

## HUBUNGAN PENGETAHUAN DIET DAN MOTIVASI DIRI DENGAN KEPATUHAN DIET PADA REMAJA PENYANDANG DIABETES MELITUS DI SURABAYA

**Wahyu Santi Ramadhani**

Prodi Pendidikan Kesejahteraan Keluarga, Fakultas Teknik, Universitas Negeri Surabaya  
Alamat e-mail: [wahyuramadhani@mhs.unesa.ac.id](mailto:wahyuramadhani@mhs.unesa.ac.id)

**Rahayu Dewi Soeyono**

Dosen Program Studi S1 Pendidikan Tata Boga, Jurusan Pendidikan Kesejahteraan Keluarga,  
Fakultas Teknik, Universitas Negeri Surabaya  
Alamat e-mail: [rahayudewi@unesa.ac.id](mailto:rahayudewi@unesa.ac.id)

### Abstrak

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui: (1) hubungan pengetahuan dengan kepatuhan diet DM, (2) hubungan motivasi diri dengan kepatuhan diet DM, (3) hubungan pengetahuan dengan motivasi diri diet DM di Surabaya.

Metode penelitian ini adalah deskriptif analitik korelasional dengan pendekatan *non parametrik*. Subyek penelitian dalam penelitian ini adalah remaja diabetes yang bertempat tinggal di daerah Surabaya berjumlah 7 orang. Pengambilan data dilakukan dengan *purposive* dan *snowball sampling*. Teknik pengumpulan data menggunakan kuisioner kemudian dianalisis dengan uji statistik program SPSS *Spearman's rho Correlation*.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa (1) tidak ada hubungan pengetahuan dengan kepatuhan diet DM dengan nilai signifikansi  $r(7) = -0,09$ ;  $p=0,846$ ;  $p>0,05$ ; artinya tidak selalu orang yang memiliki pengetahuan yang baik akan patuh terhadap diet, kadang patuh dan kadang tidak; (2) tidak ada hubungan motivasi diri dengan kepatuhan diet DM dengan nilai signifikansi  $r(7) = 0,074$ ;  $p=0,876$ ;  $p>0,05$ ; artinya tidak selalu orang yang memiliki motivasi yang baik memiliki kepatuhan diet (3) tidak ada hubungan pengetahuan dengan motivasi diri DM dengan nilai signifikansi  $r(7) = -0,6$ ;  $p=0,135$ ;  $p>0,05$ ; artinya tidak selalu orang yang memiliki pengetahuan yang baik akan memiliki motivasi yang baik dan sesuai dengan kondisi sebenarnya

**Kata Kunci:** Diabetes Melitus, Pengetahuan, Motivasi Diri, Kepatuhan Diet.

### Abstract

*The purpose of this study was to find out the (1) relationship between knowledge with DM dietary adherence, (2) relationship between self-motivation and DM dietary compliance, (3) relationship between knowledge and DM self-motivation in Surabaya.*

*This type of research is descriptive quantitative analytical correlational with a non-parametric approach. The study of subject in research is adolescent reside in Surabaya amount 7 young people. Data collection was done by purposive and snowball sampling, data collection techniques using questionnaires were then analyzed by SPSS statistical test program Spearman's rho Correlation.*

*The results showed that (1) there was no relationship between knowledge with adherence to the DM diet with a significance value of  $r(7) = -0.09$ ;  $p = 0.846$ ;  $p > 0.05$ ; meaning that not always the people who have good knowledge will adhere to diet, sometimes obedient and not. (2) there is no correlation between self motivation and adherence to the DM diet with a significance value of  $r(7) = 0.074$ ;  $p = 0.876$ ;  $p > 0.05$ ; meaning that not always the people who have good motivation have dietary compliance. (3) there is no correlation between knowledge and DM self-motivation with a significance value of  $r(7) = -0.6$ ;  $p = 0.135$ ;  $p > 0.05$  meaning that not always the people who have good knowledge will have good motivation and according to the actual conditions.*

