

# Sikap Penderita Diabetes Melitus Tentang Pola Makan Sehari-hari

## Di Puskesmas Ciumbuleuit

Atit Hadiati<sup>1</sup>, Raffitri Ananda<sup>2</sup>, Dedy rachman<sup>3</sup>

<sup>1</sup>poltekes TNI AU Ciumbuleuit Bandung, [atithadiati@gmail.com](mailto:atithadiati@gmail.com)

<sup>2</sup> poltekes TNI AU Ciumbuleuit Bandung, [raffitriananda01@gmail.com](mailto:raffitriananda01@gmail.com)

<sup>3</sup>poltekes TNI AU Ciumbuleuit Bandung, [dedyarachman43@gmail.com](mailto:dedyarachman43@gmail.com)

### ABSTRAK

Penelitian ini dilatar belakangi dengan banyaknya angka kejadian pada penderita DM sebanyak 1078 orang di Puskesmas Ciumbuleuit Bandung tahun 2018, hasil studi pendahuluan yang dilakukan di Puskesmas Ciumbuleuit bahwa banyak penderita DM tidak mengatur pola makannya dengan benar. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Gambaran Sikap Penderita Diabetes Melitus tentang Pola Makan Sehari-hari di Puskesmas Ciumbuleuit. Sikap adalah pernyataan evaluatif terhadap objek, orang, atau peristiwa. Penderita adalah orang yang memiliki kelemahan fisik atau mentalnya menyerahkan pengawasan dan perawatan. Diabetes Mellitus (DM) merupakan penyakit menahun yang akan diderita seumur hidup. Metode penelitian ini menggunakan deskriptif kuantitatif pada 40 responden dengan menggunakan *accidental sampling* dan menggunakan instrumen kuesioner yang berjumlah 30 soal. Dengan rentang hasil uji validitas (0,471-0,760) dan hasil reliabilitas (0,9). Hasil penelitian didapatkan bahwa sikap penderita DM *unfavorabel* sebanyak (65%) *favorabel* sebanyak (35%) terhadap pola makan DM. Dapat di simpulkan bahwa pada penderita DM di Puskesmas Ciumbuleuit masuk kedalam sikap *unfavorabel* sebanyak (65). Saran bagi Puskesmas Ciumbuleuit untuk sering melakukan penyuluhan kepada penderita DM.

**Kata kunci : Diabetes melitus, sikap, penderita**

### ABSTRACT

*This research is motivated by the number of occurrences in DM patients as many as 1078 people in Bandung Ciumbuleuit Health Center in 2018, the results of a preliminary study conducted at Ciumbuleuit Health Center that many DM patients do not properly regulate their diet. This study aims to determine the description of the attitude of people with diabetes mellitus about daily eating patterns at Ciumbuleuit Health Center. Attitude is evaluative statement of object, person, or event. Patients are people who have physical or mental weakness to submit supervision and care. Diabetes Mellitus (DM) is a chronic disease that will suffer for a lifetime. This research method uses descriptive quantitative on 40 respondents using accidental sampling and using a questionnaire instrument which amounted to 30 questions. With a range of validity test results (0.471-0.760) and reliability results (0.9). The results of the study showed that the prevalence of DM unfavorable patients (65%) favorable as much as (35%) on the diet of DM. It can be concluded that DM patients in Ciumbuleuit Health Center were included in an unfavorable attitude of (65). Suggestions for Ciumbuleuit Community Health Center to often provide counseling for DM patients.*

**Keywords: Diabetes mellitus, attitude, sufferers**

## PENDAHULUAN

Diabetes Mellitus (DM) merupakan penyakit menahun yang akan diderita seumur hidup. Menurut *International Diabetes Federation* (IDF), tahun 2013 diabetes mellitus merupakan suatu penyakit kronik dimana tubuh tidak dapat memproduksi insulin atau tidak dapat menggunakan insulin secara efektif. Salah satu penyakit degeneratif yang menjadi masalah kesehatan pada saat ini adalah diabetes mellitus (DM). DM merupakan penyakit gangguan metabolik menahun akibat pancreas tidak dapat memproduksi cukup insulin atau tubuh tidak dapat menggunakan insulin yang diproduksi secara efektif. Insulin adalah hormon yang mengatur keseimbangan kadar gula darah akibatnya terjadi peningkatan konsentrasi glukosa di dalam darah (Kementrian RI, 2013).

