

BAB 6

PEMBAHASAN

Pada bab ini akan dibahas mengenai hubungan antara keyakinan diri terhadap kepatuhan diet pada penderita Diabetes Melitus tipe 2 di RS TNI-AD Kota Kediri.

6.1 Keyakinan Diri Penderita Diabetes Melitus tipe 2

Penderita Diabetes Melitus tipe 2 yang memiliki keyakinan diri baik sebanyak 6 orang (25%) sedangkan yang memiliki keyakinan diri kurang baik sebanyak 18 orang (75%). Rendahnya keyakinan diri penderita Diabetes Melitus tipe 2 akan berdampak buruk bagi kepatuhan menjalani terapi yang sesuai anjuran tenaga medis.

Berdasarkan hasil penelitian pada usia 40-54 tahun sebanyak 13 orang (54%). Keyakinan diri dapat terbentuk dari proses belajar sosial yang berlangsung selama kehidupan. Seseorang yang lebih tua cenderung memiliki waktu dan pengalaman yang lebih banyak dalam mengatasi suatu hal yang terjadi jika dibandingkan dengan individu yang lebih muda, yang kemungkinan masih memiliki sedikit pengalaman dalam hidupnya. Seseorang yang lebih tua akan lebih mampu dalam mengatasi rintangan dalam hidupnya dibandingkan dengan seseorang yang lebih muda, hal ini juga berkaitan dengan pengalaman yang seseorang miliki sepanjang rentang kehidupannya (Bandura, 1997).

Berdasarkan penelitian dibawah ini terdapat jumlah perempuan lebih banyak dibandingkan laki-laki yaitu sebanyak 13 orang (54%). Orang tua sering kali memiliki pandangan yang berbeda terhadap kemampuan laki-laki

dan perempuan. Zimmerman (Bandura, 1997) mengatakan bahwa terdapat perbedaan pada perkembangan kemampuan dan kompetensi laki-laki dan perempuan. Ketika laki-laki berusaha untuk membanggakan dirinya, perempuan sering kali meremehkan kemampuan mereka. Hal ini berasal dari pandangan orang tua terhadap anaknya. Orang tua menganggap bahwa wanita lebih sulit untuk mengikuti pelajaran dibanding laki-laki, walaupun prestasi akademik dan non akademik mereka tidak terlalu berbeda. Semakin seorang wanita menerima perlakuan stereotipe gender ini, maka semakin rendah penilaian mereka terhadap kemampuan dirinya. Pada beberapa bidang tertentu para pria memiliki keyakinan diri yang lebih tinggi dibanding dengan wanita, begitu juga sebaliknya wanita unggul dalam beberapa pekerjaan dibandingkan dengan pria.

Didalam penelitian ini didapatkan paling banyak terdapat 9 orang (38%) responden lulusan SD. Keyakinan diri terbentuk dari proses belajar yang dapat diterima seseorang pada tingkat pendidikan formal. Seseorang yang memiliki pendidikan yang lebih tinggi biasanya memiliki keyakinan diri yang lebih tinggi, karena pada dasarnya mereka lebih banyak belajar dan lebih banyak menerima pendidikan formal, selain itu seseorang yang memiliki jenjang pendidikan yang lebih tinggi akan lebih banyak mendapatkan kesempatan untuk belajar dalam mengatasi permasalahan-permasalahan dalam hidupnya.

Dari hasil penelitian keyakinan diri didapatkan responden kebanyakan tidak mampu untuk melakukan pemeriksaan gula darah mandiri secara rutin sebanyak 17 orang, tidak mampu mengoreksi gula darah ketika hasil gula darah rendah maupun tinggi sebanyak 19 orang, tidak mampu mengatur

jumlah makanan yang benar sebanyak 18 orang, tidak mampu mempertahankan berat badan yang sesuai sebanyak 8 orang, tidak mampu memeriksa keadaan kaki sendiri sebanyak 9 orang, tidak mampu mengikuti pola makan saat sehat ketika menghadiri pesta, dan tidak mampu mengikuti penyesuaian rencana makan ketika sedang *stress* (tertekan) sebanyak 15 orang.

Ketidakmampuan penderita dalam melakukan pemeriksaan gula darah secara mandiri dan ketidakmampuan mengoreksi kadar gula darah ketika tinggi maupun rendah dapat dikarenakan tingkat pendidikan responden paling banyak pada penelitian ini adalah Sekolah Dasar sehingga banyak responden yang masih belum bisa cara melakukan pemeriksaan gula darah rutin secara mandiri. Hal tersebut didukung dengan pernyataan Ouyang (2007) bahwa seseorang dengan pendidikan tinggi akan lebih mudah memahami informasi dan mematuhi terapi yang disarankan tenaga kesehatan.