**Keywords:** *Diabetes Mellitus, Knowledge, Diet Compliance, Motivation*

### PENDAHULUAN

Diabetes melitus (DM) atau kencing manis adalah gangguan metabolisme yang ditandai dengan adanya peningkatan kadar glukosa dalam darah (hiperglikemia) karena kerusakan pada sekresi insulin (*Canadian Diabetes Association*, 2013). Gejala awal penderita DM

sering dijumpai dengan sebutan 3P, yaitu *Poliuri* (banyak kencing), *polidipsi* (banyak minum), dan *polifagi* (banyak makan) (Corwin, 2008). Sedangkan gejala DM pada anak-anak dan remaja biasanya berkembang dalam periode mingguan meliputi: peningkatan rasa haus dan sering buang air kecil, kelaparan (rasa lapar) ekstrem, kehilangan berat badan, kelelahan, dan penglihatan

kabur. Salah satu komponen untuk mengurangi resiko terjadinya kekambuhan pada diabetes melitus yaitu dengan melakukan pencegahan dan pengelolaan yang tepat dengan menjalankan 5 pilar pengelolaan diabetes melitus: pemberian insulin, pengaturan makan, olahraga, edukasi, dan pemantauan mandiri (UKK Endokrinologi IDAI, 2017).

Penderita diabetes dituntut untuk melakukan berbagai pengaturan yang berkaitan dengan pengaturan makan, pengontrolan glukosa darah agar metabolismenya dapat terkendali dengan baik. Menurut Kesmas (2013) kesehatan individu dan masyarakat dipengaruhi oleh dua faktor, yaitu terdapat faktor perilaku dan faktor nonperilaku. Menurut Notoatmodjo (2005), faktor perilaku pada individu terbentuk dari dua faktor utama yaitu faktor eksternal dan faktor internal. Faktor eksternal yang membentuk perilaku manusia adalah faktor lingkungan, sedangkan faktor internal meliputi perhatian, pengamatan, persepsi, motivasi, fantasi, dan sugesti. Faktor lingkungan memiliki kekuatan besar dalam menentukan perilaku dan perilaku juga dapat menyangkut pengetahuan, sikap dan tindakan yang berkaitan dengan kesehatan (Sarwono dalam Pratamawati, 2012). Kepatuhan diet DM adalah bagian dari perilaku kesehatan yang dilakukan seorang penderita DM.

Menurut WHO dalam Notoatmojo (2007) seseorang berperilaku dapat disebabkan beberapa hal, diantaranya pemikiran dan perasaan dalam bentuk pengetahuan, persepsi, sikap, kepercayaan dan penilaian terhadap objek (objek kesehatan); orang yang berpengaruh di lingkungan untuk dicontoh; fasilitas; tenaga dan kebudayaan.

Pengetahuan dalam manajemen diabetes melitus memiliki peran penting karena pengetahuan dapat mempengaruhi tingkat kesehatan dan dapat membentuk cara hidup individu terutama dalam mencegah, mengenali, serta mengelola penyakit diabetes melitus yang dimilikinya. Pengetahuan atau kognitif merupakan domain yang sangat penting dalam membentuk tindakan seseorang (Notoadmodjo, 2010). Kecenderungan suatu tindakan didalam sebuah perilaku disebut dengan sikap. Sikap belum tentu terwujud dalam sebuah tindakan, sehingga tindakan membutuhkan sebuah faktor pendukung yang lain yaitu motivasi (Notoadmodjo, 2003).

Motivasi merupakan dorongan dari dalam diri seorang individu atau dari luar individu yang mengarah pada suatu tujuan dan membuat keadaan menjadi terarah dan mempertahankan sebuah perilaku. Dalam penelitian ini seorang individu diharapkan dapat mempertahankan sebuah perilaku patuh terhadap pengaturan diet sehingga dapat menciptakan sebuah kepatuhan dalam diri seorang individu tersebut.

Kepatuhan adalah suatu tindakan yang bersedia melaksanakan aturan diet sesuai apa yang telah ditetapkan. Ketidakpatuhan penderita terhadap diet DM dapat disebabkan berbagai faktor, salah satunya adalah kurangnya informasi atau pengetahuan tentang diet terhadap penyakit DM serta motivasi yang kurang tinggi terhadap dirinya sendiri..

