

Perbedaan Tingkat Kepatuhan Diet Sebelum Dan Setelah Afirmasi Positif Pada Pasien Diabetes Mellitus di Ruang Cempaka I Rumah Sakit Umum Daerah Kabupaten Kudus

Solichah¹, Rosiana², Siswanti³

Xiii + 74 halaman + 6 tabel + 2 gambar + 8 lampiran

ABSTRAK

Latar Belakang: Meningkatnya prevalensi Diabetes Mellitus di Indonesia, diduga ada hubungannya dengan cara hidup (pola makan) seiring dengan kemakmuran yang meningkat. Untuk mencegah komplikasi perlu penatalaksanaan diet yang baik. Afirmasi merupakan penguatan dalam diri sendiri melalui kalimat positif pendek yang mencakup suatu hal yang kita inginkan atau hal-hal lain yang ingin kita rubah dalam hidup kita. Dengan afirmasi dapat mempengaruhi seseorang untuk patuh terhadap diet DM yang sedang dijalani.

Tujuan Penelitian: Tujuan penelitian ini adalah mengetahui perbedaan tingkat kepatuhan diet sebelum dan setelah afirmasi positif pada pasien Diabetes Mellitus di Ruang Cempaka I Rumah Sakit Umum Daerah Kabupaten Kudus

Metode Penelitian: Metode dalam penelitian ini adalah pra experiment dengan desain one-group pre-post test design yang mempunyai tujuan mengungkapkan hubungan sebab akibat tanpa melibatkan kelompok kontrol dengan populasi penderita DM di Ruang Cempaka I Rumah Sakit Umum Daerah Kabupaten Kudus pada bulan Juni – Agustus 2012 yang berjumlah 108 pasien dan besar sampel 52 responden. Adapun pengambilan sampel dengan tehnik accidental sampling.

Hasil Penelitian: Hasil analisis uji wilcoxon signed rank test didapatkan bahwa $p\text{ value} = 0,003$ ($p\text{ value} < \alpha$) maka dapat disimpulkan H_0 ditolak dan H_a diterima yang berarti ada perbedaan tingkat kepatuhan diet sebelum dan setelah afirmasi positif pada pasien Diabetes Mellitus di Ruang Cempaka I Rumah Sakit Umum Daerah Kabupaten Kudus.

Simpulan: Ada perbedaan tingkat kepatuhan diet sebelum dan setelah afirmasi positif pada pasien Diabetes Mellitus di Ruang Cempaka I Rumah Sakit Umum Daerah Kabupaten Kudus. Dengan penelitian ini diharapkan ada kelanjutannya dengan desain dan metode yang lebih baik

Kata kunci : Penatalaksanaan Diet Diabetes Mellitus, Kepatuhan dan Afirmasi Positif

Referensi : 28 (Tahun 2002-2012)

Ket:

- ¹ : Peneliti Utama
- ² : Peneliti Anggota
- ³ : Peneliti Anggota

Differentials Diet Compliance Rate Before And After Affirmations Positive Diabetes Mellitus Patients with In Cempaka Room I Kudus General Hospital

Solichah¹, Rosiana², Siswanti³

Xiii + 74 pages + 8 tables + 2 picture + 8 image attachments

ABSTRACT

Background: The increasing prevalence Diabetes Mellitus in Indonesia, allegedly something to do life (diet) way along with increasing prosperity. Prevent complications need good diet management. Affirmations are strengthening in yourself through short positive sentences that include the things we want or other things that we want change in our lives. With affirmations can predispose person to adhere diet DM is being undertaken.

Goal's: Target this research was know differentials diet compliance rate before and after affirmations positive Diabetes Mellitus patients with In Cempaka Room I Kudus General Hospital

Methods: The method in this research was pre experiment with one-group pre-post test design whose objective reveal causal relations without involving the control group with population Diabetic Mellitus patient in Cempaka Room I Kudus General Hospital in June-August 2012, amounting 108 patients and large sample 52 respondents. The sampling with accidental sampling technique.

Results: The results analysed Wilcoxon signed rank test was found p value = 0.003 (p value <), it can be concluded H_0 was rejected and H_a was accepted which means there was differentials diet compliance rate before and after affirmations positive Diabetes Mellitus patients with In Cempaka Room I Kudus General Hospital.

Conclusion: means there was differentials diet compliance rate before and after affirmations positive Diabetes Mellitus patients with In Cempaka Room I Kudus General Hospital. With this research expected to continue tihis research as well by design and method.

