

**GAMBARAN PEMINUM KOPI PADA PASIEN PENDERITA DIABETES MELLITUS
DI RUANG VI PENYAKIT DALAM RSUD DR. SOEKARDJO TASIKMALAYA**

**Eli Kurniasih, S.Pd. S.Kep. Ners. MKM
Siti Rohimah, Ns. M.Kep**

Program Studi D-III Keperawatan
STIKes Bakti Tunas Husada Tasikmlaya
Februari 2015

ABSTRAK

Diabetes melitus (DM) adalah penyakit gangguan metabolisme karbohidrat, lemak, dan protein yang dihubungkan dengan kekurangan secara absolut atau relatif dari kerja dan atau sekresi insulin yang bersifat kronis dengan ciri khas hiperglikemia/peningkatan kadar glukosa darah di atas nilai normal. Bagaimana gambaran pemminum kopi pada pasien penderita Diabetes Mellitus di RSUD Dr. Soekardjo Tasikmalaya ? . Tujuan Khusus penelitian ini adalah pertama, mengetahui jumlah penderita DM yang mengkonsumsi kopi dengan gula. Kedua, mengetahui jumlah penderita DM yang mengkonsumsi kopi tanpa gula. Ketiga mengetahui frekuensi minum kopi pada penderita DM dalam sehari. Banyak yang masih menganggap bahwa penyakit hanya timbul karena faktor keturunan. Namun sesungguhnya setiap orang dapat mengidap penyakit DM ini, baik tua maupun muda. Banyak penderita Diabetes yang tidak menyadari dirinya mengidap penyakit yang sering disebut penyakit Gula atau Kencing manis ini. Hasil penelitian diketahui proporsi laki-laki (65 %) yang menderita DM pemminum kopi lebih banyak daripada wanita (35%) dengan rentang usia antara 33 s.d 62 tahun. Hasil penelitian diketahui 93% atau 13 orang penderita dari 14 pemminum kopi dan hanya 7 % saja yang tidak memminum kopi atau 1 orang penderita, hasil penelitian ini menunjukan bahwa hampir sebagian besar pasien penderita DM yang di rawat di Ruang VI adalah pemminum kopi, dengan frekuensi lebih dari 3 cangkir sehari.

Kata Kunci : Diabetes Mellitus, Pemminum Kopi

I. PENDAHULUAN

Diabetes melitus (DM) adalah penyakit gangguan metabolisme karbohidrat, lemak, dan protein yang dihubungkan dengan kekurangan secara absolut atau relatif dari kerja dan atau sekresi insulin yang bersifat kronis dengan ciri khas hiperglikemia/peningkatan kadar glukosa darah di atas nilai normal (Mihardja, 2009; Awad dkk, 2013). DM Tipe 2 adalah jenis DM yang paling banyak ditemukan di masyarakat (Trisnawati, 2013).

Kini DM menjadi salah satu masalah kesehatan yang besar. Data dari studi global menunjukan bahwa jumlah penderita DM pada tahun 2011 telah mencapai 366 juta orang, dan diperkirakan akan meningkat menjadi 552 juta pada tahun 2030. Pada tahun 2006, terdapat lebih dari 50 juta orang yang menderita DM di Asia Tenggara. International Diabetes Federation (IDF) memperkirakan bahwa sebanyak 183 juta orang tidak menyadari bahwa mereka mengidap DM. Sebesar 80% orang dengan DM tinggal di

egara berpenghasilan rendah dan menengah. Sebagian besar penderita DM berusia antara 40-59 tahun (Trisnawati, 2013).

Di RSUD Dr.Soekardjo, peneliti sering menemukan pasien yang mengalami DM, bukan hanya menemukan, peneliti melakukan tindakan keperawatan pada pasien tersebut.

Pada saat penulis melakukan tindakan keperawatan penulis sering berkomunikasi dengan pasien tersebut, mengenai penyakit yang sedang dideritanya.

Penulis mencoba melakukan penelitian pendahuluan, peneliti bertanya pada pasien penderita DM, yang berada di ruangan 6 RSUD Dr.Soekardjo, sebanyak 6 orang tentang makanan dan minuman yang sering dikonsumsi, dari hasil perbincangan atau komunikasi penulis dengan pasien penderita DM, penulis menggaris bawahi, bahwa semua pasien hobi atau senang mengkonsumsi minuman kopi, baik kopi racikan kopi+gula, maupun kopi instan yang sudah

menggandung gula, rata-rata mereka mengkonsumsi kopi.

