

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Gaya hidup modern dengan banyak pilihan menu makanan dan cara hidup yang kurang sehat yang semakin menyebar keseluruh lapisan masyarakat, sehingga menyebabkan terjadinya peningkatan jumlah penyakit *degenerative*. Diabetes Melitus (yang selanjutnya disingkat DM) merupakan salah satu penyakit *degenerative* tersebut. Diabetes melitus merupakan penyakit metabolik yang diletupkan oleh interaksi berbagai faktor: genetik, imunologik, lingkungan, dan gaya hidup. Penyakit ini ditandai dengan hiperglisemia, suatu kondisi yang terjalin erat dengan kerusakan pembuluh darah besar maupun kecil yang berakhir sebagai kegagalan, kerusakan, atau gangguan fungsi organ Qian dan Eaton (dalam Ariesman, 2000).

Gaya hidup di perkotaan dengan pola makan yang tinggi lemak, garam, dan gula, keseringan menghadiri resepsi atau pesta, mengakibatkan masyarakat cenderung mengkonsumsi makanan secara berlebihan, selain itu pola makan yang serba instan saat ini memang sangat digemari oleh sebagian masyarakat, seperti gorengan jenis makanan murah meriah dan mudah di dapat karena banyak dijual dipinggir jalan ini rasanya memang enak, tetapi mengakibatkan peningkatan kadar gula darah Suiroaka (dalam Sartika, 2013).

Diabetes masih merupakan masalah kesehatan di dunia dan merupakan penyebab kesakitan dan kematian. Pada kenyataannya, prevalensi diabetes melitus telah mencapai proporsi hingga angka epidemik diseluruh dunia dan

mengalami peningkatan secara berkesinambungan. Pada tahun 2003 angka prevalensi pasien diabetes sebanyak 194 juta dan di perkirakan pada tahun 2025 angka tersebut akan mencapai hingga 333 juta pada negara berkembang dan pada mereka yang berekonomi rendah Marks (dalam Utama, 2016).

Diabetes mellitus merupakan penyakit yang banyak diderita oleh sebagian penduduk Indonesia. Pada tahun 2006 diperkirakan jumlah pasien Diabetes mellitus di Indonesia telah menjadi 14 juta orang, dimana baru 50 persen yang sadar mengidapnya dan di antara mereka baru 30 persen yang berobat teratur Soegondo (dalam Utama, 2016). Menurut Atun (2010) setiap pasien diabetes mellitus tidak selalu menunjukkan gejala yang sama, namun ada gejala yang umum timbul meski tidak menutup kemungkinan adanya variasi gejala lain, bahkan ada yang tidak tampak gejala apa pun sampai pada saat tertentu. Pada fase awal biasanya menunjukkan berat badan yang terus naik karena pada saat itu jumlah insulin masih mencukupi, gejala awal ditandai dengan banyak makan, banyak minum, sering buang air kecil, sering mengalami kesemutan dan kram.

Pada fase selanjutnya timbul gejala yang disebabkan oleh kurangnya insulin. Gejala pada tahap ini ditandai dengan nafsu makan mulai berkurang, bahkan kadang-kadang timbul rasa mual jika kadar glukosa darah melebihi 500 mg/dl. Berat badan mengalami penurunan dengan cepat (bisa 5-10 kg dalam waktu 2-4 minggu). Badan terasa mudah lelah dan mudah mengantuk. Jika dibiarkan pasien akan jatuh koma (tidak sadarkan diri) yang biasa disebut koma diabetik, yaitu koma yang terjadi akibat kadar glukosa darah terlalu tinggi (melebihi 600 mg/dl).

