

**HUBUNGAN MOTIVASI DIRI DAN DUKUNGAN KELUARGA
TERHADAP KEPATUHAN DIET DAN AKTIVITAS FISIK PASIEN
DIABETES MELITUS TIPE 2 DI PUSKESMAS 2 SUMBANG
BANYUMAS**

Meicelly Sabrina¹, Diah Krisnansari², Amalia Muhaimin³
Fakultas Kedokteran Universitas Jenderal Soedirman, Purwokerto, Indonesia

ABSTRAK

Latar Belakang: Penderita DM tipe 2 perlu melakukan diet nutrisi dan aktivitas fisik. Kepatuhan diet dan aktivitas fisik memiliki peranan penting terhadap keberhasilan suatu terapi serta mencegah timbulnya komplikasi. Dalam pembentukan suatu perilaku diperlukan adanya motivasi dari dalam diri sendiri serta dukungan orang terdekat seperti keluarga.

Tujuan: Mengetahui hubungan motivasi diri dan dukungan keluarga dengan kepatuhan diet dan aktivitas fisik pasien DM Tipe 2 di Puskesmas Sumbang 2 Banyumas.

Metode: Penelitian ini menggunakan rancangan analitik observasional dengan pendekatan *cross sectional*. Responden yang terlibat dalam penelitian sebanyak 56 pasien DM Tipe 2 di Puskesmas Sumbang 2 dengan teknik *consecutive sampling*. Penelitian ini menggunakan instrumen kuesioner TRSQ, HDFSS, PDAQ, dan GPAQ. Data dianalisis menggunakan uji *Chi-Square*.

Hasil: Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan signifikan antara motivasi diri ($p= 0,006$) dan dukungan keluarga ($p= 0,001$) dengan kepatuhan diet. Sedangkan hubungan motivasi diri ($p= 0,092$) dan dukungan keluarga ($p= 0,097$) dengan aktivitas fisik menunjukkan hasil tidak adanya hubungan yang signifikan.

Kesimpulan: Motivasi diri dan dukungan keluarga berhubungan dengan kepatuhan diet sedangkan motivasi diri dan dukungan keluarga tidak berhubungan dengan aktivitas fisik pada pasien DM Tipe 2 di Puskesmas Sumbang 2.

Kata kunci: Aktivitas Fisik, Diabetes Melitus Tipe 2, Dukungan Keluarga, Motivasi Diri, Kepatuhan Diet

**RELATIONSHIP OF SELF-MOTIVATION AND FAMILY SUPPORT TO
DIETARY ADHERENCE AND PHYSICAL ACTIVITY IN TYPE 2
DIABETES MELLITUS PATIENTS AT PUBLIC HEALTH CENTER 2
SUMBANG BANYUMAS**

Meicelly Sabrina¹, Diah Krisnansari², Amalia Muhaimin³
Fakultas Kedokteran Universitas Jenderal Soedirman, Purwokerto, Indonesia

ABSTRACT

Background: Patients with Type 2 DM need a nutritional diet and physical activity. Dietary adherence and physical activity are essential to a therapy's success and to prevent complications. In forming a behavior, it is necessary to have the motivation and the support of the closest people, such as family.

Objective: c between self-motivation and family support with diet adherence and physical activity in Type 2 DM patients at the Sumbang 2 Public Health Center.

Methods: This study used an observational analytic design with a cross-sectional approach. Respondents involved in the study were 56 patients with Type 2 DM at the Sumbang 2 Health Center using consecutive sampling techniques. This study used the TRSQ, HDFSS, PDAQ, and GPAQ questionnaire instruments. Data were analyzed using the Chi-Square test.

Results: The results showed a significant relationship between self-motivation ($p=0,006$) and family support ($p=0,001$) with dietary adherence. At the same time, the relationship between self-motivation ($p=0,092$) and family support ($p=0,097$) with physical activity showed no significant association.

Conclusion: Self-motivation and family support is related to dietary adherence, while self-motivation and family support are not related to physical activity in Type 2 DM patients at the Public Health Center Sumbang 2

Keywords: Diet adherence, Family Support, Physical Activity, Self Motivation, Type 2 Diabetes Mellitus