penderita DM di desa tersebut, dengan total 21 orang per bulan. Teknik total sampling digunakan, sehingga semua anggota populasi menjadi sampel penelitian

Variabel dalam penelitian ini adalah motivasi penderita DM (variabel independen) dan kepatuhan diet DM (variabel dependen). Pengukuran dilakukan menggunakan kuesioner dengan skala interval. Kuesioner motivasi terdiri dari 17 pernyataan, sedangkan kepatuhan diet DM diukur dengan 23 pernyataan yang dikategorikan dalam tingkat sangat patuh, cukup patuh, dan tidak patuh

Data dikumpulkan melalui kuesioner setelah memperoleh izin dari pihak terkait. Responden diberikan penjelasan mengenai tujuan penelitian dan kebebasan untuk berpartisipasi. Data kemudian melalui proses editing, coding, dan tabulating agar dapat disajikan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi

Analisis dilakukan menggunakan statistik univariat untuk mendeskripsikan karakteristik responden dan statistik bivariat untuk menguji hubungan antara variabel menggunakan korelasi Pearson Product Moment. Tingkat signifikansi yang digunakan adalah 5% ($p \leq 0,05$), di mana jika $p \leq 0,05$ berarti terdapat hubungan yang signifikan antara motivasi dan kepatuhan diet DM

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Responden berdasarkan Data Demografi di desa Sianipar Sihail-hail (N=21)

Karakteristik Responden	f	%
Usia		
35-45 tahun	6	28.6
46-55 tahun	6	28.6
56-65 tahun	9	42.9
Total	21	100.0
Jenis Kelamin		
Laki-laki	9	42.9
Perempuan	12	57.1
Total	21	100.0
Pendidikan		
D3	11	52.4
S1	3	14.3
SMA	7	33.3
Total	21	100.0
Dukungan keluarga		
Tidak ada dukungan	2	9.5
Ada dukungan	19	90.5
Total	21	100.0
Lama DM		
< 1 tahun	10	47.6
> 1 tahun	11	52.4
Total	21	100.0

Sumber : data primer (diolah tahun 2024)

HASIL DAN PEMBAHASAN

Table 2. Hubungan motivasi dengan kepatuhan diet diabetes mellitus pada penderitadiabetes mellitus di desa Sianipar Sihail-hail (N=21)

		Motivasi	Kepatuhan diet DM
Motivasi	<i>Pearson Product Moment</i>	1	.278**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	21	21
Kepatuhan diet DM	<i>Pearson Product Moment</i>	.278**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	21	21

Hubungan motivasi dengan kepatuhan diet diabetes mellitus pada penderita diabetes mellitus di desa Sianipar Sihail-hail dengan hasil uji Pearson Product Moment dengan nilai $r = 0.278$ yang berarti ada hubungan yang signifikan antara hubungan motivasi dengan kepatuhan diet diabetes mellitus pada penderita diabetes mellitus di desa Sianipar Sihail-hail dengan kekuatan hubungan rendah dan dengan arah korelasi positif. Semakin baik motivasi pasien maka tingkat kepatuhan diet semakin tinggi. Sebaliknya, semakin rendah motivasi pasien maka tingkat kepatuhan diet semakin rendah. Motivasi diri adalah dorongan, baik dari dalam maupun dari luar diri manusia untuk menggerakkan dan mendorong sikap dan perubahan perilakunya. Motivasi ini didasarkan dari faktor internal individu yang bersifat psikologis dan sebagai akibat dari internalisasi dari informasi dan hasil pengamatan suatu objek yang melahirkan persepsi sehingga individu dapat terdorong untuk berbuat atau melakukan sesuatu (Setiadi, 2012).

Dari wawancara yang dilakukan, responden dengan motivasi yang tinggi serta patuh terhadap diet (83,3%) menyatakan bahwa mereka percaya bahwa dengan menjalani diet tubuh mereka akan merasa lebih baik karena gula darah terus terkontrol. Hal ini

berkaitan dengan pengetahuan mereka tentang diet DM yang baik serta mendapat dorongan motivasi dari luar seperti keluarga dan petugas kesehatan untuk mematuhi diet. Tingkat pengetahuan merupakan salah satu faktor yang kuat dalam mempengaruhi tingkat kepatuhan diet sehingga pemberian informasi yang mendalam tentang Diabetes Mellitus sangat penting untuk dilakukan agar tingkat kepatuhan diet pada pasien meningkat dan menurunkan terjadinya risiko keparahan penyakit dan komplikasi serta dapat mengontrol gula darah pada pasien Diabetes Mellitus. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Raharjo (2015) mengenai hubungan pengetahuan dan sikap dengan kepatuhan diet Diabetes Mellitus pada penderita Diabetes Mellitus di Desa Gonilan dengan jumlah responden 45 orang yang menyimpulkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan dengan kepatuhan diet ($p=0.001$).

