

**HUBUNGAN MOTIVASI DENGAN TINGKAT KEPATUHAN  
DIET PADA PASIEN DIABETES MELLITUS TIPE 2 :  
*LITERATURE REVIEW***

**NASKAH PUBLIKASI**



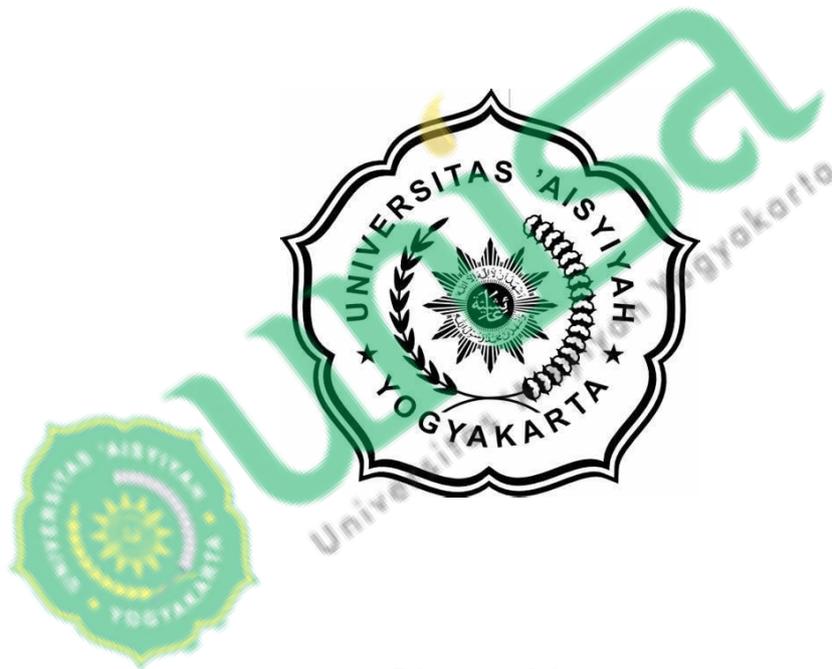
**Disusun oleh :  
LINAFSIH AMALIYAH  
1810201138**

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS 'AISYIYAH  
YOGYAKARTA  
2022**

**HUBUNGAN MOTIVASI DENGAN TINGKAT KEPATUHAN  
DIET PADA PASIEN DIABETES MELLITUS TIPE 2 :  
*LITERATURE REVIEW***

**NASKAH PUBLIKASI**

Diajukan Guna Melengkapi Sebagian Syarat Mencapai Gelar Sarjana Keperawatan  
Program Studi Keperawatan  
Fakultas Ilmu Kesehatan di Universitas "Aisyiyah Yogyakarta



**Disusun oleh :**

**LINAFSIH AMALIYAH**

**1810201138**

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS 'AISYIYAH  
YOGYAKARTA  
2022**

**HUBUNGAN MOTIVASI DENGAN TINGKAT KEPATUHAN  
DIET PADA PASIEN DIABETES MELLITUS TIPE 2 :  
*LITERATURE REVIEW***

**NASKAH PUBLIKASI**

**Disusun oleh :  
LINAFSIH AMALIYAH  
1810201138**

Telah memenuhi Persyaratan dan Disetujui Untuk Dipublikasikan

**Program Studi Keperawatan  
Fakultas Ilmu Kesehatan  
Di Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta**

**Oleh :**  
**Pembimbing : SIGIT HARUN, S.Kep.,Ns.,M.Kep**

31 Agustus 2022 09:10:28



# HUBUNGAN MOTIVASI DENGAN TINGKAT KEPATUHAN DIET PADA PASIEN DIABETES MELLITUS TIPE 2 : *LITERATURE REVIEW*

Linafsih Amaliyah, Sigit Harun  
Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta, Jalan Siliwangi No.63 Nogotirto, Gamping, Sleman, Yogyakarta,  
55292, Indonesia  
[amaliyahlinafsih@gmail.com](mailto:amaliyahlinafsih@gmail.com), [sigitharun@unisayogya.ac.id](mailto:sigitharun@unisayogya.ac.id)

## ABSTRAK

**Latar Belakang** : Diabetes melitus (DM) merupakan penyakit gangguan metabolik menahun akibat pankreas tidak memproduksi cukup insulin atau tubuh tidak dapat menggunakan insulin yang diproduksi secara efektif. Untuk dapat mencegah terjadinya komplikasi kronis, diperlukan pengendalian Diabetes Mellitus yang baik yaitu pelaksanaan diet.

**Tujuan** : Untuk Mengetahui Bagaimana Hubungan Motivasi Dengan Tingkat Kepatuhan Diet Pada Penderita Diabetes Mellitus

**Metode** : Penelitian cross-sectional dengan metode *literature review*. Bahan analisa terdiri dari tiga jurnal dalam bahasa Indonesia dan dapat diakses full-text dengan database google scholar dan PubMed. Uji kelayakan menggunakan JBI Critical Appraisal.