Semiardji (2009) mengemukakan berbagai permasalahan emosional yang sering dialami pasien diabetes antara lain denial (penyangkalan) akan penyakit diabetes sehingga diabetesi cenderung enggan menerapkan pola hidup sehat, obsesi/ cenderung sangat memperhatikan pola makan, marah dan frustrasi karena begitu banyak pantangan atau merasa telah menjalani berbagai jenis terapi namun tidak terjadi perubahan kadar gula darah yang signifikan, takut akan komplikasi dan risiko kematian, jenuh meminum obat yang harus dikonsumsi seumur hidup, atau bahkan mengalami depresi.

Kepatuhan pasien dalam mentaati diet diabetes mellitus sangat berperan penting untuk menstabilkan kadar glukosa pada pasien diabetes mellitus, sedangkan kepatuhan itu sendiri merupakan suatu hal yang penting untuk dapat mengembangkan rutinitas (kebiasaan) yang dapat membantu pasien dalam mengikuti jadwal diet yang kadangkala sulit untuk dilakukan oleh pasien. Kepatuhan dapat sangat sulit dan membutuhkan dukungan agar menjadi biasa dengan perubahan yang dilakukan dengan cara mengatur untuk meluangkan waktu dan kesempatan yang dibutuhkan untuk menyesuaikan diri. Kepatuhan terjadi bila aturan menggunakan obat yang diresepkan serta pemberiannya diikuti dengan benar Tambayong (dalam Phitri 2013).

Diet merupakan terapi utama pada diabetes mellitus, maka setiap pasien semestinya mempunyai sikap yang positif (mendukung) terhadap diet agar tidak terjadi komplikasi, baik akut maupun kronis. Jika pasien tidak mempunyai sikap yang positif terhadap diet diabetes mellitus, maka akan terjadi komplikasi dan pada akhirnya akan menimbulkan kematian, untuk

mempertahankan kualitas hidup dan menghindari komplikasi dari diabetes mellitus tersebut, maka setiap pasien harus menjalankan gaya hidup yang sehat yaitu menjalankan diet diabetes mellitus dan olahraga yang teratur. Sikap pasien diabetes mellitus sangat dipengaruhi oleh pengetahuan, dalam hal ini pengetahuan pasien tentang penyakit diabetes mellitus sangatlah penting karena pengetahuan ini akan membawa pasien diabetes mellitus untuk menentukan sikap, berpikir dan berusaha untuk tidak terkena penyakit atau dapat mengurangi kondisi penyakitnya. Apabila pengetahuan pasien diabetes mellitus baik, maka sikap terhadap diet diabetes mellitus semestinya dapat mendukung terhadap kepatuhan diet diabetes mellitus itu sendiri Effendi (dalam Phitri 2013).

Kendala utama pada penanganan diet diabetes mellitus adalah kejenuhan pasien dalam mengikuti terapi diet yang sangat diperlukan untuk mencapai keberhasilan. Pelaksanaan diet diabetes mellitus sangat dipengaruhi oleh adanya dukungan dari keluarga. Dukungan dapat digambarkan sebagai perasaan memiliki atau keyakinan bahwa seseorang merupakan peserta aktif dalam kegiatan sehari-hari. Perasaan saling terikat dengan orang lain di lingkungan menimbulkan kekuatan dan membantu menurunkan perasaan terisolasi Brunner & Suddart (dalam Susanti, 2013). Jika dukungan keluarga tidak ada maka pasien diabetes mellitus akan tidak patuh dalam pelaksanaan diet, sehingga penyakit diabetes mellitus tidak terkontrol dan terjadi komplikasi yaitu penyakit jantung, ginjal, kebutaan, aterosklerosis, bahkan sebagian tubuh dapat diamputasi (Rahmat, 2002). Banyak cara untuk

penanganan diabetes mellitus dalam pencegahan komplikasi yaitu dengan diet, aktivitas fisik dan pengobatan baik injeksi maupun oral Perkeni (dalam Susanti, 2013).