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan pada bulan Nopember 2017 di Puskesmas RSI Jemursari Surabaya didapatkan data jumlah pasien diabetes melitus dari tahun 2016-2017 sebanyak 10 pasien yang terdiri dari 2 laki-laki dan 8 perempuan. Berdasarkan wawancara melalui media whatsapp dengan empat orang pasien diabetes melitus didapatkan data satu orang mengatakan mengetahui tentang diet diabetes melitus terkait makanan yang boleh dan tidak boleh dikonsumsi, satu pasien mengatakan patuh terhadap diet tetapi kadangkala pasien mengkonsumsi makanan yang tidak diperbolehkan, sedangkan satu orang lagi mengatakan tahu tentang diet tetapi makan sesuai dengan menu sehari-hari yang disediakan oleh keluarga dan satu pasien tidak patuh terhadap diet diabetes melitus. Berdasarkan permasalahan tersebut peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang, "Hubungan Pengetahuan Diet DM dan Motivasi Diri dengan Kepatuhan Diet DM pada Remaja Diabetes Melitus di Surabaya"

Berdasarkan latar belakang yang telah dipaparkan, maka rumusan masalahnya adalah: (1) Bagaimana hubungan tentang pengetahuan dengan kepatuhan diet DM pada remaja di Surabaya?; (2) Bagaimana tentang motivasi diri dengan kepatuhan diet DM pada remaja di Surabaya?; (3) Bagaimana hubungan pengetahuan diet DM dengan motivasi diri DM pada remaja di Surabaya?.

Diharapkan penelitian ini dapat memberikan informasi yang dapat digunakan sebagai masukan ilmu pengetahuan dan wawasan tentang pengetahuan dan motivasi diri dengan kepatuhan diet DM yang tidak hanya menyerang orang dewasa tetapi juga remaja.

## METODE

Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian deskriptif analitik korelasional dengan pendekatan *non parametrik*. Penelitian deskriptif adalah penelitian yang dimaksudkan untuk menyelidiki keadaan, kondisi, situasi, peristiwa, kegiatan dan hasilnya dipaparkan dalam bentuk laporan penelitian. Uji korelasi yang digunakan adalah untuk mencari hubungan atau kekuatan antar dua variabel atau lebih. Pengambilan sampel sumber data dilakukan secara *purposive* dan *snowball sampling*. Teknik pengumpulan data dengan menggunakan uji statistik SPSS menggunakan uji analisis *Spearman's rho Correlation*. Subyek dalam penelitian ini adalah remaja DM yang bertempat tinggal di daerah Surabaya berusia

12-24 tahun yang terbagi dalam: remaja awal (12-16 tahun), dan remaja akhir (17-24 tahun) (Depkes RI, 2009). Jumlah remaja DM yang dijadikan subyek penelitian sebanyak 10 orang.

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini meliputi:

#### 1. Tahap Persiapan

Tahap persiapan dilakukan pada bulan November 2017 peneliti mengajukan surat ijin survei penelitian di Rumah Sakit Islam Jemursari dengan wawancara kepada petugas kesehatan rumah sakit. Peneliti mendapatkan ijin dengan nomor surat JS.A.SKR.3918.11.17 untuk mendapatkan jumlah penderita diabetes melitus usia remaja di RSI Jemursari pada periode tahun 2016-2017 dan melakukan penelitian sesuai kriteria dari responden.

Peneliti melakukan bimbingan dengan dosen dan melakukan penyusunan proposal penelitian. Peneliti melakukan ujian proposal setelah disetujui oleh dosen pembimbing. Kemudian peneliti melakukan revisi jika terdapat yang kurang sesuai dan melakukan validasi instrumen hingga dapat melakukan pengambilan data.

#### 2. Tahap Pelaksanaan

Peneliti melakukan penelitian pada bulan Agustus-September 2018. Peneliti memilih responden dengan menggunakan teknik *purposive* dan *snowball sampling*. *Purposive sampling* yaitu sampling yang dilakukan berdasarkan keputusan peneliti, sedangkan *snowball sampling* yaitu suatu pendekatan untuk menemukan responden yang lain yang memiliki lebih banyak informasi. Untuk mencapai tujuan penelitian, maka teknik ini juga didukung dengan teknik wawancara dan survey lapangan. Dalam *snowball sampling*, identifikasi awal dimulai dari seseorang atau kasus yang masuk dalam kriteria penelitian. Kemudian berdasarkan hubungan keterikatan langsung maupun tidak langsung dalam suatu jaringan, dapat ditemukan responden berikutnya atau unit sampel berikutnya. Demikian seterusnya proses sampling berjalan sampai didapatkan informasi yang cukup dan akurat untuk dapat dianalisis guna menarik kesimpulan penelitian.