Selain itu, penyebab kurangnya keyakinan diri pada penderita Diabetes Melitus tipe 2 karena ketidakmampuan responden dalam mengatur jumlah makanan yang benar. Hal tersebut akan memicu terjadinya peningkatan gula darah sehingga timbul kondisi hiperglikemi yang salah satunya menyebabkan ekstremitas penderita merasa kesemutan dan mati rasa. Kondisi tersebut ditambah dengan ketidakmampuan responden dalam memeriksa kaki sendiri akan menyebabkan luka yang tanpa disadari oleh penderita Diabetes Melitus.

Ketidakmampuan penderita dalam mempertahankan berat badan yang sesuai merupakan bukti bahwa penderita belum dapat mematuhi diet yang

telah dianjurkan tenaga kesehatan. Hal tersebut ditambah penderita tidak mampu mengontrol pola makan yang benar ketika penderita menghadiri pesta dan ketika penderita mengalami *stress*. Penderita kehilangan kontrol untuk melakukan diet yang sesuai karena terdapat banyak makanan yang seharusnya tidak dimakan namun penderita melanggar sehingga menimbulkan kesulitan dalam mempertahankan berat badan yang sesuai. Penderita yang mengalami *stress* juga cenderung tidak dapat mempertahankan berat badan yang sesuai dikarenakan pada saat *stress* sistem saraf pusat akan mengaktifasi axis hipotalamus-pituitari adrenal yang menyebabkan produksi hormon kortisol yang berlebihan. Hormon kortisol ini salah satunya dapat menyebabkan peningkatan nafsu makan (Trisnawati & Setyorogo, 2013). Peningkatan nafsu makan akan memicu penderita makan melebihi batas kalori hariannya sehingga penderita akan sulit untuk mematuhi anjuran diet yang benar dan tepat.

6.8 Kepatuhan Diet Penderita Diabetes Melitus tipe 2

Penderita yang tidak mematuhi diet sebanyak 21 orang (88%). Sedangkan yang mematuhi diet terdapat 3 orang (12%). Hal ini menunjukkan bahwa masih banyak penderita Diabetes Melitus tipe 2 yang belum mematuhi diet yang telah dianjurkan. Penelitian ini menggunakan 3 aspek kepatuhan yang sulit dilakukan oleh responden yaitu kepatuhan jenis, kepatuhan jumlah, dan kepatuhan jadwal.

Berdasarkan hasil penelitian pada usia 40-54 tahun sebanyak 13 orang (54%). Usia dewasa mempunyai resiko tinggi terhadap Diabetes Melitus tipe 2. Hal tersebut disebabkan karena semakin bertambahnya usia

maka fungsi sel pankreas dan sekresi insulin akan berkurang, selain demikian juga berkaitan dengan resistensi insulin akibat berkurangnya massa otot dan perubahan vaskular, berkurangnya aktivitas fisik, sehingga beresiko kelebihan berat badan ataupun obesitas (Urbayatun, 2008).

Berdasarkan penelitian dibawah ini terdapat jumlah perempuan lebih banyak dibandingkan laki-laki yaitu sebanyak 13 orang (54%). Hal tersebut disebabkan oleh sebagian faktor yang dapat memperberat resiko Diabetes Melitus bagi perempuan, seperti riwayat kehamilan dengan berat badan lahir bayi > 4 kg, riwayat Diabetes Gestasional (diabetes selama kehamilan), obesitas, penggunaan kontrasepsi oral, dan tingkat stress yang tinggi (Mansjoer, 2000). Pasien dengan Diabetes Gestasional mempunyai resiko 30-50% untuk berkembang menjadi Diabetes Melitus tipe 2 (Rizkiana dan Retnaningsih, 2009).

Pekerjaan merupakan suatu kegiatan dalam pemenuhan kebutuhan individu. Berdasarkan hasil penelitian, responden yang bekerja sebanyak 14 orang (58%). Seseorang yang berkerja akan mengalami perbedaan dalam hal tingkat stres yang dialami dibandingkan dengan orang yang tidak bekerja. Hal tersebut disebabkan karena ketika seseorang mengalami stres dalam bekerja maka sistem saraf pusat simpatis dan axis *hipotalamus-pituitari-adrenal* teraktivasi. Aktivasi axis *hipotalamus-pituitari-adrenal* mengakibatkan produksi hormon kortisol yang berlebihan. Apabila terjadi dalam jangka waktu yang panjang dapat menyebabkan terjadinya peningkatan hormon kortisol yang konstan dan menyebabkan ketidakseimbangan dalam tubuh. Hal tersebut bisa menyebabkan obesitas, resistensi insulin, dan peningkatan profil lipid dalam darah dan bila dan

bilalangsung secara terus menerus dapat mengakibatkan Diabetes Melitus tipe 2 (Alto, 2000).

