

Motivasi dan Dukungan Keluarga Berpengaruh terhadap Kepatuhan Diet Penderita Diabetes Melitus Tipe 2

Ace Sudrajat*, Nesty N.S, Suratun, Pramita Iriana, Dewi Lusiani,
Wartolah, Paula Krisanty, Santa Manurung
Poltekkes Kemenkes Jakarta III, Indonesia
*email: acesudrajat1963@gmail.com

Artikel history

Dikirim, Oct 10th, 2023
Ditinjau, Oct 23th, 2023
Diterima, Nov 26th, 2023

Copyright © 2023 Authors



This work is licensed under a Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License.

ABSTRACT

Diabetes is a chronic disease that occurs when the pancreas doesn't produce enough insulin or when the body can't longer use insulin effectively. Dietary compliance in patients with diabetes mellitus has very important functions including maintaining body weight, lowering blood pressure and blood sugar. Adherence to a person's DM diet is largely determined by individual motivation and family support. Lack of family support means DM sufferers usually cannot control their diet, which results in high blood sugar. The purpose of this study was to analyze the relationship between motivation and family support on dietary compliance in patients with type 2 diabetes mellitus at Pasar Rebo Health Center. This study used a descriptive analysis research design with a cross sectional approach. This research was conducted in March-May 2023. The sample in this study is 85 people and the data analysis used the chi square test. The results of the analysis showed that the test of the relationship between motivation and dietary compliance obtained a value of $p = 0.261$ ($p > 0.05$) while the test of the relationship of family support and dietary compliance obtained a value of $p = 0.044$ ($p < 0.05$). Based on the results, it can be concluded that there is no significant relationship between motivation and dietary compliance but there is a significant relationship between family support and dietary compliance in patients with type 2 diabetes mellitus at Pasar Rebo Health Center.

Keywords : *motivation; family support; dietary compliance; type 2 diabetes mellitus*

ABSTRAK

Diabetes merupakan penyakit kronis yang terjadi ketika pankreas tidak menghasilkan cukup insulin atau ketika tubuh tidak lagi bisa menggunakan insulin secara efektif. Kepatuhan diet pada penderita DM memiliki fungsi yang sangat penting, diantaranya untuk mempertahankan berat badan dalam batas normal, menurunkan tekanan darah dan gula darah. Kepatuhan melaksanakan diet DM pada seseorang sangat ditentukan oleh motivasi

individu dan dukungan keluarga. Dukungan keluarga yang kurang maka penderita DM biasanya tidak bisa kontrol Diet, yang berakibat gula darah menjadi tinggi. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menganalisis hubungan antara motivasi dan dukungan keluarga dengan kepatuhan diet pada penderita diabetes melitus tipe 2 di Puskesmas Kecamatan Pasar Rebo. Penelitian ini menggunakan desain penelitian analisis deskriptif dengan pendekatan *cross sectional*. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Maret-Mei 2023. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 85 orang dan analisis data menggunakan uji *chi square*. Hasil analisis menunjukkan uji hubungan motivasi dengan kepatuhan diet didapatkan nilai $p = 0.261$ ($p > 0.05$) sedangkan uji hubungan dukungan keluarga dengan kepatuhan diet didapatkan nilai $p = 0.044$ ($p < 0.05$). Berdasarkan hasil analisis pada penelitian ini, dapat ditarik kesimpulan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara motivasi dengan kepatuhan diet tetapi ada hubungan yang signifikan antara dukungan keluarga dengan kepatuhan diet pada penderita diabetes melitus tipe 2 di Puskesmas Kecamatan Pasar Rebo.

Kata Kunci : motivasi; dukungan keluarga; kepatuhan diet; diabetes melitus tipe 2

PENDAHULUAN

Menurut WHO (2022) Diabetes merupakan penyakit kronis yang terjadi ketika pankreas tidak menghasilkan cukup insulin atau ketika tubuh tidak lagi bisa menggunakan insulin secara efektif. Diabetes melitus sendiri memiliki dua kategori yaitu, DM tipe 1 disebabkan oleh reaksi autoimun dimana sistem pertahanan tubuh menyerang sel beta pada pankreas yang menghasilkan insulin sehingga pankreas tidak bisa lagi memproduksi insulin yang diperlukan. Sedangkan DM tipe 2 disebabkan karena terjadinya resistensi insulin sehingga seiring berjalannya waktu, kadar insulin tidak dapat mencukupi yang menyebabkan kadar glukosa dalam darah meningkat (IDF, 2015).