Pada saat pengambilan data, peneliti memberikan penjelasan tentang maksud, tujuan, dan dampak penelitian pada lembar permohonan menjadi responden dan lembar kuisioner kepada responden. Peneliti meminta responden menandatangani lembar persetujuan menjadi responden dan mengisi kuisioner data demografis, tes tentang pengetahuan dalam bentuk angket, dan lampiran lembar kuisioner tentang motivasi dan kepatuhan diet pasien. Peneliti kemudian melakukan pengolahan data dan dianalisis serta menuliskan hasil penelitian dan membuat

pembahasan. Peneliti melakukan ujian hasil penelitian yang telah disetujui oleh dosen pembimbing.

Untuk memperoleh data, diperlukan alat yang benar-benar dapat mengukur apa yang akan diukur (*valid*), seperti halnya yang dikemukakan oleh Arikunto (2010: 203) bahwa instrumen penelitian merupakan alat atau fasilitas yang digunakan oleh peneliti dalam mengumpulkan data agar pekerjaan lebih mudah dan hasilnya lebih baik, dalam arti lebih cermat, lengkap, dan sistematis, sehingga mudah diolah.

Instrumen dalam penelitian ini yaitu berupa tes pengetahuan dan kuisioner tentang kepatuhan dan motivasi diri yang diisi oleh responden DM. Tes pengetahuan berbentuk lembaran berisikan tentang pertanyaan-pertanyaan pengetahuan responden berkenaan dengan pengaturan makan/diet diabetes melitus dan pengetahuan dasar tentang DM itu sendiri. Lembar kuisioner kepatuhan diet berisikan tentang bagaimana pelaksanaan dalam realita, misalnya apakah makan sesuai jadwal makan, jumlah tepat, apakah mengkonsumsi makanan yang tidak dianjurkan, dan lain sebagainya. Kuisioner motivasi diri berupa lembaran yang berisikan tentang seberapa niat dan tekad dalam meningkatkan kesehatannya supaya semakin membaik. Semua lembaran responden baik lembaran tes ataupun kuisioner dilakukan dengan checklist dan disertai wawancara ketika terdapat yang kurang jelas.

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah untuk menghasilkan data yang akurat dengan menggunakan *Skala Likert*. Sugiyono (2014) menyatakan bahwa *Skala Likert* digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi seseorang atau sekelompok orang tentang suatu fenomena sosial. Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan jenis instrumen angket atau kuisioner dengan pemberian skor. Agar mendapatkan sebuah hasil penelitian yang memuaskan, peneliti menyusun rancangan kisi-kisi instrumen penelitian. Kisi-kisi bertujuan untuk keterkaitan antara variabel yang diteliti dengan sumber data atau teori yang diambil. Dalam penelitian ini, dari setiap variabel akan ditentukan indikator yang akan diukur hingga menjadi item pernyataan.

Proses pengembangan instrumen penelitian yang digunakan untuk menguji tiap item pernyataan kuisioner terdiri dari dua bagian yaitu uji validitas dan uji reliabilitas. Uji validitas terkait dengan keabsahan, apakah butir-butir pertanyaan alat ukur secara tepat mengukur apa yang telah diukur, sedangkan reliabilitas terkait dengan keandalan alat ukur, seberapa jauh alat ukur dapat menghasilkan hasil yang kurang lebih sama ketika diterapkan pada sampel yang sama. Dengan demikian dilakukan uji validitas terlebih dahulu kemudian melakukan uji analisis korelasi.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan penelitian melalui uji korelasi Spearman's rho, didapatkan hasil sebagai berikut: data variabel Pengetahuan memiliki nilai signifikansi  $r(7) = -0,09$ ;  $p = 0,846$ ;  $p > 0,05$ , artinya tidak ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan dengan kepatuhan diet. Motivasi juga menyatakan tidak ada hubungan dengan kepatuhan diet yang menunjukkan nilai signifikansi  $r(7) = 0,074$ ;  $p = 0,876$ ;  $p > 0,05$ , sedangkan pengetahuan dengan motivasi memiliki nilai signifikansi  $r(7) = -0,6$ ;  $p = 0,135$ ;  $p > 0,05$ , artinya tidak memiliki hubungan yang signifikan, apabila terdapat hubungan, hubungannya bernilai lemah, tersaji dalam tabel berikut ini:

