

## Hubungan Health Locus of Control Dengan Kepatuhan Menjalani Diet Pada Pasien Diabetes Mellitus

Sitti Fatimah Meylandri Arsad<sup>1</sup>, Elvie Febriani Dungga<sup>2</sup>, Savina Cindi Kidamu<sup>3</sup>

<sup>1,3</sup> Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Negeri Gorontalo

<sup>2</sup> Fakultas Kedokteran Universitas Negeri Gorontalo

Corresponding author email: [sittifatimah@ung.ac.id](mailto:sittifatimah@ung.ac.id)

### Abstrak

Diabetes melitus (DM) merupakan penyakit kronis akibat pankreas tidak dapat memproduksi insulin secara efektif yang ditandai dengan hiperglikemia. Pengontrolan gula darah dapat dilakukan dengan patuh terhadap diet DM. Faktor yang mempengaruhi kepatuhan menjalani diet diantaranya adalah *health locus of control* (HLOC). Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan HLOC dengan kepatuhan menjalani diet pada penderita DM di wilayah kerja Puskesmas Telaga. Jenis penelitian adalah kuantitatif menggunakan metode pendekatan *Cross Sectional*. Populasi penelitian adalah penderita DM di wilayah kerja Puskesmas Telaga berjumlah 194. Jumlah sampel 66. Teknik pengambilan sampel *Simple Random Sampling*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa HLOC tinggi 27 responden (41%), HLOC sedang 39 responden (59%), dan tidak ditemukan HLOC rendah (0%). Responden dengan kepatuhan menjalani diet baik 15 responden (22,7%), kepatuhan menjalani diet cukup 48 responden (72,7%) dan kepatuhan menjalani diet buruk 3 responden (4,6%). Menggunakan uji *Somers' D* diperoleh nilai *p-Value* = (0,000) sehingga terdapat hubungan HLOC dengan kepatuhan menjalani diet pada penderita DM di wilayah kerja Puskesmas Telaga.

**Kata kunci:** Diabetes Melitus, Kepatuhan Menjalani Diet, *Health Locus Of Control*

### Abstract

*Diabetes mellitus (DM) is a chronic disease caused by the pancreas not being able to produce insulin effectively which is characterized by hyperglycemia. Blood sugar control can be done by adhering to the DM diet. Factors that influence adherence to diet include health locus of control (HLOC). The purpose of this study was to determine the relationship between HLOC and adherence to a diet in DM sufferers in the working area of the Telaga Health Center. This type of research is quantitative using the Cross Sectional approach method. The study population consisted of 194 DM sufferers in the working area of the Telaga Health Center. The number of samples was 66. The sampling technique was Simple Random Sampling. The results showed that 27 respondents (41%) had high HLOC, 39 respondents (59%) had moderate HLOC, and found no low HLOC (0%). Respondents with adherence to a good diet were 15 respondents (22.7%), adherence to an adequate diet were 48 respondents (72.7%) and adherence to a bad diet were 3 respondents (4.6%). Using the Somers'D test, a p-value = (0.000) is obtained so that there is a relationship between HLOC and adherence to diet in DM sufferers in the working area of the Telaga Health Center*

**Keywords :** Diabetes Melitus, Diet Compliance, *Health Locus Of Control*

### Pendahuluan

Diabetes Melitus (DM) termasuk dalam salah satu keadaan darurat kesehatan terbesar pada abad ke 21. Diabetes Melitus merupakan penyakit kronis dan merupakan masalah kesehatan masyarakat di dunia. Menurut *World Health Organization* (WHO) pada tahun 2018, hampir 80% penyebab kematian di dunia adalah penyakit yang tidak menular. Riset Kesehatan Dasar (2018) menjelaskan bahwa penyebab kematian tertinggi masyarakat Indonesia disebabkan

oleh penyakit yang tidak menular dengan prevalensi sekitar 60,6% . Salah satu penyakit yang termasuk dalam penyakit yang tidak menular yaitu diabetes melitus dengan prevalensi kematian sebesar 8.5%.

Prevalensi penderita diabetes melitus terus melonjak di berbagai negara. Menurut data *International Diabetes Federation* (IDF) pada tahun 2021, jumlah penderita diabetes melitus di dunia saat ini mencapai 537 juta orang dewasa usia 20-79 tahun. Pada tahun 2030 diperkirakan akan meningkat menjadi 678 juta dan tahun 2045 melonjak menjadi 700 juta. Data dari Dinas Kesehatan Provinsi Gorontalo tahun 2021, tiga kabupaten penyandang terbanyak angka pengidap diabetes melitus di Provinsi Gorontalo berada di wilayah Kabupaten Gorontalo sebanyak 7.710 orang, Kabupaten Boalemo sebanyak 4.109 orang dan Kabupaten Bone Bolango sebanyak 2.366. Total keseluruhan penderita diabetes melitus di Provinsi Gorontalo sebanyak 17.747 orang (Dinas Kesehatan Provinsi Gorontalo, 2021). Berdasarkan data dari Dinas Kesehatan Kabupaten Gorontalo tahun 2021, jumlah penderita diabetes melitus di Kecamatan Telaga tepatnya di wilayah kerja Puskesmas Telaga sebanyak 194 orang. Puskesmas Telaga menempati peringkat ke-2 di Kabupaten Gorontalo setelah Puskesmas Limboto yang menduduki peringkat pertama (Dinas Kesehatan Kabupaten Gorontalo, 2021).