Berdasarkan Atlas Diabetes edisi ke-10, pada tahun 2021, terdapat sekitar 537 juta orang dewasa di dunia yang hidup dengan diabetes. Jika tidak ditangani, jumlah

tersebut diperkirakan akan meningkat menjadi 643 juta pada tahun 2030 dan melonjak menjadi 783 juta pada tahun 2045. Pada laporan yang sama dari *International Diabetes Federation* (IDF) menyatakan bahwa terdapat 19,5 juta orang dewasa di Indonesia menderita diabetes pada tahun 2021. Angka tersebut berhasil memosisikan Indonesia di urutan ke-5 dengan jumlah penderita diabetes melitus terbanyak di dunia (IDF, 2021). Menurut hasil Riskesdas tahun 2018 prevalensi diabetes melitus berdasarkan diagnosis dokter pada penduduk usia ≥ 15 tahun di Indonesia sebesar 2,0% pada tahun 2018 dari yang sebelumnya 1,5% pada tahun 2013, sedangkan prevalensi diabetes melitus berdasarkan pemeriksaan gula darah meningkat menjadi 8,5% pada tahun 2018 dari yang sebelumnya 6,9% pada tahun 2013 (Kemenkes, 2018). Dari data Riskesdas 2018 menunjukkan angka prevalensi di Indonesia sebesar 2% angka tersebut meningkat dari yang sebelumnya

1,5% pada hasil Riskesdas 2013 dan provinsi DKI Jakarta merupakan provinsi dengan prevalensi diabetes melitus terbanyak di Indonesia dengan angka 3,4% berdasarkan Riskesdas 2018. Data dari Puskesmas Kecamatan Pasar Rebo tentang jumlah pasien yang terdaftar pada program prolans DM dari bulan Januari-Mei 2023 berjumlah 684 pasien. Hasil penelitian Sharma, Karla 2014 menunjukkan bahwa dari 600 responden hanya 23.3% yang patuh terhadap diet DM. Hal ini akan berakibat fatal baik terhadap kesehatan fisik penderita DM. Angka kejadian diabetes melitus yang terus meningkat, menunjukkan bahwa perlu ada upaya penanganan DM yang dilakukan untuk mencegah melonjaknya angka kejadian DM dan mencegah terjadinya komplikasi yang lebih parah. Oleh karena itu, berdasarkan konsensus Perkumpulan Endokrinologi Indonesia, penatalaksanaan pengendalian DM meliputi aktivitas fisik, terapi nutrisi medik, intervensi obat anti hiperglikemia, dan edukasi (PERKENI, 2021). Pasien dengan diabetes melitus diharuskan untuk menjalankan diet DM dengan tepat (Andhika, 2020) karena salah satu cara untuk menghindari resiko terjadinya komplikasi dari diabetes melitus adalah dengan patuh terhadap penerapan diet diabetes mellitus (Dwipayanti, 2011 dalam Simbolon et al., 2019). Menurut Supriyadi (2017) kepatuhan diet pada penderita DM

memiliki fungsi yang sangat penting, diantaranya untuk mempertahankan berat badan dalam batas normal, menurunkan tekanan darah, menurunkan gula darah, memperbaiki profil lemak, meningkatkan sensitivitas reseptor insulin serta memperbaiki sistem pembekuan darah. Meskipun demikian, mengontrol pola makan bagi pasien DM bukanlah hal yang mudah karena sering kali rasa jenuh timbul karena menu makanan yang dibatasi (Indarwati, Riskiana dan Rita, 2012).

Berdasarkan hasil wawancara studi pendahuluan yang dilakukan peneliti terhadap beberapa responden di Puskesmas Kecamatan Pasar Rebo diketahui bahwa beberapa responden belum sepenuhnya patuh dalam menjalankan diet diabetes yang dianjurkan, hal ini disebabkan karena kurangnya kesadaran dari diri sendiri/ motivasi dan juga kurangnya dukungan dari keluarga. Adapun faktor-faktor yang mempengaruhi tingkat kepatuhan pasien DM, menurut teori Lawrence Green dalam Notoatmodjo (2018) dimana perilaku seseorang dapat dipengaruhi oleh faktor predisposisi (*predisposing factors*) yang mencakup pengetahuan, usia, motivasi, dan jenis kelamin. Selain itu ada faktor pemungkin (*enabling factors*) mencakup akses informasi, fasilitas kesehatan, dan pelayanan kesehatan serta faktor penguat (*reinforcing factors*) mencakup dukungan

petugas kesehatan dan dukungan keluarga yang juga dapat berpengaruh pada perilaku pasien DM.