**Hasil** : Responden merupakan pasien diabetes mellitus tipe 2 yang melakukan diet diabetes mellitus tipe 2. Kepatuhan diet patuh dengan motivasi diri baik. Penderita diabetes mellitus tipe 2 terdorong untuk menjalankan diet dan melakukan diet DM seperti makan tepat waktu, memakan makanan sesuai anjuran dokter dan lain sebagainya

**Simpulan** : Penelitian ini menunjukkan hasil bahwa kepatuhan diet patuh dengan motivasi diri baik. Kepatuhan diet dipengaruhi oleh motivasi karena dengan motivasi responden terdorong untuk menjalankan diet dan melakukan diet DM seperti makan tepat waktu, memakan makanan sesuai anjuran dokter dan lain sebagainya

**Kata Kunci** : Motivasi, Kepatuhan Diet, Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2  
**Daftar Pustaka** : 27 Daftar Pustaka (2008-2021)  
**Halaman** : xi, 47 Halaman, 4 Tabel, 2 Gambar, 3 Lampiran

# THE CORRELATION BETWEEN MOTIVATION AND DIETARY COMPLIANCE LEVEL IN TYPE 2 DIABETES MELLITUS PATIENTS: A LITERATURE REVIEW

Linafsih Amaliyah, Sigit Harun

Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta, Siliwangi Street No.63 Nogotirto, Gamping, Sleman,  
Yogyakarta, 55292, Indonesia

[amaliyahlinafsih@gmail.com](mailto:amaliyahlinafsih@gmail.com), [sigitharun@unisayogya.ac.id](mailto:sigitharun@unisayogya.ac.id)

## ABSTRACT

**Background:** Diabetes mellitus (DM) is a chronic metabolic disorder caused by the pancreas not producing enough insulin or the body cannot use the insulin it produces effectively. To be able to prevent complications in patients with diabetes mellitus, good diabetes mellitus control is needed, namely the implementation of diet.

**Objective:** The study aims to identify the correlation between motivation and the level of dietary compliance in diabetes mellitus patients.

**Method:** The study was a cross-sectional study with a literature review method. The analysis material consisted of three journals in Indonesian and can be accessed in full-text using the Google Scholar and PubMed databases. The feasibility test used JBI Critical Appraisal.

**Result:** The respondents were patients with type 2 diabetes mellitus who were on a type 2 diabetes mellitus diet. The dietary compliance was obedient with good self-motivation. The patients with type 2 diabetes mellitus were urged to follow a diet and practiced a DM diet, which included eating at regular intervals and in accordance with the doctor's advice.

**Conclusion:** This study's findings demonstrate that dietary compliance and self-motivation were both good. Dietary compliance is driven by motivation because with respondents' motivation, they are motivated to follow a diet and perform a DM diet such as eating on time, following doctor's orders, and so on.

Keywords : Motivation, Dietary Compliance, Type 2 Diabetes Mellitus Patients

References : 28 References (2006-2021)

Pages : xi, 47 Pages, 4 Tables, 2 Figures, 3 Appendices

## PENDAHULUAN

Diabetes melitus (DM) merupakan penyakit gangguan metabolik menahun akibat pankreas tidak memproduksi cukup insulin atau tubuh tidak dapat menggunakan insulin yang diproduksi secara efektif. Insulin adalah hormon yang mengatur keseimbangan kadar gula darah, akibatnya terjadi peningkatan konsentrasi glukosa didalam darah (hiperglikemia) (Kementerian Kesehatan RI, 2014). Terdapat dua kategori utama diabetes mellitus yaitu DM tipe 1 dan DM tipe 2. Diabetes mellitus (DM) tipe 1 disebabkan oleh reaksi autoimun, dimana sistem pertahanan tubuh menyerang sel beta penghasil insulin di pankreas. Akibatnya tubuh tidak lagi dapat memproduksi insulin yang di butuhkan. Diabetes mellitus (DM) tipe 2 disebabkan karena terjadinya resistensi insulin atau penurunan jumlah kadar insulin, sehingga kadar glukosa darah meningkat (IDF, 2015) .

Diabetes mellitus adalah penyakit kronis dan merupakan masalah kesehatan masyarakat baik secara global, regional, nasional, dan lokal. World Health Organization (WHO) melaporkan bahwa 63,50% penyebab kematian di dunia adalah penyakit tidak menular, salah satu penyakit tidak menular yaitu diabetes mellitus (infodatin, 2019) . Prevalensi kejadian DM di dunia setiap tahunnya mengalami peningkatan. Menurut laporan World Health Organization (WHO), jumlah penderita diabetes melitus di Indonesia menduduki peringkat keempat terbesar di dunia. WHO memprediksi kenaikan jumlah penderita diabetes melitus di Indonesia dari 8,4 juta pada tahun 2000 menjadi sekitar 21,3 juta pada tahun 2030. Riset kesehatan yang dilakukan pada tahun 2013 untuk diabetes melitus berdasarkan wawancara terjadi peningkatan dari 1,1% (2007) menjadi 2,4% (2013).

Untuk Prevalensi diabetes yang terdiagnosis dokter tertinggi terdapat di Daerah Istimewa Yogyakarta (2,6%), DKI Jakarta (2,5%), Sulawesi Utara (2,4%) dan Kalimantan Timur (2,3%) . Gaya hidup modern yang saat ini tengah menggeser pola hidup masyarakat lokal di Daerah Istimewa Yogyakarta menjadi penyebab utama konsumsi makanan dan minuman yang tidak seimbang (tinggi kalori, rendah serat, atau fast food). Jarang berolahraga, kegemukan, stres, dan istirahat yang tidak teratur merupakan contoh pola hidup dan pola makan yang dapat memicu terjadinya diabetes melitus pada diri seseorang (Rasdianah, 2016).

Menurut Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor

HK.02.02/MENKES/527/2016 Tentang penanggulangan penyakit tidak menular bahwa penyakit tidak menular merupakan masalah kesehatan masyarakat yang menimbulkan kesakitan, kecacatan, dan kematian yang tinggi sehingga perlu dilakukan upaya penanggulangan yang efektif dan efisien melalui pencegahan, pengendalian dan penanganan.

