

# PENGETAHUAN DAN MOTIVASI MENINGKATKAN KEPATUHAN DIET PASIEN DIABETES MELLITUS TIPE II

Nur Isnaini<sup>1</sup>, Muhammad Helmi Agung Saputra<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Departemen Keperawatan Medikal Bedah, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Purwokerto, Jawa Tengah  
Email: nurisnaini@ump.ac.id

## ABSTRAK

**Latar Belakang:** Salah satu penatalaksanaan untuk mencegah terjadinya komplikasi bagi pasien DM adalah terapi diet atau pengelolaan pola makan. Kepatuhan dapat sangat sulit dan membutuhkan dukungan, pengetahuan, dan motivasi agar menjadi biasa dengan perubahan yang dilakukan dengan cara mengatur untuk meluangkan waktu dan kesempatan yang dibutuhkan untuk menyesuaikan diri.

**Tujuan:** Mengetahui pengaruh pengetahuan dan motivasi terhadap peningkatan kepatuhan diet pasien diabetes mellitus tipe II

**Metode:** Metode penelitian *Deskriptif Analitik* dan pendekatan *cross sectional*. Sampel penelitian ini adalah pasien DM Tipe 2 yang mengikuti prolanis di Puskesmas 1 Cilongok sebanyak 40 orang dengan teknik *total sampling*. Analisa data menggunakan analisa *chi-square*.

**Hasil:** Sebagian besar pengetahuan responden adalah baik sebanyak 24 responden (60%). Sebagian besar motivasi responden adalah tinggi sebanyak 22 responden (55%). Sebagian besar kepatuhan responden adalah patuh sebanyak 21 responden (52,5%). Responden dengan pengetahuan baik memiliki prosentase dua kali lebih banyak yang patuh terhadap diet dari pada responden yang berpengetahuan kurang (RR: 2,1973,  $p < 0,05$ ). Responden dengan motivasi yang tinggi memiliki prosentasi lima kali lebih banyak yang patuh terhadap diet dari pada responden yang memiliki motivasi rendah (RR: 5,7302,  $p < 0,05$ ).

**Kesimpulan:** Pengetahuan dan motivasi yang tinggi meningkatkan kepatuhan terhadap diet pada penderita diabetes mellitus tipe II

*Kata Kunci: Pengetahuan, Motivasi, Kepatuhan Diet, Diabetes Mellitus*

---

## PENDAHULUAN

Diabetes mellitus (DM) merupakan salah satu jenis penyakit metabolik yang selalu mengalami peningkatan setiap tahun di negara-negara seluruh dunia. Berdasarkan perolehan data *Internatonal Diabetes Federatiaon* (IDF) tingkat prevalensi global penderita DM pada tahun 2012 sebesar 8,4 % dari populasi penduduk dunia, dan mengalami peningkatan menjadi 382 kasus pada tahun 2013. IDF memperkirakan pada tahun 2035 jumlah insiden DM akan mengalami peningkatan menjadi 55% (592 juta) di antara usia penderita DM 40-59 tahun (IDF, 2013).

Diabetes mellitus sering kali tidak terdeteksi sebelum diagnosis dilakukan, sehingga morbiditas (terjadinya penyakit atau kondisi yang mengubah kesehatan dan kualitas hidup) dan mortalitas (kematian) dini terjadi pada kasus yang tidak terdeteksi ini. Uji diagnostik DM dilakukan pada mereka yang menunjukkan gejala/tanda dengan salah satu risiko DM yaitu usia  $\geq 45$  tahun dan usia lebih muda yang disertai dengan faktor risiko seperti kebiasaan tidak aktif (tidak banyak bergerak), turunan pertama dari orang tua dengan DM, riwayat melahirkan bayi dengan BB lahir bayi  $> 4000$  gram, atau riwayat DM-gestasional,

hipertensi, kolesterol HDL  $\leq$  35 mg/dL dan atau trigliserida  $\geq$  250 mg/dL, menderita keadaan klinis lain yang terkait dengan resistensi insulin, adanya riwayat toleransi glukosa yang terganggu atau glukosa darah puasa terganggu sebelumnya, dan memiliki riwayat penyakit kardiovaskular (Soegondo dkk, 2013).