Tabel 1. Uji Korelasi Spearman's rho Pengetahuan Diet dan Motivasi Diri dengan Kepatuhan Diet

Correlations					
			Pengetahuan Diet	Kepatuhan Diet	Motivasi Diri
Spearman's rho	Pengetahuan Diet	Correlation Coefficient	1.000	-.091	-.623
		Sig. (2-tailed)	.	.846	.135
		N	7	7	7
	Kepatuhan Diet	Correlation Coefficient	-.091	1.000	.074
		Sig. (2-tailed)	.846	.	.875
		N	7	7	7
	Motivasi Diri	Correlation Coefficient	-.623	.074	1.000
		Sig. (2-tailed)	.135	.875	.
		N	7	7	7

Secara ringkas, hasil dapat diartikan sebagai berikut: tidak selalu orang yang memiliki pengetahuan yang baik akan patuh terhadap diet, kadang patuh dan kadang tidak; tidak selalu orang yang memiliki kepatuhan diet tinggi memiliki motivasi yang tinggi pula dan tidak selalu orang yang memiliki pengetahuan tinggi memiliki motivasi yang tinggi. Adapun rinciannya sebagai berikut:

### 1. Hubungan Pengetahuan dengan Kepatuhan diet DM

Pengetahuan merupakan domain penting terbentuknya seseorang dalam memulai langkah awal apa untuk menentukan sikap dan perilakunya (Yulia S, 2015). Kepatuhan adalah bentuk perilaku kesehatan dalam ketaatan dan keaktifan terhadap aturan makan yang telah diberikan (Tera, 2011:9). Patuh tidaknya seseorang dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor, diantaranya adalah masalah kejiwaan seperti gangguan makan dan gangguan afektif, konflik dalam keluarga, stress, kurangnya pengetahuan, keyakinan, dan kepercayaan dalam diri terhadap penyakit diabetes mellitus (Purwanto, 2011). Dengan demikian edukasi juga faktor penting dalam menjaga kepatuhan pasien (Ronald, 2004).

Dari hasil penelitian yang telah dilakukan menggunakan uji *Spearman's rho correlation* menunjukkan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan dan kepatuhan diet penyandang DM mencapai  $r(7) = -0,09$ ;  $p = 0,846$ ;  $p > 0,05$ , artinya tidak selalu orang yang memiliki pengetahuan yang baik akan patuh terhadap diet, kadang patuh dan kadang tidak. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Dewi T, dkk (2018) yang menyatakan bahwa tidak terdapat hubungan antara pengetahuan dengan kepatuhan diet. Hal ini dapat disebabkan oleh pengendalian perilaku makan dalam pemilihan makanan tidak datang dari konsep pengetahuan yang dimiliki responden, meskipun pada bagian awal telah dijelaskan bahwa pengetahuan dan pendidikan memiliki korelasi yang jelas dan kuat. Namun, pada implementasi sehari-hari untuk kesehatan belum sepenuhnya mampu dilakukan pasien artinya pasien yang memiliki pengetahuan baik belum tentu mampu menerapkan dalam bentuk kepatuhan diet yang sesungguhnya. Selain itu dapat juga disebabkan oleh persepsi yang keliru dalam mematuhi diet, antara lain bahwa diet hanya mengurangi gula, pembatasan diet boleh dilanggar sesekali, memakan camilan boleh tapi sedikit, boleh makan kue asal pakai gula diet, ukuran porsi yang benar tidak diketahui sehingga persepsi ini menggambarkan kurangnya pengetahuan pasien tentang diet yang benar, akhirnya mereka mengkonsumsi apapun yang ada selama tidak menimbulkan hal yang fatal bagi dirinya. Sejalan pula dengan penelitian Astuti S (2015) menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan antara pengetahuan dengan kepatuhan diet dengan menggunakan uji *Kolmogorov-Smirnov*,  $p = 0,537$ . Berbeda dengan penelitian yang dilakukan oleh Purwanto (2011) menunjukkan bahwa terdapat hubungan bermakna antara pengetahuan tentang diet diabetes dengan kepatuhan pelaksanaan diet penderita diabetes melitus. Hal ini juga dapat disebabkan oleh tuntutan individu untuk bertindak agar memahami apa dan bagaimana tentang penyakitnya yang berkembang, karena pengetahuan yang dimiliki seorang pasien akan menimbulkan kesadaran bagi mereka dan berperilaku sesuai apa yang mereka ketahui. Dan pasien yang memiliki pengetahuan yang lebih luas memungkinkan seseorang tersebut dapat mengontrol dirinya dalam masalah yang dihadapi dengan rasa kepercayaan diri dan keyakinan yang tinggi, berpengalaman dan mudah mengerti arahan-arahan/rambu-rambu yang diberikan, sehingga dapat mengurangi kekhawatiran dan dapat melakukan dalam pengambil keputusan dengan sendirinya

