

Problematika Penderita Diabetes Melitus Menghadapi Penyakitnya Dalam Tinjauan Bimbingan Konseling Islam

Puspa Indah Maidani¹, Zuwirda², Yeni Fitri Wahyuni³

^{1,2,3} UIN Imam Bonjol Padang

Correspondence Email : yenifitri@uinib.ac.id

ABSTRACT

This research is motivated by differences of opinion from Diabetes Mellitus sufferers in dealing with the illness they suffer, as well as the lack of knowledge of Diabetes Mellitus sufferers and the extent to which Islamic counseling guidance plays a role in changing the opinions of Diabetes Mellitus sufferers in interpreting their illness. For this reason, there is a need for research that aims to examine how the personal and social problems of people with Diabetes Mellitus can interpret their illness more positively. This research is a field research using qualitative and descriptive methods. The research subjects who became the informants of this study were people with diabetes mellitus and their families, and health workers. Data collection techniques using observation and interviews. The results showed: 1) Personal problems with diabetes mellitus sufferers unstable health conditions, feeling excessive worry, feeling low self-esteem, feeling hopeless so that the heart is not calm. Actually, it comes from the personal problems of people with Diabetes Mellitus that are their own thoughts. If people with Diabetes Mellitus can interpret their illness positively, then indirectly their personal problems will be less. However, if you interpret illness negatively, then personal problems will arise. Involving God in every meaning of illness is one of the main factors in order to get happiness not only in this world but also in the hereafter, because that is our goal in this world. 2) Social problems with Diabetes Mellitus sufferers face the pain of being inquisitive towards the outside environment / being indifferent (apathy), separating themselves from the environment (self-isolation), easily offended (sensitive) and likes to be angry and unclear (aggressive). Social problems Diabetes Mellitus sufferers are closely related to the people around them. As social beings, no matter what the circumstances and situations, we still need other people. Because our nature has become social beings who should have good relations with other social beings. In this world we have to be *Hablum Minallah* and *Hablum Minannas*.

Keywords: *Diabetes Mellitus, Social Problems, Personal Problems*

ABSTRAK

Penderita Diabetes Melitus dalam menghadapi sakit yang dideritanya, juga kurangnya pengetahuan penderita Diabetes Melitus serta sejauh mana bimbingan konseling islam berperan untuk mengubah pendapat penderita Diabetes Melitus dalam memaknai sakitnya. Untuk itu perlu adanya penelitian yang bertujuan untuk mengkaji bagaimana problematika pribadi dan sosial penderita Diabetes Melitus agar lebih memaknai sakitnya secara positif. Penelitian ini merupakan penelitian lapangan menggunakan metode kualitatif dan bersifat deskriptif. Subjek penelitian yang menjadi informan penelitian ini adalah penderita Diabetes Melitus beserta keluarga, dan petugas kesehatan. Teknik pengumpulan datanya menggunakan observasi dan wawancara. Hasil penelitian menunjukkan: 1) Problematika pribadi penderita Diabetes Melitus kondisi kesehatan yang tidak stabil, merasa khawatir yang berlebihan, merasa rendah diri, merasa putus asa sehingga hati tidak tenang. Sebenarnya bersumber dari problematika pribadi penderita Diabetes Melitus itu adalah pemikirannya sendiri. Jika

penderita Diabetes Melitus dapat memaknai sakitnya secara positif, maka secara tidak langsung problematika pribadinya akan sedikit. Namun jika memaknai sakit secara negatif maka muncullah problematika pribadi yang akan dihadapi. Melibatkan Allah dalam setiap memaknai sakit menjadi salah satu faktor utama agar mendapatkan kebahagiaan tak hanya didunia tetapi juga diakhirat, karena itu adalah tujuan kita di dunia ini. 2) Problematika sosial penderita Diabetes Melitus menghadapi sakitnya bersikap tidak ingin tahu terhadap lingkungan luar/ bersikap acuh (apatis), memisahkan diri dari lingkungan(mengisolasi diri), mudah tersinggung (sensitif) serta suka marah- marah tidak jelas (agresif).Problematika sosial penderita Diabetes Melitus berhubungan erat dengan orang-orang sekitarnya. Sebagai makhluk sosial, bagaimana pun keadaan dan situasi kita tetap butuh orang lain. Karena kodrat kita sudah menjadi makhluk sosial yang mestinya harus menjalin hubungan baik dengan makhluk sosial lainnya. Di dunia ini kita harus bersikap *Hablum Minallah dan Hablum Minannas*.