Data Kemenkes RI. (2013), dari hasil Riskesdas tahun 2013 terjadi peningkatan prevalensi Diabetes Mellitus di Indonesia pada tahun 2007 yakni sebesar 1,1% menjadi 2,1% pada tahun 2013. Hasil analisis gambaran prevalensi Diabetes Mellitus berdasarkan jenis kelamin di Indonesia pada tahun 2013 juga menunjukkan bahwa prevalensi Diabetes Mellitus pada wanita lebih banyak (1,7%) dibandingkan pada laki-laki (1,4%). Sedangkan berdasarkan wilayahnya, prevalensi Diabetes Mellitus di Indonesia tahun 2013 lebih besar di perkotaan (2%) dibandingkan dengan di pedesaan (1%).

Berdasarkan data dari Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Tengah pada tahun 2014 Diabetes Mellitus menempati urutan ke 2 dari 12 penyakit yang tidak menular (PTM) di Jawa Tengah yaitu sebanyak 95.342 (14,96%) jiwa dari jumlah 620.293 jiwa (Dinkes Jateng, 2014)

Prevalensi dari seluruh puskesmas di Kabupaten Banyumas tahun 2015, terdapat penderita diabetes melitus sebanyak 2106 penduduk yang terdiri dari DM tipe 1 sebanyak 563 dan DM tipe 2 sebanyak 1543 ,dan di tahun 2016 terdapat penderita diabetes mellitus sebanyak 1939 penduduk yang terdiri dari DM tipe 1 sebanyak 341 dan DM tipe 2 sebanyak 1598. Secara

keseluruhan jumlah pasien DM sedikit menurun di tahun 2016 dibanding taun 2015, namun jumlah penderita DM tipe 2 terus meningkat ditahun 2016 dibanding tahun 2015 (Dinkes Kabupaten Banyumas, 2015-2016).

Salah satu penatalaksanaan untuk mencegah terjadinya komplikasi bagi pasien DM adalah terapi diet atau pengelolaan pola makan (Price & Wilson, 2008). Tujuan utama dari terapi diet pada penderita DM adalah mempertahankan kadar gula darah agar mendekati normal. Pasien dengan DM yang menjalani terapi diet secara rutin dan kadar gula darahnya terkendali, dapat mengurangi resiko komplikasi jangka pendek maupun jangka panjang (Almatseir, 2006). Harapannya dengan mengurangi resiko komplikasi dari DM, maka pasien DM dapat memiliki harapan hidup yang lebih baik dibandingkan dengan pasien DM yang tidak terkendali kadar gula darahnya.

Data studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti pada 9 maret 2016 dari Puskesmas 1 Cilongok kasus DM pada tahun 2016 terdiri dari DM Tipe 2 sebanyak 109 kasus, DM Tipe 1 sebanyak 2 kasus. Dan pada Program Pengelolaan Penyakit Kronis (prolanis) di Puskesmas 1 Cilongok terdapat 40 orang penderita DM Tipe 2 yang mengikuti program prolanis

Berdasarkan wawancara dari 4 orang yang terkena DM Tipe 2 yang mengikuti prolanis di Puskesmas 1 Cilongok bahwa ke empat responden tersebut mempunyai pengetahuan yang kurang dan motivasi yang tinggi terhadap kepatuhan diet yang dianjurkan. Motivasi untuk sembuh dari penyakit DM membuat mereka patuh dalam

menjalankan program-program yang telah diberikan oleh perawat dan dokter tetapi kurang tepat dalam menjalankan dietnya. Tujuan dari penelitian ini adalah mengetahui hubungan pengetahuan dan motivasi dengan tingkat kepatuhan diet pasien diabetes mellitus tipe II di Wilayah Kerja Puskesmas 1 Cilongok.

## METODE

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui adanya hubungan pengetahuan dan motivasi terhadap kepatuhan diet pasien diabetes mellitus tipe II di wilayah kerja puskemas I cilongok kab. Banyumas yang dilaksanakan pada bulan April-Mei 2017.