Faktor yang mempengaruhi terjadinya peningkatan kadar gula darah dan DM seperti usia, jenis kelamin, keturunan, kegemukan, lama menderita DM, penyakit penyerta. Tanda dan gejala DM dapat digolongkan menjadi gejala akut dan gejala kronik. Gejala akut dari satu penderita ke penderita lain bervariasi, permulaan gejala yang di tunjukan meliputi yaitu banyak makan, banyak minum, dan banyak kencing. Lain dengan gejala kronik yang sering di alami penderita DM adalah kesemutan, kulit terasa panas atau seperti tertusuk-tusuk jarum, rasa tebal di kulit, kram, dan banyak lagi gejala yang dialami.

Pola makan yang tidak teratur yang terjadi pada masyarakat saat ini dapat menyebabkan terjadinya peningkatan jumlah degeneratif, salah satunya penyakit DM (Suiraoaka, 2012). Penderita DM harus memperhatikan pola makan yang meliputi jadwal, jumlah, dan jenis makanan yang dikonsumsi. Kadar gula darah meningkat drastis setelah mengkonsumsi makanan tertentu karena cenderung makanan yang dikonsumsi memiliki kandungan gula

darah yang tidak terkontrol (Tandra, 2009).

Penyakit DM banyak dikenal orang sebagai penyakit yang erat kaitannya dengan asupan makanan. Asupan makanan seperti karbohidrat/gula, protein, lemak, dan energi yang berlebihan dapat menjadi faktor resiko awal kejadian DM. semakin berlebihan asupan makanan maka semakin besar pula kemungkinan akan menyebabkan DM. karbohidrat akan dicerna dan diserap dalam bentuk monosakarida, terutama gula. Penyerapan gula menyebabkan peningkatan kadar gula darah dan mendorong peningkatan kadar gula darah dan mendorong peningkatan sekresi hormon insulin untuk mengontrol kadar gula darah (Linder, 2009).

Menurut Sitrisno (2012), jika pasien DM tidak melaksanakan diet dengan benar maka kadar gula darah tidak dapat dikontrol dengan baik, sehingga dapat mengakibatkan timbulnya komplikasi dan penyakit serius lainnya seperti jantung, stroke, gagal ginjal, dan lainnya. Kepatuhan akan diet disini harus dilakukan seumur hidup secara terus menerus dan rutin yang memungkinkan terjadinya kebosanan pada pasien.

Kepatuhan diet pasien DM sangat berperan penting untuk menstabilkan kadar glukosa darah, sedangkan kepatuhan itu sendiri merupakan suatu hal yang penting untuk dapat mengembangkan rutinitas (kebiasaan) yang dapat membantu penderita dalam mengikuti jadwal diet. Pasien yang tidak patuh dalam menjalankan terapi diet menyebabkan kadar gula yang tidak terkendali. Menurut Lopulalan (2008), pola makan dan gaya hidup yang tidak sehat ini dapat memunculkan berbagai komplikasi akut maupun kronis pada penderita DM jika tidak ditangani secara baik dan untuk mencegah terjadinya komplikasi, diperlukan adanya pengelolaan/ penatalaksanaan diabetes melitus.

Konsensus pengelolaan diabetes melitus tipe 2 (2011), dalam tata laksana diabetes melitus terdapat 4 pilar yang harus dilakukan dengan tepat yaitu edukasi, terapi gizi medis (perencanaan makan), latihan jasmani dan intervensi farmakologis (pengobatan).

Penatalaksanaan DM sangat penting untuk meningkatkan kualitas hidup penderita DM. Prinsip penanganan DM secara umum ada lima sesuai konsensus pengolahan DM di Indonesia yaitu edukasi, diet, olahraga, terapi, pemantauan kadar gula darah, dan mencegah komplikasi. Maulana (2011) menyatakan dalam jurnal Sri Hesthi Sonyo (2016), bahwa dengan tingginya pengetahuan klien tentang pola makan DM diharapkan dapat meningkatkan sikap tentang kepedulian klien terhadap pola makan DM tipe 2, sehingga klien dapat mengendalikan penyakit yang dideritanya dan komplikasi DM dapat dicegah, dengan demikian, penderita diabetes melitus diharapkan proaktif untuk memelihara dan meningkatkan kesehatan dengan melakukan aktivitas perawatan diri penderita DM, yang di dalamnya termasuk pengelolaan diet/pengaturan makan.