Kata Kunci : *Diabetes Melitus, Problematika Sosial, Problematika Pribadi*

PENDAHULUAN

Islam sebagai agama yang sempurna dan lengkap, telah menetapkan upaya-upaya dalam menjaga keseimbangan tubuh manusia. Diantara cara islam menjaga kesehatan dengan menjaga kebersihan, (seperti melaksanakan syariat wudhu dan mandi secara rutin bagi setiap muslim), keseimbangan beraktivitas dan istirahat, olahraga, mengatur pola makan dan minum (pembicaraan perintah makan Al- qur'an selalu menekankan dua sifat yaitu yang halal dan *thayyib*).

Namun sebaik apapun menjaga kesehatan, penyakit tetap tidak bisa kita hindari. Sakit merupakan suatu ujian dari Allah SWT pada hamba- Nya. Alasan diberikannya sakit itu adalah agar kita sebagai hamba-Nya menerima cobaan itu dengan sabar, dan jadikan sakit itu menjadi suatu alasan untuk kita lebih meningkatkan pengamalan ibadah kepada Allah.

Menurut Tarwaka, upaya pemeliharaan kesehatan tak akan berhasil jika tidak ada perubahan sikap dan mental perilaku sehingga setiap orang harus disiplin pada setiap ketentuan pola hidup sehat. Pola hidup yang sehat di mulai dari diri sendiri, lalu jika sudah menerapkan pola hidup sehat, maka lingkungan sekitar secara otomatis juga akan sehat (Septianto, 2020)

Dengan keadaan bahwa kita ini

milik Allah, maka kita akan kembali kepadaNya pada hari kebangkitan nanti, lalu dia akan membalas setiap perbuatan dari pelakunya, bila kita bersabar dan hanya mengharap pahala di sisiNya, niscaya kita akan memperoleh ganjaran secara sempurna di sisiNya, namun bila kita tidak bersabar, dan mencaci maki, niscaya kita tidak memiliki apa-apa kecuali hanya kebencian dan lenyapnya pahala (Abdurrahman, 2007)

Allah SWT akan menguji kita dengan ujian dan cobaan. Termasuk penyakit yang Allah berikan kepada hamba-Nya itu termasuk ujian dan cobaan. Maka hendaklah kita bersabar dalam menerima ujian dan cobaan dari Allah, Agar kita menjadi orang-orang yang beruntung. Begitu pula sebaliknya jika kita di beri sehat maka jangan lupa untuk bersyukur pada Allah. Mensyukuri nikmat Allah SWT itu sangat bermakna, apalagi nikmat sehat. Karena sehat itu adalah sebaik-baiknya nikmat. Jika kita tidak sehat, maka banyak pekerjaan atau aktifitas yang tidak bisa kita lakukan. Menurut *World Health Organization* (WHO), sehat adalah keadaan sempurna yang meliputi empat aspek yaitu pertama sehat fisik, kedua sehat psikis, ketiga sehat sosial, dan keempat sehat spiritual.

Sudah menjadi suatu kesepakatan bahwa menjaga agar tetap sehat dan tidak terkena penyakit adalah lebih baik

dari pada mengobati, untuk itu sejak dini diupayakan agar tetap sehat. Menjaga kesehatan sewaktu sehat adalah lebih baik dari pada meminum obat saat sakit. Seperti hal yang telah dijelaskan di awal, menerapkan pola hidup sehat seperti menjaga pola makan dan minum, serta olahraga rutin itu menjadi sangat penting. Jika tidak menerapkan pola hidup sehat dengan mengatur pola makan, minum dan olahraga rutin, maka akan memicu datangnya berbagai macam penyakit. Salah satunya yaitu penyakit Diabetes Melitus. Menurut situs resmi *World Health Organization* (WHO) tahun 2022, sekitar 422 juta orang di seluruh dunia menderita Diabetes. Di Indonesia sendiri menurut situs databox, indonesia menempati urutan ke-5 kasus Diabetes terbanyak di dunia. jika dilihat dari penyebab kematian, Diabetes Melitus menempatkan urutan ke-6 penyebab kematian di dunia (Silalahi, 2019)