Diabetes Mellitus tidak dapat disembuhkan, tetapi kadar gula darah dapat dikendalikan. Penderita Diabetes Militus sebaiknya melaksanakan 4 pilar pengelolaan Diabetes Militus yaitu edukasi, terapi gizi medis, latihan jasmani, dan intervensi farmakologis. Untuk dapat mencegah terjadinya komplikasi kronis, diperlukan pengendalian Diabetes Militus yang baik. Kendala utama pada penanganan diet Diabetes Mellitus adalah kejenuhan pasien dalam mematuhi terapi diet yang sangat diperlukan untuk mencapai keberhasilan. Pelaksanaan diet Diabetes Mellitus sangat dipengaruhi oleh motivasi dari dalam diri penderita diabetes mellitus. Motivasi yang rendah akan dapat mempengaruhi pola makan yang salah sehingga menyebabkan obesitas, yang akhirnya mengakibatkan kenaikan kadar glukosa darah (Jamaludin dkk, 2019). Semakin meningkatnya angka diabetes mellitus (DM) dan tingginya biaya perawatan penderita, maka upaya paling baik yang dapat dilakukan dengan pencegahan. Pencegahan komplikasi dan keparahan yang terjadi dari penyakit DM dapat dilakukan dengan 4 pilar utama dalam penatalaksanaan DM yaitu obat (terapi farmakologi), latihan jasmani yang teratur, perencanaan makanan (diet), dan edukasi (Perkeni, 2015)

Perencanaan makan merupakan komponen utama keberhasilan penatalaksanaan DM Tipe 2. Perencanaan makan bertujuan membantu penderita DM Tipe 2 memperbaiki kebiasaan makan sehingga dapat mengendalikan kadar glukosa, lemak dan tekanan darah. Keberhasilan perencanaan makan bergantung pada perilaku penderita DM Tipe 2 dalam menjalani anjuran makan yang diberikan. Ketidakpatuhan pasien dalam perencanaan makan merupakan salah satu kendala dalam pengobatan DM Tipe 2 (Dewi, R.P., 2013). Manajemen DM pada umumnya melalui pendekatan pengobatan. Tujuan umum pengobatan DM adalah mengendalikan kadar gula darah dan meningkatkan kualitas hidup penderita. Selain pengobatan juga harus dilakukan pengaturan diet (Krisnatuti, D., Yenrina, R & Rasjmida, 2014). Diet merupakan salah satu terapi utama penderita DM tipe 2 terapi diet ini diusahakan dapat memenuhi kebutuhan hidup penderita DM tipe 2, sehingga pelaksanaannya mengikuti pedoman 3J yaitu jenis makanan, jumlah kalori yang dibutuhkan dan jadwal makan yang harus

diikuti (Perkeni, 2015). Terapi diet ini bertujuan untuk mempertahankan kadar glukosa dalam darah mendekati normal, sehingga mengurangi dan mencegah terjadinya komplikasi serius yang dapat mengancam jiwa seperti penyakit kardiovaskuler, neuropati, nefropati, dan penyakit mata yang dapat menyebabkan retinopati dan kebutaan (IDF, 2015). Masalah yang terjadi adalah sebagian besar penderita DM tidak patuh mengikuti diet yang dianjurkan, Namun tidaklah mudah mengatur pola makan bagi pasien DM, karena pasti akan timbul kejenuhan bagi pasien DM karena menu yang dikonsumsi serba dibatasi sehingga diperlukan adanya motivasi bagi pasien untuk dapat mengontrol glukosa darah dengan cara mengatur pola makan pasien penyandang DM diharuskan untuk menjalankan diet untuk mengontrol kadar gula darahnya (Indarwati, 2012)

Studi yang dilakukan di antara pasien Diabetes mellitus tipe 2 di Rumah sakit University Sains Malaysia (HUSM) menunjukkan bahwa pasien kurang patuh dengan asupan makanan, hanya 16,4% pasien memiliki kepatuhan diet yang baik (SHAHAR 2016). Di Filipina 50% pasien memiliki kepatuhan yang baik terhadap rencana makan sehat sekitar 4 hingga 6 kali dalam seminggu. Namun, beberapa dari mereka tidak makan terlalu banyak sayuran dan buah setiap minggunya (Roxas & Nicodemus 2014). Dari penelitian yang juga dilakukan (Han Chad Yixian 2020) , sering merasa bahwa keinginan mereka makan makanan sehat terbatas dan mereka lebih memilih makanan yang tinggi lemak dan gula .

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti di Puskesmas Pakis Malang didapatkan 20 orang yang menderita penyakit Diabetes Mellitus, dari hasil wawancara 15 orang tahu tentang diet untuk Diabetes Mellitus tetapi mereka ada yang jenuh ingin mencoba makanan yang enak, ada yang mengatakan tidak bisa menghilangkan ngemil dan menurut mereka sudah memodifikasi dengan jamu tradisional supaya tidak naik gulanya sehingga mereka bisa makan sembarangan, sedangkan 5 orang mengatakan sudah biasa dengan diet yang diberikan dan memiliki motivasi yang baik untuk mengontrol apa yang mereka makan sehingga mereka tidak menganggap ini menjadi beban tetapi demi kesembuhan mereka (Fauzia, Sari and Artini, 2015) . Menurut Price dan Wilson (2006) penatalaksanaan diet berperan penting pada penderita diabetes melitus bertujuan untuk mengatur jumlah kalori dan karbohidrat yang dikonsumsi setiap hari ,Diet tepat jumlah, jadwal dan jenis merupakan prinsip pada diet DM yang harus memperhatikan jumlah kalori yang diberikan harus habis, jangan dikurangi atau ditambah sesuai dengan kebutuhan,

jadwal diet harus sesuai dengan intervalnya, yang dibagi menjadi 6 waktu makan, yaitu 3 kali makanan utama dan 3 kali makanan selingan (Tjokroprawiro, 2012). Penderita diabetes mellitus seharusnya menerapkan pola makan seimbang untuk menyesuaikan kebutuhan glukosa sesuai dengan kebutuhan tubuh melalui pola makan sehat. Suyono (2002) menyebutkan bahwa dalam penatalaksanaan pengendalian kadar glukosa darah 86,2% penderita DM mematuhi pola diet diabetes mellitus yang diajarkan, namun secara faktual jumlah penderita diabetes mellitus yang disiplin menerapkan program diet hanya berkisar 23,9%.