Jenis penelitian ini adalah penelitian deskriptif yang bersifat analitik penelitian ini menggunakan rancangan *cross sectional* dimana data yang menyangkut variable bebas atau resiko dan variable terikat atau variable akibat akan dikumpulkan dalam waktu yang bersamaan (Notoatmodjo, 2010). Populasi dalam penelitian ini adalah semua pasien DM Tipe 2 yang mengikuti prolanis di puskesmas 1 cilongok sebanyak 40 orang.

Teknik pengumpulan data menggunakan kuesioner dalam bentuk pernyataan-pernyataan yang berkaitan dengan pengetahuan, motivasi dan kepatuhan diet DM. Teknik sampel yang digunakan adalah *total sampling*. Analisa univariat meliputi karakteristik responden berupa umur, jenis kelamin, pendidikan, dan lama menderita. Sedangkan analisa bivariate berupa hubungan pengetahuan dan motivasi dengan tingkat kepatuhan diet pasien diabetes mellitus tipe II menggunakan uji *chi-square*.

## HASIL

Hasil penelitian pada table 1 menunjukkan sebagian besar berusia pada rentang 50-69 tahun sebanyak 23 responden (57,5%), jenis kelamin sebagian besar perempuan sebanyak 21 responden (52,5%), dan pendidikan sebagian besar menengah sebanyak 18 responden (45%), sedangkan pada lama menderita DM antara 1-5 tahun sebanyak 17 responden (42,5%).

Tabel 2 menunjukkan sebagian besar pengetahuan responden adalah baik sebanyak 24 responden (60%) dan sisanya memiliki pengetahuan kurang sebanyak 16 responden (40%). Sebagian besar motivasi responden adalah tinggi sebanyak 22 responden (55%) dan sebagian kecil memiliki motivasi rendah sebanyak 18 responden (45%). Sebagian besar responden patuh terhadap diet yaitu sebanyak 21 responden (52,5%) dan sebagian kecil memiliki kepatuhan diet yang tidak patuh sebanyak 19 responden (47,5%).

Hasil penelitian menunjukkan adanya pengaruh yang signifikan antara pengetahuan dan motivasi terhadap tingkat kepatuhan diet pasien Diabetes Mellitus Tipe II. Responden dengan pengetahuan baik memiliki persentase dua kali lebih banyak yang patuh terhadap diet dari pada responden yang berpengetahuan kurang (RR: 2,1973,  $p < 0,05$ ). Responden dengan motivasi yang tinggi memiliki persentase lima kali lebih banyak yang patuh terhadap diet dari pada responden yang memiliki motivasi rendah (RR: 5,7302,  $p < 0,05$ ). Tabel 3.

Tabel 1. Karakteristik Responden

Karakteristik	Frekuensi	Persentase
<b>Usia</b>	15	37,5%
30 – 49 tahun		
50 – 69 tahun	23	57,5%
>60 tahun	2	5%
<b>Jenis Kelamin</b>		
Perempuan	21	52,5%
Laki-Laki	19	47,5%
<b>Pendidikan</b>		
Dasar	16	40%
Menengah	18	45%
Tinggi	6	15%
<b>Lama Menderita DM</b>		
1 – 5 tahun	17	42,5%
6 – 10 tahun	14	35%
11 – 15 tahun	9	22,5%
Total	40	100%

Tabel 2. Tingkat Pengetahuan, Motivasi dan Kepatuhan Diet

Variabel	Frekuensi	Persentase
<b>Pengetahuan</b>		
Baik	24	60%
Kurang	16	40%
<b>Motivasi</b>		
Tinggi	22	55%
Rendah	18	45%
<b>Kepatuhan</b>		
Patuh	21	52,5%
Tidak	19	47,5%
Total	40	100%

Tabel 3. Pengaruh Pengetahuan dan Motivasi Terhadap Tingkat Kepatuhan Diet

Variabel	Kepatuhan Diit				Total		RR	p-value
	Patuh		Tidak		f	%		
	f	%	f	%				
<b>Pengetahuan</b>								
Baik	17	70,8	7	29,2	24	100	2,1973	0,004
Kurang	4	25	12	74	16	100		
<b>Motivasi</b>								
Tinggi	19	86,4	3	13,6	22	100	5,7302	0,0001
Rendah	2	11,1	16	88,9	18	100		