II. Rumusan Masalah

Bagaimana gambaran peminum kopi pada pasien penderita Diabetes Mellitus di RSUD Dr. Soekardjo Tasikmalaya

Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Memberikan gambaran tentang penyakit Diabetes Militus pada peminum kopi

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui jumlah penderita diabetes militus yang mengkonsumsi kopi dengan gula di Rs. Dr. SOEKARDJO Ruang 6
- b. Mengetahui jumlah penderita diabetes militus yang mengkonsumsi kopi tanpa gula
- c. Mengetahui frekuensi minum kopi pada penderita diabetes militus dalam sehari

III. TINJAUAN PUSTAKA

A. Pengertian Diabetes militus

Diabetes melitus (DM) adalah penyakit gangguan metabolisme karbohidrat, lemak, dan protein yang dihubungkan dengan kekurangan secara absolut atau relatif dari kerja dan atau sekresi insulin yang bersifat kronis dengan ciri khas hiperglikemia/peningkatan kadar glukosa darah di atas nilai normal (Mihardja, 2009; Awad dkk, 2013). DM Tipe 2 adalah jenis DM yang paling banyak ditemukan di masyarakat (Trisnawati, 2013).

Diabetes atau yang sering disebut dengan Diabetes Mellitus merupakan penyakit kelainan metabolisme yang disebabkan kurangnya produksi insulin, zat yang dihasilkan oleh kelenjar pankreas. Bisa pula karena adanya gangguan pada fungsi insulin, meskipun jumlahnya normal. (Brunner & Suddrat vol.2 edisi 8).

Banyak yang masih menganggap bahwa penyakit Diabetes merupakan penyakit orang tua, penyakit yang hanya timbul karena faktor keturunan. Namun sesungguhnya setiap orang dapat mengidap penyakit Diabetes ini, baik tua maupun muda. Banyak penderita Diabetes yang tidak menyadari dirinya mengidap penyakit

yang sering disebut penyakit Gula atau Kencing manis ini. Hal ini mungkin disebabkan minimnya informasi di masyarakat tentang penyakit Diabetes terutama gejala gejalanya.(<http://makalah-diabetes-militus.htm>)

Sebagian besar kasus Diabetes adalah Diabetes tipe 2, yang disebabkan faktor keturunan. Tetapi faktor keturunan saja tidak cukup untuk menyebabkan seseorang terkena Diabetes karena risikonya hanya 5%. Ternyata Diabetes tipe 2 lebih sering terjadi pada orang yang mengalami obesitas atau kegemukan akibat gaya hidup yang dijalannya. (Dewi M. 2007)

Insulin adalah hormon yang dilepaskan oleh pankreas, yang bertanggung jawab dalam mempertahankan kadar gula darah yang normal. Insulin memasukkan gula ke dalam sel sehingga bisa menghasilkan energi atau disimpan sebagai cadangan energi. (Brunner & Suddrat vol.2 edisi 8).

B. Jenis-Jenis Diabetes Militus

Penyakit Diabetes Mellitus memiliki dua tipe,yaitu :

1. Diabetes Mellitus tipe 1 (IDDM)
Merupakan Diabetes yang tergantung pada Insulin. Biasanya terjadi pada anak-anak. Penyebabnya adalah kegagalan sel pankreas memproduksi insulin. Salah satunya karena faktor genetik (keturunan). Penderitanya sangat tergantung pada suplai insulin (Insulin Dependent). Biasanya insulin diberikan melalui suntikan. (Brunner & Suddrat vol.2 edisi 8).
2. Diabetes Mellitus tipe 2 (NIDDM)
Merupakan Diabetes yang tidak tergantung pada Insulin. Biasanya terjadi pada orang dewasa. Penyebabnya adalah faktor genetik yang didorong gaya hidup sehari-hari. Perlu diketahui faktor keturunannya hanya berperan sekitar 5% pada Diabetes tipe ini. Gaya hidup yang tidak sehat merupakan pemicu utamanya. Kerusakan pankreas pada

Diabetes ini hanya terjadi sebagian kecil sel. Kadar gula dapat dikontrol dengan menjaga pola makan, pola pikir, dan berolahraga secara teratur. (Brunner & Suddrat vol.2 edisi 8).

C. Penyebab Diabetes militus

Disebabkan oleh adanya emboli pembuluh darah besar arteri pada bagian tubuh sehingga suplai darah terhenti. Dapat terjadi sebagai akibat proses inflamasi yang memanjang; perlukaan (digigit serangga, kecelakaan kerja atau terbakar); proses degeneratif (arteriosklerosis) atau gangguan metabolismik diabetes mellitus (Tabber, dikutip Gitarja, 1999). pada gangren diabetik adalah streptococcus (Soeatumaji, 1999).