Terapi nutrisi (diet) menjadi salah satu pilar yang sangat penting dalam penatalaksanaan diabetes melitus karena memiliki manfaat yang sangat baik bagi kesehatan jika dilakukan dengan benar dan sesuai anjuran petugas kesehatan (Buston, dkk. 2021). Kepatuhan diet dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu faktor predisposisi seperti karakteristik individu dan psikososial. . Faktor psikososial dapat diukur dengan menggunakan *health locus of control* atau *locus of control* (Nurlatifah, 2018).

*Health locus of control* (HLOC) memiliki tiga dimensi diantaranya dimensi *internal health locus of control*, dimensi *power 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 kesehatan seseorang dipengaruhi oleh orang lain yang mempunyai pengaruh kuat (dokter atau tenaga kesehatan) maupun oleh orang-orang di sekitarnya. Dimensi *chance health locus of control* adalah keyakinan individu di mana kesehatannya dipengaruhi oleh keberuntungan atau nasib yang diberikan kepadanya (Adhanty,

dkk. 2021). Tujuan penelitian untuk mengetahui hubungan *Health Locus Of Control* dengan kepatuhan menjaladi diet pada penderita diabetes melitus di wilayah kerja puskesmas Telaga.

### Metode Penelitian

Penelitian ini dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Telaga, Kec. Telaga, Kab. Gorontalo pada tanggal 10-18 Mei 2022 dengan menggunakan pendekatan *cross sectional*. Populasi pada penelitian ini adalah penderita diabetes melitus di wilayah kerja Puskesmas Telaga yang berjumlah 194 orang dengan jumlah sampel 66 orang dan menggunakan teknik pengambilan sampel *Simple Random Sampling*. Teknik pengumpulan data menggunakan kuisisioner. Instrumen *Health Locus Of Control* dan Kepatuhan Diet. Uji Analisis data menggunakan uji *Somers'D*

### Hasil Penelitian

Penelitian ini menyajikan karakteristik responden berdasarkan usia, jenis kelamin, Pendidikan terakhir, dan lama menderita diabetes melitus.

**Tabel 1** Distribusi Responden Berdasarkan Karakteristik Pasien Diabetes Melitus di Wilayah Kerja Puskesmas Telaga

Kategori	f	%
<b>Usia</b>		
5ahun	14	21,2
5ahun	18	27,3
5ahun	18	27,3
>65 Tahun	16	24,2
<b>Jenis Kelamin</b>		
Laki-laki	19	28,2
Perempuan	47	71,2
<b>Pendidikan</b>		
SD	38	57,6
SMP	9	13,6
SMA/Sederajat	16	24,2
D1/D2/D3/Akademi	1	1,6
S1/S2/S3	2	3,0
<b>Lama Menderita DM</b>		
≥ 10 Tahun	5	7,6
< 10 Tahun	61	92,4

Berdasarkan tabel 1 hasil analisis penggolongan usia dilakukan menurut kategori yang ditetapkan oleh Depkes RI (2009). Dari tabel diatas dapat dilihat bahwa paling banyak responden berada pada rentang usia 46-55 tahun (Masa Lansia Awal) sebanyak 18 responden (27,3%) dan

usia 56-65 tahun (Masa Lansia Akhir) sebanyak 18 responden (27,3%) serta yang paling sedikit yaitu usia 36-45 tahun (Dewasa Akhir) sebanyak 14 responden (21,2%). Untuk kategori jenis kelamin terdapat perempuan sebanyak 47 responden (71,2%), sementara untuk responden yang berjenis kelamin laki-laki sebanyak 19 responden (28,8%). Kategori Pendidikan terdiri dari SD sebanyak 38 responden (57,6%) dan yang paling sedikit adalah kategori D1/D2/D3 /Akademi sebanyak 1 responden (1,6%). Dan untuk kategori lama menderita diabetes melitus yaitu < 10 tahun sebanyak 61 responden (92,4%), sementara untuk kategori lama menderita diabetes melitus  $\geq$  10 tahun sebanyak 5 responden (7,6%).

**Tabel 2** Distribusi Responden Berdasarkan *Health Locus Of Control* Penderita Diabetes Melitus di Wilayah Kerja Puskesmas Telaga

No	<i>Health Locus Of Control</i>	f	%
1.	Tinggi Sedang Rendah	27	41
2.		39	59
3.		0	0
<b>Total</b>		<b>66</b>	<b>100</b>

Pada tabel 2 di atas diketahui bahwa sebagian besar responden mempunyai *health locus of control* sedang sebanyak 39 responden (59%), sementara untuk kategori tinggi sebanyak 27 responden (41%).

**Tabel 6** Distribusi Responden Berdasarkan Kepatuhan Menjalani Diet Penderita Diabetes Melitus di Wilayah Kerja Puskesmas Telaga.

**Tabel 3** Distribusi Responden Berdasarkan Kepatuhan Menjalani Diet Penderita Diabetes Melitus di Wilayah Kerja Puskesmas Telaga

Kepatuhan Menjalani Diet	f	%
Baik Cukup Buruk	15	22,7
	48	72,7
	3	4,6
<b>Total</b>	<b>66</b>	<b>100</b>

Berdasarkan tabel 3 hasil analisis menggunakan frekuensi tabel didapatkan bahwa sebagian besar responden mempunyai kepatuhan menjalani diet cukup sebanyak 48 responden (72,7%), kepatuhan menjalani diet baik sebanyak 15 responden (22,7%) dan kepatuhan menjalani diet buruk sebanyak 3 responden (4,6%). Hal ini menunjukkan bahwa dalam penelitian ini lebih banyak kepatuhan menjalani diet dengan kategori cukup sebanyak 48 responden (72,7%).

