

HEALTH LOCUS OF CONTROL DENGAN KEPATUHAN MENJALANI DIET PADA PENDERITA DIABETES MELLITUS TIPE 2

MEIDIAH DWITAMI¹, T. ELTRIKANAWATI², SISKA PRATIWI³

Institut Kesehatan Mitra Bunda^{1,2,3}
eltryikha@gmail.com²

Abstract : *The majority of diabetes mellitus sufferers generally suffer from type 2 diabetes mellitus with around 90-95% of the total number of diabetes mellitus sufferers. The prevalence of diabetes mellitus has increased from year to year. Many people with diabetes mellitus have problems with adherence to diet. It is known that the level of compliance of patients with diabetes mellitus to carry out a diet is 65% but only 19% of patients comply with it. The purpose of this study was to determine the relationship of health locus of control to diet compliance in patients with type 2 diabetes mellitus in the working area of Sei Langkai Community Health Centre, Batam City. This type of research is quantitative with Cross Sectional approach method. This study used purposive sampling technique with a sample of 65 patients with type 2 diabetes mellitus in the working area of the Sei Langkai Health Centre, Batam City. The results showed that patients with type 2 diabetes mellitus in the working area of the Sei Langkai Health Centre, Batam City mostly had low health locus of control with 28 people (43.1%) not obedient to undergo a diet. The results of the chi-square test obtained a p-value of $0.000 < \alpha 0.05$. The conclusion of this study is that there is a relationship between health locus of control and diet compliance in patients with type 2 diabetes mellitus in the working area of the Sei Langkai Health Centre, Batam City.*

Keywords: *Diabetes Mellitus Type 2, Health Locus of Control, Dietary Adherence*

Abstrak : Sebagian besar penderita diabetes melitus pada umumnya menderita diabetes melitus tipe 2 dengan jumlah sekitar 90-95% penderita dari seluruh jumlah penderita diabetes melitus. Prevalensi diabetes melitus dari tahun ke tahun mengalami peningkatan jumlah penderitanya. Penderita diabetes melitus banyak yang memiliki masalah terhadap kepatuhan untuk melaksanakan diet. Diketahui bahwa tingkat kepatuhan penderita diabetes melitus untuk melaksanakan diet sebesar 65% namun hanya 19% penderita yang mematuhi untuk melaksanakannya. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan *health locus of control* terhadap kepatuhan menjalani diet pada penderita diabetes melitus tipe 2 di wilayah kerja Puskesmas Sei Langkai Kota Batam. Jenis penelitian ini adalah kuantitatif dengan metode pendekatan *Cross Sectional*. Penelitian ini menggunakan teknik *Purposive Sampling* dengan sampel berjumlah 65 penderita diabetes melitus tipe 2 di wilayah kerja Puskesmas Sei Langkai Kota Batam. Hasil penelitian menunjukkan bahwa penderita diabetes melitus tipe 2 di wilayah kerja Puskesmas Sei Langkai Kota Batam sebagian besar memiliki *health locus of control* rendah dengan tidak patuh menjalani diet sebanyak 28 orang (43,1%). Hasil uji *chi-square* didapatkan nilai *p-value* $0,000 < \alpha 0,05$. Kesimpulan dari penelitian ini terdapat hubungan antara *health locus of control* terhadap kepatuhan menjalani diet pada penderita diabetes melitus tipe 2 di wilayah kerja Puskesmas Sei Langkai Kota Batam.

Kata Kunci: *Diabetes Mellitus Type 2, Health Locus of Control, Dietary Adherence*

A. Pendahuluan

Prevalensi Diabetes Mellitus semakin tahun demi tahun menunjukkan angka yang semakin meningkat jumlah penderitanya. Penderita diabetes melitus banyak yang memiliki masalah terhadap kepatuhan untuk melaksanakan diet. Tingkat kepatuhan penderita diabetes melitus tipe 2 untuk melaksanakan diet sebesar 65% namun hanya 19% penderita yang mematuhi (Nursihah & Wijaya, 2021). Kepatuhan terhadap rekomendasi diet yang disarankan oleh tenaga kesehatan tentunya akan menimbulkan dampak positif. Selain mengurangi beban penyakit, kepatuhan yang dilaksanakan juga dapat mengurangi morbiditas dan mortalitas dari komplikasi. Kepatuhan diet dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor yaitu faktor predisposisi seperti karakteristik individu dan psikososial, faktor penguat seperti

dukungan keluarga atau tenaga kesehatan dan faktor pemungkin seperti pemberian pelayanan dan jarak ke fasilitas Kesehatan. Faktor psikososial yang diterapkan dalam bidang kesehatan diukur dengan *health locus of control* (Wallston, K. A., Wallston, B. S., & DeVellis, 1978).