mengenai kesehatan yang dihadapi. Selain itu, tidak selalu orang yang memiliki pengetahuan baik memiliki motivasi yang tinggi pula, artinya mereka sebenarnya sudah mengetahui anjuran yang harus dilakukan, namun mereka lebih memilih jalan pintas, karena pengaturan makan yang dianjurkan dianggap membatasi dan rumit.

## 2. Hubungan Motivasi Diri dengan Kepatuhan diet DM

Motivasi adalah suatu faktor yang mendorong seseorang untuk melakukan suatu aktifitas tertentu. Motivasi juga merupakan suatu proses psikologis yang mencerminkan interaksi antara sikap, kebutuhan persepsi dan keputusan yang terjadi pada seorang individu dan motivasi timbul akibat dari faktor dalam diri dan luar dari seorang tersebut. Faktor dalam diri dapat berupa kepribadian, sikap, pengalaman, harapan, cita-cita dan pendidikan, sedangkan faktor luar diri dapat berupa berbagai sumber dari lingkungan atau faktor-faktor lain yang sangat kompleks (Yulia S, 2015).

Dari hasil penelitian yang telah dilakukan dengan menggunakan uji *Sperman's rho correlation* menunjukkan nilai signifikansi mencapai  $r(7) = 0,074$ ;  $p = 0,876$ ;  $p > 0,05$ , artinya tidak terdapat hubungan yang signifikan antara motivasi diri dan kepatuhan diet DM. Hal ini dapat dipengaruhi oleh faktor dalam diri individu psikososial atau kepercayaan diri yang belum terbentuk dan berkembang pada diri seseorang, sebab kepercayaan diri dan motivasi merupakan dasar utama dari penderita dalam menjalankan kepatuhan diet untuk mengikuti seluruh anjuran program diet bagi penderita (Hendro, 2011). Kepercayaan diri merupakan faktor yang sangat penting terhadap perubahan perilaku, karena seseorang yang memiliki kepercayaan yang tinggi memiliki peluang lebih besar untuk melakukan perubahan perilaku (Tovar, 2007). Selain itu ketidakpatuhan diet dapat disebabkan oleh makanan diet yang dianggap tidak menyenangkan, rasa kurang enak, hambar, porsinya kurang, merasa tersiksa atau sedih dengan pembatasan makanan. Pasien telah banyak mengetahui anjuran diet tetapi tidak patuh dan cenderung makan sesuai keinginan.

Hasil penelitian ini berbeda dengan penelitian yang dilakukan oleh Yulia S (2015) yang menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara motivasi diri dan kepatuhan diet diabetes dengan nilai  $p = 0,035$  ( $0,035 < 0,05$ ) dengan uji analisis *chi square*. Hal ini dapat disebabkan oleh masih mudah tergoda dengan segala bentuk jenis makanan yang dapat memperburuk kesehatan dan juga tidak diimbangi dengan olahraga secara teratur akibatnya didera rasa malas dalam diri seorang individu. Hal-hal

semacam inilah yang membuat ketidakpatuhan muncul dalam diri.