Laron (dalam Utama, 2016) menyebutkan kalau dalam kehidupan sehari-hari, mau tidak mau pasien diabetes mellitus dituntut untuk melakukan berbagai prosedur yang dapat mempengaruhi proses penyembuhannya, antara lain : pengaturan makan (diet), mengontrol berat badan serta olahraga dengan tujuan agar tingkat gula darah dapat terkendali dengan baik sehingga dapat mencegah timbulnya komplikasi dari penyakit tersebut. Oleh karena itu, pasien yang mengalami penyakit diabetes mellitus harus menjaga aktivitas sehari-hari agar tidak mengalami kelelahan serta harus menghindari makanan-makanan yang dapat meningkatkan kadar gula. Oleh karena itu, dalam menjalankan semua itu diperlukan kesabaran.

Kesabaran adalah kemampuan individu dalam mengendalikan perasaan dan perilaku serta sabar seringkali diartikan dengan bersedia menderita, bersikap tabah, dan mengalah Aziz (dalam Setiawati, 2009). Tebba (dalam Setiawati, 2009) menjelaskan sabar artinya menahan diri dari berkeluh kesah dalam menjalankan perintah Allah pada waktu menghadapi musibah. Sabar artinya tenang dan tahan menghadapi cobaan, yaitu apabila seseorang diberi cobaan oleh Allah maka orang tersebut tidak mudah putus asa, patah hati ataupun marah, dan selalu tabah menghadapi hidup Lubis (dalam Lisa 2008). Kesabaran sangat diperlukan oleh pasien diabetes mellitus karena mereka dalam menjalankan kehidupan sehari-hari harus mengontrol dan

menghindari makanan dan aktivitas yang dapat meningkatkan gula darah. Mereka harus menghindari makanan dan minuman yang mereka sukai seperti ;jeroan, babat, serta minuman yang terlalu manis. Sehingga hal tersebut menimbulkan tekanan pada pasien diabetes mellitus.

Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Lisa, dkk (2015) menunjukkan bahwa kalau orang tua yang memiliki anak hyperaktif dapat menimbulkan perasaan tekanan yang tinggi, namun sebagian besar ibu yang bekerja masih mampu menunjukkan sikap kesabaran dengan tingkat kesabaran yang tinggi. Individu yang memiliki memiliki penyakit diabetes mellitus mempunyai tingkat kesabaran yang tinggi karena mengontrol kehidupan sehari-harinya baik itu makanan atau minuman maupun aktivitasnya. Individu yang mampu untuk menahan diri dari segala godaan atau keinginannya untuk mengonsumsi makanan manis atau mampu membatasi mengonsumsi makanan atau minuman secara berlebihan, dan tidak melakukan aktivitas yang berat-berat. Hal tersebut berpengaruh pada kesehatannya yaitu terjaga atau stabilnya kadar gula darah dalam tubuhnya. Sehingga dapat bekerja atau melakukan aktivitas lainnya tanpa merasa terbebani.

Sedangkan apabila individu tidak bisa menahan atau mengontrol segala keinginannya tersebut, maka akan berdampak pada kesehatannya yaitu meningkatnya kadar gula darah dalam tubuh. Hal tersebut disebabkan dari banyaknya asupan makanan yang tidak terkontrol, mengonsumsi makanan atau minuman manis secara berlebihan, melakukan aktivitas berat yang menyebabkan kelelahan, dan tidak bisa melakukan diet makan secara baik.

Permasalahan yang di hadapi pasien diabetes seperti menerapkan pola makan sehat, membatasi aktivitas, adanya begitu banyak pentangan serta menjalani berbagai terapi maka perlu adanya kesabaran yang harus dilakukan oleh pasien diabetes mellitus.