Keywords: Diabetes Mellitus Dietary Management, Compliance and Positive Affirmations

References: 28 (Years 2002-2012)

Ket:

- ¹ : **Primary Researcher**
- ² : **Secondary Researcher**
- ³ : **Secondary Researcher**

A. Pendahuluan

Masalah kesehatan dengan penyakit *degenerative* semakin meningkat dan menduduki peringkat yang tinggi sebagai penyebab utama morbiditas dan mortalitas Penyakit degenerative tersebut yaitu: penyakit jantung, stroke, hipertensi dan Diabetes mellitus. *Diabetes mellitus* merupakan sekelompok kelainan heterogen yang ditandai oleh kenaikan kadar glukosa dalam darah atau hiperglikemi. *Diabetes mellitus* merupakan suatu keadaan dimana merupakan gangguan metabolisme yang secara genetic dan klinis termasuk heterogen dengan manifestasi berupa hilangnya toleransi karbohidrat (Sundaru, 2005).

Di negara-negara yang telah maju, diperkirakan 15% - 20% menderita DM, sementara di Indonesia penyakit ini semakin meningkat dan diperkirakan mencapai 12% yaitu 6,5 juta jiwa dan sebanyak 2% 1,2 juta jiwa terdapat DM dengan ulkus gangren. Meningkatnya prevalensi komplikasi DM di Indonesia, diduga ada hubungannya dengan cara hidup (pola makan) seiring dengan kemakmuran yang meningkat. Pola makan bergeser dari pola makan tradisional yang banyak mengandung karbohidrat, serat dan sayuran ke pola makan kebarat-baratan dengan komposisi yang terlalu

banyak mengandung protein, lemak, gula, garam, dan sedikit serat. Keadaan tersebut disebabkan oleh kurangnya peran keluarga dalam pengelolaan anggota keluarga yang menderita DM, pola makan dan gaya hidup. Hal ini menyebabkan diit penderita DM tidak terkontrol (Sundaru, 2005).

Dalam rangka mencapai tujuan penatalaksanaan diit DM, maka perlu dibiasakan menjadi suatu norma hidup dan budaya pasien DM sehingga sadar dan mandiri untuk hidup sehat. Namun demikian, menumbuhkan kesadaran kepatuhan diit DM, perlu suatu tindakan yang dapat memotivasi secara benar dan konsisten. Tindakan tersebut yaitu untuk meningkatkan kepatuhan diit DM melalui afirmasi positif seperti kata-kata “Saya menjadi lebih sehat dari hari ke hari dengan cara mengontrol diit makan saya sehingga saya harus patuh melakukan diit DM”.

Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui perbedaan kepatuhan diit DM sebelum dan sesudah dilakukan afirmasi positif pada penderita diabetes mellitus di Ruang Cempaka I Rumah Sakit Umum Daerah Kabupaten Kudus.

B. Metode Penelitian

Dalam penelitian ini variabel independennya adalah Afirmasi positif dan variabel dependennya adalah kepatuhan diet DM.

Desain penelitian ini menggunakan *pra experiment* dengan desain *one-group pre-post test design* yang mempunyai tujuan mengungkapkan hubungan sebab akibat tanpa melibatkan kelompok kontrol.

Populasi dalam penelitian ini adalah penderita DM di Ruang Cempaka I Rumah Sakit Umum Daerah Kabupaten Kudus pada bulan Juni – Agustus 2012 dengan sampel berjumlah 52 pasien yang

diambil dengan tehnik *accidental sampling*.

Instrumen yang digunakan diantaranya buku kerja afirmasi positif dan lembar kuesioner.

Ada dua analisa yang digunakan dalam menganalisa data yaitu analisa univariat untuk mengetahui distribusi frekuensi tiap-tiap variabel dan analisa bivariat dengan uji *Wilcoxon Signed Rank Test* untuk menjawab hipotesis.

