



HUBUNGAN MOTIVASI DAN DUKUNGAN KELUARGA TERHADAP KEPATUHAN DIET PADA PENDERITA DIABETES MELITUS

The Correlation of Motivation and Family Support Towards Diet Compliance for Diabetes Mellitus Patients

Siti Nurhaliza¹; Riyan Mulfianda²; Yadi Putra³

¹Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Kedokteran, Universitas Abulyatama, Aceh Besar

^{2,3} Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Kedokteran, Universitas Abulyatama, Aceh Besar

Email: snurhaliza706@gmail.com

ABSTRAK

Salah satu faktor utama yang mempengaruhi terjadinya DM adalah pola makan yang tidak sehat dimana mereka cenderung terus-menerus mengonsumsi karbohidrat dan makanan sumber glukosa secara berlebihan. Penatalaksanaan DM terdiri dari 4 pilar yang salah satunya adalah terapi nutrisi medis (diet). Faktor yang mempengaruhi kepatuhan diet diantaranya adalah motivasi dan dukungan keluarga. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan motivasi dan dukungan keluarga dengan kepatuhan diet pada penderita diabetes melitus di Desa Sangso Kecamatan Samalanga tahun 2021. Jenis penelitian ini adalah *analitik* yang dilaksanakan pada tanggal 09 s/d 22 Juni 2021 di Desa Sangso Kecamatan Samalanga. Populasi dalam penelitian ini penderita DM di Desa Sangso sebanyak 50 orang. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah *total sampling*. Hasil penelitian ada hubungan motivasi ($p=0,009$) dan dukungan keluarga ($p=0,018$) dengan kepatuhan diet pada penderita diabetes melitus di Desa Sangso Kecamatan Samalanga. Diharapkan kepada penderita diabetes melitus terutama yang sudah lansia untuk menjaga pola makan agar kondisi gula darah menjadi stabil dan penderita DM memiliki kualitas hidup yang lebih baik.

Kata Kunci: Motivasi, Dukungan Keluarga, Kepatuhan Diet Penderita DM

ABSTRACT

One of the main factors that influence the occurrence of diabetes mellitus is an unhealthy diet where they tend to constantly consume carbohydrates and glucose sources in excess. DM management consists of 4 pillars, one of which is medical nutrition therapy (diet). The factors that influence dietary compliance include motivation and family support. This study aims to determine the relationship between motivation and family support with dietary compliance in patients with diabetes mellitus in Sangso Village, Samalanga District in 2021. This type of research is analytical which was carried out on 09 to 22 June 2021 in Sangso Village, Samalanga District. The population in this study was the highest DM sufferer in Sangso Village as many as 50 people. The sampling technique in this research is total sampling. The results showed that there was a relationship between motivation ($p = 0.009$) and family support ($p = 0.018$) with dietary compliance in patients with diabetes mellitus in Sangso Village, Samalanga District. It is expected that patients with diabetes mellitus, especially those who are elderly, maintain a healthy diet so that blood sugar conditions become stable and DM patients have a better quality of life.

Keyword: Motivation, Family Support, Diet Compliance with DM

PENDAHULUAN

International Diabetes Federation (IDF) melaporkan bahwa jumlah pasien DM di dunia pada tahun 2019 diperkirakan 463 juta orang menderita diabetes dan jumlah ini diproyeksikan mencapai 578 juta pada tahun 2030, dan 700 juta pada tahun 2045. Dua pertiga penderita diabetes tinggal di perkotaan dan tiga orang dari empat berada dalam usia kerja. Lebih dari empat juta

orang berusia 20-79 tahun diperkirakan meninggal karena penyebab terkait diabetes pada tahun 2019 (International Diabetes Federation, 2019).

Hasil Riset Kesehatan Dasar menyebutkan bahwa prevalensi orang dengan DM di masing-masing provinsi Indonesia terus mengalami peningkatan yang cukup signifikan selama lima tahun terakhir, dari tahun 2013 mencapai 6,9%

sampai tahun 2018 terus melonjak menjadi 8,5%. Prevalensi terkecil terdapat di Nusa Tenggara Timur sebesar 0,9%, sedangkan prevalensi terbesar terdapat di Daerah Khusus Ibukota (DKI) Jakarta sebesar 3,4% (Riset Kesehatan Dasar, 2018).

