

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

World Health Organization (WHO, 2016) mendeskripsikan Diabetes Melitus sebagai suatu jenis penyakit kronis dimana insulin tidak cukup diproduksi oleh pankreas atau saat insulin yang diproduksi oleh tubuh tidak efektif diserap. Gula dalam darah atau glukosa diatur oleh hormon insulin. DM bisa dikenal dengan sebutan silent killer karena sering tidak disadari oleh penyandanginya dan saat diketahui sudah terjadi komplikasi (Kemenkes RI, 2014). DM dapat menyerang hampir seluruh sistem tubuh manusia, mulai dari kulit sampai jantung yang menimbulkan komplikasi (Hestiana, D. W. 2017).

Organisasi Internasional Diabetes Federation (IDF) memperkirakan sedikitnya terdapat 463 juta orang pada usia 20-79 tahun di dunia menderita diabetes pada tahun 2019 atau setara dengan angka prevalensi sebesar 9,3% dari total penduduk pada usia yang sama. Berdasarkan jenis kelamin, (IDF, 2019) memperkirakan prevalensi diabetes di tahun 2019 yaitu 9% pada perempuan dan 9,65% pada laki-laki. Prevalensi meningkat seiring penambahan umur penduduk menjadi 19,9% atau 111,2 juta orang pada umur 65-79 tahun. Angka diprediksi terus meningkat hingga mencapai 578 juta di tahun 2030 dan 700 juta di tahun 2045. Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018 menunjukkan bahwa prevalensi diabetes melitus menurut hasil pemeriksaan gula darah meningkat dari 6,9% pada 2013 menjadi 8,5% di Indonesia. Prevalensi penyakit ini tidak hanya meningkat pada kelompok usia dewasa namun juga pada kelompok usia remaja yaitu usia 15 tahun.

Provinsi Jawa Timur masuk ke dalam lima Provinsi dengan prevalensi diabetes tertinggi. Berdasarkan data Riskesdas 2018, prevalensi diabetes mellitus Provinsi Jawa Timur sebesar 2,6%. Meningkat jika dibandingkan data tahun 2013 yaitu sebesar 2,1% (Kementerian Kesehatan RI, 2019). Puskesmas Rampal Celaket yang ada di Kota Malang mencatat prevalensi Diabetes Mellitus di Puskesmas

Rampal Celaket tahun 2023 dari bulan Januari sampai dengan bulan April terdapat 318 orang atau sekitar 61% penderita Diabetes Mellitus.

DM tipe 2 dapat diturunkan dari orangtua yang menderita diabetes. Tetapi risiko terkena penyakit ini akan semakin tinggi jika kelebihan berat badan dan kurangnya aktifitas gerak. Penatalaksanaan pasien DM dilakukan secara terpadu, meliputi 4 Pilar utama yaitu penatalaksanaan diet, aktivitas fisik, edukasi, dan farmakologi. Dalam melaksanakan tingkat kepatuhan diet, penderita DM tipe II harus mengikuti anjuran dalam 3J, yaitu jumlah makanan, jenis makanan, dan jadwal makan (PEREKENI, 2015). Pemilihan jumlah dan jenis makanan yang kurang baik dapat membuat status glukosa darah tidak terkendali (Ardyana, 2014).

Dalam penyakit DM dibutuhkan kepatuhan dalam menjalani masa kesembuhan. Kepatuhan adalah tingkat perilaku pasien yang tertuju terhadap instruksi atau petunjuk yang diberikan dalam bentuk terapi apapun yang ditemukan, baik diet, latihan, pengobatan, atau menepati janji pertemuan dengan dokter (Bragista Guntur, 2016). Keterlibatan penderita diabetes mellitus tipe 2 dalam kehidupan sehari-hari untuk menangani penyakit yang dideritanya sangat penting.

Diet sangat berperan penting dalam pengobatan DM. Kualitas diet pasien DM tergantung dari jenis, jumlah, dan jadwal yang dikonsumsi dalam satu hari. Oleh karena itu, dengan diet yang seimbang untuk mengontrol berat badan dan olahraga yang baik DM tipe 2 ini dapat dikendalikan. Diet tepat jumlah, jadwal, dan jenis merupakan prinsip pada diet DM yang harus habis, jangan dikurangi atau ditambah sesuai dengan kebutuhan, jadwal diet harus sesuai dengan kebutuhan, jadwal diet harus sesuai dengan intervalnya, yang dibagi menjadi 6 waktu makan, yaitu 3 kali makanan utama dan 3 kali makanan selingan (Tjokroprawiro, 2012 dalam Amitira, 2016).