Banyak mengkonsumsi makanan dan minuman yang mengandung gula, hal tersebut sangat mudah di jumpai seperti pada es krim, minuman sirup, minuman dalam kemasan, permen, pada aneka jajanan kue dan lain-lain. Semua makanan dan minuman tersebut kadang tanpa kita sadari mengandung banyak gula dan kita mengkonsumsi dalam jumlah yang berlebih. Yang patut diwaspadai adalah gula yang terkandung dalam makanan dan minuman tersebut tidak pernah kita ketahui berapa takarannya. Berbeda jika kita minum teh atau kopi buatan sendiri, yang sudah diketahui berapa sendok teh takarannya. Kita boleh minum teh manis dan kopi selama dalam batas yang wajar. (http://;Diabetes Melitus di Indonesia _ RedboX medicalplus.htm). sejalan dengan asumsi diatas dikatakan juga oleh kesimpulan penelitian, banyak yang masih menganggap bahwa penyakit diabetes merupakan penyakit orang tua, penyakit yang hanya timbul karena faktor keturunan. Namun sesungguhnya setiap orang dapat mengidap penyakit Diabetes ini, baik tua maupun muda. Banyak penderita Diabetes yang tidak menyadari dirinya mengidap penyakit yang sering disebut penyakit Gula atau Kencing manis ini. Hal ini mungkin disebabkan minimnya informasi di masyarakat tentang penyakit Diabetes terutama

gejala gejalanya.(<http://;makalah diabetes militus.htm>)

D. Jenis-jenis Kopi

Minuman kopi yang ada saat ini sangatlah beragam jenisnya. Masing-masing jenis kopi yang ada memiliki proses penyajian dan pengolahan yang unik. Berikut ini adalah beberapa contoh minuman kopi yang umum dijumpai:

1. Kopi hitam,
Merupakan hasil ekstraksi langsung dari perebusan biji kopi yang disajikan tanpa penambahan perisa apapun. Kopi hitam ini saat akan dikonsumsi ditambahkan gula.
2. Espresso,
Merupakan kopi yang dibuat dengan mengekstraksi biji kopi menggunakan uap panas pada tekanan tinggi.
3. Latte (coffee latte),
Merupakan sejenis kopi espresso yang ditambahkan susu dengan rasio antara susu dan kopi 3:1.
4. Café au lait,
Serupa dengan caffè latte tetapi menggunakan campuran kopi hitam.
5. Caffè macchiato,
Merupakan kopi espresso yang ditambahkan susu dengan rasio antara kopi dan susu 4:1.
6. Cappuccino,
Merupakan kopi dengan penambahan susu, krim, dan serpihan cokelat.
7. Kopi instan,
Berasal dari biji kopi yang dikeringkan dan digranulas.
8. Kopi tubruk,
Kopi asli Indonesia yang dibuat dengan memasak biji kopi bersama dengan gula.
9. Kopi moka,
Serupa dengan cappuccino dan latte, tetapi dengan penambahan sirup cokelat.

E. Dampak Negatif Kopi Terhadap Tubuh

1. Kopi dapat menyebabkan constipation atau susah buang air besar

2. Kopi menyebabkan karang gigi dan gigi menjadi kuning bila dikonsumsi dalam jumlah berlebihan
3. Peningkatan Asam Lambung, Walaupun kopi memiliki banyak manfaat, kopi dikenal dapat meningkatkan kegelisahan. Dosis konsumsi yang terlalu banyak tidak bisa diterima semua orang. Selain itu, tingkat keasaman kopi yang tinggi dapat merangsang pengeluaran asam lambung berlebihan.
4. Membahayakan Gangguan Mata, Gangguan mata dipengaruhi oleh kafein, zat yang dikandung dalam kopi. Gangguan tersebut disebut exfoliation glaucoma. "Minum tiga cangkir kopi atau lebih dalam sehari, ditemukan terkait dengan peningkatan gangguan pada glaucoma, khususnya bagi mereka yang memiliki riwayat keluarga glaucoma," kata Jae Hee Kang, asisten profesor kedokteran di Channing Division of Network Medicine at Brigham and Women's Hospital in Boston
5. Peningkatan Detak jantung, Kafein sebagai kandungan utama kopi bersifat stimulan yang mencandu. Kafeine mempengaruhi sistem kardiovaskuler seperti peningkatan detak jantung. (<http://Efek Buruk dari Minum Kopi - Kesehatan96.htm>)

F. Keterkaitan Minum Kopi dengan Diabetes miltius

Banyak mengkonsumsi minuman yang mengandung gula terutama kopi minuman tersebut kadang tanpa kita sadari mengandung banyak gula dan kita mengkonsumsi dalam jumlah yang berlebih. Yang patut diwaspadai adalah gula yang terkandung dalam minuman tersebut tidak pernah kita ketahui berapa takarannya. Berbeda jika kita minum kopi buatan sendiri, yang sudah diketahui berapa sendok teh takarannya. Kita boleh minum kopi selama dalam batas yang wajar. <http://Efek Buruk dari Minum Kopi - Kesehatan96.htm>).