Berdasarkan hasil wawancara dengan ibu H mengatakan bahwa H menderita diabetes mellitus sejak kecil. Penyakit tersebut merupakan keturunan dari salah keluarganya yang memiliki riwayat diabetes mellitus yaitu neneknya. Ibu H juga mengatakan bahwa H sering tidak berangkat sekolah atau pulang lebih awal dari sekolah dikarenakan H yang merasa tidak enak badan seperti lemas dan ingin istirahat. Setiap hari diantar jemput oleh ibunya ke sekolah, hal tersebut dilakukan ibu H dikarenakan keadaan H yang tidak bisa diprediksi. Ibu H mengatakan bahwa dulu H pernah membawa motor ke sekolah, namun hanya beberapa hari saja dikarenakan kondisi H yang sering tidak enak badan dan lemas. Ibu H mengatakan semenjak didiagnosis diabetes mellitus H sudah mulai mengatur pola makannya menjadi lebih terkontrol dengan mengurangi goreng-gorengan dan makanan serta minuman manis.

Ibu H mengatakan bahwa H selalu dibawakan bekal dari rumah, hal itu dilakukan untuk menghindari jajan disekolah selain itu juga dari segi kebersihan terjaga. Selain itu H sudah dapat membedakan mana makanan atau minuman yang boleh dikonsumsi atau tidak. Ibu H juga mengatakan bahwa H harus rajin pergi ke dokter untuk mengontrol kesehatannya, selain itu H harus ruti melakukan suntik setiap harinya. Apabila lupa untuk suntik insulin, maka

H akan merasakan lemas dan mudah lelah. Ibu H mengatakan bahwa H harus suntik insulin dalam sehari sebanyak 4x bahkan bisa lebih yaitu sebelum sarapan, makan siang, makan sore atau malam, dan sebelum tidur. Selanjutnya ibu H juga mengatakan bahwa H tidak boleh melakukan aktivitas fisik yang berat yang banyak mengeluarkan tenaga banyak karena akan berdampak pada kesehatannya. Ibu H mengatakan bahwa kondisi H itu berbeda dari orang lain, kondisi dimana H harus bisa mengontrol atau membatasi aktivitasnya agar tidak kelelahan, tidak bisa disamakan dengan orang lain. Kondisi yang butuh perhatian lebih dari pihak keluarga dan H sendiri agar tetap menjaga kesehatannya.

Ibu H mengatakan bahwa dirinya sangat mengkhawatirkan kondisi subjek, dikarenakan kesehatannya tidak bisa di prediksi kadang naik, rendah atau dalam kondisi stabil. Oleh karena itu, terkadang keluarga terutama ibu H juga merasa lebih protektif terhadap subjek, hal tersebut dilakukan agar H tidak melakukan aktivitas yang berat yang dapat berpengaruh dengan kesehatannya dan tidak mengonsumsi makanan yang menjadi pantangannya. Ibu H mengatakan pola makan H yang tidak boleh sembarangan sehingga hal tersebut secara tidak langsung juga mempengaruhi pola makan anggota keluarga lainnya, awalnya hanya menyediakan menu untuk H namun lama kelamaan keluarga mulai mengikuti pola makan H tersebut seperti misalnya pesan dan mengurangi makanan yang berminyak dan gorengan. Ayah dan ibu H secara bergantian mengantar dan menemani H kontrol tiap bulannya. Upaya yang dilakukan oleh keluarga dalam merawat H yaitu masih rutin

melakukan pengobatan medis setiap bulannya, dan masih berupaya untuk mencari pengobatan alternatif lainnya yang dapat memberikan kesembuhan pada H . Namun, menurut ibu H mencari pengobatan alternatif seperti itu juga harus pilih-pilih tidak boleh sembarangan, karena menurut ibu H masih trauma dengan pengobatan alternatif yang seperti itu dikarenakan pada waktu itu pernah melakukan pengobatan alternatif dimana pengobatan tersebut harus lepas insulin total, sehingga setelah pengobatan tersebut kesehatannya H mengalami penurunan drastis dan harus di bawa kerumah sakit. Selain itu juga memberikan perhatian dan dukungan kepada H selama H menjalani pengobatan tersebut.