## PEMBAHASAN

Hasil penelitian didapatkan dari total 40 responden, usia responden sebagian besar berusia pada rentang 50-69 tahun sebanyak 23 responden (57,5%), jenis kelamin sebagian besar pada perempuan sebanyak 21 responden (52,5%), dan pendidikan sebagian besar dengan pendidikan menengah sebanyak 18

responden (45%), sedangkan pada lama menderita berlangsung antara 1-5 tahun sebanyak 17 responden (42,5%). Usia mempengaruhi resiko dan kejadian DM. Usia sangat erat kaitannya dengan kenaikan kadar glukosa darah, sehingga semakin meningkat usia maka prevalensi DM dan gangguan toleransi glukosa semakin tinggi. Proses menua yang berlangsung setelah

usia 30 tahun mengakibatkan perubahan anatomis, fisiologis dan biokimia. Menurut WHO setelah usia 30 tahun, maka kadar glukosa darah akan naik 1-2 mg/dL/tahun pada saat puasa dan akan naik 5,6-13 mg/dL pada 2 jam setelah makan (Sudoyo, 2006). DM Tipe 2 merupakan DM yang sering terjadi pada orang dewasa usia lebih dari 35 tahun (LeMone et al, 2011).

Hasil penelitian didapatkan paling banyak jenis kelamin responden adalah perempuan. Hasil penelitian ini sejalan dengan beberapa hasil penelitian menunjukkan bahwa angka kejadian DM pada wanita lebih banyak dibandingkan pria (Stipanovic, 2002; Wu, 2007). Wanita menempati jumlah yang lebih banyak dibandingkan pria karena penyandang DM wanita lebih bersikap positif bila dibandingkan dengan pria, serta kurang mampu dalam mengontrol DM (Smet B., 2004). Penelitian terdahulu menemukan perbandingan antara pria dan wanita yang mengalami DM di polidiabetes di Indonesia antara 1:1 sampai 1:2 (Tjokroprawiro, 1993 dalam Rusimah 2011).

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan didapatkan rata-rata responden menderita DM kurang dari 10 tahun. Semakin lama seseorang mengalami diabetes melitus maka semakin besar risiko terjadinya komplikasi-komplikasi yang akan muncul, seperti ulkus diabetes, retinopati, nefropati, neuropati, CAD, dan PAD (LeMone et al, 2011). Lama menderita diabetes mellitus tidak berdiri sendiri sebagai faktor memburuknya nilai ABI. Lama menderita diabetes melitus, riwayat merokok, riwayat alkohol, latihan fisik (olahraga) dan usia akan

mempengaruhi nilai ABI yang menyebabkan risiko terjadinya PAD (Kirsner, 2010). Hasil penelitian ini kemungkinan disebabkan karena lama responden menderita diabetes melitus rata-rata 6,55 tahun, kurun waktu ini belum cukup lama untuk mencetuskan adanya kerusakan pembuluh darah arteri perifer, seperti yang dijelaskan oleh Escobedo *et al*(2010) bahwa PAD dan kerusakan fungsi miokard akan terlihat pada penderita diabetes melitus yang menderita diatas 20 tahun.

Hasil penelitian didapatkan dari total 40 responden, sebagian besar pengetahuan responden adalah baik sebanyak 24 responden (60%) dan sisanya kecil memiliki pengetahuan kurang sebanyak 16 responden (40%). Hal ini terlihat dari kemampuan mayoritas responden dalam menjawab benar pertanyaan tentang diet DM. Responden yang berpengetahuan baik adalah responden yang berpendidikan menengah atas yang termasuk ke dalam kelompok pendidikan tinggi. Sehingga responden yang berpendidikan tinggi memiliki kemampuan dalam menyerap informasi lebih cepat dan menggali informasi tentang pola diet DM tipe II.

Hasil penelitian didapatkan dari total 40 responden, sebagian besar motivasi responden adalah tinggi sebanyak 22 responden (55%) dan sebagian kecil memiliki motivasi rendah sebanyak 18 responden (45%). Penyakit diabetes mellitus merupakan penyakit kronis yang dapat diderita bertahun-tahun. Ada kalanya pasien akan merasa jenuh melakukan terapi diabetes mellitus terutama pengaturan pola makan atau diet.