Karena untuk yang memiliki riwayat penyakit DM kadar gula dalam darah harus tetap dalam batas normal karena akan beresiko memperberat keadaan kesehatan jasmaninya, selain dari yang mempunyai riwayat DM seseorang yang terlihat sehat seandainya meminum kopi dalam batas normal apalagi kopi instan yang tidak tau berapa kadar gula dalam kopi, ditambah dengan aktifitas kurang, akan beresiko terjadinya diabetes oleh pola hidup. (<http://Efek Buruk dari Minum Kopi - Kesehatan96.htm>).

IV. METODOLOGI PENELITIAN

Berdasarkan pengetahuan dari kerangka konsep di atas dapat dijelaskan bahwa penderita DM peminum kopi di pengaruhi oleh frekwensi minum kopi, kopi dengan gula dan kopi tanpa gula.

A. Variabel

1. Dependen
Penderita Diabetes mealitus peminum kopi
2. Independen
 - a. Frekuensi minum kopi
 - b. Kopi dengan Gula
 - c. Kopi Tanpa gula
3. Sampel

Total sampel diambil dari seluruh pasien yang di rawat di ruang VI RSUD Dr. Soekardjo Tasikmalaya selama bulan Desember 2014.

V. Hasil Penelitian Dan Pembahasan

A. Jumlah Penderita DM Yang Mengkonsumsi Kopi

Hasil penelitian diketahui proporsi laki-laki (65 %) yang menderita DM peminum kopi lebih banyak daripada wanita (35%) dengan rentang usia antara 33 s.d 62 tahun, ini sangat berbeda dengan penelitian yang dilakukan Tjekyan di kota Palembang justru lebih banyak diderita oleh perempuan. Sedangkan jumlah penderita DM yang mengkonsumsi kopi sebanyak 82% atau 14 orang dari jumlah 17 orang pasien penderita DM yang dirawat di Ruang VI RSUD Dr. Soekardjo Tasikmalaya, dan yang tidak meminum kopi adalah 18% (3 orang).

Kondisi ini sama yang terjadi pada penelitian Tjekyan dimana sebagian penderita DM pemimun kop dan mengemil beresiko tinggi mengalami peningkatan gula darah. Penelitian Widastuti di Pekalongan menemukan hal yang senada, 60,1% penderita DM tidak patuh terhadap program diit yang diberikan, ketataan/kepatuhan penderita dalam melaksanakan diit merupakan bagian yang terpenting dalam pengendalian DM. **Banyak mengkonsumsi makanan dan minuman yang mengandung gula,** hal tersebut sangat mudah di jumpai seperti pada es krim, minuman sirup, minuman dalam kemasan, permen, pada aneka jajanan kue dan lain-lain. Semua makanan dan minuman tersebut kadang tanpa kita sadari mengandung banyak gula dan kita mengkonsumsi dalam jumlah yang berlebih. Yang patut diwaspadai adalah gula yang terkandung dalam makanan dan minuman tersebut tidak pernah kita ketahui berapa takarannya. Gaya hidup yang tidak sehat merupakan pemicu utamanya. Kerusakan pankreas pada Diabetes ini hanya terjadi sebagian kecil sel. Kadar gula dapat dikontrol dengan menjaga pola makan, pola pikir, dan berolahraga secara teratur. (Brunner & Sudrat)

B. Jumlah Penderita DM yang Mengkonsumsi Kopi dengan Gula

Hasil penelitian diketahui 93% atau 13 orang penderita dari 14 pemimun kop dan hanya 7 % saja yang tidak memimum kop atau 1 orang penderita, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa hampir sebagian besar pasien penderita DM yang di rawat di Ruang VI adalah pemimun kop, ini sejalan dengan pendapat Penderita DM banyak terjadi akibat terlalu banyak mengkonsumsi minuman yang mengandung gula terutama kop minuman tersebut kadang tanpa kita sadari mengandung banyak gula dan kita mengkonsumsi dalam jumlah yang berlebih (http://Efek Buruk dari Minum Kopi _ Kesehatan96.htm).