Didalam penelitian ini didapatkan paling banyak terdapat 9 orang (38%) responden lulusan SD. menurut Notoatmodjo (2010), Secara garis besar pengetahuan dibagi menjadi 6 tingkatan yaitu tahu, memahami, aplikasi, analisis, sintesis, dan evaluasi. Pengetahuan atau kognitif merupakan domain yang terpenting dalam membentuk tindakan seseorang. Perilaku yang didasari oleh pengetahuan akan lebih lama daripada perilaku yang tidak didasari oleh pengetahuan (Notoatmodjo, 2010). Menurut Ouyang (2007), orang dengan pendidikan tinggi lebih mudah memahami dan mematuhi 3 perilaku diet dibandingkan dengan orang yang tingkat pendidikannya rendah. Di Indonesia, penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan antara tingkat pengetahuan dengan kepatuhan diet pada penderita Diabetes Melitus tipe 2 (Phitri & Widyaningsih, 2013).

Berdasarkan hasil penelitian mayoritas responden 22 orang (92%) adalah menikah. Adanya dukungan keluarga seperti orang-orang disekitar seperti (suami, istri, atau anak) yang ikut serta memberikan dukungan, informasi, dan motivasi mengenai pentingnya mengatur pola makan yang sehat dan benar akan mempengaruhi kepatuhan penderita untuk mengontrol pola makannya. Sesuai dengan penelitia yang dilakukan oleh Anggina et al, (2010) bahwa dukungan keluarga juga berhubungan dengan kepatuhan diet pada penderita Diabetes Melitus tipe 2 dimana pasien yang mendapat dukungan positif dari keluarganya (96,7%) lebih patuh diet dibandingkan yang mendapat dukungan keluarga negatif (76,7%). Begitu pula dengan penelitian yang dilakukan oleh Dye et al (2003) yang menunjukkan bahwa

sebagian besar penderita Diabetes Melitus tipe 2 merasa sulit untuk mematuhi diet karena biasanya anggota keluarga mereka tidak menyukai makanan diet yang mereka konsumsi.

Berdasarkan hasil penelitian mayoritas lama menderita 1-10 tahun sebanyak 15 orang (52%). Penderita yang mengalami Diabetes Melitus lebih lama atau lebih dari 11 tahun sudah dapat mempelajari perilaku self care diabetes berdasarkan pengalaman yang pernah diperoleh sehingga penderita lebih dapat memahami tentang hal-hal terbaik yang harus dilakukan untuk mempertahankan status kesehatannya (Bai et al, 2009). Pada penderita Diabetes Melitus harus bisa menjalani diet yang tepat dalam mengontrol kadar glukosa darah agar tidak timbul komplikasi. Bagi penderita, sangatlah sulit melakukan perubahan pola hidup yang sudah ditentukan, bisa menjadi keputusan (Badaria dan Astuti, 2004). Penderita akan mengalami stres dan putus asa khususnya ketika baru mengetahui bahwa dirinya menderita Diabetes Melitus sehingga sering membuat semangat dan tidak dapat melakukan self care dengan baik (Cahyani, 2010).

Kepatuhan diet merupakan salah satu kunci sukses dalam tatalaksana Diabetes Melitus tipe 2 di Indonesia (Perkeni, 2011). Manajemen diet bagi penderita Diabetes Melitus tipe 2 berfokus pada regulasi jumlah makanan yaitu energi dan karbohidrat (ADA, 2006). Sedangkan menurut Perkeni (2011) perencanaan makan pada penderita Diabetes Melitus juga harus diikuti aturan penggunaan gula murni (bukan sebagai bumbu) dan pembatasan lemak jenuh. Menurut ADA (2010) perlu juga pengaturan jadwal

makan bagi penderita Diabetes Melitus karena keterlambatan atau keseringan makan akan mempengaruhi kadar glukosa darah dalam tubuh.

Pada penelitian ini, masih banyak responden yang mengkonsumsi berbagai jenis makanan yang tidak sesuai dengan frekuensinya. Masih banyak responden yang mengkonsumsi makanan salah satunya yaitu bayam yang seharusnya dikonsumsi secara jarang namun dikonsumsi hampir 3-4 kali dalam satu minggu. Selain itu ada juga makanan yang harus dihindari namun tetap dikonsumsi setiap bulannya yaitu berbagai macam jeroan. Responden juga belum mematuhi jumlah makanan yang sesuai untuk dikonsumsi setiap harinya. Semua responden mengkonsumsi makanan lebih dari kebutuhan kalori hariannya. Jadwal makan responden hanya beberapa yang mengikuti pola waktu yang sesuai yaitu pagi pada pukul 06.30 -07.30, selingan pagi pada pukul 09.31 – 10.30, makan siang pada pukul 12.30 – 13.30, selingan sore pada pukul 15.31 – 16.30, makan malam pada pukul 18.30 – 19.30, dan selingan malam pada pukul 20.31 – 21.30.