Kepatuhan diet dalam perencanaan makan banyak dipengaruhi oleh beberapa faktor antara seperti pendidikan, dukungan keluarga, motivasi, perubahan model terapi, modifikasi faktor lingkungan dan sosial, serta meningkatkan interaksi profesional tenaga kesehatan dengan pasien (Azis & Aminah, 2018). Motivasi sangat penting peranannya karena dengan motivasi mampu membuat seseorang melakukan sesuatu untuk mencapai tujuan yang diinginkan terutama dalam menjalankan kepatuhan diet 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 (Indarwati, 2012). Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh (Gustiana, 2014), bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi kepatuhan diet pada penderita Diabetes Mellitus adalah salah satunya motivasi pasien dalam menjalankan diet. Motivasi adalah suatu proses dalam diri manusia yang menyebabkan organisme tersebut bergerak menuju tujuan yang dimiliki, atau bergerak menjauh dari situasi yang tidak menyenangkan (Wade dan Travis, 2007). Sikap perilaku dalam kesehatan individu juga dipengaruhi oleh motivasi diri individu untuk berperilaku yang sehat dan menjaga kesehatan. Tanpa motivasi dalam pengaturan diet pasien DM akan mengalami ketidakpatuhan dalam mengatur pola makan sehari-hari. Kepatuhan pasien DM dalam melaksanakan diet merupakan salah satu hal terpenting dalam pengendalian DM. Pasien DM harus bisa mengatur polanya sesuai dengan prinsip diet DM yang dianjurkan oleh tenaga kesehatan, karena dengan mengatur pola makan pasien bisa mempertahankan gula darah mereka agar tetap terkontrol (Indarwati, 2012). Menurut (Nurhidayat, 2017) tanpa motivasi dalam pengaturan diet penderita DM akan mengalami ketidakpatuhan dalam mengatur pola makan sehari-hari dan apabila motivasi baik maka pasien Diabetes Mellitus akan patuh dalam pelaksanaan diet, sehingga penyakit Diabetes Mellitus

terkendali . Motivasi diri yang rendah diidentifikasi sebagai salah satu faktor yang berhubungan terhadap ketergantungan diet yang buruk, Pasien dengan self-efficacy yang lebih tinggi memiliki perilaku manajemen diri yang lebih baik dalam diet, olahraga, tes gula darah dan mengambil aspek pengobatan (Al-Khawaldeh 2012).

Berdasarkan hasil wawancara pada 10 pasien yang terdiagnosa diabetes mellitus tipe II di Puskesmas Sempaja Samarinda terdapat 6 pasien yang memiliki motivasi dan kepatuhan diet baik, pasien mengatakan selalu menjaga pola makan dan mematuhi diet yang diberikan kepada dirinya. Pasien tidak memakan makanan yang sesuai dengan diet yang dianjurkan oleh dokter. Terdapat 4 pasien yang memiliki motivasi dan kepatuhan diet tidak baik, pasien mengatakan walaupun sudah mengerti tentang diet yang harus dijalaninya, tetapi masih tetap memakan makanan selain diet yang diberikan, keluarga juga tidak memberikan motivasi kepada pasien tersebut untuk konsisten terhadap dietnya sehingga keinginan atau motivasi dari dalam diri pasien untuk mematuhi dietnya kurang. Hasil ini memberikan 5 gambaran bahwa penyakit diabetes mellitus masih perlu mendapat prioritas pelayanan kesehatan akibat dari perilaku masyarakat terutama masyarakat perkotaan dalam mengkonsumsi makanan. Menurut (Nurhidayat, 2017) tanpa motivasi dalam pengaturan diet penderita DM akan mengalami ketidakpatuhan dalam mengatur pola makan sehari-hari dan apabila motivasi baik maka pasien Diabetes Mellitus akan patuh dalam pelaksanaan diet, sehingga penyakit Diabetes Mellitus terkendali. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh ((Yudianto, Kurniawan., Hana Rizmadewi & Maryati, 2008) tentang hubungan kepatuhan diet dengan motivasi penderita diabetes melitus mengatakan bahwa hal yang diperlukan dalam melaksanakan kepatuhan diet adalah minat atau keinginan dari penderita untuk melakukan diet. Minat atau keinginan untuk mendapatkan tubuh yang sehat merupakan kekuatan terbesar dari dalam individu untuk melakukan diet pada penderita diabetes melitus. Minat atau keinginan sangat diperlukan karena diet pada penderita diabetes melitus tidak hanya memerlukan waktu yang singkat, perlu waktu seumur hidup untuk melakukan kepatuhan diet. Kesabaran dan motivasi sangat diperlukan pula untuk mendukung dalam menjalani kepatuhan diet. Kesabaran dan motivasi dapat diperoleh dari hubungan dengan orang terdekat seperti keluarga, teman, ataupun petugas kesehatan. Keluarga sebagai orang terdekat akan dapat meningkatkan keinginan penderita dalam mencapai derajat kesehatan yang paling tinggi. Kepatuhan penderita dalam mentaati diet diabetes mellitus sangat berperan penting untuk menstabilkan kadar glukosa pada