Pasien DM membutuhkan motivasi dan dukungan dari keluarga untuk mengatur pola makan sehingga pasien dapat mengontrol kadar gula darahnya. Studi oleh Dewi et al. (2022) di Puskesmas Nagrak Kabupaten Sukabumi terhadap 92 responden didapatkan hasil bahwa ada hubungan dukungan keluarga dan motivasi pasien dengan kepatuhan diet pasien diabetes melitus tipe 2 di wilayah Puskesmas Nagrak Kabupaten Sukabumi. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Ariyani (2021) di Puskesmas Baki Kabupaten Sukoharjo pada 74 responden didapatkan hasil bahwa terdapat hubungan antara dukungan keluarga dan motivasi penderita dengan kepatuhan menjalankan diet DM di Puskesmas Baki.

Berdasarkan permasalahan tersebut, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang, “Hubungan Motivasi dan Dukungan Keluarga dengan Kepatuhan

Diet pada Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 di Puskesmas Kecamatan Pasar Rebo”, dengan tujuan ingin membuktikan adakah hubungan antara motivasi dan dukungan keluarga terhadap kepatuhan diet DM.

METODE

Desain penelitian yang digunakan adalah analisis deskriptif dengan pendekatan cross sectional. Populasi pada penelitian ini adalah penderita Diabetes Melitus Tipe 2 yang datang ke Puskesmas Kecamatan Pasar Rebo yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi. Sampel pada penelitian ini berjumlah 85 orang. Variabel terikat pada penelitian ini adalah kepatuhan diet sedangkan variabel bebasnya adalah motivasi dan dukungan keluarga. Penelitian ini dilaksanakan di Puskesmas Kecamatan Pasar Rebo pada bulan Maret-Mei 2023. Teknik pengumpulan data pada penelitian ini melalui pengisian kuesioner yang dicetak dan wawancara. Analisis data yang dilakukan pada penelitian ini meliputi analisis univariat dan analisis bivariat menggunakan uji chi square.

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Analisa Univariat

Tabel 1 Hasil Distribusi Frekuensi Berdasarkan Karakteristik Responden di Puskesmas Kecamatan Pasar Rebo

Karakteristik	Frekuensi	%
Usia		
Middle Age	25	29.4%
Elderly	60	70.6%
Jenis Kelamin		
Laki-Laki	18	21.2%
Perempuan	67	78.8%
Pendidikan		
Rendah	31	36.5%
Menengah	36	42.4%
Tinggi	18	21.2%
Pekerjaan		
Tidak Bekerja	78	91.8%
Bekerja	7	8.2%

Berdasarkan tabel 1, menunjukkan bahwa sebagian besar dari responden berjenis kelamin perempuan, yaitu sebanyak 67 orang (78.8%) dan berada di kategori usia lanjut (elderly), yaitu sebanyak 60 orang

(70.6%), responden paling banyak berpendidikan menengah, yaitu sebanyak 36 orang (42.4%), dan mayoritas responden tidak bekerja, yaitu sebanyak 78 orang (91.8%).

Tabel 2 Hasil Distribusi Frekuensi Berdasarkan Motivasi, Dukungan Keluarga dan Kepatuhan Diet di Puskesmas Kecamatan Pasar Rebo

Variabel	Frekuensi	%
Motivasi		
Kurang baik	24	28.2%
Baik	61	71.8%
Dukungan Keluarga		
Kurang baik	32	37.6%
Baik	53	62.4%
Kepatuhan Diet		
Tidak patuh	31	36.5%
Patuh	54	63.5%

Tabel 2 menunjukkan bahwa mayoritas responden memiliki motivasi baik dan kebanyakan responden memiliki dukungan

keluarga baik dan kebanyakan responden patuh terhadap diet.

B. Analisa Bivariat

Tabel 3 Hasil Uji Analisis Bivariat Motivasi dan Dukungan Keluarga dengan Kepatuhan Diet

Variabel	Kepatuhan Diet		Total	P value	Odd ratio
	Tidak Patuh	Patuh			
Motivasi					
Kurang baik	11 (45.8%)	13 (54.2%)	24	0.261	1.735
Baik	20 (32.8%)	41 (67.2%)	61		
Total	31	54	85		
Dukungan Keluarga					
Kurang baik	16 (50%)	16 (50%)	32	0.044	2.533
Baik	15 (28.3%)	38 (71%)	53		
Total	31	54	85		

1. Hubungan Motivasi Dengan Kepatuhan Diet

Hasil analisis pada tabel 3 dapat disimpulkan bahwa tidak ada hubungan signifikan antara motivasi dengan kepatuhan diet pada penderita Diabetes Melitus tipe 2 di Puskesmas Kecamatan Pasar Rebo. Selain itu, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa responden dengan motivasi baik memiliki peluang lebih patuh terhadap diet dibandingkan dengan responden dengan motivasi kurang baik.