C. Hasil Penelitian

1. Karakteristik Responden

Tabel 4.1. Karakteristik Responden

Karateristik Responden	Frekuensi	Persentase
Umur :		
Umur kurang 30-40 Tahun	7	13,5
Umur 41-50 Tahun	23	44,2
Umur 51-60 Tahun	22	42,3
Jenis Kelamin :		
Perempuan	19	36,5
Laki-laki	33	63,5
Tingkat Pendidikan		
Sekolah Dasar	16	30,8
SLTP	19	36,5
SLTA	16	30,8
Perguruan Tinggi	1	1,9
Total	52	100

2. Analisis Univariat

a. Tingkat Kepatuhan Diet Pasien Diabetes Mellitus Sebelum Afirmasi Positif

Tabel 2. Ukuran Sentral Tendensi Berdasarkan Tingkat Kepatuhan Diet Pasien DM Sebelum Afirmasi Positif

Variabel	Mean	Median	Modus	Std Deviasi	Min	Max
Tingkat Ketauhan Sebelum Afiriasi Positif	19,08	18	18	3,022	14	24

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Tingkat Ketauhan Diet Pasien DM Sebelum Afiriasi Positif

Ketauhan Diet	Frekuensi	Persentase (%)
Ketauhan Kurang Baik	14	26,9
Ketauhan Cukup Baik	38	73,1
Ketauhan Baik	0	0
Total	52	100

b. Tingkat Ketauhan Diet Pasien Diabetes Mellitus Setelah Afiriasi Positif

Tabel 4. Ukuran Sentral Tendensi Berdasarkan Tingkat Ketauhan Diet Pasien DM Setelah Afiriasi Positif

Variabel	Mean	Median	Modus	Std Deviasi	Min	Max
Tingkat Ketauhan Setelah Afiriasi Positif	23,04	22	22	2,758	22	32

Tabel 5. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Tingkat Ketauhan Diet Pasien DM Setelah Afiriasi Positif

Ketauhan Diet	Frekuensi	Persentase (%)
Ketauhan Kurang Baik	0	0
Ketauhan Cukup Baik	27	51,9
Ketauhan Baik	25	48,1
Total	52	100

3. Analisis Bivariat: Perbedaan Kepatuhan Diet DM Sebelum Dan Setelah Afirmasi Positif Pada Pasien Diabetes Mellitus di Ruang Cempaka I Rumah Sakit Umum Daerah Kabupaten Kudus

Tabel 6. Perbedaan Kepatuhan Diet DM Sebelum Dan Setelah Afirmasi Positif Pada Pasien Diabetes Mellitus

Variabel	Mean	Std Deviasi	P Value	N
Tingkat Kepatuhan Diet Pasien DM Sebelum Afirmasi Positif	19,08	3,022	0,003	52
Tingkat Kepatuhan Diet Pasien DM Setelah Afirmasi Positif	23,04	2,758		52

Dari hasil analisis *Wilcoxon Signed Rank Test* didapatkan bahwa $p\text{ value} = 0,003$ ($p\text{ value} < \alpha$). Dengan demikian H_0 gagal ditolak, maka dapat disimpulkan ada perbedaan tingkat kepatuhan diet sebelum dan setelah afirmasi positif pada pasien Diabetes Mellitus di Ruang Cempaka I Rumah Sakit Umum Daerah Kabupaten Kudus.

D. Diskusi

Penelitian ini menunjukkan bahwa tingkat kepatuhan diet pasien DM sebelum afirmasi positif sebanyak 73,1% dengan tingkat kepatuhan cukup baik dan sebanyak 14 (26,9%) responden dengan tingkat kepatuhan diet DM kurang baik dengan nilai rata-rata 19,08. Faktor yang mempengaruhi hal tersebut adalah karena responden belum pernah mendapatkan informasi tentang diet DM. Informasi ini dapat berasal dari non formal yaitu dokter, perawat atau petugas kesehatan. Responden yang belum mempunyai pengetahuan tentang diet DM tidak mempunyai keinginan tetap sehat dan tidak mudah sakit, sehingga kurang

mempunyai motivasi untuk mencari informasi tentang kesehatan terutama penyakit DM. Oleh karena itu responden mempunyai pikiran yang positif tentang diet DM sehingga tidak mempengaruhi subconciusnya yang akan berdampak pada perubahan perilaku kepatuhan dietnya (Susanti, 2012).

Pengaruh subconcius berarti dibawah pikiran sadar. Dengan kata lain kita mengetahui sedikit sekali hal-hal yang terjadi di pikiran subconcius tapi hal tersebut berdampak besar dalam kehidupan kita. Tujuan dari afirmasi positif ini adalah untuk memprogram pikiran subconcius tentang kepatuhan diet DM. Pasien DM “menulis” ulang

ide-ide / isi pikiran masa lalu tentang diet DM yang keliru kemudian menggantinya dengan yang baru dan positif sehingga kesehatan pasien DM menjadi lebih baik dan dapat mengontrol dietnya. Afirmasi digunakan untuk memprogram ulang pikiran tentang diet pasien DM dan membuang kepercayaan yang keliru tentang diet DM dalam pikiran subconscious pasien. Tidak ada bedanya apakah kepercayaan tersebut nyata atau tidak, pikiran subconscious kita selalu menerimanya sebagai realita kenyataan dan mempengaruhi pikiran conscious dengan suatu ide atau suatu pemikiran lain. Bila pasien DM tidak melakukan afirmasi positif tentang diet DM maka pasien tidak akan patuh terhadap diet yang disajikan rumah sakit (Susanti, 2012).