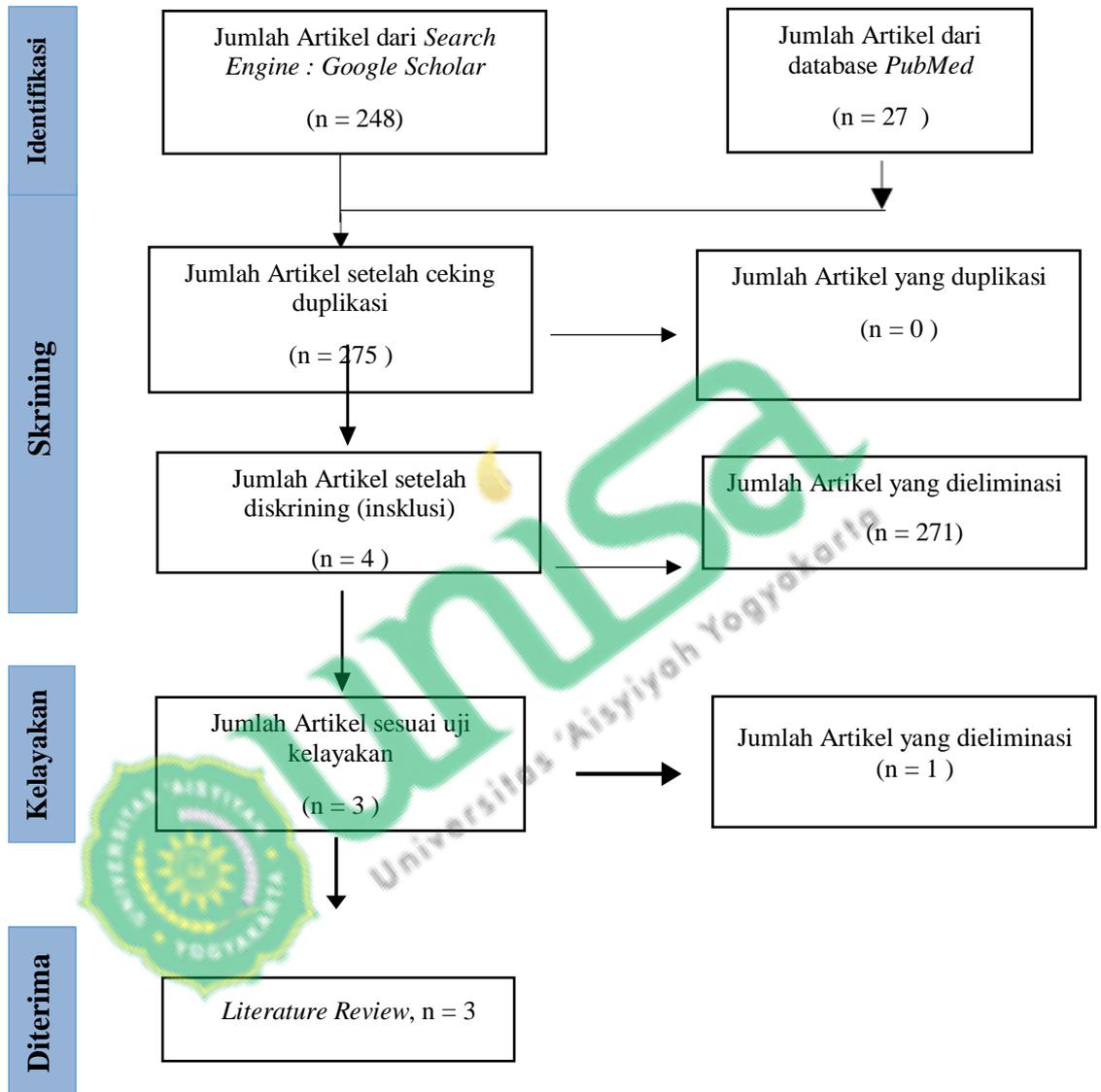
penderita diabetes mellitus, sedangkan kepatuhan itu sendiri merupakan suatu hal yang penting untuk dapat mengembangkan rutinitas (kebiasaan) yang dapat membantu penderita dalam mengikuti jadwal diet yang kadangkala sulit untuk dilakukan penderita. Kepatuhan dapat sangat sulit dan membutuhkan dukungan agar menjadi biasa dengan perubahan yang dilakukan dengan cara mengatur untuk meluangkan waktu dan kesempatan yang dibutuhkan untuk menyesuaikan diri.

Berdasarkan latar belakang permasalahan di atas peneliti tertarik untuk mengetahui hubungan motivasi dengan tingkat kepatuhan diet pada pasien Diabetes Mellitus secara *literature review*.

## **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini dimulai pada bulan Oktober 2021. Penelitian ini menggunakan desain penelitian *Cross-Sectional*. Data penelitian ini berasal dari informasi sekunder atau data yang didapat bukan melalui penelitian secara langsung. Analisa data pada penelitian ini menggunakan seleksi *literature* (PRISMA) dengan kriteria inklusi naskah yang dapat diakses secara *full-text* dalam rentang waktu 1 Januari 2017 – 31 Desember 2022. Pencarian *literature review* ini menggunakan dua *database* yaitu *Google Scholar* dan PubMed.

Hasil penelusuran didapatkan sebanyak 248 jurnal dari database *Google Scholar* dan sebanyak 27 jurnal dari database PubMed. Selanjutnya dilakukan duplikasi dan tidak di dapatkan jurnal yang sama, sehingga jurnal setelah ceking duplikasi sebanyak 275. Pada tahap eliminasi jurnal didapatkan sebanyak 271 jurnal yang tidak sesuai dengan kriteria inklusi maupun eksklusi, sehingga tersisa 4 jurnal yang berasal dari pencarian jurnal di database *Google Scholar* dan *Pubmed*. Dari 4 jurnal tersebut kemudian dilakukan uji kelayakan dengan *JBI Critical Appraisal* dan terdapat 1 jurnal yang berasal dari database *Pubmed* yang dieleminasi dikarenakan mendapatkan hasil dibawah 50 %. Sehingga didapatkan 3 dari jurnal tersebut dapat dikatakan layak untuk dijadikan sebagai bahan analisa pada penelitian ini sedangkan 2 jurnal nya tidak layak dijadikan sebagai bahan Analisa dikarenakan mendapatkan hasil dibawah 50 %. Hasil pencarian *literature* dapat dilihat pada Gambar 1 dibawah ini :



## HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelusuran literature review tentang tingkat stres pada keluarga dalam merawat penderita gangguan jiwa dapat dilihat pada Tabel 1.