Kata motif atau motivasi berasal dari bahasa Latin, yaitu *moreve* yang bermakna dorongan di dalam diri manusia untuk berperilaku dan bertindak (Notoatmodjo, 2018). Menurut Bertalina dan Purnama (2016) jika motivasi pasien semakin baik maka tingkat kepatuhan diet pasien juga akan semakin baik begitupun sebaliknya, semakin rendah motivasi pasien maka tingkat kepatuhan dietnya

pun akan semakin rendah.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Kusnanto *et al.* (2019) di lima puskesmas yang ada di Surabaya yaitu, tidak ada hubungan antara motivasi dengan kepatuhan diet ($p = 0.178$). Selain itu, hasil penelitian oleh Toruan, Karim dan Woferst (2018) menunjukkan hasil yang sebaliknya dimana hasilnya ada hubungan signifikan antara motivasi diri dengan kepatuhan diet penderita DM tipe 2 di wilayah kerja Puskesmas Harapan Raya Pekanbaru pada tahun 2018 ($p= 0.010$).

Peneliti berpendapat tidak adanya hubungan signifikan antara motivasi dengan kepatuhan diet diabetes bisa terjadi karena dipengaruhi oleh banyak faktor dimana responden yang memiliki motivasi baik belum tentu patuh terhadap dietnya. Berdasarkan wawancara yang dilakukan

peneliti, diketahui kebanyakan dari responden mengatakan motivasi untuk tetap sehat berasal dari diri sendiri dan juga keluarga tetapi ada kalanya responden masih melanggar aturan diet diabetes seperti mengonsumsi makanan atau minuman yang dapat menaikkan kadar gula darah dengan alasan “hanya sesekali”. Tentunya hal tersebut dapat berpengaruh terhadap motivasi responden dalam mematuhi dietnya.

2. Hubungan Dukungan Keluarga dengan Kepatuhan Diet

Hasil analisis pada tabel 3 antara dukungan keluarga dengan kepatuhan diet didapatkan *p value* 0.044 dimana nilai *p* tersebut <0.05 sehingga dapat diambil kesimpulan bahwa H_a diterima dan H_0 ditolak yang berarti ada hubungan signifikan antara dukungan keluarga dengan kepatuhan diet pada penderita diabetes melitus tipe 2 di Puskesmas Kecamatan Pasar Rebo. Berdasarkan hasil uji statistik yang dilakukan didapatkan bahwa responden dengan dukungan keluarga kurang baik yang patuh terhadap diet sebanyak 16 (50%) orang, Sedangkan responden dengan dukungan keluarga baik yang patuh terhadap diet sebanyak 38 (71.7%) orang. Selain itu, analisis nilai OR pada penelitian ini menunjukkan bahwa responden dengan dukungan keluarga

baik memiliki peluang 2.5 kali (OR=2.533) lebih patuh terhadap diet dibandingkan responden dengan dukungan keluarga kurang baik.

Dukungan keluarga merupakan proses yang terjadi secara berkepanjangan dalam kehidupan manusia. Dukungan keluarga merupakan kepribadian, tindakan dan rasa penerimaan keluarga dengan anggota keluarganya. Sifat mendukung dikonotasikan oleh anggota keluarga adalah selalu siap memberikan bantuan dan pertolongan jika dibutuhkan (Friedman, 2013). Pemberian dukungan yang berarti akan membuat pasien mendapatkan perasaan aman dan damai sehingga dapat memberikan banyak manfaat khususnya berkaitan dengan kesembuhan pasien (Putra, 2019).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Ariyani, (2021) di Puskesmas Baki yang menunjukkan hasil terdapat hubungan antara dukungan keluarga dengan kepatuhan menjalankan diet ($p= 0.000$). Selain itu, penelitian yang dilakukan oleh Dewi *et al.*, (2022) juga menunjukkan hasil yang sama yaitu, terdapat hubungan antara dukungan keluarga dengan kepatuhan diet pasien diabetes melitus tipe 2 di wilayah Puskesmas Nagrak Kabupaten Sukabumi ($p = 0.010$).