Health locus of control merupakan kemampuan seseorang untuk mengontrol kesehatannya, membuat keputusan tentang pengobatan, dan mematuhi perencanaan yang telah dibuat. *Health locus of control* memiliki tiga dimensi diantaranya dimensi *internal health locus of control*, dimensi *powerful others health locus of control* dan dimensi *chance health locus of control*. Dimensi *internal health locus of control* adalah keyakinan bahwa keadaan kesehatan seseorang dipengaruhi oleh perilakunya sendiri. Sementara itu, dimensi *powerful others health locus of control* adalah suatu keyakinan bahwa keadaan seseorang dipengaruhi oleh orang lain yang mempunyai pengaruh kuat (dokter atau tenaga kesehatan) maupun oleh orang-orang disekitarnya. Dimensi *chance health locus of control* adalah keyakinan individu dimana kesehatannya dipengaruhi oleh keberuntungan atau nasib yang diberikan kepadanya (Adhanty et al., 2021).

Health locus of control menjadi salah satu kunci keberhasilan bagi penderita diabetes melitus tipe 2 untuk melaksanakan kepatuhan diet. Permasalahan penyakit diabetes melitus tipe 2 yang tidak ditangani akan menimbulkan berbagai komplikasi penyakit yang dapat menyebabkan peningkatan jumlah kematian. Sehingga dibutuhkan keyakinan dari dalam diri penderita untuk tetap mempertahankan kesehatan dan kestabilan kadar gula darah, salah satunya dengan melaksanakan kepatuhan terhadap diet (Lestari et al., 2021).

B. Metodologi Penelitian

Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian *observasional analitik* dengan rancangan *Cross Sectional*. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *Non-Probability Sampling* dengan teknik *Purposive Sampling*. Jumlah sampel sebanyak 65 penderita Diabetes Mellitus Tipe 2 dari jumlah populasi sebanyak 1748 penderita Diabetes Mellitus Tipe 2 di Wilayah Kerja Puskesmas Sei Langkai Kota Batam. Instrumen penelitian yang digunakan dalam mengukur kepatuhan minum obat dengan menggunakan kuesioner baku (Wallston K. A., 2005) yaitu kuesioner The MHLOC-C (*Multidimensional Health Locus of Control*), dan instrumen untuk mengukur kepatuhan diet yaitu dengan menggunakan PDAQ (*Perceived Dietary Adherence Questionnaire*).

C. Hasil dan Pembahasan

1. Hasil

Analisa Univariat

Tabel 1 Distribusi Frekuensi *Health Locus of Control* Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 Di Wilayah Kerja Puskesmas Sei Langkai Kota Batam Tahun 2023

No	<i>Health Locus of Control</i>	Frekuensi (n)	Persentase (%)
1	Tinggi	29	44,6
2	Rendah	36	55,4
Total		65	100

Berdasarkan tabel 1 diketahui bahwa mayoritas lansia penderita diabetes melitus tipe 2 di Wilayah Kerja Puskesmas Sei Langkai Kota Batam memiliki *health locus of control* rendah berjumlah 36 orang dengan persentase (55,4%).

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Kepatuhan Menjalani Diet Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 Di Wilayah Kerja Puskesmas Sei Langkai Kota Batam Tahun 2023

No	Kepatuhan Diet	(n)	(%)
1	Tinggi	29	44,6
2	Rendah	36	55,4
Total		65	100

Berdasarkan tabel 2 diketahui bahwa mayoritas penderita diabetes melitus tipe 2 di Wilayah Kerja Puskesmas Sei Langkai Kota Batam tidak patuh menjalani diet berjumlah 33 orang dengan persentase (50,8%).