Brunner & Sudrat mengatakan, Diabetes Mellitus tipe 2 (NIDDM) merupakan diabetes yang tidak tergantung pada Insulin. Biasanya

terjadi pada orang dewasa, penyebabnya adalah faktor genetik yang didorong gaya hidup sehari hari, perlu diketahui faktor keturunannya hanya berperan sekitar 5% pada diabetes tipe ini. Gaya hidup yang tidak sehat merupakan pemicu utamanya, kerusakan pankreas pada diabetes ini hanya terjadi sebagian kecil sel. Kadar gula dapat dikontrol dengan menjaga pola makan, pola pikir, dan berolahraga secara teratur. Dan sebagai informasi 88% atau 12 penderita sebenarnya mengetahui tanda-dan gejala maupun penyebab terjadinya DM baik dari informasi yang di dengar maupun dari media hanya 12% atau 2 orang saja yang tidak mengetahui mengenai informasi penyakit ini, sesuai seperti yang diutarakan Halawa pada penelitiannya, reaksi atau respon dari seorang pasien diabetes melitus belum ada kesadaran dengan melakukan suatu sikap yang bisa membantu seorang pasien tersebut untuk tidak di rawat ulang (rehospitalisasi) lagi dengan jangka waktu yang cepat. Tetapi mengubah sikap pasien diabetes melitus bukan pekerjaan yang mudah, bahkan lebih sulit daripada meningkatkan pengetahuan. Sikap sebenarnya merupakan bagian dari kepribadian. Sikap adalah kecenderungan yang tertata untuk berfikir, merasa, mencerap dan berperilaku terhadap suatu referen atau objek kognitif dalam hal diet, olahraga dan pemantauan glukosa darah.

C. Frekuensi Minum Kopi Pada Penderita DM

Hasil penelitian diketahui 50% mengaku tidak sering mengkonsumsi gula-kopi hanya 1-2 cangkir setiap harinya, dan 50% lagi mengaku sering, yaitu lebih dari 3 cangkir seharinya. Untuk yang memiliki riwayat penyakit DM kadar gula dalam darah harus tetap dalam batas normal karena akan beresiko memperberat keadaan kesehatan jasmaninya, selain dari yang mempunyai riwayat DM seseorang yang terlihat sehat seandainya memimum kop dalam batas normal apalagi kop instan yang tidak tau berapa kadar gula dalam kop, di

tambah dengan aktifitas kurang, akan beresiko terjadinya diabetes oleh pola hidup. (http://; Efek Buruk dari Minum Kopi _ Kesehatan96.htm).

Hananta dan Freitag mengatakan, gula adalah sumber energi yang sangat penting bagi tubuh kita, namun untuk beberapa orang gula adalah musuh karena kehadirannya berarti penyakit, terutama penderita DM dan orang yang beresiko menderita DM, gula berarti sebuah ancaman.

Pudiaستuti mengatakan naiknya kadar gula darah setelah makan atau minum akan merangsang pankreas dalam menghasilkan insulin sehingga akan mencegah kenaikan kadar gula darah lebih lanjut akan menyebabkan kadar gula darah menurun secara perlahan-lahan. Konsentrasi glukosa darah yang tinggi dapat merusak bagian atau organ tubuh diantaranya kerusakan syaraf, mata dan ginjal serta seluruh organ lainnya.

DAFTAR PUSTAKA

- C.Smeltzer dan Bare B.G, 2002. Keperawatan Medikal Bedah. Brunner & Suddarth. Jakarta. EGC .
Halawa K. 2011. Hubungan Perilaku Perawatan di Rumah dengan Kejadian Rehospitalisasi pada Penderita DM di RSUD Dr. Pirngadi Medan tahun 2011.
I Putu Yuda Hananta dan Harry Freitag, 2011. Deteksi Dini dan Pencegahan Tujuh Penyakit Penyebab Mati Muda. Yogyakarta.Medpress
Pudiaستuti RD, 2011. Penyakit Pemicu Stroke. Yogyakarta. Nuha Medika
Tjekyan S. 2007. Risiko Penyakit DM Tipe 2 di Kalangan Peminum Kopi di Kodya Palembang tahun 2006-2007.
<http://journal.UI.ac.id/health/article>.
Windha Widystuti. Hubungan Antara Depresi Dengan Kepatuhan Melaksan Diit Pada Diabetisi di Pekalongan. Jurnal Ilmiah Kesehatan Vol IV. No 1 Maret 2012.
<http://dounload.portalgaruda.org/article>.