Salah satu faktor utama yang mempengaruhi terjadinya DM adalah pola makan yang tidak sehat dimana mereka cenderung terus-menerus mengkonsumsi karbohidrat dan makanan sumber glukosa secara berlebihan, sehingga dapat menaikkan kadar glukosa darah dan perlu adanya pengaturan diet DM dalam mengkonsumsi makanan dan diterapkan dalam kebiasaan makan sehari-hari sesuai kebutuhan tubuh. Penatalaksanaan DM terdiri dari 4 pilar yang salah satunya adalah terapi nutrisi medis (diet) (Komala, 2016).

Selain faktor motivasi, dukungan keluarga juga mempengaruhi kepatuhan diet DM. Dukungan keluarga adalah sikap, tindakan dan penerimaan keluarga terhadap anggota yang sakit. Dampak positif dari dukungan keluarga dalam menjalankan diet bagi penderita DM yaitu dapat mengontrol apa yang dianjurkan oleh tenaga kesehatan dalam menjalankan dietnya, dapat saling mengingatkan, serta saling memotivasi antar anggota keluarga terutama bagi keluarga yang sedang menjalankan diet dan berkeinginan untuk mempertahankan atau memperbaiki kualitas hidupnya. Maka dari itu pentingnya dukungan keluarga untuk berpartisipasi dalam menjaga makanan atau diet yang dianjurkan terhadap anggota keluarga yang menderita DM (Ilmah & Rochmah, 2015).

Oleh karena begitu pentingnya kader dalam menunjang terlaksananya kegiatan posyandu, maka penulis tertarik untuk mengetahui Hubungan Motivasi dan Dukungan Keluarga Terhadap Kepatuhan Diet pada Penderita Diabetes Melitus.

METODE

Jenis penelitian ini adalah deskriptif korelasi dengan pendekatan *cross sectional study*. Penelitian deskriptif korelasi yaitu suatu metode penelitian yang bertujuan untuk melihat hubungan antara dua variabel atau lebih.

Sedangkan desain *cross sectional study* adalah jenis pendekatan penelitian yang menekankan pada waktu pengukuran atau observasi data variabel independen dan dependen hanya satu kali pada satu saat.

Populasi dalam penelitian ini adalah penderita DM di Desa Sangso yang berjumlah 50 orang. Pengambilan sampel menggunakan *total sampling* yaitu pengambilan sampel secara keseluruhan dari semua populasi yang ada. Dengan demikian, maka sampel dalam penelitian ini adalah berjumlah 50 orang. Adapun bagian dari instrumen tersebut yaitu data demografi yang terdiri dari 9 pertanyaan meliputi : nomor responden, tanggal pengisian, umur, jenis kelamin, status pernikahan, pendidikan terakhir, lama menderita DM, IMT, dan jumlah kalori. Kemudian untuk motivasi terdiri dari 11 item pernyataan dengan kriteria penilaian jika selalu (4), sering (3), jarang (2), dan tidak pernah (1). Dan dukungan keluarga terdiri dari 30 item pernyataan yang mencakup 4 domain dukungan keluarga dengan kriteria penilaian jika selalu (4), sering (3), jarang (2), dan tidak pernah (1). Kepatuhan diet penderita DM terdiri dari 22 item pertanyaan. Adapun kriteria penilaian jika selalu (4), sering (3), jarang (2), dan tidak pernah (1).

Pengolahan data dalam penelitian ini dilakukan melalui empat tahapan yaitu editing, coding, processing dan cleaning. Kemudian setelah dilakukan pengolahan data maka selanjutnya peneliti melakukan analisa data yaitu analisa univariat dan analisa bivariat sesuai dengan hasil penelitian.

HASIL

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responen di Desa Sangso Kecamatan Samalanga (n=50)

Karakteristik	f	%
Usia	17	34
Dewasa (Awal & Akhir)	33	66
Lansia (Awal & Akhir)		
Jenis Kelamin		
Laki-Laki	24	48
Perempuan	26	52
Kategori Status Pernikahan		
Menikah	47	94
Janda	2	4
Duda	1	2

Karakteristik	f	%
Kategori Pendidikan		
Dasar	15	30
Menengah	16	32
Tinggi	19	38
Kategori Lama DM		
< 5 Tahun	14	28
≥ 5 Tahun	36	72
Kategori IMT		
Kurus	1	2
Normal	20	40
Overweight	10	20
Obesitas	19	38
Kategori Kebutuhan Kalori		
1000-1400	31	62
1401-1900	19	38

Berdasarkan tabel 1 terlihat bahwa sebagian besar responden lansia yang berjumlah 33 orang (66%), dengan mayoritas jenis kelamin perempuan yaitu sebanyak 26 responden (52%), dengan status menikah sebanyak 47 responden (94%), dengan tingkat pendidikan tinggi yaitu sebanyak 19 orang (38%), dengan lama menderita DM berada pada kategori ≥ 5 Tahun sebanyak 14 orang (28%), dengan Indeks Massa Tubuh berada pada kategori normal yaitu sebanyak 21 orang (42%), dan kebutuhan kalori berada dalam kategori 1000-1400 yaitu sebanyak 31 orang (62%).