Perbedaan etnis atau budaya juga merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi kepatuhan penderita. Kepatuhan penderita yang dikaitkan dengan pemilihan jenis makanan untuk dimasak sesuai etnis atau budayanya. Hal ini didukung dalam penelitian Ellis (2010) bahwa kelompok etnis mayoritas lebih patuh dalam diet (74%) dibandingkan dengan kelompok etnis minoritas (26%).

Selain faktor budaya, status sosial ekonomi merupakan penyebab penderita tidak melakukan anjuran diet yang baik. Sesuai penelitian yang dilakukan oleh Vijan et al. (2004), semua penderita Diabetes Melitus tipe 2

yang diteliti menyatakan bahwa biaya pengobatan merupakan masalah bagi mereka untuk patuh dalam menjalankan diet. Banyak penderita Diabetes Melitus yang mengeluhkan bahwa mahalnya biaya pengobatan penyakit Diabetes Melitus membuat mereka tidak dapat membeli berbagai makanan sesuai diet yang dianjurkan.

Faktor yang mempengaruhi lainnya yaitu pengetahuan dan pendidikan. Pengetahuan atau kognitif merupakan domain yang sangat penting dalam membentuk tindakan seseorang. Perilaku yang didasari oleh pengetahuan akan lebih langgeng daripada perilaku yang tidak didasari oleh pengetahuan (Notoatmodjo, 2010). Sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Ouyang (2007), orang dengan pendidikan tinggi lebih mudah memahami dan mematuhi 3 perilaku diet dibandingkan dengan orang yang tingkat pendidikannya rendah

6.9 Hubungan Keyakinan Diri dengan Kepatuhan Diet pada Penderita Diabetes Melitus tipe 2

Berdasarkan hasil uji *Chi-Square* menggunakan rumus koefisien kontingensi, didapatkan hasil bahwa ada hubungan antara keyakinan diri dengan kepatuhan diet pada penderita Diabetes Melitus tipe 2.

Pada penelitian ini responden dengan keyakinan diri kurang baik menunjukkan tidak patuh dalam melakukan diet. Hal tersebut ditunjukkan dengan hasil penelitian pada kuesioner keyakinan diri bahwa responden tidak mampu melakukan pembatasan jumlah makanan ketika berada di pesta dan pada kondisi *stress*, tidak mampu mempertahankan berat badan yang sesuai, serta tidak mampu memeriksa gula darah dan megoreksi gula

darahnya baik ketika tinggi maupun rendah. Hal-hal tersebut yang membuat keyakinan diri responden menjadi kurang baik sehingga berdampak pada ketidakpatuhan menjalani diet secara benar. Sebanyak 88% ketidakpatuhan diet responden pada seluruh aspek yaitu kepatuhan jenis, kepatuhan jumlah, dan kepatuhan jadwal. Sesuai dengan penelitian Roddenberry dan Renk (2010) menyebutkan rendahnya keyakinan diri akan menyebabkan tingginya angka penyakit. Dalam hal ini semakin rendahnya keyakinan diri penderita Diabetes Melitus tipe 2 akan menyebabkan tingginya angka ketidakpatuhan diet penderita Diabetes Melitus tipe 2.

Responden dengan keyakinan diri tidak baik menunjukkan tidak patuh dalam melakukan diet. Hal tersebut sesuai dengan teori sikap dan perilaku yang berfokus pada *intense* (niat) yang mengantarkan hubungan antara sikap dan perilaku, norma subjektif terhadap perilaku, dan kontrol terhadap perilaku yang dirasakan. Sesuai dengan teori Funnel et al (2007) apabila seseorang mengembangkan intention maka akan menjadi motivasi dan individu akan terdorong untuk mencoba bertindak mengarah ke perilaku yang aktual. Selaras dalam penelitian ini yang menghasilkan keyakinan diri tidak baik dan ketidakpatuhan dalam diet.

6.10 Keterbatasan Penelitian

Hasil penelitian ini kurang mampu mewakili jumlah populasi penderita Diabetes Melitus tipe 2 di RS TNI-AD Kediri karena jumlah sampel yang terbatas hanya 24 responden pada rawat jalan dan peneliti tidak melakukan penelitian pada pasien rawat inap.

6.11 Implikasi Keperawatan

Dari hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadikan dasar tindakan keperawatan dalam mengedukasi pasien untuk memeriksa dan mengoreksi kadar gula darahnya, mengedukasi penghitungan kebutuhan kalori harian, pemeriksaan kaki secara mandiri, serta dukungan dalam mempertahankan berat badan yang sesuai agar pasien dapat mematuhi dan mengikuti pola makan sehat yang benar dirumah maupun diluar rumah serta dalam kondisi apapun.

