



## INTISARI

**Latar Belakang :** Diabetes Mellitus (DM) merupakan salah satu penyakit tidak menular yang hingga kini masih menjadi permasalahan global. *The IDF Diabetes Atlas* (2015) memperkirakan sebanyak 415 juta orang dewasa di seluruh dunia hidup dengan diabetes. Angka ini diperkirakan meningkat menjadi 642 juta pada tahun 2040. Indonesia merupakan salah satu negara berkembang yang sedang menghadapi masalah DM. Data Riskesdas (2007) menunjukkan bahwa DIY merupakan provinsi dengan kasus DM tertinggi di Indonesia (2,6%). Meningkatnya kasus DM maupun terjadinya komplikasi erat hubungannya dengan gaya hidup terutama perilaku makan. Beragam kasus ditemui di lapangan, penyandang telah menderita diabetes dalam waktu lama (tahunan) namun demikian belum mampu melakukan pengaturan makan dengan baik sehingga berdampak pada timbulnya beragam komplikasi diabetes.

**Tujuan :** Tujuan umum penelitian ini untuk memperoleh pemahaman mendalam mengenai perilaku diet penyandang DM Tipe 2 di Kabupaten Sleman, Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta.

**Metode :** Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan desain *grounded theory*. Dilaksanakan di wilayah kerja Puskesmas Ngaglik II Kabupaten Sleman DIY. Informan penelitian dipilih secara *purposive sampling* menggunakan jenis *maximum variation sampling*. Informan utama adalah penyandang DM tipe 2, informan pendukung adalah keluarga, teman, tetangga, petugas konseling Gizi Puskesmas Ngaglik II. Pengumpulan data dilakukan dengan wawancara mendalam, Diskusi Kelompok Terfokus (DKT) dan observasi.

**Hasil :** Penelitian ini menemukan perbedaan pengaturan makan pada penyandang DM <5 tahun dan  $\geq 5$  tahun. Pengaturan makan ketat ditemukan pada penyandang DM <5 tahun. Emosi merupakan faktor utama dalam kepatuhan pengaturan makan penyandang diabetes. Stres, ikhlas, sungkan, sensitif, adalah jenis emosi yang dirasakan informan selama menjalani pengaturan makan. Rasa sungkan merupakan faktor yang melemahkan komitmen diri sedangkan niat kuat, keyakinan diri, dan taat agama adalah faktor penguat komitmen diri dalam mematuhi anjuran makan. Dukungan sosial dalam penelitian ini berdampak positif mengurangi beban pikiran informan namun berdampak negatif pada emosi informan.

**Kesimpulan :** Pada penyandang DM tipe 2 emosi merupakan faktor dominan dalam memunculkan komitmen diri untuk mematuhi anjuran pengaturan makan.

**Kata Kunci :** Perilaku Diet, Penyandang DM tipe 2



## **ABSTRACT**

**Background:** Diabetes Mellitus (DM) is one of the non-transmitted disease which has been becoming a global problem. The IDF Diabetes Atlas (2015) estimated that 415 million of adults in the world are diabetics. This number is expected to rise to 642 million in 2040. Indonesia is one of the developing countries which is facing problems DM. Riskesdas data (2007) showed that DIY was the highest province of DM cases in Indonesia (2.6%). The increasing cases of diabetes and complications are closely related to lifestyle especially eating behavior. Various cases encountered in the field, have suffered with diabetes for a long time (years) unfortunately they have not been able to change their eating behavior and it affects on prevalence of various complications of diabetes.

**Objective:** The aim of this study is to understand deeply regarding diet behavior Type 2 DM in Sleman, D.I. Yogyakarta Province.

**Methods:** This study used qualitative methods by grounded theory design. It was conducted in Ngaglik II Health Center Sleman DIY. Informants were selected by purposive sampling using maximum variation sampling types. Main informants are people with type 2 diabetes; supporting informant is family, friends, neighbors, counselors Nutrition of Ngaglik II Health Center. Data collection was done by in-depth interviews, focus group discussions (FGD) and observation.

**Results:** This study found differences in diet at DM <5 and  $\geq$ 5 years. Strict diet was found in people with DM <5 years. Emotions are a major factor in adherence of diet for diabetes patient. Stress, sincere, reluctant, sensitive, are the kind of emotion felt by informants during their diet. Reluctant is a factor that weakens the strong personal commitment. Strong intention, confidence, and the devout are reinforcing factors of personal commitment to adhere the recommended diet. Social support in this study had a positive impact to reduce the burden of thought informant but negative impact on emotions of informants.

**Conclusion:** In people with type 2 diabetes, feeling is the dominant factor in eliciting personal commitment to adhere to the recommended diet.

**Keywords:** Dietary Behavior, People with Type 2 Diabetes Mellitus