Berdasarkan hal tersebut peneliti berpendapat bahwa dukungan keluarga merupakan salah satu faktor yang sangat penting bagi penderita DM tipe 2 untuk patuh dalam menjalankan dietnya. Hal ini karena keluarga merupakan sosok terdekat yang berada di sekitar penderita DM tipe 2 sehingga keberadaan dan dukungannya menjadi sangat berpengaruh bagi penderita DM tipe 2 dalam bertindak maupun mengambil keputusan. Oleh karena itu, jika dukungan keluarga yang diberikan baik maka hal tersebut akan berpengaruh baik pula dalam peningkatan kondisi kesehatan dari anggota keluarga yang menderita diabetes.

SIMPULAN

Dapat disimpulkan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara motivasi dengan kepatuhan diet tetapi ada hubungan yang signifikan antara dukungan keluarga dengan kepatuhan diet pada penderita diabetes melitus tipe 2 di Puskesmas Kecamatan Pasar Rebo.

UCAPAN TERIMA KASIH

Peneliti mengucapkan terima kasih kepada seluruh dosen dan tenaga kependidikan jurusan keperawatan Poltekkes Kemenkes Jakarta III, kepada dosen pembimbing yang telah memberikan bimbingan, arahan, serta masukan. Kepada kedua orang

tua yang selalu mendoakan dan memfasilitasi serta mendukung dari segala aspek baik finansial maupun emosional, kepada kepala Puskesmas Kecamatan Pasar Rebo yang telah memberikan izin penelitian di Puskesmas Kecamatan Pasar Rebo dan Terima kasih kepada teman-teman penulis serta yang tidak bisa disebutkan satu persatu yang telah membantu, menemani memberikan masukan dan menyemangati dalam penulisan ini.

DAFTAR RUJUKAN

- Andhika, D. A. (2020) *Hubungan Motivasi Dengan Kepatuhan Diet Diabetes Mellitus Pada Pasien Diabetes Mellitus di DesaTangkil Kabupoaten Pekalongan*. Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Ariyani, F. D. (2021) *Hubungan Dukungan Keluarga dan Motivasi Penderita dengan Kepatuhan Mnejalankan Diet DM di Puskesmas Baki, Kabupaten Sukoharjo, Skripsi*. Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Bertalina, B. and Purnama, P. (2016) 'Hubungan Lama Sakit, Pengetahuan, Motivasi Pasien dan Dukungan Keluarga dengan Kepatuhan Diet Pasien Diabetes Mellitus', *Jurnal Kesehatan*, 7(2), p. 329.
- Dewi, R. *et al.* (2022) 'Hubungan Dukungan Keluarga dengan Kepatuhan Diet pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2', *Medical-Surgical Journal of Nursing Research*, 1(1), pp. 64–73.

- Friedman (2013) *Buku Ajar Keperawatan Keluarga : Riset, Teori & Praktik*. Jakarta: EGC.
- IDF (2015) *IDF Diabetes Atlas, 7th Edition*. Brussels, Belgium. (Accessed: 10 January 2023).
- Indarwati, D., Riskiana, A. . and Rita, D. . (2012) ‘Hubungan Motivasi dengan Kepatuhan Diet Diabetes Melitus di Desa Tangkil Wilayah Kerja Puskesmas Kedungwuni II Kabupaten Pekalongan’.
- Kemenkes (2018) *Laporan Nasional Riskesdas Tahun 2018*. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kemenkes RI.
- Kusnanto, K. *et al.* (2019) ‘*The Correlation Between Motivation and Health Locus of Control with Adherence Dietary of Diabetes Mellitus*’, *Jurnal Ners*, 13(2), pp. 171–177.
- Notoatmodjo, S. (2018) *Ilmu Perilaku Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Putra, G. J. (2019) *Dukungan Pada Pasien Luka Kaki Diabetik*. Sidoarjo: Oksana Publishing.
- Sharma, T., Karla, J., Dhasmana, D., & Basera, H. (2014) Poor adherence to treatment: A major challenge in diabetes, *Jiacm* 15(1), 26-9.
- Simbolon, Y. I., Triyanti, T. and Sartika, R. A. D. (2019) ‘Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kepatuhan Diet Pada Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 Di Puskesmas Kecamatan Pasar Minggu Tahun 2018’, *Jurnal Kesehatan Komunitas*, 5(3), pp. 110–117.
- Supriyadi (2017) *Panduan Praktis Skrining Kaki Diabetes Melitus*. 1st edn. Yogyakarta: Deepublish.
- Toruan, D. P. L., Karim, D. and Woferst, R. (2018) ‘Hubungan Motivasi Diri dengan Kepatuhan Diet pada Penderita Diabetes Melitus Tipe 2’, *Jurnal Online Mahasiswa (JOM) Bidang Ilmu Keperawatan*, 5(2), pp. 137–145.
- WHO (2022) *Diabetes*. (Accessed: 10 January 2023)