Tabel 4 Analisis Hubungan Health Locus Of Control Dengan Kepatuhan Menjalani Diet Pada Penderita Diabetes Melitus di Wilayah Kerja Puskesmas Telaga.

Locus Of Control	Kepatuhan Menjalani Diet						Total	ji Statistik(p- value)
	Baik		Cukup		Buruk			
	n	%	n	%	n	%		
Tinggi	13	19,7	13	19,7	1	1,6	2741	< 0,001
Sedang	2	3	35	53	2	3	3959	(p <0,05)
Rendah	0	0	0	0	0	0	00	
Total	15	22,7	48	72,7	3	4,6	66	100
<b><math>\alpha = 0,05</math></b>								
<b><math>C = 0,453</math></b>								

Berdasarkan tabel 4 diatas tampak bahwa responden yang mempunyai *health locus of control* tinggi dengan kepatuhan menjalani diet baik sebanyak 13 responden(19,7%), *health locus of control* tinggi dengan kepatuhan menjalani diet cukup sebanyak 13 responden(19,7%), *health locus of control* tinggi dengan kepatuhan menjalani diet buruk sebanyak 1 responden (1,6%), *health locus of control* sedang dengan kepatuhan menjalani diet baik sebanyak 2 responden (3%), *health locus of control* sedang dengan kepatuhan menjalani diet cukup sebanyak 35 responden (53%), *health locus of control* sedang dengan kepatuhan menjalani diet buruk sebanyak 2 responden (3%)

## Pembahasan

### **Health Locus Of Control Pada Penderita Diabetes Melitus di Wilayah Kerja Puskesmas Telaga.**

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan pada penderita Diabetes Melitus di wilayah kerja Puskesmas Telaga didapatkan bahwa terdapat klasifikasi *health locus of control* sedang sebanyak 39 responden (59%), klasifikasi *health locus of control* tinggi sebanyak 27 responden(41%) dan tidak ditemukan responden dengan *health locus of control* rendah. Dari data diatas dapat dilihat bahwa sebagian besar responden mempunyai *health locus of control* sedang.

Hasil penelitian ini didapatkan bahwa responden memiliki *health locus of control* sedang yaitu 39 responden (59%), dimana responden menyatakan bahwa konsultasi ke tenaga kesehatan setiap kali kondisi memburuk, kondisi kesehatan memburuk merupakan nasib dan

kesehatan ditentukan oleh keberuntungan yang terjadi. Responden yang memiliki *health locus of control* sedang disebabkan oleh faktor eksternal yang lebih mendominasi dibandingkan faktor internal. Faktor eksternal yang dimaksud adalah dimensi *powerful others health locus of control* dan dimensi *chance health locus of control*.

Menurut Adnyani dkk. (2015), seseorang yang memiliki eksternal *health locus of control* akan lebih pasif, kurang memiliki inisiatif, kurang mencari informasi untuk memecahkan masalah dan kurang suka berusaha karena individu percaya bahwa faktor luarlah yang mengontrol kesehatannya. Hal ini sejalan dengan teori Restuaji dan Purwaningsih (2020), menyatakan bahwa individu yang memiliki eksternal *health locus of control* lebih percaya bahwa kejadian yang terjadi dalam dirinya tergantung kepada kekuasaan dari pihak lain terutama pemberi layanan kesehatan.

Kurniali (2018), menyatakan bahwa pasien diabetes melitus memiliki *health locus of control* yang berbeda-beda karena setiap orang memiliki motivasi dan kemampuannya sendiri untuk mencapai derajat kesehatan yang baik. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Candra dkk. (2016), pada pasien diabetes melitus di Puskesmas II Denpasar Barat didapatkan bahwa sebagian besar responden memiliki eksternal *health locus of control* sebanyak 18 responden (60%). Pasien yang memiliki eksternal *health locus of control* belum tentu sepenuhnya dapat mengendalikan dirinya sendiri tanpa bantuan orang lain dalam jangka waktu panjang.

*Health locus of control* sedang juga seringkali dikaitkan dengan usia, berdasarkan karakteristik responden yang ada dalam penelitian ini didapatkan responden paling banyak berada pada rentang usia 46-65 tahun sebanyak 36 responden (54,6%). Semakin bertambahnya usia seseorang dapat membimbing diri sendiri untuk mengambil tindakan agar tidak merugikan diri sendiri. Pada usia dewasa seseorang cenderung mandiri dalam mengambil atau menentukan keputusan sendiri sehingga menghasilkan sikap yang lebih positif (Susilawati & Rahmawati, 2021). Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Candra dkk. (2016) menyatakan bahwa sebagian besar pasien diabetes melitus pada usia >40 tahun belum sepenuhnya dapat mengendalikan dirinya sendiri karena ada kebiasaan buruk yang dilakukan sebelumnya.