Hasil penelitian didapatkan dari total 40 responden, sebagian besar kepatuhan responden adalah patuh sebanyak 21 responden (52,5%) dan yang tidak patuh sebanyak 19 responden (47,5%). Kepatuhan responden terhadap pola diet berdasarkan hasil penelitian ini didukung oleh keinginan responden untuk tetap terjaga kondisi kesehatannya meskipun memiliki keluhan.

Hasil penelitian didapatkan dari total 40 responden, responden dengan pengetahuan baik sebagian besar memiliki kepatuhan diet yang patuh sebanyak 17 responden (70,8%) dan responden dengan pengetahuan kurang sebagian besar memiliki kepatuhan diet yang tidak patuh sebanyak 12 responden (75%). Hasil uji *chi-square* menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan terhadap tingkat kepatuhan diet pasien Diabetes Mellitus Tipe II  $p < 0,05$ .

Hasil penelitian didapatkan bahwa responden dengan motivasi tinggi sebagian besar memiliki kepatuhan diet yang patuh sebanyak 19 responden (86,4%) dan responden dengan motivasi rendah sebagian besar memiliki kepatuhan diet yang tidak patuh sebanyak 16 responden (88,9%). Hasil uji *chi-square* menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara motivasi terhadap tingkat kepatuhan diet pasien Diabetes Mellitus Tipe II  $p < 0,05$ .

## KESIMPULAN DAN SARAN

Pasien DM dengan tingkat pengetahuan yang baik dan motivasi yang tinggi, lebih patuh terhadap diet dari pada pasien DM yang tingkat pengetahuan dan

motivasinya rendah. Perlunya pemberian edukasi secara berkesinambungan pada pasien DM sehingga dapat terbentuk motivasi dan kepatuhan terhadap diet. Perlu dilakukan penelitian yang berhubungan factor-factor yang mempengaruhi kepatuhan diet selain dari pengetahuan dan motivasi.

## DAFTAR PUSTAKA

- Bastable, S.B. 2008. *Perawat sebagai pendidik: prinsip-prinsip pengajaran dan pembelajaran*. Jakarta: EGC.
- Delamater, A.M. 2006. *Improving patient adherence*. Diabetes Journal. Diakses 10 Januari 2017 Website: <http://www.clinical.diabetesjournals.org/>.
- Dinas Kesehatan Kabupaten Banyumas. 2016. *Profil Kesehatan Kabupaten Banyumas Tahun 2015*. Pemerintah Kabupaten Banyumas.
- Dinkes Jateng. 2014. *Profil Kesehatan Provinsi Jawa Tengah 2014*. Semarang: Pemerintah Provinsi Jawa Tengah.
- Febriana, R. 2014. *Hubungan Kepatuhan Diet Dengan Kadar Gula Darah Sewaktu Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 Di Rawat Inap RSUD Sukoharjo*. Skripsi thesis: Universitas Muhammadiyah Surakarta. Diakses 11 Januari 2017 Website: [http://eprints.ums.ac.id/28060/17/NASKAH\\_PUBLIKASI.pdf](http://eprints.ums.ac.id/28060/17/NASKAH_PUBLIKASI.pdf).
- Hasdianah. 2012. *Mengenal Diabetes Mellitus*. Yogyakarta: Nuha Medika
- Hidayat. 2011. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: CV Alfabeta
- Indarwati, D., Riskiana, Rusmariana, A., & Hartanti, RD. 2013. *Hubungan Motivasi Dengan Kepatuhan Diet Diabetes Mellitus Pada Pasien Diabetes Mellitus Di Desa Tangkil Wilayah Kerja Puskesmas Kedungwuni II Kabupaten Pekalongan*. Jurnal Skripsi: Prodi S1 Keperawatan STIKES Pekajangan Pekalongan. Diakses 10 Januari 2017 Website: <http://www.e-skripsi.stikesmuh-pkj.ac.id/>
- International Diabetes Federation (2013). *One adult in ten will have diabetes by 2030. 5th edition*. IDF: Diabetes Atlas.
- Kemenkes RI. 2013. *Hasil Riskesdas Tahun 2013*. Jakarta: Banlitbangkes