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Motivasi, Dukungan Keluarga dan Kepatuhan Diet Penderita Diabetes Melitus

Motivasi	f	%
Tinggi	25	50
Rendah	25	50
Dukungan Keluarga		
Baik	24	48
Kurang	26	52
Kepatuhan Diet		
Baik	30	60
Kurang	20	40

Berdasarkan tabel 2 diketahui bahwa motivasi tinggi dan rendah responden memiliki frekuensi sama besar yaitu sebanyak 25 responden (50%), sedangkan dukungan informasi dari keluarganya yang berada pada kategori kurang yaitu sebanyak 26 responden

(52%) dan sebagian responden melaksanakan diet pada kategori baik yaitu sebanyak 30 responden (60%).

Tabel 3. Hubungan Motivasi dengan Kepatuhan Pelaksanaan Diet pada Penderita Diabetes Melitus

Motivasi	Kepatuhan Diet		P Value	
	Baik	Kurang	n	%
Tinggi	20	5	80	20
Rendah	10	15	40	60

Berdasarkan tabel 3 terlihat bahwa dari 50 responden, 26 diantaranya memiliki motivasi yang tinggi dimana sebagian besar responden memiliki kepatuhan diet yang baik yaitu sebanyak 20 responden (80%). Sedangkan dari 26 responden dengan motivasi yang kurang, sebagian besar memiliki kepatuhan diet yang kurang yaitu sebanyak 15 responden (60%).

Setelah dilakukan uji silang didapatkan nilai p value 0,009 ($< \alpha = 0,05$), maka dapat disimpulkan bahwa hipotesis yang menyatakan hubungan kepatuhan motivasi pada penderita diabetes mellitus diterima atau H_0 di tolak.

Tabel 4. Hubungan Dukungan Keluarga dengan Kepatuhan Pelaksanaan Diet pada Penderita Diabetes Melitus

Dukungan Keluarga	Kepatuhan Diet		Total		P-Value
	Patuh	Tidak	n	%	
Baik	19	5	79,2	20,8	
Kurang	11	15	42,3	57,7	

Berdasarkan tabel 4 terlihat bahwa dari 50 responden, 24 diantaranya memiliki dukungan keluarga yang baik dimana sebagian besar responden melaksanakan pelaksanaan diet dengan patuh yaitu sebanyak 19 responden (79,2%). Sedangkan dari 26 responden dengan dukungan keluarga yang kurang, seluruhnya sebagian besarnya tidak patuh dalam melakukan diet yaitu sebanyak 15 responden (57,7%).

Setelah dilakukan uji silang didapatkan nilai p value 0,018 ($< \alpha = 0,05$), maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan kepatuhan

pelaksanaan diet pada penderita diabetes mellitus.

PEMBAHASAN

Hubungan Motivasi dengan Kepatuhan Pelaksanaan Diet pada Penderita Diabetes Melitus

Berdasarkan hasil penelitian diatas, hasil uji silang didapatkan nilai p value 0,009 ($< \alpha = 0,05$), maka dapat disimpulkan bahwa hipotesis yang menyatakan ada hubungan motivasi dengan kepatuhan pelaksanaan diet pada penderita diabetes mellitus diterima atau H_0 di tolak.

Kepatuhan mengacu kepada situasi ketika perilaku seorang penderita diabetes mellitus termotivasi dengan anjuran yang atau nasehat yang diusulkan oleh seseorang praktisi kesehatan atau informasi yang dapat diperoleh dari suatu sumber informasi lainnya seperti nasehat yang diberikan dalam suatu brosur promosi kesehatan melalui suatu kampanye media (Sunarmi, 2010). Hal ini sejalan dengan pendapat ahli yang mengatakan untuk melakukan terapi diet diperlukan adanya motivasi penderita, dimana yang dimaksud dalam motivasi diet ini adalah suatu usaha untuk mempengaruhi tingkah laku individu untuk bertindak melakukan diet sehingga mencapai hasil atau tujuan tertentu seperti mengurangi, menghilangkan atau menyembuhkan penyakit untuk mempertahankan hidupnya (Toruan dkk, 2018).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya dimana hasil penelitian menunjukkan seluruh responden memiliki motivasi tinggi dalam mematuhi diet, sebanyak 17 orang (80.9%) patuh terhadap diet DM yang dianjurkan oleh tenaga pelayanan kesehatan. Hasil analisa uji Pearson Product Moment nilai signifikan 0,000 yang berarti ada hubungan antara motivasi dengan kepatuhan diet diabetes melitus pada penderita diabetes melitus (Manalu dkk, 2020).