Menurut data Risesdas tahun 2013, menyatakan prevalensi nasional penyakit Diabetes Melitus adalah 1,5% merujuk kepada prevalensi nasional, Sumatra Barat memiliki prevalensi total Diabetes Melitus sebanyak 1,3%. Dimana Sumatera Barat berada di urutan 14 dari 34 provinsi yang ada di Indonesia. Sementara itu, di RSUD Lubuk Sikaping jumlah Diabetes Melitus sebanyak 198 pada Bulan maret tahun 2020, jumlah ini terus mengalami peningkatan setiap tahunnya.

Berdasarkan data yang ada di Kantor Wali Nagari Kenagarian Aia Manggih Kecamatan Lubuk Sikaping, ditemukan adanya kegiatan posyandu lansia, kegiatan ini dilakukan satu kali dalam satu bulan yaitu pada setiap hari kamis minggu pertama. Kegiatan ini bertujuan untuk memberikan pelayanan kesehatan kepada lansia untuk mengontrol dan menjaga kesehatan saat ini.

Berdasarkan pengamatan di posyandu lansia yang menderita penyakit Diabetes Melitus ada yang terlihat memiliki badan yang kurus dan lemah, ada yang gemuk dan terlihat lemah, muka tampak kurang bergairah dan kurang semangat. Hasil wawancara awal yang penulis lakukan dengan penderita Diabetes Melitus di Kenagarian Aia Manggih Kecamatan Lubuk Sikaping, penulis dapat menyimpulkan bahwa masing-masing penderita Diabetes Melitus itu memiliki masalah pandangan yang berbeda tentang sakit yang mereka derita. Ada yang merasa Allah tidak adil padanya dan berputus asa karena sulit untuk menerima keadaannya yang diberisakit oleh Allah SWT. Dan juga ada yang merasa dirinya harus lebih dekat lagi dengan pencipta setelah mengetahui bahwa dia menderita sakit Diabetes Melitus. Ada yang sadar dengan kondisi kesehatannya, dan ada pula yang bergantung pada orang yang mendampingi untuk memperhatikan kesehatannya.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini merupakan penelitian lapangan (*field research*) yaitu turun langsung ke lapangan untuk meneliti dan mengambil data. Dalam penelitian ini bersifat deskriptif dan pendekatan kualitatif (Yusuf, 2014)

Penelitian kualitatif merupakan penelitian yang berupaya menganalisis kehidupan sosial dengan menggambarkan dunia sosial dari sudut pandang atau interpretasi individu (informan) secara alamiah. Penelitian deskriptif maksudnya untuk mendeskripsikan suatu keadaan atau fenomena-fenomena apa adanya (Sudaryono, 2019)

Sesuai dengan penjelasan di atas, maka alasan memakai penelitian kualitatif karena peneliti ingin memaknai data yang tampak, serta memahami

interaksi sosial penderita Diabetes Melitus, dan juga memahami perasaan orang yang menderita Diabetes Melitus, dan agar penelitian ini dapat mendeskripsikan problematika pribadi dan sosial penderita Diabetes Melitus dalam menghadapi penyakitnya di Kenagarian Aia Manggih Kecamatan Lubuk Sikaping Kabupaten Pasaman.

Dalam penelitian ini yang menjadi sumber data primer adalah penderita penyakit Diabetes Melitus dan keluarga dari penderita Diabetes Melitus yang berjumlah lima orang yang berada di Kenagarian Aia Manggih Kecamatan Lubuk Sikaping dan dua orang petugas kesehatan yang melakukan kegiatan posyandu lansia. Data sekunder dokumentasi petugas posyandu, serta karya ilmiah yang berhubungan dengan penelitian ini.