*Diabetes Federation* (2013), mengatakan bahwa 382 juta penduduk dunia menderita DM. Pada tahun 2014 IDF mengatakan jumlah penderita DM didunia sebanyak 415 juta jiwa dan diperkirakan akan meningkat 642 juta jiwa di tahun 2040. Pada tahun yang sama juga di temukan fakta bahwa dari 1 orang dewasa didunia menderita DM dan setiap 6 detik satu orang meninggal karena DM (IDF, 2014).

Indonesia menempati urutan ke-7 negara dengan penderita DM terbanyak setelah Cina, India, Amerika Serikat, Brazil, Rusia dan Meksiko yaitu berjumlah 8.554.155 jiwa. Menurut kemenkes RI (2014) kejadian DM di Indonesia merupakan penyebab kematian tertinggi nomor 3 setelah penyakit stroke dan jantung. Di wilayah Jawa Barat tahun 2017 penderita DM sebanyak 4,4% dari jumlah penduduk. Di Bandung penyakit tertinggi kelima setelah stroke, penyakit lansia, hipertensi dan jantung.

Di Indonesia yang biasanya terjadi pada orang dewasa, tapi juga terjadi pada

anak-anak dan remaja adalah DM tipe II. Pada DM tipe II, tubuh mampu memproduksi insulin ini tidak cukup atau tubuh tidak mampu untuk merespon

efek insulin (dikenal sebagai resistensi insulin) yang menyebabkan penumpukan glukosa dalam darah. Banyak orang dengan DM tipe II tidak menyadari bahwa mereka menderita DM karena gejala baru muncul setelah bertahun-tahun. Penderita biasanya didiagnosis setelah ada komplikasi dari DM (IDF,2014).

Tabel 1.1 Data 10 Penyakit Terbanyak Tahun 2018 di Puskesmas Ciumbuleuit Bandung

No	Nama Penyakit	Frekuensi	Presentase
1	ISPA	5.969	37%
2	Hipertensi	2.187	14%
3	Dyspepsia	1.522	9%
4	Myalgia	1.502	9%
5	Faringitis Akut	1.215	8%
6	Diabetes Melitus	1.078	7%
7	Sakit kepala	980	6%
8	Nasofaringitis Akut	775	5%
9	Diare & GEA	664	4%
10	Tonsilitis Akut	178	1%

Berdasarkan data diatas, DM merupakan kategori penyakit terbanyak ke 6 di Puskesmas Ciumbuleuit Bandung dengan jumlah keseluruhan 1.078 orang (Dinas Kesehatan, 2018). Dari hasil studi pendahuluan melalui wawancara yang dilaksanakan di Puskesmas Ciumbuleuit, pada tanggal 3 Februari 2019, terdapat 10 responden, dari 5 responden menyatakan mengetahui apa itu penyakit DM dan bagaimana cara mengontrol pola makannya, 3 responde menyatakan kurang mengetahui apa penyakit DM dan bagaimana cara mengontrol pola makananya, dan 2 responden lainnya menyatakan tidak mengetahui apa itu penyakit DM dan bagaimana cara mengontrol pola makannya.

## METODE PENELITIAN

Desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskriptif dengan

pendekatan kuantitatif. Instrumen yang digunakan berupa kuesioner yang telah melalui uji validitas yang dilakukan kepada 20 penderita DM yang berada di Puskesmas Ciumbuleuit Bandung yang mempunyai karakteristik sama dengan responden penelitian, kemudian dianalisis dengan teknik korelasi *Pearson Product Moment* dengan hasil  $r$  tabel untuk sikap (0,446-0,760) serta diuji reliabilitas dengan hasil sikap didapatkan nilai *cronbach's alpha* sebesar 0,9.

## HASIL

Tabel 1.1 Distribusi Frekuensi Sikap Penderita Diabetes Melitus tentang Pola Makan Sehari-hari di Puskesmas Ciumbuleuit Bandung.

Kategori	Hasil	Persentase
<i>Favorabel</i>	14	35%
<i>Unfavorabel</i>	26	65%
Total	40	100%

Tabel 1.1 mengenai sikap penderita DM tentang pola makan sehari-hari di Puskesmas Ciumbuleuit dengan kategori *unfavorabel* sebanyak 26 responden (65%).

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Gambaran Sikap Penderita Diabetes Melitus tentang Pola Makan Sehari-hari di Puskesmas Ciumbuleuit Bandung berdasarkan komponen kognitif.

Kategori	Hasil	Persentase
<i>Favorabel</i>	25	63%
<i>Unfavorabel</i>	15	38%
Total	40	100%

Tabel 2 menunjukkan bahwa sebagian besar 25 responden (63%) mempunyai sikap kognitif *favorabel*.

