

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1. Latar Belakang

Diabetes melitus, atau yang biasa dikenal sebagai penyakit kencing manis, disebabkan karena adanya gangguan pada sistem metabolisme karbohidrat, lemak, dan protein. Kondisi ini terjadi akibat kurangnya produksi hormon insulin yang berfungsi mengubah gula menjadi tenaga, serta merubah kadar gula dalam tubuh yang berlebih menjadi sistem lemak. Kondisi ini mengakibatkan terjadi *hiperglikemia* yang biasa ditandai dengan meningkatnya kadar glukosa dalam darah melebihi nilai normal disertai pengeluaran glukosa dalam urine (Lanywati, 2001). Kondisi tubuh tersebut membuat penderita banyak kencing (*polyuria*), banyak minum (*polydipsia*), banyak makan (*polyphagia*) namun berat badan menurun dan mudah lelah.

Beberapa penderita diabetes kadang tidak merasakan adanya keluhan. Mereka hanya mengetahui bahwa mereka menderita diabetes berdasarkan hasil *check up* yang menyatakan kadar glukosa dalam darah tinggi. Akibatnya, seringkali penderita diabetes tidak mengubah pola hidupnya yang kurang sehat. Penderita diabetes seharusnya menyadari bahwa kadar glukosa yang tinggi pada jangka waktu lama akan mengakibatkan komplikasi. Komplikasi yang timbul akibat penyakit diabetes yang tidak segera ditangani akan mengganggu kesehatan tubuh yang lain, misalnya komplikasi yang terjadi pada mata (hingga bisa menyebabkan kebutaan), gangren (luka pada kaki yang susah disembuhkan), jantung, ginjal, hipertensi dan *stroke* (Waspadji, 2009: 4).

Banyak diketahui oleh masyarakat luas bahwa keturunan (herediter) menjadi faktor risiko dari penyakit diabetes, artinya anak dengan orang tua menderita diabetes memiliki kemungkinan akan menderita diabetes juga.

Pendapat ini benar, namun pada masa ini, keturunan bukan satu-satunya faktor risiko dari penyakit diabetes. Beberapa faktor lain, khususnya pola makan yang salah dapat mengakibatkan kegemukan yang juga merupakan faktor risiko atau faktor pencetus penyakit diabetes (Waspadji, 2009: 3-4).

Menurut World Health Organization (WHO), pada tahun 2010 sebanyak 60% penyebab kematian di dunia adalah Penyakit Tidak Menular (PTM) dan diabetes melitus menduduki peringkat ke-6 penyebab kematian di dunia. Indonesia merupakan negara urutan ke-7 dengan prevalensi diabetes tertinggi. Sekitar 1,3 juta orang di Indonesia meninggal akibat diabetes. Diperkirakan, pada tahun 2030 jumlah penderita diabetes di Indonesia meningkat menjadi 21,3 juta jiwa (Departemen Kesehatan, 2013). Menurut IDF (International Diabetes Federation), pada tahun 2014 sebanyak 9,1 juta penduduk Indonesia yang berusia 20-79 tahun menderita penyakit Diabetes Melitus tipe II (DM2).

DM2 adalah salah satu jenis diabetes yang biasa terjadi pada usia dewasa hingga lansia dan biasa dikenal sebagai diabetes yang disebabkan oleh gaya hidup, terutama pola makan yang salah (Hartono, 2006: 135). Berdasarkan observasi terhadap 2 penderita diabetes, para pasien tersebut cenderung tidak memilah makanan. Selain itu, pasien memanfaatkan obat dengan tidak benar, yaitu meminum obat yang berfungsi mengendalikan kadar gula maupun kolesterol setelah mengkonsumsi makanan yang penderita ketahui tidak sehat. Mengingat banyaknya penderita DM2 dan berdasarkan hasil observasi menunjukkan bahwa penderita DM2 cenderung tidak menjaga pola makan, maka penelitian ini dilakukan pada penderita DM2.

Selain intervensi obat, diet (mengatur pola makan) termasuk dalam proses penyembuhan yang efektif terutama pada penderita DM2 karena

kenaikan berat badan menjadi penyebab paling utama munculnya penyakit dan komplikasi. Memperbaiki pola makan pada dasarnya dapat memperbaiki kondisi kesehatan penyakit DM2 karena pola makan yang salah merupakan faktor yang mempengaruhi stabilitas kesehatan penderita diabetes (Waspadji, 2009: 6) dan menentukan kondisi penderita diabetes menjadi semakin membaik atau memburuk.