Teknik pengumpulan data observasi dan wawancara. Observasi adalah alat pengumpulan data yang dilakukan dengan cara mengamati dan mencatat secara sistematis semua gejala-gejala yang diselidiki. Observasi merupakan teknik pengumpulan data dengan menggunakan indra sehingga tidak hanya dengan pengamatan menggunakan mata, akan tetapi mendengarkan, mencium, mengecap, dan meraba termasuk bentuk observasi (Sugandi, 2010)

Wawancara adalah percakapan dengan maksud tertentu. Percakapan tersebut berupa tanya jawab yang dilakukan oleh dua pihak secara langsung (bertatap muka) yaitu pewawancara dengan informan. Wawancara digunakan sebagai teknik pengumpulan data apabila peneliti ingin melakukan studi pendahuluan untuk menemukan permasalahan yang harus diteliti, dan juga apabila peneliti ingin mengetahui hal-hal dari responden yang lebih mendalam dan jumlah respondennya kecil atau sedikit (Moleong, 2018)

Teknik analisis data dalam

penelitian ini adalah reduksi data, data display dan penarikan kesimpulan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Problematika Pribadi Penderita Diabetes Melitus Menghadapi Penyakitnya Dalam Tinjauan Bimbingan Konseling Islam

Hasil temuan observasi dan wawancara tentang problematika pribadi penderita Diabetes Melitus menghadapi penyakitnya dalam tinjauan bimbingan konseling islam di Kenagarian Aia Manggih Kecamatan Lubuk Sikaping Kabupaten Pasaman, dapat diketahui bentuk-bentuk problematika pribadi penderita Diabetes Melitus menghadapi penyakitnya adalah kondisi kesehatan yang tidak stabil, merasa rendah diri, putus asa, kondisi keimanan terkadang naik turun karena menderita sakit Diabetes, pelaksanaan ibadah, motivasi dalam diri, khawatir menghadapi penyakit, rasa aman, pola hidup sehat, serta terapi yang digunakan penderita Diabetes Melitus sejenis obat atau suntik yang mempengaruhi psikisnya.

Hal ini sejalan dengan teori Kusmiyati dan Desmanarti (1990) yang menyatakan ada beberapa perilaku orang sakit yang dapat diamati, yaitu:

- a. Ketakutan, artinya ia takut tidak sembuh, takut mati, takut cacat, dan takut tidak dapat pengakuan dari lingkungan. Contoh: takut jika penyakit tidak sembuh, takut anak istri terlantar jika ia meninggal, dan takut bila keluarga tidak menerima kehadirannya lagi.
- b. Regresi, artinya menarik diri, karena perasaan menjadi cemas. Contoh: tidak mau mengungkapkan apa yang dirasakan, jika tidak ditanya tidak mau bicara.
- c. Ego sentris, artinya individu yang sakit banyak bicara

tentang dirinya saja. Contoh: hanya menceritakan penyakitnya saja dan tidak ingin mendengar cerita tentang orang lain

- d. Terlalu memerhatikan persoalan kecil, artinya banyak menuntut, dan cerewet. Contoh: Minuman kurang manis banyak mengeluh (Saam, 2014)

Dari bentuk-bentuk problematika pribadi penderita Diabetes Melitus menghadapi penyakitnya diatas, dapat penulis pahami bahwa pada umumnya dan secara keseluruhan penderita Diabetes Melitus mengalami kondisi kesehatan yang tidak stabil, kondisi kesehatan sangat dipengaruhi oleh perilaku kesehatan.

Problematika pribadi penderita Diabetes Melitus tergantung pada bagaimana penderita tersebut memaknai sakitnya. Misalnya reaksi penderita tersebut ikhlas karena penyakit dimaknai peringatan atau cobaan dari Allah SWT. Maka, semakin positif seseorang memaknai sakitnya, akan semakin baik kondisi kesehatannya dan hal-hal yang berhubungan dengan rasa rendah diri, putus asa, khawatir, motivasi yang rendah tidak akan ada masalah terkait hal tersebut.

Berdasarkan tinjauan bimbingan konseling islam terhadap hasil penelitian yang penulis dapatkan terkait dengan problematika pribadi penderita Diabetes Melitus menghadapi penyakitnya, dapat dilakukan kegiatan konseling dengan penderita Diabetes Melitus itu sendiri. Layanan bimbingan konseling yang dapat diberikan kepada penderita Diabetes Melitus adalah layanan konseling perorangan.