Dampak yang terjadi pada responden tidak patuh terhadap diet DM akan menyebabkan makanan yang banyak mengandung karbohidrat seperti: a) gula murni seperti gula pasir, gula jawa dan b) makanan dan minuman yang terbuat dari gula murni: manisan, sirup, cake, susu kental manis, coklat, es krim dan lain-lain. Hal ini akan menyebabkan peningkatan kadar gula darah yang hiperglikemia. Peningkatan kadar gula darah mempunyai resiko komplikasi seperti retinopati, mikroangiopati, stroke, gagal ginjal dan ulkus gangrene (Mansjoer, 2005).

Hal tersebut diatas sesuai dengan penelitian yang dilakukan Robertson yaitu mengungkapkan bahwa sebanyak 31% penderita diabetes mellitus yang tidak patuh terhadap penatalaksanaan diet dan terapi mengalami percepatan komplikasi antara 3-5 tahun dibandingkan dengan penderita diabetes mellitus yang patuh terhadap diet dan terapi (Robertson, 2007).

Hasil penelitian ini juga menunjukkan bahwa sebanyak 27 (51,9%) responden dengan tingkat kepatuhan diet DM cukup baik dan sebanyak 25 (48,1%) responden dengan tingkat kepatuhan diet DM baik.

Faktor yang mempengaruhi hal tersebut adalah karena responden sudah pernah mendapatkan informasi tentang diet DM. Oleh karena itu responden mempunyai pikiran yang positif tentang diet DM sehingga mempengaruhi subconsciousnya yang berdampak pada perubahan perilaku kepatuhan dietnya (Susanti, 2012).

Tujuan dari afirmasi positif ini adalah untuk memprogram pikiran subconscious tentang kepatuhan diet DM. Pasien DM “menulis” ulang ide-ide / isi pikiran masa lalu tentang diet DM yang keliru kemudian menggantinya dengan yang baru dan positif sehingga kesehatan pasien DM menjadi lebih baik dan dapat mengontrol dietnya. Diharapkan dengan melakukan afirmasi positif pasien DM

dapat merubah pikirannya yang keliru tentang diet DM menjadi positif dan bermanfaat (Susanti, 2012).

Tidak ada bedanya apakah kepercayaan tersebut nyata atau tidak, pikiran subconscious kita selalu menerimanya sebagai realita kenyataan dan mempengaruhi pikiran concious dengan suatu ide atau suatu pemikiran lain. Bila pasien DM tidak melakkan afirmasi positif tentang diet DM maka pasien tidak akan patuh terhadap diet yang disajikan rumah sakit (Susanti, 2012).

Hal tersebut diatas sesuai dengan penelitian yang dilakukan Robertson yaitu mengungkapkan bahwa sebanyak 31% penderita diabetes mellitus yang patuh terhadap penatalaksanaan diet dan terapi mengalami perlambatan komplikasi antara 3-5 tahun dibandingkan dengan penderita diabetes mellitus yang tidak patuh terhadap diet dan terapi (Robertson, 2007).

Berdasarkan uji statistik *Wilcoxon Signed Rank Test* dengan membandingkan nilai rata-rata tingkat kepatuhan sebelum afirmasi positif dengan tingkat kepatuhan setelah afirmasi positif pada pasien DM di Ruang Cempaka I Rumah Saikt Umum Daerah Kabupaten Kudus didapatkan bahwa $p\ value = 0,003$ ($p\ value < \alpha$).

Kepatuhan diet pasien DM antara sebelum afirmasi positif dengan setelah

afirmasi positif terdapat perbedaan dikarenakan responden setelah diberikan afirmasi positif tentang diet DM semakin patuh terhadap penatalaksanaan diet DM dalam proses mengontrol kadar gula darah penyakit DM, sehingga pasien mampu mengikuti program terapi diet yang telah diberikan, sedangkan responden sebelum diberikan afirmasi positif tentang diet DM tidak patuh terhadap penatalaksanaan diet DM sehingga responden tidak pernah mematuhi program diet DM. Hal ini dibuktikan dengan hasil penelitian yang menunjukkan bahwa sebanyak 48 responden dengan nilai tingkat kepatuhan naik (*positive rank*) dan sebanyak 4 responden dengan nilai tingkat kepatuhan tetap (*ties*) serta tidak ada responden yang terjadi nilai tingkat kepatuhan menurun (*negative rank*).