Pendapat peneliti terhadap hasil penelitian ini adalah sebagian besar responden yang memiliki motivasi yang baik memiliki kepercayaan bahwa dengan menjalani diet tubuh mereka akan merasa memiliki kadar gula yang terkontrol. Motivasi yang baik ini berasal dari

pengetahuan yang baik dan mendapatkan dukungan yang baik dapat mendorong motivasi penderita DM untuk menjalankan dietnya dengan baik.

Berdasarkan hasil wawancara diketahui bahwa sebagian besar responden mengatakan bahwa mereka memiliki rasa tanggung jawab atas kesehatannya, mereka percaya terhadap pola makan yang di atur oleh petugas kesehatan, menyadari benar bahwa pola makan merupakan kunci utama dari control kadar gula darah. Hal ini meunjukkan bahwa responden memiliki motivasi yang baik dalam menjalankan dietnya, selain itu keterkaitan antara pengetahuan dan dukungan inilah yang diduga menjadi hubungan adanya motivasi dengan kepatuhan diet pada penderita DM.

Hubungan Dukungan Keluarga dengan Kepatuhan Pelaksanaan Diet pada Penderita Diabetes Melitus

Berdasarkan hasil penelitian diatas, hasil uji silang didapatkan nilai p value 0,018 ($< \alpha = 0,05$), maka dapat disimpulkan bahwa hipotesis yang menyatakan ada hubungan dukungan keluarga dengan kepatuhan pelaksanaan diet pada penderita diabetes mellitus diterima atau H_0 di tolak.

Dampak positif dari dukungan keluarga dalam menjalankan diet bagi penderita DM yaitu dapat mengontrol apa yang dianjurkan oleh tenaga kesehatan dalam menjalankan dietnya, dapat saling mengingatkan, serta saling memotivasi antar anggota keluarga terutama bagi keluarga yang sedang menjalankan diet dan berkeinginan untuk mempertahankan atau memperbaiki kualitas hidupnya. Maka dari itu pentingnya dukungan keluarga untuk berpartisipasi dalam menjaga makanan atau diet yang dianjurkan terhadap anggota keluarga yang menderita DM (Ilmah & Rochmah, 2015).

Menurut Ismansyah & Ernawati (2014) dalam penelitian “Hubungan Dukungan Keluarga dengan Kepatuhan Diet pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2” menunjukkan bahwa ada hubungan antara dukungan keluarga dengan kepatuhan diet DM. Dari hasil ditemukan bahwa dukungan dari anggota keluarga merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi kepatuhan

diet. Dukungan yang diberikan keluarga, akan membuat penderita merasa diperdulikan dan dicintai, hal ini akan membuat penderita memiliki keinginan yang kuat untuk menjalankan program diet yang sudah dianjurkan.

Hasil penelitian ini sejalan dengan teori yang dikemukakan oleh Albery & Munafo (2011) yang mengatakan dukungan keluarga merupakan sikap, tindakan dan penerimaan keluarga terhadap penderita yang sakit, keluarga juga berfungsi sebagai sistem pendukung bagi anggotanya dan anggota keluarga memandang bahwa orang yang bersifat mendukung, selalu siap memberikan pertolongan dengan bantuan jika diperlukan. Sedangkan menurut Hendro dalam jurnal Bistara & Ainayah (2018) dengan judul “Hubungan pengetahuan dengan kepatuhan diet pada penderita DM di Posyandu Lansia Cempaka” menyatakan bahwa hubungan keluarga secara nyata merupakan bentuk kepedulian keluarga untuk memberikan dukungan, mengingatkan, dan membantu penderita DM dalam mengatur pola makan.

Begitu pula dengan hasil penelitian Oktavera dkk (2020), dengan judul hubungan dukungan keluarga dengan kepatuhan diet pasien diabetes mellitus tipe-II menunjukkan dari 50 orang responden, 16 (76,2%) yang tidak patuh kurang baik mendapat dukungan keluarga dalam menjalankan diet dan sebanyak 21 (72,4%) yang patuh menjalankan diet baik mendapat dukungan keluarga menjalankan dietnya. Hasil uji statistic di dapatkan bahwa P-value yaitu 0.002 yang berarti bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara dukungan keluarga dengan kepatuhan diet pasien Diabetes Mellitus tipe II.