Tabel 1  
Rangkuman Analisa Jurnal

No	Penulis	Tujuan penelitian	Desain Penelitian	Besar Sampel
1.	(Erma Kasumayanti & Bonita Rahayu, 2019)	Untuk mengetahui adakah hubungan motivasi diri dan dukungan tenaga kesehatan dengan kepatuhan diet penderita DM tipe 2 di Wilayah Kerja Puskesmas Bangkinang Kota	<i>Cross sectional</i>	(n = 86)
2.	(Rahmiyanti Hj. Ningsih Jaya & Hj. Muhasidah, 2019)	Untuk mengetahui hubungan pengetahuan, motivasi, dan sikap dengan kepatuhan diet pada penderita DM tipe 2	<i>Cross sectional</i>	(n = 71)
3.	Frysty P.I Mamesah, Max Runtuwene, Mario Katuuk, (2019)	Tujuan penelitian ini ialah untuk mengetahui hubungan motivasi intrinsik dan kepatuhan diet diabetes melitus tipe II di puskesmas ranotana weru manado.	<i>Cross sectional</i>	(n = 90)

Analisa jurnal terdiri dari 4 jurnal yang telah dilakukan uji kelayakan dengan menggunakan JBI *Critical Appraisal Tool* dan menyimpulkan bahwa 3 jurnal dengan skor di atas 50 % dan diterima sebagai bahan *Literatur Review*. Review ini bertujuan untuk mengetahui hubungan motivasi terhadap kepatuhan diet pada penderita diabetes mellitus tipe 2. 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, 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 (Komala, 2016). Ketidakpatuhan dalam menjalankan diet, disebabkan karena kejenuhan pasien dalam mengikuti terapi diet karena menu yang dikonsumsi serba dibatasi (Bertalina & Purnama, 2016). Ketidakpatuhan penderita DM tipe 2 dikarenakan kesulitan menjalani diet DM berdasarkan 3j (jenis makanan, jumlah, dan waktu makan). Makanan yang serba dibatasi, takaran yang harus tepat dan waktu makan yang harus diikuti ini membuat penderita bosan dan jenuh, Salah satu yang menyulitkan yaitu pemilihan jenis makanan, yang biasanya tidak ada batasan mengkonsumsi makanan yang disukai seperti goreng-gorengan, makanan atau minuman manis dan sekarang harus adanya batasan mengkonsumsi makanan tersebut. Sehingga penderita sering melanggar aturan diet. Ketidakpatuhan diet juga disebabkan karena kurangnya motivasi dari dalam diri untuk mengontrol makan makanan yang akan dikonsumsi oleh penderita dm tipe 2 untuk mencegah terjadinya komplikasi. Kepatuhan diet dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor antara seperti pendidikan, dukungan keluarga, motivasi, perubahan model terapi, modifikasi faktor lingkungan dan sosial, serta meningkatkan interaksi profesional tenaga kesehatan dengan pasien.

Faktor-faktor yang menyebabkan ketidakpatuhan diet pada penderita DM tipe 2 dilihat dari jurnal yang sudah diskriming menggunakan JBI sebagai berikut :

1. Jurnal Erma Kasumayanti & Bonita Rahayu (2019) motivasi diri rendah tidak patuh menjalankan diet, responden memiliki keinginan tinggi untuk sembuh dari penyakitnya dan ingin hidup sehat, namun merasa sulit menjalankan diet. Responden menganggap bahwa diet tidak efektif untuk menurunkan kadar gula darah, sehingga sering mengabaikan pola konsumsi makanan.
2. Jurnal Rahmiyanti & Hj.Ningsih Jaya (2019) Motivasi yang baik dari responden kemungkinan disebabkan oleh adanya keinginan yang kuat dari dalam diri responden untuk sembuh dan terhindar dari berbagai komplikasi yang diakibatkan oleh DM. Mereka mengetahui konsekwensi akibat ketidakpatuhan tersebut dapat membuat gula darah mereka tidak stabil, sehingga menyulitkan penyembuhan dan meningkatkan resiko komplikasi sehingga adanya keinginan untuk terhindar dari hal-hal negatif tersebut.
3. Jurnal Frysty P.I Mamesah & Max Runtuwene (2019) dari 86 responden terdapat 47 responden (54,7%) tidak patuh menjalankan diet. Sebagian besar responden

masih sering melanggar aturan diet seperti saat kadar gula darahnya normal responden memakan makanan pantangan bagi penderita diabetes dan tidak mematuhi anjuran diet.

Dilihat dari hasil review jurnal di atas pasien memiliki motivasi baik dan patuh dalam menjalankan diet, pasien mengatakan walaupun sudah mengerti tentang diet yang harus dijalaninya, tetapi masih tetap memakan makanan selain diet yang diberikan, alasannya karena pasien merasa bosan dan jenuh sedangkan motivasi diri yang rendah diidentifikasi sebagai salah satu faktor yang berhubungan terhadap ketegantungan diet yang buruk (Fauzia et al., 2015). Penelitian di atas dibuktikan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh (KASUMAYANTI & RAHAYU, 2019) menunjukkan bahwa dari 83 responden didapati sebagian besar memiliki motivasi intrinsik yang baik yaitu sebesar 59 orang dengan persentasi 71% sedangkan 24 dengan persentasi 28.9% diantaranya memiliki motivasi intrinsik yang baik, yang didapatkan dari hasil penelitian mayoritas responden mematuhi anjuran diet yang diberikan, selalu terdorong untuk mematuhi anjuran diet yang diberikan dan mengurangi porsi makanan sehari-hari. Berdasarkan dari analisa keseluruhan jurnal maka didapatkan hasil bahwa motivasi baik berpengaruh terhadap kepatuhan diet pada penderita diabetes mellitus.