Tabel 3 Distribusi Frekuensi Gambaran Sikap Penderita Diabetes Melitus tentang Pola Makan Sehari-hari di Puskesmas Ciumbuleuit Bandung berdasarkan komponen afektif.

Kategori	Hasil	Persentase
<i>Favorabel</i>	17	43%
<i>Unfavorabel</i>	23	58%
Total	40	100%

Tabel 3 menunjukkan bahwa sebagian besar 23 responden (58%) mempunyai sikap afektif *unfavorabel*.

Tabel 4 Distribusi Frekuensi Gambaran Sikap Penderita Diabetes Melitus tentang Pola Makan Sehari-hari di Puskesmas Ciumbuleuit Bandung berdasarkan komponen konatif.

Kategori	Hasil	Persentase
<i>Favorabel</i>	14	35%
<i>Unfavorabel</i>	26	65%
Total	40	100%

Tabel 4 menunjukkan bahwa sebagian besar 26 responden (65%) mempunyai sikap konatif *unfavorabel*.

## PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian sejauh manakah Sikap Penderita Diabetes Melitus tentang Pola Makan Sehari-hari di Puskesmas Ciumbuleuit Bandung adalah sebagai berikut.

Secara umum berdasarkan hasil penelitian gambaran sikap penderita diabetes melitus tentang pola makan sehari-hari di puskesmas Ciumbuleuit Bandung yang terbanyak diperoleh kategori *unfavorable* sebanyak 26 responden (65%), menunjukkan angka sikap yang kurang. Hal ini terjadi karena responden menganggap penyakit diabetes melitus biasanya terjadi karena pola makan yang tidak teratur, responden

banyak jenis kelamin perempuan sebanyak 21 orang (53%).

Secara umum berdasarkan hasil penelitian pada tabel 4.1 dari total 40 responden menunjukkan bahwa 26 responden (65%) menunjukkan sikap *unfavorabel* terhadap sikap penderita diabetes melitus tentang pola makan dan 14 responden (35%) menunjukkan sikap *favorabel* terhadap sikap penderita diabetes melitus tentang pola makan, maka hasil keseluruhan menunjukkan sikap penderita diabetes melitus tentang pola makan sehari-hari di puskesmas ciumbuleuit yang *unfavorabel* atau tidak sesuai. Bila di analisa hal ini disebabkan oleh beberapa faktor yang dapat mempengaruhi sikap diantaranya adalah bagaimana penderita mempersepsikan terhadap suatu objek yang berhubungan dengan kecenderungan bertindak terhadap objek sikap. Data tersebut sesuai dengan teori Azwar (2016) bahwa sikap seseorang dapat dipengaruhi oleh faktor emosional dimana saat emosi seseorang belum stabil.

Secara khusus untuk mengetahui sikap penderita diabetes melitus tentang pola makan sehari-hari di Puskesmas Ciumbuleuit Bandung, di jelaskan dengan tiga sub variabel dapat diamati pada tabel di bawah ini.

#### 1. Gambaran Sikap Penderita Diabetes Melitus tentang Pola Makan Sehari-hari di Puskesmas Ciumbuleuit berdasarkan komponen kognitif.

Berdasarkan hasil penelitian mengenai sikap kognitif tentang sikap penderita diabetes melitus tentang pola makan sehari-hari di puskesmas Ciumbuleuit Bandung, dengan kategori *favorable* sebanyak 25 responden (37%) menunjukkan sikap kognitif responden yang *favorable*. Hal ini terjadi karena menurut hasil yang penulis dapat disebabkan oleh faktor Media massa responden sering mendapat sumber informasi melalui penyuluhan kesehatan dari Puskesmas Ciumbuleuit Bandung, Sebagai sarana komunikasi, berbagai bentuk media massa seperti televisi, radio, surat kabar, majalah, dll mempunyai pengaruh besar dalam pembentukan opini

dan kepercayaan orang pula membawa pesan-pesan yang berupa sugesti yang dapat mengarahkan opini seseorang. Adanya informasi baru mengenai sesuatu hal memberikan landasan kognitif baru bagi terbentuknya sikap terhadap hal tersebut seperti menurut teori Azwar (2016).

#### 2. Gambaran Sikap Penderita Diabetes Melitus tentang Pola Makan Sehari-hari di Puskesmas Ciumbuleuit berdasarkan komponen afektif.