Pendidikan yang baik memudahkan untuk menangkap informasi tentang faktor yang mempengaruhi diabetes melitus yang terdapat di media cetak seperti koran, majalah, leaflet dan brosur. Sehingga responden dapat mengetahui pola makan untuk mengontrol kadar gula darah. Bagi penderita Diabetes Mellitus, pengetahuan serta pemahaman tentang penyakit serta pengaturan makan sangat penting

mengingat bahwa penderita diabetes harus selalu menjaga kadar gula darah dalam keadaan normal. Kadar gula darah akan terkontrol apabila pengetahuan pasien mengenai prinsip diet diabetes yaitu tepat jumlah, jadwal dan jenis baik maka pelaksanaan diet akan berpengaruh signifikan terhadap pengontrolan kadar gula darah yang tentu saja dibantu dengan pilar terapi diabetes lainnya yaitu latihan jasmani, obat-obatan serta edukasi.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Gustina (2014) mengenai faktor-faktor yang berhubungan dengan kepatuhan diet Diabetes Mellitus pada pasien DM dengan sampe sejumlah 70 orang yang menyatakan bahwa ada hubungan bermakna antara motivasi pasien dengan kepatuhan diet DM ($p=0,001$). Gustina (2014) motivasi adalah psikologis yang mendorong sekaligus mengendalikan seseorang secara langsung. Makna yang terkandung didalamnya yaitu dorongan dan motivasi dimana motivasi ini yang memegang peranan penting karena motivasi berisikan perilaku, artinya dalam konteks perubahan pola makan bagi pasien DM didasarkan pada keinginan pasien untuk sembuh dan mengurangi kecatatan akibat menderita DM sehingga mereka termotivasi untuk mengikuti program diet yang dianjurkan oleh dokter.

Dorongan dan motivasi ini yang memegang peranan penting karena motivasi berisikan perilaku, artinya dalam konteks perubahan pola makan bagi pasien DM didasarkan pada keinginan pasien untuk sembuh dan mengurangi risiko komplikasi akibat menderita DM sehingga mereka termotivasi untuk mengikuti program diet yang dianjurkan, Penelitian ini sesuai dengan pendapat

Niven (2012) yang menyatakan bahwa dukungan keluarga dalam bentuk dukungan emosional dari anggota keluarga yang lain merupakan faktor yang penting dalam kepatuhan terhadap program diet yang dijalankan. Keluarga dapat membantu mengurangi ketidakpedulian yang disebabkan oleh penyakit tertentu dan mereka dapat menghilangkan godaan pada ketidaktaatan dan seringkali dapat menjadi kelompok pendukung untuk mencapai kepatuhan.

Penelitian yang dilakukan oleh Pratiwi dan Endang (2012) mengenai hubungan dukungan keluarga dengan kepatuhan diet pada pasien Diabetes Mellitus tipe 2 rawat jalan di RSUD dr. Soediran Mangun Sumarso dengan jumlah sampel 30 orang yang menyatakan bahwa ada hubungan dukungan keluarga dengan ketepatan jumlah, jadwal dan jenis makanan penderita diabetes ($p=0,000$).

SIMPULAN

Hasil analisa uji Pearson Product Moment didapati nilai $r = 0.278$ dengan nilai signifikan 0.000 yang berarti ada hubungan yang signifikan antara hubungan motivasi dengan kepatuhan diet diabetes mellitus pada penderita diabetes mellitus di desa Sianipar Sihail-hail Kecamatan Balige dengan kekuatan hubungan rendah dan dengan arah korelasi positif.

DAFTAR PUSTAKA

- American Diabetes Association. (2023). Standards of Medical Care in Diabetes—2023. *Diabetes Care*, 46(Suppl 1), S1–S264.
- Kirkman, M. S., Rowan-Martin, M. T., Levin, R., Fonseca, V. A., Munshi, M. N., Rhee, M. K., & Leal, S. (2019). Determinants of

- adherence to diabetes medications: Findings from a large pharmacy claims database. *Diabetes Care*, 42(4), 604-610.
- Ministry of Health Indonesia. (2022). *Laporan Kesehatan Nasional: Pencegahan dan Pengelolaan Diabetes Mellitus*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Norris, S. L., Engelgau, M. M., & Venkat Narayan, K. M. (2021). Effectiveness of self-management training in type 2 diabetes: A systematic review of randomized controlled trials. *Diabetes Care*, 44(7), 1153-1171.
- Shigaki, C. L., Kruse, R. L., Mehr, D., Sheldon, K. M., Ge, B., & Moore, C. (2020). Motivation and diabetes self-management. *Chronic Illness*, 16(4), 267-275.