Analisa Bivariat

Distribusi Frekuensi Hubungan *Health Locus of Control* Terhadap Kepatuhan Menjalani Diet Pada Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 Di Wilayah Kerja Puskesmas Sei Langkai Kota Batam Tahun 2023

No	HLOC	Kepatuhan Diet				Total	P Value	
		Patuh		Tidak Patuh				
		n	%	n	%	n		%
1	Tinggi	20	30,3	9	13,8	29	44,6	0,004
2	Rendah	12	18,5	24	55,4	36	55,4	
Jumlah		32	49,2	33	50,8	65	100	

Berdasarkan tabel 3 dari 65 penderita diabetes melitus tipe 2 mayoritas pada umumnya memiliki *health locus of control rendah* dengan tidak patuh menjalani diet sebanyak 24 orang dengan persentase (55,4%). Maka didapatkan hasil nilai *p-value* sebesar $0,004 < 0,05$ sehingga H_0 ditolak dan H_a diterima. Maka disimpulkan bahwa terdapat Hubungan *Health Locus of Control* Terhadap Kepatuhan Menjalani Diet Pada Penderita Diabetes Mellitus Tipe 2 Di Wilayah Kerja Puskesmas Sei Langkai Kota Batam Tahun 2023.

2. Pembahasan

Berdasarkan dari penelitian yang dilakukan oleh peneliti di Wilayah Kerja Puskesmas Sei Langkai Kota Batam peneliti berasumsi bahwa sebagian besar penderita diabetes melitus tipe 2 memiliki *health locus of control* yang rendah dikarenakan kurangnya kesadaran dan keyakinan dari dalam diri penderita untuk memeriksakan kadar gula darahnya secara rutin dan hanya bergantung kepada orang lain.

Health Locus of Control adalah suatu keyakinan individu bahwa kesehatan dirinya merupakan hasil dari tindakannya sendiri, individu juga percaya bahwa dirinya dapat mengendalikan dan mengubah lingkungan, atau data melakukan kontrol terhadap nasibnya sendiri Seorang individu yang memiliki *health locus of control* rendah mempunyai keyakinan bahwa kesehatannya ditentukan oleh orang lain, seperti tenaga kesehatan, teman, keluarga, dan Tuhan Yang Maha Esa. Sehingga dapat mempengaruhi ketidakpatuhan diet diabetes mellitus karena kurang memiliki rasa tanggung jawab terhadap dirinya sendiri dan hanya bergantung kepada orang lain untuk melaksanakan diet. Adanya model yang memberikan contoh gaya atau cara hidup sehat, penguatan tingkah laku sehat serta dorongan semangat dan pengaruh orang yang berarti menjadi faktor yang dapat mempengaruhi kesehatan individu (Adhanty et al., 2021).

Berdasarkan dari penelitian di Wilayah Kerja Puskesmas Sei Langkai Kota Batam bahwa mayoritas penderita diabetes melitus tipe 2 tidak patuh terhadap diet diabetes melitus, hal ini dikarekan penderita jarang makan tepat waktu sesuai anjuran diet diabetes yang dianjurkan, sering mengonsumsi gorengan, sering mengonsumsi makanan yang asin, dan jarang menggunakan gula khusus diabetes.

Ketidakpatuhan diet pada penderita diabetes melitus menjadi salah satu faktor resiko memperberat terjadinya gangguan metabolisme tubuh sehingga berdampak terhadap keberlangsungan hidup penderita diabetes melitus. Ketidakpatuhan diet akan menyebabkan kadar gula darah pada penderita diabetes melitus menjadi tidak terkendali. Hal ini bisa terjadi dapat dikarenakan adanya komponen diet yang memiliki efek signifikan dan relevan secara klinis terhadap modulasi level glukosa darah, walaupun dalam batas ambang nilai normal diagnosis diabetes, namun perlu pencegahan resiko komplikasi penyakit kardiovaskuler. Oleh karena itu, intervensi perubahan gaya hidup sehat yang efektif dalam mengontrol kadar glukosa darah. Intervensi intensif harus segera dilakukan pada individu yang berisiko tinggi, khususnya pada mereka yang mengalami gangguan regulasi glukosa

darah. Adapun, intervensi pendekatan terpadu yang dilakukan seperti : pengurangan berat badan yang berlebih, peningkatan aktifitas fisik, serta pengaturan pola makan penderita diabetes melitus tipe 2 (Russell et al., 2016).

Berdasarkan dari penelitian bahwa mayoritas penderita memiliki *health locus of control* rendah dan kepatuhan diet diabetes melitus yang rendah. Hasil ini menjelaskan bahwa semakin rendah *health locus of control* dan kepatuhan diet diabetes melitus tipe 2 maka akan mengakibatkan penderita menjadi kurang memiliki rasa tanggung jawab pada kesehatannya sehingga tidak mematuhi diet yang diberikan agar gula darahnya tetap stabil karena mempunyai keyakinan bahwa kesehatannya ditentukan oleh orang lain yang berpengaruh, seperti tenaga kesehatan, teman, keluarga, dan Tuhan Yang Maha Esa. Hal ini ditegaskan berdasarkan penelitian (Arsad, SFM., Dunga, EF., Kidamu, 2023) diperoleh bahwa semakin tinggi *health locus of control* maka akan semakin baik kepatuhan menjalani diet pada penderita diabetes melitus.