Anjuran medis selalu menyarankan pada penderita diabetes untuk melakukan diet diabetes dengan tujuan menurunkan atau mengendalikan berat badan, kadar gula, dan kolesterol agar pasien diabetes dapat meningkatkan kualitas hidupnya dengan mencegah ataupun menunda terjadinya komplikasi akibat penyakit diabetes. Penurunan berat badan pada penderita diabetes yang mengalami obesitas dapat membantu menurunkan resistensi insulin sehingga meningkatkan pengambilan glukosa oleh sel dan pengendalian glukosa darah (Hartono, 2006: 140).

Pelaksanaan diet diabetes memiliki tujuan jangka pendek dan jangka panjang. Tujuan jangka pendek adalah untuk menghilangkan keluhan atau gejala diabetes sehingga pasien dapat menjalani hidup dengan baik dan nyaman. Tujuan jangka panjang adalah agar pasien terhindar dari berbagai risiko komplikasi (Waspadji, 2009: 5). Oleh karena itu, kepatuhan penderita diabetes dalam menjalankan diet diabetes sangat mempengaruhi kualitas hidupnya khususnya untuk meminimalisasi potensi gangguan fisik akibat penyakit diabetes.

Berdasarkan hasil observasi dan interview kepada bapak R tanggal 9 Oktober 2016 di rumah bapak R, peneliti menjumpai penderita diabetes cenderung tidak patuh dengan diet diabetes, yang disebabkan kurangnya pengetahuan penderita diabetes mengenai penyakit diabetes. Kondisi ini ditunjukkan dengan pernyataan dari penderita diabetes bahwa mereka tidak

membatasi jenis ataupun porsi makanan yang dikonsumsi dengan alasan bahwa setelah mengkonsumsi makanan yang kurang sehat, (misalnya makanan yang mengandung lemak tinggi), pasien dapat langsung minum obat dengan harapan bahwa kondisi kolesterol maupun kadar gula darah pada tubuhnya menjadi stabil dengan minum obat. Padahal pola makan yang salah seperti ini dapat mengakibatkan komplikasi pada organ tubuh lainnya.

Penelitian mengenai pengetahuan diabetes dengan kepatuhan diabetes pernah dilakukan di rumah sakit di Kalimantan dengan hasil yang menunjukkan bahwa ada hubungan pengetahuan dengan kepatuhan diet diabetes melitus di RSUD AM. Parikesit Kalimantan Timur (Phitri, 2013). Penelitian tersebut dilakukan pada penderita diabetes secara umum, dan tidak spesifik pada penderita DM2.

Selain itu, hasil penelitian Agrina (2011) menemukan bahwa salah satu penyebab pasien hipertensi tidak patuh terhadap diet hipertensi adalah pengetahuan pasien terhadap penyakitnya. Hal ini berarti bahwa orang cenderung patuh apabila orang tersebut mengetahui tentang penyakitnya. Salah satu hasil penelitian yang dilakukan oleh Gendhis, dkk (n.d) yang berjudul hubungan antara pengetahuan, sikap pasien dan dukungan keluarga dengan kepatuhan minum obat pada pasien TB paru di BKPM Pati, menyatakan adanya hubungan antara pengetahuan dengan kepatuhan minum obat pada pasien TB paru. Penelitian tersebut dilakukan pada 70 orang partisipan dan hasil yang didapatkan adalah pasien dengan pengetahuan yang kurang tentang penyakitnya memiliki peluang untuk tidak patuh terhadap program pengobatan.

Berdasarkan penelitian Inda Nofriani Safitri (2013) mengenai kepatuhan penderita DM 2 ditinjau dari *locus of control*, diketahui bahwa

penderita DM2 yang berorientasi pada *locus of control* internal memiliki tingkat kepatuhan yang tinggi. Hal ini menunjukkan bahwa penderita DM2 yang memiliki keyakinan bahwa penyebab atau sumber penyakit yang dialami berasal dari kesalahan dirinya sendiri (*locus of control* internal) memiliki tingkat kepatuhan yang tinggi dalam menjalankan pengobatan dan menjalankan tingkah laku yang disarankan atau diperintahkan.