Layanan konseling perorangan adalah jenis layanan bimbingan konseling yang membantu seseorang yang bermasalah dengan pelaksanaanya

secara *wajhaan biwajhin, qalbaan biqalbin* atau *face to face* (Jaya, 2017)

Layanan konseling perorangan bermakna layanan konseling yang diselenggarakan oleh seorang pembimbing (konselor) terhadap seorang klien dalam rangka pengentasan masalah pribadi klien. Konseling perorangan berlangsung dalam suasana komunikasi atau tatap muka secara langsung antara konselor dan klien. Pembahasan masalah dalam konseling perorangan bersifat holistik dan mendalam serta menyentuh hal-hal penting tentang diri klien (sangat mungkin menyentuh hal pribadi klien), tetapi juga bersifat spesifik menuju kearah pemecahan masalah.

Tujuan layanan konseling perorangan adalah agar klien memahami kondisi dirinya sendiri, lingkungannya, permasalahan yang dialami, kekuatan dan kelemahan dirinya sehingga klien mampu mengatasinya. Secara khusus tujuannya yaitu, pemahaman terhadap masalah, pengentasan masalah, pengembangan potensi-potensi individu (klien).³⁵ Menurut Yahya Jaya, mengarahkan klien pada sikap dan perilaku hidup dan kehidupan yang HduoTS. Maksud dan tujuan syariat islam kepada manusia adalah memelihara dan mengembangkan agama, jiwa, akal, harta, keturunan, harkat dan martabat manusia serta lingkungan (Jaya, 2017)

Dengan dilakukannya konseling perorangan terhadap penderita Diabetes Melitus maka diharapkan penderita dapat memahami memaknai maksud dari cobaan yang menyimpannya, serta menyadarkan penderita Diabetes Melitus bahwa kita tidak hanya cukup sampai di dunia saja, namun ada lagi yang harus kita persiapkan yaitu bekal untuk kehidupan di akhirat nanti barulah tercapai kehidupan yang HduoTS sesuai dengan pendapat Yahya.

Problematika Sosial Penderita Diabetes Melitus Menghadapi Penyakitnya Dalam Tinjauan Bimbingan Konseling Islam

Hasil temuan tentang problematika sosial penderita Diabetes Melitus menghadapi penyakitnya dalam tinjauan bimbingan konseling islam di Kenagarian Aia Manggih Kecamatan Lubuk Sikaping Kabupaten Pasaman, dapat diketahui bentuk- bentuk problematika sosial penderita Diabetes Melitus menghadapi penyakitnya adalah seperti bersikap tidak ingin tahu terhadap lingkungan luar/ bersikap acuh (apati), memisahkandiri dari lingkungan (mengisolasi diri), mudah tersinggung/ sensitif dan suka marah-marah (agresif), serta tidak diberi kepercayaan untuk melakukan sesuatu oleh orang lain atau tidak mendapatkan motivasi dari luar.

Hal ini sejalan dengan teori yang sama menurut Kusmiati juga mengungkapkan perilaku orang sakit yang dapat diamati, yaitu:

- a. Ketakutan, artinya ia takut tidak sembuh, takut mati, takut cacat, dan takut tidak dapat pengakuan dari lingkungan. Contoh: takut jika penyakit tidak sembuh, takut anak istri terlantar jika ia meninggal, dan takut bila keluarga tidak menerima kehadirannya lagi.
- b. Regresi, artinya menarik diri, karena perasaan menjadi cemas. Contoh: tidak mau mengungkapkan apa yang dirasakan, jika tidak ditanya tidak mau bicara.
- c. Ego sentris, artinya individu yang sakit banyak bicara tentang dirinya saja. Contoh: hanya menceritakan penyakitnya saja dan tidak ingin mendengar cerita tentang orang lain
- d. Terlalu memerhatikan persoalan kecil, artinya banyak

menuntut, dan cerewet.
Contoh: Minuman kurang manis banyak mengeluh (Saam, 2014)

Berdasarkan tinjauan bimbingan konseling islam terhadap hasil penelitian yang penulis dapatkan terkait dengan problematika sosial penderita Diabetes Melitus menghadapi penyakitnya, dapat dilakukan kegiatan konseling dengan penderita Diabetes Melitus itu sendiri dan juga keluarga dari penderita Diabetes Melitus, dan juga petugas kesehatan. Layanan bimbingan konseling yang dapat diberikan kepada penderita Diabetes Melitus adalah layanan informasi.