Penelitian yang dilakukan oleh Arania dkk (2021), bahwa peningkatan usia menyebabkan perubahan pelepasan insulin yang mempengaruhi kinerja metabolisme karbohidrat dan pelepasan glukosa yang masuk ke dalam sel. Selain itu, kekuatan fisik dan

mekanisme pertahanan tubuh cenderung menurundengan bertambahnya usia dan tubuhtidak lagi mampu menghadapi pilihangaya hidup yang tidak sehat yang pada akhirnya menghasilkanmanifestasipenyakit seperti diabetes melitus.

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa responden dengan kategori *health locus of control* tinggi sebanyak 27 responden (41%), dimana responden menyatakan bahwaperilaku diri sendiri akan menentukankesembuhan, hal yang dilakukan diri sendiri akan mempengaruhi kondisikesehatan, dan mengambil tindakan yang tepat maka akan tetap sehat. Responden yang memiliki *health locus of control* tinggi disebabkan oleh faktor internal responden tinggi.Hal ini berkaitan dengan kontrolperilaku responden yang cenderungbersifat individualis yang artinya responden memiliki kesadaran penuh atas kontrol perilaku sehatnya.

Menurut Ekayani dkk. (2021), menyatakan bahwa individu dengan *health locus of control* internal yakin bahwa kondisi kesehatannya dapat dikendalikan oleh diri sendiri sehingga individu akan cenderung belajar dari pengalaman-pengalaman sebelumnya. Individu dengan *health locus of control* internal akan mencaritahu, menganalisis dan mencarialternatif yang dapat menunjang status kesehatannya. Dalam penelitian yang dilakukan oleh Irawan (2019), pada penderitadiabetes melitus di wilayah kerja Puskesmas Sedayu II Bantul Yogyakarta didapatkan hasil bahwasebagian besarresponden memiliki *health locus of control* internal sebesar 76,7%. Penelitian lain yang dilakukan oleh Fardaza dkk. (2017), menyatakan bahwa lokus kesehatanmenjadi sangat penting karena dapat menimbulkan rasa tanggung jawab dalam mengendalikan penyakit dan perawatan diri. Menurut Ramadhani dkk. (2022), laki-laki lebih dominan memiliki *health locus of control* internal dibandingkan perempuan. Perempuan cenderung memiliki *health locus of control* eksternal karena wanita memiliki persepsi lebih buruk tentang kesehatannya dan merasa lebih tertekan khususnya dalam pergaulan dibandingkan dengan pria.

Berdasarkan hasil penelitian, teori yang mendukung dan penelitiansebelumnya peneliti menyimpulkan bahwa *health locus of control* pada penderita diabetes melitus di wilayahkerja Puskesmas Telaga termasukdalam *health locus of control* sedang.

### **Kepatuhan Menjalani Diet Pada Penderita Diabetes Melitus di Wilayah Kerja Puskesmas Telaga**

Hasil dari kepatuhan menjalani diet pada penelitian ini didapatkan sebagian responden



mempunyai kepatuhan menjalani diet cukupsebanyak 48 responden (72,7%), kepatuhan menjalani diet baiksebanyak 15 responden (22,7%) dan kepatuhan menjalani diet buruk sebanyak 3 responden (4,6%). Dari data diatas dapat dilihat bahwa sebagian besar responden mempunyai kepatuhan menjalani diet cukupsebanyak 48 responden atau 72,7%.

Berdasarkan tabel 4.6 didapatkan hasil bahwa sebagian besar responden mempunyai kepatuhan menjalani diet cukup sebanyak 48 responden (72,7%), dimana responden menyatakan mereka sudah cukup paham mengenai diet diabetes melitus karena sudah mendapat penyuluhandari Puskesmas. Responden juga mengatakan sering menjaga pola makan dan memilih jenis makanan yang akan dikonsumsi. Mereka jarang mengonsumsi makanan manis, makanan yang mengandung lemak, sering mengonsumsi makanan mengandung protein dan sering mengonsumsi sayur dan buah- buahan. Mereka juga mengatakanbahwa jarang makan tepat waktu sesuai jadwal yang telahdirekomendasi oleh petugas kesehatan.

Menurut teori yang dikemukakan oleh Rudini dkk. (2018), pengaturan jadwal makan sangat penting bagi penderita diabetes melitus karenadengan membagi waktu makan menjadiporsi kecil tapi sering, karbohidrat dicerna lebih lambat dan stabil. Selain itu kebutuhan insulin menjadi lebih rendah dan sensitivitasinsulin menjadi meningkat sehingga metabolisme tubuh dapat berjalandengan baik.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Purwandari dan Susanti (2017), menyatakan bahwa sebagian besar responden mempunyai kepatuhan dietcukup sebanyak 31 responden (62%).Halini berkaitan dengan minat atau keinginan responden untukmelakukan diet diabetes. Minat atau keinginan untuk melakukan diet menjadi hal yang penting karena merupakan dorongan atau kekuatanterbesar dari dalam diri individu agar diet yang dijalankan terus konsisten. Kesabaran juga diperlukan untuk melakukan diet. Kesabaran dan motivasi dapat diperoleh dari orang terdekat seperti keluarga, teman, ataupun petugas kesehatan. Mayoritas responden dengan kepatuhan menjalani diet cukup salahsatunya dipengaruhi oleh pendidikan responden. Berdasarkan hasil distribusi karakteristik responden didapatkan hasil bahwa sebagian besar pendidikan terakhir responden adalah Sekolah Dasar sebanyak 38responden (57,6%). Efriliana dkk. (2018), menyatakan bahwapendidikan mempunyai peranan penting dalam terjadinya kasus diabetes melitus. Jika pendidikan rendah, maka akan sulit menyerap informasi yang yang diberikan oleh pihak kesehatan.



Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Priharsiwi dan Kurniawati (2021), didapatkan hasil bahwa sebagian besar responden mempunyai tingkat pendidikan terakhir Sekolah Dasar sebanyak 27 responden (54%). Pendidikan dapat mempengaruhi seseorang dalam mengambil keputusan. Semakin rendah pendidikan maka semakin rendah pula kemampuan yang akan dimiliki seseorang dalam menyelesaikan masalah termasuk dalam menjalani kepatuhan diet.

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa responden memiliki kepatuhan menjalani diet baik sebanyak 15 responden (22,7%), dimana responden menyatakan bahwa mereka selalu mengikuti anjuran diet diabetes melitus dengan baik, selalu menimbang berat badan secara teratur dan rutin memeriksakan kesehatannya secara teratur. Responden juga menyatakan bahwa selalu datang ke pelayanan kesehatan seperti kegiatan Prolanis dan Posbindu yang dimana responden selalu berkonsultasi dengan petugas kesehatan mengenai diet yang dilakukan. Dwi dan Rahayu (2020), mengemukakan bahwa kepatuhan diet dapat dilihat dari sejauh mana perilaku yang ditunjukkan oleh pasien sesuai dengan ketentuan diet yang diberikan oleh petugas profesional dalam kesehatan.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Ariyani (2021), didapatkan bahwa sebagian besar responden mempunyai kepatuhan menjalani diet baik sebanyak 31 responden (41,9%). Responden yang memiliki kepatuhan menjalani diet baik disebabkan karena responden mayoritas masih memiliki keluarga yang utuh, sosial ekonomi yang mendukung, lingkungan yang menerima penderita, motivasi diri yang baik untuk segera sembuh dan dukungan yang baik.

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa kepatuhan menjalani diet buruk sebanyak 3 responden (4,6%), dimana responden menyatakan mereka tidak pernah makan tepat waktu sesuai anjuran diet diabetes yang dianjurkan, sering mengonsumsi gorengan, sering mengonsumsi makanan yang asin, dan tidak pernah menggunakan gula khusus diabetes. Responden juga menyatakan bahwa tidak melakukan diet diabetes karena terbiasa makan makanan dengan porsi besar atau makan sesuai keinginan dari responden dan tidak menggunakan gula khusus diabetes karena belum terbiasa menggunakan gula tersebut Menurut Manarung dkk. (2020), ketidakpatuhan dalam melakukan diet diabetes melitus akan memberikan dampak negatif yang sangat besar seperti peningkatan biaya kesehatan serta terjadinya komplikasi diabetes melitus. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh

Khasanah (2021), mengemukakan bahwa sebagian besar responden tidak patuh dalam menjalani diet (57,9%) dan patuh sebesar (17,1%). Ketidapatuhan diet pada penderita diabetes melitus ditunjukkan dengan tidak menggunakan gula khusus diabetes melitus. Penderita diabetes melitus dianjurkan untuk tidak mengonsumsi gula yang berlebihan karena memicu peningkatan kadar gula secara mendadak.

Penelitian lain yang dilakukan oleh Triana dkk. (2015), menyatakan bahwa kepatuhan pasien terhadap prinsip gizi dan perencanaan makan merupakan salah satu kendala pada pasien diabetes melitus. Pasien diabetes melitus banyak yang merasa tersiksa sehubungan dengan jenis dan jumlah makanan yang dianjurkan.

Berdasarkan hasil penelitian, teori yang mendukung dan penelitian sebelumnya peneliti menyimpulkan bahwa kepatuhan menjalani diet pada penderita diabetes melitus di wilayah kerja Puskesmas Telaga termasuk dalam kepatuhan menjalani diet cukup.

### **Hubungan *Health Locus Of Control* dengan Kepatuhan Menjalani Diet Pada Penderita Diabetes Melitus di Wilayah Kerja Puskesmas Telaga**

Berdasarkan analisis bivariat menggunakan uji asumsi *kolmogorov-smirnov* ditemukan bahwa data tidak berdistribusi normal sehingga untuk uji korelasi alternatif yang digunakan adalah uji *Somers' D* didapatkan nilai signifikansi  $<0,001$  ( $p < 0,05$ ) maka artinya ada korelasi yang signifikan (berarti) antara variabel independen (*health locus of control*) dan variabel dependen (kepatuhan menjalani diet) dengan nilai *correlation coefficient* sebesar 0,453 yang artinya tingkat hubungan (korelasi) antara variabel sedang dan nilai *correlation coefficient* bernilai positif maka hubungan kedua variabel searah. Hasil tersebut dapat diasumsikan bahwa hipotesis  $H_0$  ditolak dan hipotesis  $H_1$  diterima sehingga terdapat hubungan *health locus of control* dengan kepatuhan menjalani diet pada penderita diabetes melitus di wilayah kerja Puskesmas Telaga.

Dalam penelitian ini didapatkan *health locus of control* berkorelasi dengan kepatuhan menjalani diet, dikarenakan *health locus of control* merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi kepatuhan menjalani diet pada penderita diabetes melitus. Penelitian ini juga menjelaskan bahwa hubungan antara kedua variabel adalah positif. Hal ini berarti bahwa jika semakin tinggi *health locus of control* penderita diabetes melitus maka akan semakin baik kepatuhan menjalani diet dari penderita diabetes melitus tersebut.