## 3. Hubungan Pengetahuan dengan Motivasi Diri

Pengetahuan merupakan domain penting terbentuknya seseorang dalam memulai langkah awal apa untuk menentukan sikap dan perilakunya. Motivasi adalah suatu faktor yang mendorong seseorang untuk melakukan suatu aktifitas tertentu. Kepatuhan merupakan bentuk perilaku kesehatan dalam ketaatan dan keaktifan terhadap aturan makan yang telah diberikan.

Dari hasil penelitian yang dilakukan oleh peneliti menunjukkan bahwa terdapat nilai signifikansi dari pengetahuan dengan motivasi memiliki nilai signifikansi  $r(7) = -0,6$ ;  $p = 0,135$ ;  $p > 0,05$ , artinya tidak memiliki hubungan yang signifikan, adapun memiliki hubungan, hubungannya bernilai lemah. Secara ringkas, tidak selalu orang yang memiliki pengetahuan yang baik akan memiliki motivasi yang baik dan sesuai dengan kondisi yang sebenarnya dilapangan. Hal ini dapat disebabkan oleh pada saat mengisi kuisioner, jawaban berbeda dengan implementasi yang sebenarnya terjadi, dimungkinkan responden menjawab kuisioner tidak berdasarkan pengetahuan yang dimiliki.

Hasil penelitian ini berbeda dengan penelitian yang dilakukan oleh Bertalina dan Purnama (2016) menyatakan bahwa penderita dengan pengetahuan yang baik serta mendapatkan motivasi/dorongan dari luar seperti keluarga dan petugas kesehatan untuk mematuhi diet mengalami kondisi tubuh terus membaik karena gula darah mereka terkontrol selama menjalani diet, dan sebaliknya responden dengan dorongan yang kurang menyatakan bahwa mereka bosan menjalani diet yang dianjurkan karena selain sudah terlalu lama terkena menderita diabetes, mereka merasa tidak ada perubahan.

## PENUTUP

### Simpulan

Berdasarkan hasil maupun pembahasan dapat disimpulkan bahwa:.

1. Tidak ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan dan kepatuhan diet DM pada remaja di Surabaya dengan taraf signifikansi  $r(7) = -0,09$ ;  $p = 0,846$ ;  $p > 0,05$
2. Tidak ada hubungan yang signifikan antara motivasi diri dan kepatuhan diet DM pada remaja di Surabaya dengan taraf signifikansi  $r(7) = 0,074$ ;  $p = 0,876$ ;  $p > 0,05$ .
3. Tidak ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan diet dengan motivasi diri DM pada

remaja di Surabaya dengan taraf signifikansi  $r(7) = -0,6$ ;  $p = 0,135$ ;  $p > 0,05$ .

#### Saran

##### 1. Bagi peneliti

Ketidakpatuhan dalam menjalankan diet diabetes melitus dan ketidak-adanya hubungan dalam penelitian ini dapat disebabkan oleh banyak faktor dan kemungkinan-kemungkinan yang terjadi, sehingga diharapkan dalam penelitian selanjutnya dilakukan metode analisis yang berbeda dan dihubungkan dengan faktor-faktor yang mendukung lainnya.

##### 2. Bagi Instansi

Pemberian sosialisasi masih perlu dilakukan untuk selalu mengingatkan, baik dilakukan oleh Dinas Kesehatan yang terkait atau seorang individu atau sekelompok individu lainnya. Guna upaya pencegahan diabetes menyerang pada usia muda, diharapkan lebih meningkatkan penyuluhan kesehatan mengenai kepatuhan diet dalam diabetes melitus.