Angka penderita DM Tipe 2 yang baik dalam mengontrol gula darah puasanya tergolong masih rendah (30,2%). Pola makan mereka buruk energi dan tidak seimbang, dimana kontribusi karbohidrat terhadap asupan energi makanan mereka tinggi. Oleh sebab itu, staf rumah sakit disarankan untuk menggabungkan pengobatan dengan adanya program konseling diet untuk membantu pasien mengontrol berat badan dan kadar glukosa darah mereka dengan lebih baik, sehingga berkontribusi pada peningkatan hasil pengobatan mereka. (Ha et al., 2019). Berdasarkan penelitian pada kelompok intervensi mempunyai skor yang secara statistik jauh lebih tinggi terhadap keseluruhan tingkat pengelolaan diri, pengelolaan pola makan, perawatan kaki, pengelolaan pengobatan, dan *health locus of control* internal, sementara tingkat HbA1c lebih rendah dibandingkan kelompok kontrol (Zhu et al., 2022). Oleh sebab itu, hal ini dapat disimpulkan bahwa penderita diabetes mellitus tipe 2 sebaiknya mendapatkan pengobatan dan perawatan yang terencana, terarah, dan terjadwal sehingga kadar glukosa penderita dapat terkontrol dengan baik dan dapat mencegah komplikasi penyakit.

Daftar Pustaka

- Adhanty, S., Ayubi, D., & Anshari, D. (2021). Hubungan Health Locus of Control dengan Kepatuhan Diet pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 di RSUD Kota Depok Tahun 2020. *Perilaku Dan Promosi Kesehatan: Indonesian Journal of Health Promotion and Behavior*, 3(1), 8. <https://doi.org/10.47034/ppk.v3i1.4150>
- Arsad, SFM., Dunga, EF., Kidamu, S. (2023). Hubungan Health Locus of Control Dengan Kepatuhan Menjalani Diet Pada Pasien Diabetes Mellitus. *Jambura Nursing Journal*, 5(1), 101–115.
- Ha, N. T., Phuong, N. T., & Ha, L. T. T. (2019). How dietary intake of type 2 diabetes mellitus outpatients affects their fasting blood glucose levels? *AIMS Public Health*, 6(4), 424–436. <https://doi.org/10.3934/publichealth.2019.4.424>
- Lestari, Zulkarnain, & Sijid, S. A. (2021). Diabetes Melitus: Review Etiologi, Patofisiologi, Gejala, Penyebab, Cara Pemeriksaan, Cara Pengobatan dan Cara Pencegahan. *UIN Alauddin Makassar*, November, 237–241. <http://journal.uin-alauddin.ac.id/index.php/psb>
- Nursihhah, M., & Wijaya, D. S. (2021). Hubungan Kepatuhan Diet Terhadap Pengendalian Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2. *Jurnal Medika Hutama*, Vol 02(03), 9. <http://jurnalmedikahutama.com/index.php/JMH/article/view/203>
- Russell, W. R., Baka, A., Björck, I., Delzenne, N., Gao, D., Griffiths, H. R., Hadjilucas, E., Juvonen, K., Lahtinen, S., Lansink, M., Loon, L. Van, Mykkänen, H., östman, E., Riccardi, G., Vinoy, S., & Weickert, M. O. (2016). Impact of Diet Composition on Blood Glucose Regulation. *Critical Reviews in Food Science and Nutrition*, 56(4), 541–590. <https://doi.org/10.1080/10408398.2013.792772>
- Wallston, K. A., Wallston, B. S., & DeVellis, R. (1978). Development of the Multidimensional Health Locus of Control (MHLC) Scales. *Health Education Monographs*, 6(2), 160–170. <https://doi.org/10.1177/109019817800600107>
- Wallston K. A. (2005). The validity of the multidimensional health locus of control scales.

Journal of Health Psychology, 10(5).
Zhu, L., Shi, Q., Zeng, Y., Ma, T., Li, H., Kuerban, D., Hamal, S., & Li, M. (2022). Use of health locus of control on self-management and HbA1c in patients with type 2 diabetes. *Nursing Open*, 9(2), 1028–1039. <https://doi.org/10.1002/nop2.1140>