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan sebagian besar responden dalam kategori *health locus of control* sedang dengan kepatuhan menjalani diet cukup sebanyak 35 responden. Kondisi ini disebabkan oleh faktor eksternal *health locus of control* lebih mendominasi dalam penelitian ini (dimensi *powerful others* dan dimensi *chance*). Berdasarkan jawaban kuesioner, responden menyatakan ketika sakit selalu berkonsultasi dengan dokter atau tenaga kesehatan, keluarga sangat membantu responden pada proses penyembuhan, dan responden percaya bahwa apa yang dideritanya merupakan takdir yang harus dijalani. Untuk kepatuhan menjalani diet responden menyatakan sering menjaga pola makan dan pemilihan jenis makanan sehingga responden selalu memaksimalkan diet yang dianjurkan namun ketika tergoda dengan makanan yang diinginkan responden sering lupa akan diet yang dilakukan.

Menurut Fitriana dan Salviana (2021), dukungan keluarga atau tenaga kesehatan yang kurang akan mengganggu kesehatan penderita diabetes melitus. Namun jika keluarga atau tenaga kesehatan memberikan dukungan pada penderita diabetes melitus, penderita akan termotivasi untuk mematuhi diet diabetes melitus. Dwi dan Rahayu (2020), menyatakan bahwa penderita diabetes melitus akan mendapatkan pengalaman positif bahwa kehidupan dapat berjalan dengan stabil bila mendapat dukungan dari lingkungan sekitarnya. Penelitian yang dilakukan oleh Jamaludin dan Choirunisa (2019), didapatkan bahwa sebagian besar responden sebanyak 95 responden mempunyai dukungan keluarga dalam kategori cukup. Keikutsertaan anggota keluarga dalam mendukung program diet yang dianjurkan sangat penting bagi penderita diabetes melitus.

Hasil penelitian ini juga didapatkan responden yang memiliki *health locus of control* tinggi dengan kepatuhan menjalani diet baik sebanyak 13 responden. Kondisi ini dipicu oleh kontrol perilaku sehat individu berada dalam dirinya sendiri (*internal health locus of control*) sehingga individu sadar akan tindakan yang dilakukan untuk meningkatkan derajat kesehatan seperti patuh dalam menjalani diet diabetes melitus agar kadar gula dalam darah dapat terkontrol. Berdasarkan hasil kuesioner, responden menyatakan bahwa menghindari mengonsumsi makanan atau minuman yang tidak dianjurkan untuk program diet diabetes dan selalu memeriksakan kesehatan secara rutin di Puskesmas atau di pelayanan kesehatan.

Rosita dkk. (2021), menyatakan bahwa individu yang memiliki *health locus of control* tinggi akan memiliki dorongan menjadi lebih baik dalam mengambil keputusan untuk memperbaiki kualitas status kesehatannya. Hal ini akan mempengaruhi kepatuhan diet yang dilakukan

karena penderita diabetes melitus akan semakin sadar untuk menjaga dan memelihara kesehatannya.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Lestari (2021), didapatkan hasil bahwa sebagian besar responden memiliki *health locus of control* tinggi sebanyak 20 responden (54,1%) dan kepatuhan diet baik sebanyak 23 responden (62,2%). *Health locus of control* tinggi dikarenakan responden yakin bahwa kondisi kesehatan mereka baik sehat ataupun sakit dapat dikendalikan oleh diri sendiri akibat dari perilaku mereka sendiri. Sementara untuk kepatuhan diet didapatkan dalam kategori baik karena responden sudah mengetahui diet diabetes melitus yang dianjurkan oleh tenaga kesehatan. Namun, pada penelitian ini juga didapatkan responden dalam kategori *health locus of control* tinggi dengan kepatuhan menjalani diet buruk sebanyak 1 responden. Kondisi ini dipicu oleh individu yang memiliki internal *health locus of control* yang tinggi tetapi dalam menjalani diet responden masih kurang patuh artinya responden tersebut masih membutuhkan dorongan dari pihak lain seperti keluarga, teman, dan petugas kesehatan untuk menjalani diet yang dianjurkan. Berdasarkan hasil kuesioner, responden menyatakan bahwa mempunyai motivasi dari diri sendiri untuk sembuh tetapi saat melakukan diet yang dianjurkan responden sangat kewalahan karena terbiasa makan makanan yang diinginkan seperti selalu mengonsumsi makanan asin ataupun manis dan tidak pernah menggunakan gula diet diabetes melitus.

Bistara dan Ainiyah (2018), menyatakan bahwa selain faktor internal *health locus of control*, faktor eksternal *health locus of control* juga mempengaruhi kepatuhan diet penderita diabetes melitus karena selain motivasi yang ada dalam diri sendiri diperlukan juga dorongan dari luar atau faktor eksternal dalam menjalani diet tersebut. Adanya model yang memberikan contoh gaya atau cara hidup sehat, penguatan tingkah laku sehat serta dorongan semangat dan pengaruh orang yang berarti merupakan faktor-faktor dari lingkungan eksternal yang dapat mempengaruhi kesehatan.