Dari hasil penelitian yang dilakukan (Mamesah et al., 2019) Hasil analisis uji bivariat didapatkan hasil dari 83 responden, 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, Hasil uji hipotesis dengan menggunakan uji chi – square dengan tingkat kepercayaan 95% ( $\alpha$  0,05), untuk mencari hubungan antara motivasi intrinsik Dengan kepatuhan diet DM didapatkan hasil expected count lebih dari 5 dan p – value= 0,000 yang artinya terdapat hubungan yang signifikan antara motivasi intrinsik dengan kepatuhan diet DM di Puskesmas Ranotana Weru Manado. Hasil penelitian ini sesuai dengan teori pendukung yang mengatakan salah satu faktor yang memengaruhi diet DM adalah motivasi intrinsik (Amin & Haryanti 2018). Teori yang dikemukakan oleh Notoadmodjo (2010) mengatakan faktor-faktor yang dapat memengaruhi kepatuhan diantaranya adalah Motivasi Intrinsik, karena Motivasi intrinsik merupakan salah satu faktor yang memberikan pengaruh terhadap kepatuhan pasien, semakin tinggi motivasi

pasien maka semakin besar juga peluang untuk mematuhi diet yang dianjurkan (Silva, 2013). Sehingga dapat disimpulkan kepatuhan diet yang baik dapat dilaksanakan ketika penyandang DM memiliki motivasi untuk mengontrol gula didalam darah.

Penelitian diatas diperkuat dengan hasil penelitian dari Siti Nurhaliza (2021) 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%). Hasil penelitian Bertalina (2016) penelitian yang dilakukan bahwa sebanyak 16,7% responden yang memiliki motivasi yang kurang baik yang patuh terhadap diet sedangkan sebanyak 83,3% responden yang memiliki motivasi yang baik dan patuh terhadap diet.

Motivasi merupakan salah satu faktor yang memberikan pengaruh terhadap kepatuhan penderita. Oleh karena itu penderita membutuhkan motivasi dari keluarga atau orang terdekat dalam menjalankan kepatuhan diet penderita DM tipe 2. Menurut penelitian yang dilakukan (Rahmiyanti,Hj.Ningsih Jaya,Hj.Muhasidah, 2019) didapatkan bahwa adanya hubungan yang bermakna antara motivasi dengan kepatuhan diet karena motivasi merupakan faktor yang berpengaruh terhadap kepatuhan diet dengan hasil Rata-rata penderita DM yang berada di Wilayah Kerja Puskesmas Sudiang Raya memiliki motivasi yang baik,Motivasi yang baik dari responden kemungkinan disebabkan oleh adanya keinginan yang kuat dari dalam diri responden untuk sembuh dan terhindar dari berbagai komplikasi yang diakibatkan oleh DM. Mereka mengetahui konsenkuensi akibat ketidakpatuhan tersebut dapat membuat gula darah mereka tidak stabil, sehingga menyulitkan penyembuhan dan meningkatkan resiko komplikasi sehingga adanya keinginan untuk terhindar dari hal-hal negatif tersebut. Dorongan dan motivasi memegang peranan penting karena motivasi berisikan perilaku, perubahan pola makan bagi penderita DM didasarkan pada keinginanan pasien untuk sembuh dan mengurangi risiko komplikasi akibat menderita DM sehingga mereka termotivasi untuk mengikuti program diet yang dianjurkan (Bertalina & Purnama, 2016)

Berdasarkan pernyataan diatas didukung penelitian yang dilakukan (Indah, 2016), Pasien perlu memiliki motivasi yang tinggi untuk meningkatkan kepatuhan diet pada diabetes mellitus tipe II, Berdasarkan hasil wawancara pada 10 pasien yang terdiagnosa diabetes mellitus tipe II di Puskesmas Sempaja Samarinda terdapat 6

pasien yang memiliki motivasi dan kepatuhan diet baik, pasien mengatakan selalu menjaga pola makan dan mematuhi diet yang diberikan kepada dirinya. Pasien tidak memakan makanan yang sesuai dengan diet yang dianjurkan oleh dokter. Terdapat 4 pasien yang memiliki motivasi dan kepatuhan diet tidak baik, pasien mengatakan walaupun sudah mengerti tentang diet yang harus dijalaninya, tetapi masih tetap memakan makanan selain diet yang diberikan, keluarga juga tidak memberikan motivasi kepada pasien tersebut untuk konsisten terhadap dietnya sehingga keinginan atau motivasi dari dalam diri pasien untuk mematuhi dietnya kurang. Hasil ini memberikan gambaran bahwa penyakit diabetes mellitus masih perlu mendapat prioritas pelayanan kesehatan akibat dari perilaku masyarakat terutama masyarakat perkotaan dalam mengonsumsi makanan.