##### 3. Bagi masyarakat umum

Untuk pencegahan dan pengendalian diabetes, disarankan kepada masyarakat agar senantiasa menjalankan perilaku hidup yang sehat, terutama diet yang baik dan segera lakukan pengobatan yang sesuai untuk mencegah terjadinya komplikasi lebih lanjut, sedangkan untuk pasien, tetap memperhatikan rambu-rambu atau terapi yang dianjurkan dan dilakukan dengan baik. Selain menerapkan pola makan sehat juga dianjurkan untuk melakukan olahraga secara teratur.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, Suharsimi. 2010. *Prosedur Penelitian Suatu pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Astuti S, Paratmanitya Y, Wahyuningsih. (2015). *Hubungan Antara Tingkat Pengetahuan dan Dukungan Keluarga Dengan Kepatuhan dalam Menjalani Terapi Diet Pada Penderita DM Tipe 2 Di Puskesmas Kasihan II Bantul Yogyakarta*. Yogyakarta: Jurnal Gizi dan Dietetik Indonesia. Volume 3 (2).
- Bertalina dan Purnama. 2016. *Hubungan Lama Sakit, Pengetahuan, Motivasi Pasien dan Dukungan Keluarga dengan Kepatuhan Diet Pasien Diabetes Melitus*. Tanjungkarang: Jurusan Gizi Poltekkes, Jurnal Kesehatan, Volume VII, Nomor 2, halaman 338.
- C. Ronald Kahn, Gordon C Weir. (2004) *Joslin's Diabetes Melitus 14th Edition*. Lippinskot Williams and Wilkins.
- Canadian Diabetes Association. 2013. *Definition, Classification and diagnosis of Diabetes, Prediabetes and metabolic syndrome*. Canadian Journal of Diabetes. Vol 37: S8-S11.
- Corwin, E. J. 2008. *Handbook of Pathophysiology, 3 Edisi Revisi*. Universitas Michigan
- Dewi, Thresia; dkk. 2018. *Kepatuhan Diet Pasien DM Berdasarkan Tingkat Pengetahuan dan Dukungan Keluarga Di Wilayah Puskesmas Sudiang Raya*. Makassar: Poltekkes Kemenkes Makassar, Media Gizi Pangan, Vol. 25, Edisi I.
- Hendro, M. 2010. *Pengaruh Psikososial Terhadap Pola Makan Penderita Diabetes Melitus di Rumah Sakit Umum Daerah Kabupaten Deli Serdang Tahun 2009*. Medan: Tesis FKM Universitas Sumatera Utara.
- IDAI. 2017. *Diagnosis dan Tata Laksana Diabetes Melitus Tipe 1 pada Anak dan Remaja*. Jakarta: UKK Endokrinologi Anak dan Remaja
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2014). *Infodatin: Situasi dan Analisis Diabetes*. Jakarta: Penerbit. Diakses pada 8/10/2017, dari <http://www.depkes.go.id/resources/download/pusdatin/infodatin/infodatin-diabetes.pdf>.
- Notoatmojo, Soekidjo. 2003. *Ilmu Kesehatan Masyarakat*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Notoatmojo, Soekidjo. 2005. *Promosi Kesehatan Teori dan Aplikasi*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Notoatmojo, Soekidjo. 2010. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Purwanto, N H. 2011. *Hubungan Pengetahuan tentang Diet Diabetes Melitus dengan Kepatuhan Pelaksanaan Diet pada Penderita Diabetes Melitus*. Jurnal Keperawatan, vol 01, no 01.
- Sarwono, S. 2011. *Psikologi Remaja*. Jakarta: PT. Rajagrafindo Persada.
- Sarwono, SW. 2008. *Psikologi Remaja*. Jakarta: PT Grafindo Persada.
- Soegondo, S., Soewondo, P., Subekti, I., Editor. *Penatalaksanaan Diabetes Melitus Terpadu bagi dokter maupun edukator diabetes*. Jakarta: Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia.
- Sugiyono. 2012. *Metode Penelitian Pendidikan (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D)*. Bandung: Alfabeta.
- Tera, Banu Hanifah Al. 2011. *Determinan Ketidakpatuhan Diet Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 (Studi Kualitatif di Wilayah Kerja Puskesmas Sronдол Kota Semarang)*. Semarang: Artikel Penelitian Universitas Diponegoro.
- Tovar, E. 2007. *Relationship Between Psycosocial Factors And Adherence to Diet and Exercise in Adult With Type 2 Diabetes: A Test Of Theoretical Model*. Disertasi. The University of Texas Medical Branch Graduate School of Biomedical Science.

- UNESA. 2000. *Pedoman Penulisan Artikel Jurnal*, Surabaya: Lembaga Penelitian Universitas Negeri Surabaya.
- Yulia, S. 2015. *Faktor-faktor yang mempengaruhi kepatuhan dalam menjalankan diet pada penderita diabetes melitus tipe 2*. Semarang: Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang.