Beberapa uraian penelitian di atas menunjukkan bahwa pengetahuan individu terhadap penyakitnya berhubungan dengan kepatuhan dalam menjalankan pengobatan maupun tingkah laku yang disarankan oleh tenaga medis. Penelitian mengenai tingkat pengetahuan dengan kepatuhan pada penderita penyakit diabetes relatif terbatas. Penelitian yang ada dilakukan di luar Jawa yang memiliki situasi dan ciri populasi yang berbeda dengan kondisi di Surabaya. Selain itu, penelitian ini tidak spesifik pada penderita DM2. Oleh karena itu, peneliti ingin mengetahui ada tidaknya hubungan antara pengetahuan penderita DM2 mengenai penyakit diabetes terhadap kepatuhan melaksanakan diet diabetes pada individu dewasa hingga lansia di kota Surabaya.

## **1.2. Batasan Masalah**

Penelitian ini berfokus pada penderita DM2 atau penderita diabetes yang tidak memerlukan insulin dari luar (*Non-Insulin Dependent Diabetes Melitus*) karena dalam proses penanganan DM2 pola hidup dapat menunjang penderita DM2 untuk memaksimalkan kualitas hidupnya. Berbeda dengan DM1 yang mutlak membutuhkan insulin dari luar, DM2 masih mampu memproduksi insulin (Hartono, 2006: 134) sehingga dengan menjaga pola hidup khususnya pola makan dapat menstabilkan keadaan penderita DM2 agar tidak berubah menjadi DM1. Responden penelitian

dibatasi pada usia dewasa yaitu usia dewasa hingga lansia ( $\geq 18$  tahun) (Hurlock, 1992: 246) sesuai dengan karakteristik DM2 yang berkembang pada usia dewasa hingga lansia (Brannon, 2004: 283).

Kepatuhan menjalankan diet diabetes yang dimaksud dalam penelitian ini adalah pengaturan jumlah dan jenis makanan yang meliputi pemenuhan kadar kalori, karbohidrat, lemak sesuai kebutuhan tubuh dan juga penggunaan gula pengganti/gula diet serta frekuensi makan secara teratur.

Pengetahuan diabetes yang dimaksud dalam penelitian ini yaitu pengetahuan tentang diet, olahraga, gula darah dan pengukurannya, aktifitas perawatan diri.

### **1.3. Rumusan Masalah**

Masalah dalam penelitian dirumuskan sebagai berikut “Apakah ada hubungan antara pengetahuan penderita diabetes mengenai penyakit diabetes dengan kepatuhan diet diabetes?”

### **1.4. Tujuan Penelitian**

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara pengetahuan penderita diabetes mengenai penyakit diabetes dengan kepatuhan diet diabetes.

### **1.5. Manfaat Penelitian**

#### **1.5.1. Manfaat Teoritis**

Manfaat penelitian ini adalah menyumbangkan informasi mengenai keterkaitan antara pengetahuan penyakit diabetes dengan kepatuhan diet

diabetes, sehingga penelitian ini dapat memperkaya teori psikologi terutama bidang ilmu psikologi klinis, khususnya psikologi kesehatan.

#### 1.5.2. Manfaat Praktis

a. Bagi penderita diabetes

Diharapkan dari penelitian ini, penderita diabetes memiliki informasi yang mendorong mereka untuk lebih meningkatkan pengetahuan mengenai diabetes khususnya mengenai pola makan yang tepat sehingga dapat meminimalisasi munculnya komplikasi diabetes melalui kepatuhan menjalankan diet. Dengan demikian penderita diabetes akan dapat tetap menjaga kualitas hidupnya dengan lebih baik dan nyaman.

b. Praktisi medis

Diharapkan melalui penelitian ini, tenaga medis dapat memberikan informasi mengenai penyakit diabetes kepada setiap pasien diabetes sehingga penderita diabetes dapat mengetahui dengan benar penyebab maupun dampak dari penyakit diabetes sehingga mereka dapat menjaga gaya hidupnya.

c. Keluarga pasien

Bagi keluarga pasien, diharapkan penelitian ini dapat membantu mereka untuk menginformasikan mengenai penyakit diabetes dan pelaksanaan diet diabetes kepada penderita diabetes. Peran keluarga sangatlah membantu untuk meningkatkan kepatuhan penderita diabetes dalam menjalankan diet diabetes.