Hal ini sesuai dengan penelitian Robertson (2007) dengan judul Kepatuhan penatalaksanaan terapi diet DM terhadap komplikasi pada pasien Diabetes Mellitus di Rumah Sakit Hasan Sadikin Bandung. Penelitian ini menunjukkan bahwa semakin pasien DM patuh terhadap penatalaksanaan diit DM, maka akan semakin lama terjadinya komplikasi penyakit DM seperti gagal ginjal, nueropati dan ulkus gangrene.

Manfaat dari afirmasi positif sangat berarti bagi pasien DM. Program afirmasi positif didasarkan pada kebutuhan yang direncanakan dan diimplikasikan pada

waktu yang tepat. Jika sesi afirmasi positif dilakukan beberapa hari me-mungkinkan seseorang meng-asimilasikan kekuatan diri sendiri secara lebih baik. Seringkali, sesi afirmasi positif ini dibarengi dengan berbagai demonstrasi sehingga memudahkan aliran informasi otak kepada penerima. Afirmasi positif tersebut harus melebihi deskripsi tentang berbagai langkah-langkah dan harus mencakup penjelasan tentang isi materi yang disampaikan. Dengan afirmasi positif yang telah didapatkan, maka seseorang akan melakukan analisis terhadap perilaku tersebut untuk melakukan kepatuhan terhadap indikator yang akan dicapai sesuai dengan tujuan (Sudiantara, 2007).

E. Simpulan

Ada perbedaan tingkat kepatuhan diet sebelum dan setelah afirmasi positif pada pasien Diabetes Mellitus di Ruang Cempaka I Rumah Sakit Umum Daerah Kabupaten Kudus.

Dari hasil tersebut diharapkan baik perawat maupun pihak rumah sakit : Melaksanakan tindakan keperawatan afirmasi positif untuk meningkatkan kepatuhan diit pada pasien DM. Mensosialisasikan manfaat afirmasi positif melalui seminar atau presentasi hasil penelitian dalam forum bidang keperawatan. Membuat Standar Operating Prosedur tentang tindakan

keperawatan afirmasi positif bersama dengan Komite Keperawatan.

F. Referensi

- Hartono, A. (2005). *Asuhan Nutrisi. Diagnosis, Konseling dan Preskripsi*. EGC.Jakarta
- Kristiana, (2012).*Bagaimana Afirmasi Positif Bekerja* .<http://kesehatan.com>. diakses tanggal 20 September 2012
- Monica, (2008),*Kepemimpinan dan Manajemen Keperawatan Alih Bahasa*,Salemba Medika, Jakarta.
- Price, S, (2005), *Patofisiologi: Clinical, Concepof Desease Proses*, EGC, Jakarta
- Pudjiadi, (2008). *Pengantar diet pada orang sakit*. EGC. Jakarta
- Robertson, (2007). *Faktor-faktor yang mempengaruhi kepatuhan penderita DM di Rumah Sakit dr Soetomo Suarabaya* //<http://www//managemen.com//diakses> tanggal 18 Septeber 2012
- Roger B. Ellis, et.al. (2002) *Komunikasi Interpersonal dalam Keperawatan*. Alih Bahasa Susi Purwoko, EGC. Jakarta.
- Setiawan. 2010. *Metode Penelitian Kebidanan dan Teknik Analisa Data Cetakan Keempat*, Jakarta : Salemba Medika
- Smeltzer, S.C. & Bare, B.G. (2002). *Buku ajar Keperawatan Medikal Bedah*

Brunner & Suddarth. Edisi 8, EGC.

Jakarta

Soejoeti, (2005). *Pengantar Konsep Sehat – Sakit*. EGC. Jakarta

Sudiantara. (2008). *Penatalaksanaan Diabetes Mellitus Terpadu*. Jakarta : Heul

Sundaru. (2005). *Diabetes mellitus: Apa dan Bagaimana Pengobatannya*. FKUI. Jakarta

Susanti, (2012). *Tehnik dan Cara Melakukan Afirmasi*. [http// kesehatan.com](http://kesehatan.com). diakses tanggal 20 September 2012