Hasil wawancara dengan informan H mengatakan bahwa H sudah menderita diabetes mellitus sejak kecil. Hal tersebut dikarenakan dikeluarga H ada yang mempunyai riwayat diabetes mellitus. Sejak mendapat diagnosis dari Dokter, H dibantu oleh orangtuanya memulai untuk mengatur asupan makanan yang dikonsumsi setiap harinya. H mengatakan awalnya mengalami kesulitan untuk mengatur pola makan dikarenakan H harus membatasi asupan makan setiap harinya bahkan harus menghindari makanan atau minuman manis yang dapat meningkatkan kadar gula darah dalam tubuhnya. H mengatakan harus menghindari makanan yang disarankan oleh Dokter seperti : makan dan minuman manis, serta goreng-gorengan. Selain itu H juga mengatakan untuk tidak terlalu sering mengonsumsi *ice krim* secara berlebihan. Apabila H terlalu sering mengkonsumsinya maka hal tersebut berdampak pada kesehatan H seperti lemas, mudah lelah dan tidak

bersemangat. Ketika disekolah H memilih untuk jarang jajan, dikarenakan H merasa khawatir dengan jajanan yang ada disekolah. Sehingga H memilih untuk membawa bekal dari rumah.

H mengatakan bahwa dirinya sering pulang lebih awal atau meliburkan diri tidak berangkat sekolah dikarenakan merasa tidak enak badan. Setiap harinya H selalu diantar jemput kesekolah oleh ibunya, hal tersebut dikarenakan H merasa bahwa terkadang kondisi badanya merasa lemas dan lelah untuk pergi ke sekolah menggunakan sepeda motor. H mengatakan bahwa ketika ada jam pelajaran olahraga, H jarang mengikuti pelajaran tersebut dikarenakan menurut H apabila terlalu banyak atau sering melakukan aktivitas fisik, H merasa mudah merasa lelah dan ingin segera istirahat. Sehingga terkadang H memilih olahraga yang ringan atau hanya untuk sekedar menonton ketika jam pelajaran olahraga.

H mengatakan setiap bulan harus melakukan kontrol dan suntik insulin setiap harinya untuk menjaga kesehatannya agar tetap bisa beraktivitas setiap harinya. H mengatakan apabila telat untuk melakukan kontrol, H merasa mudah lelah. H mengatakan bahwa harus melakukan kontrol setiap bulannya dan melakukan suntik 4x dalam sehari yaitu sebelum sarapan, makan siang, makan sore atau malam, dan sebelum tidur. H mengatakan bahwa terkadang merasa malas atau jenuh untuk melakukan suntik setiap harinya. Hal tersebut karena H merasa dalam keadaan sehat baik-baik tidak merasa sakit, sehingga untuk suntik pada malam hari yang sebelum tidur terkadang lupa dan berdampak pada naiknya kadar gula darah pada keesokan harinya. H

mengatakan setiap harinya harus suntik insulin dalam kondisi apapun, baik dalam keadaan sehat maupun sakit.

Berdasarkan uraian latar belakang diatas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang studi deskriptif kualitatif tentang kesabaran pada pasien diabetes mellitus anak di Purwokerto.

B. Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas maka rumusan masalah yang hendak diteliti yaitu “Bagaimana kesabaran pada pasien diabetes mellitus remaja di Purwokerto ?”.

C. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menggambarkan tentang kesabaran pada pasien diabetes mellitus remaja di Purwokerto”.

D. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat berupa :

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini dapat bermanfaat dalam pengembangan ilmu psikologi, khususnya dalam bidang psikologi klinis.

2. Manfaat Praktis

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan masukan yang bermanfaat bagi penderita diabetes mellitus.

a. Bagi remaja

Diharapka agar penderita diabetes mellitus remaja memiliki kesabaran yang baik dalam menjalankan diet.

b. Bagi orang tua dan keluarga

Diharapkan dapat memberikan dukungan dan motivasi kepada penderita diabetes mellitus dalam menjalankan diet.