Asumsi peneliti terhadap hasil penelitian ini adalah keluarga merupakan orang terdekat responden, dimana kebutuhan diet makan responden diatur oleh keluarganya. keluarga yang mampu memberikan dukungan kepada responden baik secara psikologis mau tindakan seperti mempersiapkan menu yang beragam, membantu mengingatkan responden untuk kembali kejalur diet yang benar. Dukungan keluarga yang baik akan berdampak secara langsung terhadap diet penderita DM.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di Desa Sangso Kecamatan Samalanga yang dilakukan pada tanggal 09 s/d 22 Juni 2021 maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Terdapat hubungan motivasi dengan kepatuhan diet pada penderita Diabetes Melitus di Desa Sangso Kecamatan Samalanga dimana nilai p value 0,009 ($p < 0,05$).
2. Terdapat hubungan dukungan keluarga dengan kepatuhan diet pada penderita Diabetes Melitus di Desa Sangso Kecamatan Samalanga dimana nilai p value 0,018 ($p < 0,05$).

DAFTAR PUSTAKA

- Albery, I. P., Munafo, M. (2011). *Psikologi Kesehatan Panduan Lengkap dan Komprehensif Bagi Studi Psikologi kesehatan*. Jakarta: Pallmal. Retrieved from: <http://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/ujph>
- Bistara, N. D., Ainayah, N. (2018). *Hubungan Pengetahuan Dengan Kepatuhan Diet Pada Penderita Diabetes Mellitus Di Posyandu Lansia Cempaka Kelurahan Tembok Dukuh Kecamatan Bubutan Surabaya*. Journal of Health Sciences. Vol. 13. No. 1. Hal. 51-57. Retrieved from: <https://journal2.unusa.ac.id/index.php/>
- Ilmah, F., Rochmah, T. N. (2015). *Kepatuhan Pasien Rawat Inap Diet Diabetes Mellitus Berdasarkan Teori Kepatuhan Niven*. Jurnal Administrasi Kesehatan Indonesia. Vol. 3. No. 1. Hal. 60-69. Retrieved from: <http://e-journal.unair.ac.id/JAKI/article/download/1490/1150>
- International Diabetes Federation (2019). *Diabetes Atlas 9th Edition*. Retrieved from: <https://www.diabetesatlas.org>
- Ismansyah, Ernawati, R. (2014). *Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kepatuhan Diet Diabetes Melitus Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe II*. Jurnal Husada Mahakam. Vol. 3. No. 8. Hal. 389-442. Retrieved from: <https://adoc.pub/download/hubungan-dukungan-keluarga-dengan-kepatuhan-diet-diabetes-me.html>
- Komala, I. (2016). *Hubungan Motivasi Dengan Kepatuhan Diet Diabetes Mellitus Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe II*. Samarinda: Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Muhammadiyah.
- Manalu, R. M., Manurung, T., Manurung, Y. (2020). *Hubungan Motivasi Dengan Kepatuhan Pelaksanaan Diet Pada Penderita Diabetes Melitus*. Jurnal Keperawatan Priority. Vol. 3. No. 2. Hal. 53-61.
- Oktavera, A., Putri, L. M., Dewi, R. (2021). *Upaya Keluarga Dalam Meningkatkan Kualitas Hidup Pasien Hemodialisa*. Real in Nursing Journal. Vol. 4. No. 1. Hal. 6-16. Retrieved from: <https://ojs.fdk.ac.id/index.php/Nursing/article/download/1126/453>

- Riset Kesehatan Dasar. (2018). *Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian RI tahun 2018*. Retrieved from: https://www.depkes.go.id/resources/download/infote_rkini/materi_rakorpop_2018/Hasil_Riskesdas_2018.pdf
- Sunarmi. (2010). *Gambaran Tingkat Pengetahuan Keluarga Lansia yang Menderita Gangren Diabetes tentang Upaya Pencegahan Gangren Diabetes di IRNA C di Penyakit Dalam RSUP Dr. M. DJamil Padang*. Skripsi: Universitas Andalas.
- Toruan, D. P. L., Karim, D., Woferst, R. (2018). *Hubungan Motivasi Diri Dengan Kepatuhan Diet Pada Penderita Diabetes Mellitus Tipe 2*. JOM FKp. Vol. 5 No. 2. Hal. 137-145