## **SIMPULAN**

Berdasarkan hasil analisis dan pembahasan literature review dari 3 jurnal penelitian terdahulu yang sesuai dengan topik dan tujuan penelitian, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa Motivasi yang baik pada berpengaruh terhadap kepatuhan diet pada penderita diabetes mellitus. Motivasi salah satu faktor yang dapat mempengaruhi kepatuhan diet pada penderita diabetes mellitus yang sulit untuk menjalankan diet DM. Dorongan dan motivasi memegang peranan penting karena motivasi berisikan perilaku, perubahan pola makan bagi penderita DM didasarkan pada keinginan pasien untuk sembuh dan mengurangi risiko komplikasi akibat menderita DM sehingga mereka termotivasi untuk mengikuti program diet yang dianjurkan

## **Saran**

### **1. Bagi penderita diabetes mellitus**

Bagi penderita diabetes mellitus khususnya diabetes mellitus tipe 2 diharapkan dapat mematuhi pola makan yang benar menurut 3j, yaitu jenis, jumlah dan jadwal yang dianjurkan oleh petugas kesehatan, penderita diharapkan menjalankan perilaku hidup sehat dan keluarga pasien perlu memberikan dukungan kepada penderita agar memotivasi diri penderita menjalankan anjuran diet.

### **2. Bagi Keluarga**

Disarankan anggota keluarga dapat meningkatkan motivasi anggota keluarga yang menderita DM dalam meningkatkan kepatuhan dietnya agar dapat mencegah terjadinya komplikasi lebih lanjut

### 3. Bagi penelitian selanjutnya

Peneliti selanjutnya disarankan untuk dapat melakukan penelitian lebih lanjut dengan lebih banyak variabel yang berhubungan dengan kepatuhan diet. Sehingga diharapkan dapat diketahui faktor yang paling berpengaruh terhadap kepatuhan penatalaksanaan diet diabetes mellitus.

## DAFTAR PUSTAKA

- Azis, A. and Aminah, S. (2018) 'Pengetahuan, Motivasi dan Kepatuhan Diet Pasien DM Tipe II di Wilayah Kerja Puskesmas Kaliwungu Kendal', *Jurnal Smart Keperawatan*, 5(1), p. 72. doi: 10.34310/jskp.v5i1.159.
- 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. doi: 10.26630/jk.v7i2.211.
- Fauzia, Y., Sari, E. and Artini, B. (2015) 'Gambaran Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kepatuhan Diet Penderita Diabetes Mellitus Di Wilayah Puskesmas Pakis Surabaya', *Jurnal Keperawatan*, 4(2). doi: 10.47560/kep.v4i2.147.
- Gustiana (2014) 'Faktor-faktor yang berhubungan dengan kepatuhan diet pada pasien DM', *Jurnal Keperawatan*, 3, pp. 25–35.
- Han, C. Y., Chan, C. G. B., Lim, S. L., Zheng, X., Woon, Z. W., Chan, Y. T., & Chong, M. F. F. (2020). Diabetes-related nutrition knowledge and dietary adherence in patients with Type 2 diabetes mellitus: A mixed-methods exploratory study. *Proceedings of Singapore Healthcare*,
- Indah, K. (2016). Hubungan Motivasi Dengan Kepatuhan Diet Diabetes Mellitus Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe Ii Di Puskesmas Sempaja Samarinda. *Jurnal Keperawatan*, 3(2).
- Info datin (2019). Available at: <https://pusdatin.kemkes.go.id/>.
- Indarwati, D., 2012. Hubungan Motivasi Dengan Kepatuhan Diet Diabetes Mellitus Pada Pasien Diabetes Mellitus Di Desa Tangkil Wilayah Kerja Puskesmas Kedungwuni II Kabupaten Pekalongan.
- Kasumayanti, E. and Rahayu, B. (2019) 'Hubungan Motivasi Diri Dan Dukungan Tenaga Kesehatan Dengan Kepatuhan Diet Penderita Dm Tipe 2 Di Wilayah Kerja Uptd Puskesmas Bangkinang Kota Tahun 2019', *Jurnal Ners*, 3(2), pp. 39–48. Available at: <https://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/ners/article/view/404>.
- Mamesah, F. P. ., Runtuwene, M., & Katuuk, M. (2019). Hubungan Motivasi Intrinsik Dengan Kepatuhan Diet Pasien Diabetes Melitus Tipe Ii Di Puskesmas Ranotana Weru. *Jurnal Keperawatan*, 7(1), 1–7. <https://doi.org/10.35790/jkp.v7i1.24330>
- Nurhidayat, 2017. Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kepatuhan Diet Pada Pasien Diabetes Mellitus. Volume I, pp. 52-60.
- Perkeni (2015) *Pengelolaan Dan Pencegahan Diabetes Mellitus Tipe 2 Di Indonesia*

- Rahmiyanti, Hj.Ningsih Jaya., Hj Muhasidah. (2019). Hubungan Pengetahuam,Motivasi,Dan Sikap Dengan Kepatuhan Diet Pada Penderita Diabetes Meliitus Tipe 2 Di Wilayah Kerja Puskesmas Sudiang Raya Kota Makassar *Jurnal Media Keperawatan : Politeknik Kesehatan Makassar Jurnal Media Keperawatan : Politeknik Kesehatan Makassar*. 10(02), 62–70.
- Rasdianah, M., 2016. Gambaran Kepatuhan Pengobatan Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di Puskesmas Daerah Istimewa Yogyakarta. Volume 5, pp. 249-257.
- RI (2014) *Info Datin, Kemenkes Ri*. Available at: <http://www.depkes.go.id/download.php?file=download/pusdatin/infodatin/infodatin-jantung.pdf>.
- Shahar, S. *et al.* (2016) ‘Family Support and Self-Motivation Influence Dietary Compliance and Glycaemic Control among Type 2 Diabetes Mellitus Outpatients’, *Jurnal Sains Kesehatan Malaysia*, 14(02), pp. 39–47. doi: 10.17576/jskm-2016-1402- 05.
- Yudianto, Kurniawan., Hana Rizmadewi, &, & Maryati., I. (2008). Kualitas Hidup Penderita Diabetes Mellitus Di Rumah Sakit Umum Daerah Cianjur. *Jurnal Keperawatan*, 2(3), 10.