Kurniati (2022), menyatakan bahwa ketidakpatuhan diet pada penderita diabetes melitus menjadi salah satu faktor risiko 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 terkontrol yang akibatnya dapat menyebabkan terjadinya berbagai komplikasi. Menurut Arisandi dkk. (2020), pola makan erat kaitannya dengan kepatuhan menjalani diet.

Jika pola makan baik maka kepatuhan menjalani diet akan semakin baik begitu pun sebaliknya. Konsumsi makanan yang asin akan meningkatkan peluang terjadinya diabetes melitus sebesar 2,62 kali lipat. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Khasanah (2021), mengemukakan bahwa sebagian besar responden tidak patuh dalam menjalani diet (57,9%) dan patuh sebesar (17,1%). Ketidakpatuhan diet pada penderita diabetes melitus ditunjukkan dengan tidak menggunakan gula khusus diabetes melitus. Penderita diabetes melitus dianjurkan untuk tidak mengonsumsi gula yang berlebihan karena memicu peningkatan kadar gula secara mendadak.

Berdasarkan hasil penelitian, teori yang mendukung dan penelitian sebelumnya maka peneliti berasumsi bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara *health locus of control* dengan kepatuhan menjalani diet pada penderita diabetes melitus di wilayah kerja Puskesmas Telaga. Semakin tinggi *health locus of control* maka semakin baik kepatuhan menjalani diet. Sebaliknya jika semakin rendah *health locus of control* maka akan semakin buruk kepatuhan menjalani diet.

## Simpulan

*Health locus of control* dari 66 penderita diabetes melitus di wilayah kerja Puskesmas Telaga lebih banyak mempunyai *health locus of control* sedang dibandingkan dengan responden yang mempunyai *health locus of control* tinggi dan *health locus of control* rendah. Kepatuhan menjalani diet dari 66 penderita diabetes melitus di wilayah kerja Puskesmas Telaga diperoleh sebagian besar masuk dalam kategori kepatuhan menjalani diet cukup dibandingkan dengan responden yang memiliki kepatuhan menjalani diet baik dan kepatuhan menjalani diet buruk.

Terdapat hubungan yang signifikan antara *health locus of control* dengan kepatuhan menjalani diet dengan tingkat kekuatan korelasi sedang dan mempunyai arah hubungan yang positif yang berarti semakin tinggi *health locus of control* maka semakin baik kepatuhan menjalani diet pada penderita diabetes melitus di wilayah Puskesmas Telaga.

## Daftar Pustaka

- Adnyani, I. A. P. S., Widyanthari, D.M., & Saputra, K. (2015). Hubungan Health Locus of Control Dengan Kepatuhan Penatalaksanaan Diet Dm Tipe 2 Di Paguyuban Dm Puskesmas III Denpasar Utara. *Coping Ners (Community of Publishing in Nursing)*, 3(3), 76–84.
- Arania, R., Triwahyuni, T., Esfandiari, F., & Nugraha, F. R. (2021). Hubungan antara Usia, Jenis Kelamin dan Tingkat Pendidikan dengan Kejadian Diabetes Melitus di Klinik

- Mardi Waluyo LampungTengah. *Medika Malahayati*, 5(3).
- Arisandi, W., Djamaluddin, A., & Permatasari, A. (2020). Hubungan Perilaku Diet Dengan Kadar Gula Darah Pada Lansia Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 di Wilayah Kerja Puskesmas Rawat Inap Sukoharjo Kabupaten Pringsewu Tahun 2020. *Ilmu Kesehatan Indonesia*, 1(2).
- Ariyani, F. D. (2021). *Hubungan Dukungan Keluarga dan Motivasi Penderita Dengan Kepatuhan Menjalani Diet DM di Puskesmas Baki, Kabupaten Sukoharjo*. Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Bistara, N., & Ainiyah, N. (2018). Hubungan Pengetahuan Dengan Kepatuhan Diet Pada Penderita Diabetes Melitus Di Posyandu Lansia Cempaka Kelurahan Tembok Dukuh Kecamatan Bubutan Surabaya. *Journal Of Heart Sciences*.
- Buston, E., Efendi, P., & Heriyanto, H. (2021). Pengaruh Implementasi 4 Pilar Penatalaksanaan Diabetes Melitus Terhadap Status Nutrisi Pada Penderita Diabetes Melitus Di Puskesmas Kandang Kota Bengkulu. *Jurnal Ilmiah Umum Dan Kesehatan Aisyiyah*, 6(1), 15–21.
- Candra, I. W., Ratnaningsih, A. N., & Sumirta, I. N. (2016). Health Locus Of Control Dalam Menjalani Diet Pada Pasien Diabetes Melitus. *Jurnal Gema Keperawatan*, 9, 143–150.
- Dinas Kesehatan Kabupaten Gorontalo. (2021). *Profil Dinas Kesehatan Kabupaten Gorontalo 2021*. Gorontalo: Dinas Kesehatan Kabupaten Gorontalo.
- Dinas Kesehatan Provinsi Gorontalo. (2021). *Profil Dinas Kesehatan Provinsi Gorontalo 2021*. Gorontalo: Dinas Kesehatan Provinsi Gorontalo.
- Dwi, S. A., & Rahayu, S. (2020). Faktor-Faktor yang Berhubungan Dengan Kepatuhan Diet Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe II. *Ilmiah Keperawatan Stikes Hang Tuah Surabaya*, 15(1).
- Efriliana, Diani, N., & Setiawan. (2018). Karakteristik Pasien Diabetes Melitus Dengan Pengetahuan Tentang Perawatan Kaki Diabetes Melitus. *Dinamika Kesehatan*, 9(1).
- Ekayani, N., Widyastuti, & Indahari, N. A. (2021). Perbedaan Tingkat Kepatuhan Berobat Penderita Hipertensi: Pendekatan Health Locus Of Control Eksternal. *Journal Of Art, Humanity & Social Studies*, 1(6).
- Fardaza, I. ., Heidari, H., & Solhi, M. (2017). Effect Of Educational Intervention Based On Locus Of Control Structure Of Attribution Theory On Self-Care Behavior Of Patients With Type II Diabetes. *Medical Journal Of The Islamic Republic Of Iran*, 31(116).
- Fitriana, Z., & Salviana, E. (2021). Analisis Faktor Yang Mempengaruhi Kepatuhan Menjalankan Diet Pada Lansia Penderita Diabetes Melitus Tipe Dua. *Jurnal Keperawatan Silampari*, 4(2).
- IDF. (2021). *IDF Diabetes Atlas Tenth Edition 2021*. International Diabetes Federation.
- Irawan, A. (2019). *Hubungan Health Locus Of Control Dengan Kepatuhan Diet Pada Pasien Diabetes Melitus (DM) Tipe II Di Wilayah Kerja Puskesmas Sedayu II Bantul Yogyakarta* Universitas Alma Ata Yogyakarta.
- Jamaludin, J., & Choirunisa, A. (2019). Hubungan Dukungan Keluarga dengan Kepatuhan Diet Pada Penderita DM di Ruang Poliklinik RSI Sunan Kudus. *Jurnal Profesi Keperawatan*, 6(1), 45–60.
- Khasanah, A. H. (2021). *Hubungan Kepatuhan dan Sikap Dengan Kepatuhan Diet Penderita Diabetes Melitus Tipe II di Puskesmas Pekan Heran Kabupaten Indragiri Hulu*.
- Kurniali. (2018). *Hidup Bersama Diabetes*. Jakarta: Gramedia.