Layanan informasi dapat diselenggarakan secara langsung dan terbuka oleh pembimbing atau konselor kepada individu ataupun kelompok. Berbagai teknik dan media yang bervariasi serta fleksibel dapat digunakan melalui format klasikal dan kelompok. Beberapa teknik yang bisa digunakan untuk layanan informasi adalah ceramah, melalui media, acara khusus, nara sumber (Tohirin, 2009)

Menurut Yahya Jaya, pelaksanaan layanan Bimbingan Konseling Islam hendaklah dimaksudkan dan ditujukan untuk menjaga dan membela serta membina dan mengembangkan keyakinan agama, kehidupan jiwa, akal sehat, anak keturunan, harta benda, harkat dan martabat, masyarakat/ umat, serta lingkungan ekologiikal manusia (pasien, konseli, klien) (Jaya, 2017)

KESIMPULAN

Problematika pribadi penderita Diabetes Melitus adalah bersumber dari hasil pemikiran dan bagaimana ia menanggapi penyakitnya tersebut. Jika penderita menanggapi penyakitnya secara positif, problematika pribadi yang akan dihadapi akan sedikit. Namun jika penderita menanggapi penyakitnya

secara negatif maka problematika pribadinya akan banyak, mulai dari kondisi kesehatan yang semakin buruk, merasa rendah diri, berputus asa, keimanan yang rendah padahal tujuan kita hidup bukan hanya untuk di dunia saja, tetapi juga mempersiapkan kehidupan akhirat.

Problematika sosial penderita Diabetes Melitus adalah karena terlalu menganggap dirinya berbeda dengan yang lain disebabkan menderita sakit Diabetes Melitus, sehingga hubungannya dengan lingkungan sosial itu bisa dikatakan tidak baik. Bersikap acuh terhadap lingkungan sekitar, tidak berbaur dengan yang lain, mudah tersinggung dan cepat marah, serta sangat membutuhkan motivasi dari luar.

Keluarga penderita Diabetes Melitus hendaknya dapat memberikan perhatian dan motivasi pada penderita Diabetes Melitus dengan sepenuhnya dan Penderita Diabetes Melitus hendaknya dapat memaknai sakit yang diterima itu sebagai bentuk cobaan dari Allah SWT.

DAFTAR KEPUSTAKAAN

Jaya, Yahya, *Wawasan Profesional Bimbingan dan Konseling Keperawatan Islam Dalam Pelayanan Dakwah dan Pendidikan Kesehatan*, Padang: FDIK UIN Imam Bonjol Padang, 2017.

Moleong, Lexy J, *Metode Penelitian Kualitatif*, Bandung: PT. Remaja Rosdakarya, 2016.

Rumahorbo, Hotma, *Mencegah Diabetes Melitus Dengan Perubahan Gaya Hidup*, Bogor: In Media, 2014.

Saam, Zulfan dan Sri Wahyuni, *Psikologi Keperawatan*, Jakarta: Rajawali Pers, 2014.

Septianto, Andry dkk. "Sosialisasi

Pentingnya Pola Hidup Sehat Guna Meningkatkan Kesehatan Tubuh Pada Masyarakat Desa Kalitorong Kecamatan Randudongkal Kabupaten Pemalang Provinsi Jawa Tengah". *Desikasi PKM*. Vol 1, No 2, 2020, diakses pada tanggal 8 Maret 2022 pada <http://openjournal.unpam.ac.id>

Silalahi, Limsah. Hubungan Pengetahuan dan Tindakan Pencegahan Diabetes Melitus tipe , *Jurnal Pomkes*, Vol 7, No 2, 2019, diakses pada tanggal 23 April 2022 pada <http://ejournal.unair.ac.id>

Sudaryono, *Metodologi Penelitian*, Depok: Rajawali Pers. Cet. ke- 2, 2018.

Tohirin. *Bimbingan dan Konseling Islam di Sekolah dan Madrasah (terintegrasi)*. Rajagrafindo Persada. 2009