Berdasarkan hasil penelitian mengenai sikap afektif tentang sikap penderita diabetes melitus tentang pola makan sehari-hari di puskesmas Ciumbuleuit Bandung, dengan kategori *unfavorable* sebanyak 23 responden (56%) menunjukkan sikap afektif responden yang *unfavorable*. Bila dianalisis dan didapatkan dari jawaban responden adanya kepercayaan ataupun menyadari banyaknya faktor diabetes melitus, namun beberapa faktor emosional yang mayoritas muncul sehingga menyebabkan komponen afektif yang kurang sesuai.

Responden seringkali menganggap bahwa kebiasaan atau perilaku bukanlah penyebab besar terjadinya diabetes melitus. Secara teori Azwar (2016) atau umum komponen afektif banyak di pengaruhi oleh kepercayaan atau apa yang kita percayai nemar dan berlaku bagi objek yang dimaksud dan faktor emosional yang merupakan suatu bentuk sikap pernyataan yang didasari oleh emosi yang berfungsi sebagai semacam penyaluran frustrasi atau pengalihan bentuk mekanisme pertahanan ego.

#### 3. Gambaran Sikap Penderita Diabetes Melitus tentang Pola Makan Sehari-hari di Puskesmas Ciumbuleuit berdasarkan komponen konatif.

Berdasarkan hasil penelitian mengenai sikap konatif tentang sikap penderita diabetes melitus tentang pola makan sehari-hari di Puskesmas Ciumbuleuit Bandung, dengan kategori *unfavorable* sebanyak 26 responden (65%) menunjukkan sikap konatif responden yang menunjukkan *unfavorable*. Hal ini terjadi karena disebabkan oleh faktor pengaruh kebudayaan dimana responden telah

menyakinkan kebudayaan yang dianut. Tanpa disadari kebudayaan telah menanamkan garis pengaruh sikap kita terhadap berbagai masalah. Sesuai dengan teori Azwar (2016) bahwa kebudayaan mempunyai pengaruh besar terhadap pembentukan sikap. Terjadi hubungan timbal balik antar responden yang berada di masyarakat yang turut mempengaruhi pola perilaku masing-masing individu sebagai anggota masyarakat.

## PENUTUP

### A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian kepada 40 responden mengenai Gambaran Sikap Penderita Diabetes Melitus tentang Pola Makan Sehari-hari di Puskesmas Ciumbuleuit pada tanggal 30 April 2019 dapat disimpulkan bahwa sikap penderita diabetes melitus tentang pola makan sehari-hari *unfavorabel* (65%).

### B. Saran

Peneliti Selanjutnya Diharapkan peneliti selanjutnya dapat menjadikan karya tulis ilmiah ini sebagai data awal dan bahan informasi selanjutnya untuk melanjutkan penelitian mengenai diabetes melitus dengan menggunakan metode yang berbeda.

## REFERENSI

- Azwar & Saifuddin. (2016). Sikap manusia: Teori dan pengukurannya edisi ke 2. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Fajar, I. (2009). Statistika praktis kesehatan. Yogyakarta.
- Hesthi, S. (2016). Gambaran pengetahuan dan sikap pengaturan makan penderita diabetes mellitus tipe 2 *Jurnal Keperawatan Kendari*. Vol 4,(3):282.
- Depkes. (2013). Laporan hasil riset kesehatan dasar (RIKESDA). Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan.
- Notoatmojo, S. (2018). Metodologi penelitian kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta.
- Puskesmas Ciumbuleuit. (2018). Data Jumlah Penyakit Terbanyak Puskesmas Ciumbuleuit tahun 2018.
- Sugiyona. (2018). Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D. Bandung: Alfabeta.
- Hidayat. (2011). Metode Penelitian Keperawatan dan Teknik Analisa Data. Jakarta: Salemba Medika
- Nurrahmani. (2015). Stop! Diabetes. Yogyakarta: Araska.
- Riyanto. (2011). Aplikasi metodologi penelitian kesehatan. Jakarta: EGC.
- Riyanto. (2013). Statistika deskriptif untuk kedokteran. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Susanti, (2018). Hubungan Pola Makan dengan Kadar Gula Darah pada Penderita Diabetes Melitus. *Jurnal Kesehatan Vokasional*, 3 (1):181.
- Sutanto, T. (2013). Diabetes: Deteksi, pencegahan, pengobatan. Yogyakarta: Buku Pintar.
- Utaminingsih, R. (2009). Mengenal dan mencegah penyakit: Diabetes, hipertensi, jantung, dan stroke untuk hidup lebih berkualitas. Yogyakarta: Media Ilmu.