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Nursihhah, M. dkk (2021), menunjukkan bahwa adanya hubungan yang bermakna antara kepatuhan diet dengan pengendalian kadar gula darah dengan nilai  $p$  sebesar  $(0,000) < \alpha (0,05)$ , Selain itu juga nilai OR sebesar 44,686 menunjukkan bahwa responden yang tidak patuh diet memiliki

resiko 45 kali lebih besar gula darah tidak terkontrol dibandingkan dengan responden yang patuh diet.

Menurut penelitian Wiardani, N. K. Dkk (2015) menunjukkan bahwa sebagian besar pasien diabetes melitus yaitu 54 sampel di RSUP Sanglah Denpasar memiliki tingkat kepatuhan dalam menjalankan diet. Hasil pengukuran kadar glukosa darah, menunjukkan kadar glukosa darah terkontrol sebanyak 57.4 % dan kolesterol yang normal sebanyak 64.8 %. Terdapat hubungan antara tingkat kepatuhan diet dengan kadar glukosa dan kolesterol darah pada penderita DM tipe 2 di RSUP Sanglah Denpasar.

Untuk membantu penderita DM tipe 2 memperbaiki kebiasaan makan sehingga dapat mengendalikan kadar glukosa, lemak, dan tekanan darah maka diperlukan kepatuhan diet. Pada kenyataannya, pasien DM yang sudah mengikuti diet DM tipe 2 tidak dapat mengontrol gula darah dan kolesterolnya dengan baik, terbukti dengan kadar gula darah harian yang tinggi secara konsisten, pengaturan makan sering gagal, karena penderita tidak patuh dalam menjalankan diet DM tipe 2. Maka kepatuhan diet sangat berperan penting dalam penyembuhan pasien DM tipe 2 karena Ketidapatuhan pasien dalam menjalani terapi diet merupakan salah satu kendala dalam pengobatan diabetes melitus tipe 2 dan keberhasilan diet bergantung pada perilaku penderita diabetes melitus tipe 2 dalam menjalani anjuran makan yang diberikan.

## **B. Rumusan Masalah**

Rumusan pada penelitian ini adalah bagaimana tingkat kepatuhan diet diabetes tipe 2 terhadap kadar glukosa darah pada pasien diabetes mellitus rawat jalan di Puskesmas Rampal Celaket?

## **C. Tujuan Penelitian**

### **1. Tujuan Umum**

Mengetahui tingkat kepatuhan diet diabetes tipe 2 terhadap kadar glukosa darah pada pasien diabetes mellitus rawat jalan di Puskesmas Rampal Celaket.

## **2. Tujuan Khusus**

Adapun tujuan khusus dari penelitian ini adalah :

- a. Mengetahui karakteristik responden berdasarkan usia, jenis kelamin, pekerjaan, pendidikan, riwayat penyakit penyerta, riwayat mendapat konseling, status gizi.
- b. Mengetahui gambaran kepatuhan diet Jumlah pada penderita DM di Puskesmas Rampal Celaket.
- c. Mengetahui gambaran kepatuhan diet Jenis pada penderita DM di Puskesmas Rampal Celaket
- d. Mengetahui gambaran kepatuhan diet jadwal pada penderita DM di Puskesmas Rampal Celaket
- e. Mengetahui gambaran kadar gula darah pada penderita DM di Puskesmas Rampal Celaket.