- Kurniati, M. F. (2022). Hubungan Usia dan Jenis Kelamin dengan Kepatuhan Kontrol Gula DarahPuasa Pasien Diabetes Melitus diPuskesmas Ngraho. *IlmuKesehatan MAKIA*, 12(1), 52-59.
- Mamesah, F., Runtuwene, M., & Katuuk, M. (2019). Hubungan Motivasi Intrinsik dengan Kepatuhan Diet Pasien DiabetesMelitus Tipe II di Puskesmas Ranotana Weru. *Jurnal Keperawatan*, 7(1).
- Manarung, T., Manalu, R. M., & Manarung, Y. (2020). HubunganMotivasi dengan Kepatuhan Pelaksanaan Diet Pada PenderitaDiabetes Melitus. *Keperawatan Priority*, 3(2), 53–61
- Priharsiwi, D., & Kurniawati, T.(2021). Gambaran Dukungan Keluarga dan Kepatuhan Diet Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 : Literature Review. *Prosiding Seminar Nasional Kesehatan*.
- Purwandari, H., & Susanti, S. N. (2017). Hubungan KepatuhanDiet Dengan Kualitas HidupPada Penderita DM di Poli Penyakit Dalam RSUDKertosono. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 6(2).
- Pusat Data dan Informasi KementrianKesehatan RI. (2020). *Diabetes-Melitus*. Jakarta. Ramadhani, M., Induniasih, & Sutejo.(2022). Kualitas Hidup Penyandang Diabetes Melitus Ditinjau Dari Health Locus Of Control and Quality Of Life in Diabetes MellitusPatients : A Literature Review. *Cerdika :Jurnal Ilmiah Indonesia*, 2(4),452–462.
- Restuaji, A. I., & Purwaningsih, P. (2020). Health Locus Of Control(HLOC) Pada Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 : Systematic Review. *Universitas Ngudi Waluyo Ungaran*.
- Riskesdas. (2018). *Data Diabetes Melitus*. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementrian RI tahun2018.
- Rosita, A., Tharida, M., & Putra, Y. (2021). Hubungan Health Locus Of Control dengan Kepatuhan Asupan Cairan pada penderita Gagal Ginjal Kronik yang Menjalani Hemodialisa diRumah Sakit Umum Daerah dr. Zainoel Abidin Banda Aceh.*Jurnal Aceh Medika*, 5(2), 159–169.
- Rudini, D., Yusnilawati, & Sulistiawan, A. (2018). Analisis Pengaruh Kepatuhan Pola Diet DM Terhadap Kadar Gula DarahDM Tipe 2. *Keperawatan Universitas Jambi*.
- Susilawati, & Rahmawati, R. (2021). Hubungan Usia, Jenis Kelamin, dan Hipertensi dengan Kejadian Diabetes Melitus Tipe 2 di Puskesmas Tugu Kecamatan Cimanggis Kota Depok. *ARKESMAS*, 6(1).
- Triana, R., Karim, D., & Jumaini. (2015). *Hubungan Tingkat Pengetahuan Pasien Diabetes Melitus Tentang Penyakit dan Diet Dengan Kepatuhan Dalam Menjalankan Diet Diabetes Melitus*.
- WHO. (2018). Diabetes. Retrieved from <https://www.who.int/news-room/factsheets/detail/diabetes>