## **D. Manfaat Penelitian**

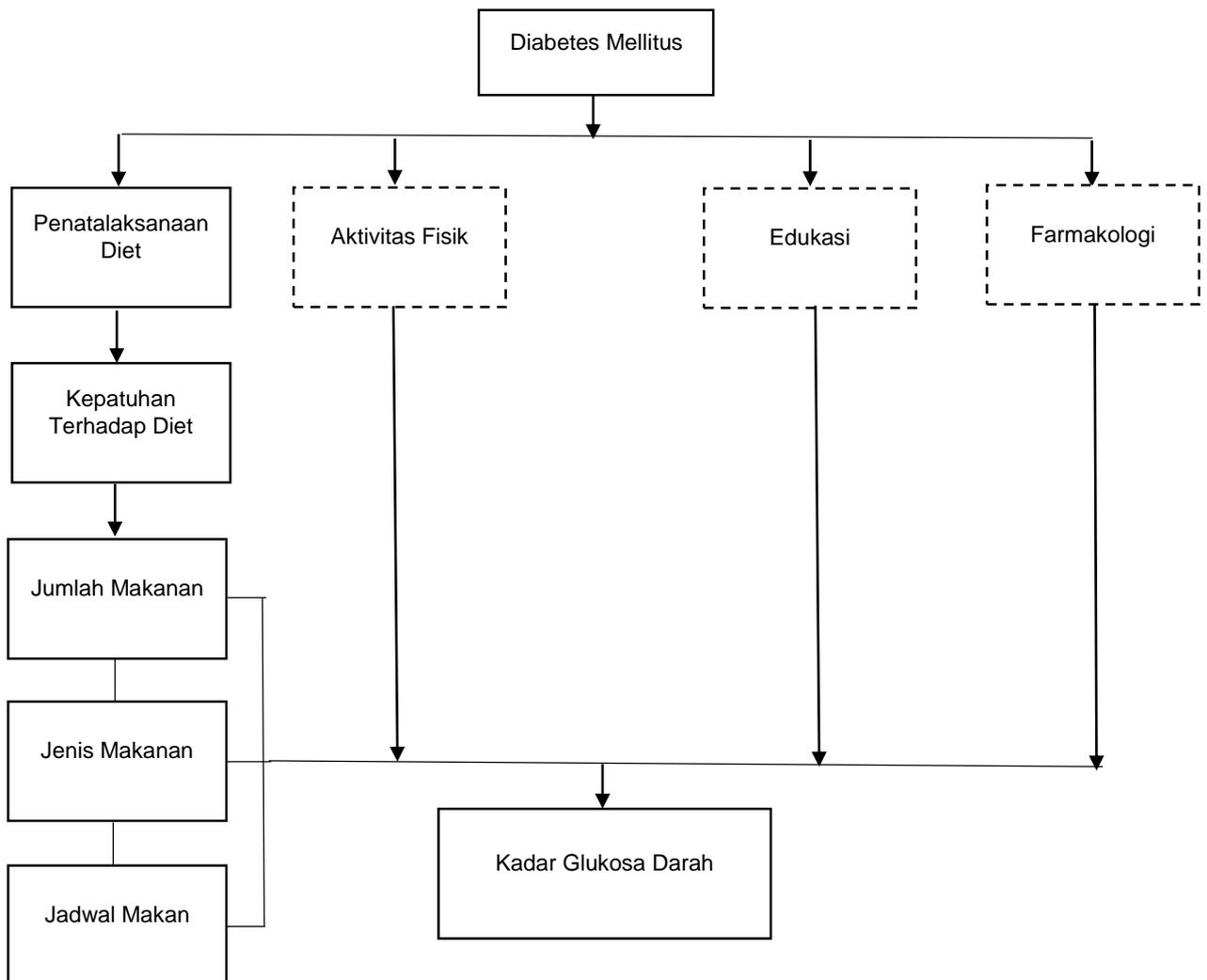
### **1. Manfaat Penelitian**

Penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat untuk menambah sumber kajian bagi pengembangan penelitian sejenis mengenai tingkat kepatuhan diet DM tipe 2 terhadap kadar glukosa darah pada penderita diabetes mellitus sehingga dapat meningkatkan kualitas hasil penelitian lebih lanjut.

### **2. Manfaat Praktis**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan pertimbangan dalam melakukan kepatuhan diet DM tipe 2 terhadap kadar glukosa darah sebagai alternatif penyembuhan pasien DM.

### E. Kerangka Konsep



Gambar 1. Kerangka Konsep penelitian tentang gambaran tingkat kepatuhan diet diabetes mellitus tipe 2 dan kadar glukosa darah pada pasien diabetes mellitus.

#### Keterangan :

Variabel yang diteliti : \_\_\_\_\_

Variabel yang tidak diteliti : - - - - -

Berdasarkan Gambar 1. Kerangka konsep penelitian tentang gambaran tingkat kepatuhan diet diabetes mellitus tipe 2 dan kadar glukosa darah pada pasien diabetes mellitus, dapat diketahui bahwa diabetes mellitus memiliki 4 pilar yaitu penatalaksanaan diet, aktivitas fisik, edukasi, dan farmakologi. Dalam penatalaksanaan diet terdapat kepatuhan diet yang terdiri dari 3J yaitu Jumlah makanan, Jenis makanan, dan Jadwal makan. Patuh dan Tidak patuh dalam melaksanakan kepatuhan diet juga di lihat dari jumlah, jenis, dan jadwal. Kepatuhan diet juga dapat menentukan kadar glukosa darah pada pasien diabetes mellitus.