

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Menurut Perkeni (2021) diabetes mellitus (DM) adalah suatu kelompok penyakit metabolik dengan karakteristik hiperglikemia yang terjadi karena kelainan sekresi hormon insulin, kerja hormon insulin, dan keduanya. Sebanyak 90-95% dari penderita diabetes melitus termasuk golongan Diabetes Melitus tipe 2. Secara klinis diabetes melitus (DM) tipe 2 merupakan salah satu Penyakit Tidak Menular (PTM) yang bersifat kronik yang terjadi karena peningkatan kebutuhan insulin tetapi tubuh tidak dapat lagi memproduksi insulin dalam jumlah yang cukup (Decroli, 2019).

Pada tahun 2021, *International Diabetes Federation* (IDF) mengemukakan bahwa terdapat 537 juta orang dewasa usia 20 sampai 79 tahun di dunia menderita penyakit diabetes mellitus. Indonesia menduduki posisi kelima jumlah pengidap diabetes mellitus terbanyak di dunia. Jumlah penderita diabetes mellitus di Indonesia naik hampir dua kali lipat dari tahun sebelumnya hingga mencapai 19,47 juta. Berdasarkan data *World Health Organization* (WHO), mengemukakan bahwa setengah penderita tidak menyadari mereka telah mengidap diabetes mellitus. Alhasil penyakit gula ini menjadi penyebab 236 ribu kematian di Indonesia sepanjang 2021. Sedangkan menurut data Kementerian Kesehatan (Kemenkes, 2023), mengungkap bahwa sebanyak 13% atau 35 juta dari 270 juta masyarakat Indonesia yang menderita diabetes mellitus. Dapat diketahui bahwa peningkatan yang hampir dua kali lipat, sehingga diabetes mellitus termasuk salah satu jenis penyakit *degenerative* yang mengancam jiwa. Prevalensi diabetes mellitus pada tahun 2018 ditemukan bahwa Jawa Timur menduduki posisi ke-5 yaitu sebesar 2,6% yang berarti diatas rata-rata prevalensi diabetes di Indonesia yaitu 2%. Sedangkan di Kota Malang sendiri menduduki urutan ketiga.

Pada penderita diabetes mellitus (DM), komplikasi kronik dapat terjadi pada pasien yang tidak bisa mengontrol kadar glukosa darah yang ada pada tubuh pasien. Komplikasi penyakit diabetes mellitus yang sering terjadi antara lain adalah terjadinya kerusakan pada mata, adanya gangguan pada jantung dan pembuluh darah, neuropati, dan stroke. Komplikasi penyakit diabetes mellitus dapat dikurangi atau dihindari

dengan memperhatikan tingkat kepatuhan untuk menjaga kadar glukosa dalam darah tetap dalam keadaan terkontrol atau normal. Terjadinya komplikasi dapat menyebabkan peningkatan mortalitas pada penderita diabetes tipe 2. Faktor risiko, seperti: proteinuria, penyakit retinal, dan faktor risiko klasikal, seperti: penyakit jantung, hiperlipidemia, dan hipertensi berkontribusi secara tidak proporsional, disamping juga karena meningkatnya durasi penyakit.

Kepatuhan pasien diabetes mellitus (DM) dalam menjalani diet diabetes dipengaruhi oleh pengetahuan dan kemauan dari diri sendiri, salah satu faktor yang dapat meningkatkan pengetahuan pada pasien yaitu dengan pemberian edukasi gizi. Penderita diabetes mellitus (DM) memiliki kepatuhan yang kurang baik terkait diet diabetes mellitus karena kurangnya terpapar informasi, kurang minat, dan tidak mau mengubah gaya hidup. Penderita diabetes mellitus perlu untuk mengerti pentingnya kepatuhan makan agar mau dan mampu mengubah gaya hidup dan menjalani diet diabetes mellitus adalah salah satu cara untuk mengurangi risiko yang dapat terjadi dikemudian hari (Peter et al., 2022).

Penderita diabetes mellitus perlu dibantu dalam mengendalikan kadar glukosa darahnya melalui asupan makanan dengan jumlah yang tepat dan seimbang dari kandungan karbohidrat, protein, lemak, bersama dengan serat, vitamin, mineral, serta memenuhi indeks dan beban glikemik pangan, sehingga nutrisi (gizi) menjadi bagian penting dari diet untuk perawatan diabetes (Augustin, et al. 2015; Hakimah et al, 2020)

Kepatuhan makan untuk penderita diabetes mellitus tipe 2 dapat dilakukan dengan berbagai cara, salah satunya pelaksanaan diet 3J yang dianjurkan. Kepatuhan makan 3J meliputi patuh jumlah, patuh jenis, dan patuh jadwal merupakan pola kepatuhan makan yang disarankan untuk dilakukan bagi penderita diabetes mellitus tipe 2 sehingga diharapkan pasien dapat mengontrol kadar glukosa darah pasien.

Menurut penelitian Regina (2021), menunjukkan bahwa adanya pengaruh terhadap kepatuhan makan pasien diabetes mellitus tipe 2. Pada penelitian tersebut dijelaskan bahwa pasien diabetes mellitus tipe 2 yang tidak patuh menyebabkan kadar glukosa dalam darah menjadi tidak stabil. Penelitian Astuti (2017) menyatakan terdapat hubungan yang bermakna

antara kepatuhan makan responden dengan kadar glukosa darah pasien ($p=0,042$).

Penelitian Hakimah, et al (2023) merupakan penelitian tentang pengembangan model prototype menu sehat populer diabetes melitus berbasis sistem *fuzzy* genetika yang dilaksanakan selama tiga tahun untuk membangun dan mengembangkan model prototype aplikasi formulasi diet diabetes melitus menggunakan berbagai menu populer Indonesia, dengan mempertimbangkan : jumlah, jenis, cara pengolahan makanan, jadwal waktu makan (konsumsi), indeks dan beban glikemik, kebutuhan energi dan zat gizi, untuk membantu mengendalikan berat badan ideal, dan kadar glukosa darah, memperbaiki pola makan penderita sesuai selera dan daya belinya, serta optimasi profit bagi produsen penyedia makanan diet DM, melalui pendekatan algoritma genetika dan logika fuzzy dalam sistem fuzzy genetika (SFG).

Peneliti tertarik untuk mengkaji lebih lanjut tentang penelitian terdahulu. Sehingga digunakanlah data terdahulu dan menjadikan skripsi ini menjadi skripsi penelitian data sekunder untuk mengetahui tentang hubungan kepatuhan makan (jenis makanan, jumlah makanan, dan jadwal makan) dengan kadar glukosa darah pada penderita diabetes mellitus.

B. Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang didapatkan rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Apakah ada hubungan kepatuhan makan dengan kadar glukosa darah pada penderita diabetes mellitus?”

C. Tujuan Penelitian

a. Tujuan Umum

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan kepatuhan makan dengan kadar glukosa darah pada penderita diabetes mellitus.

b. Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi karakteristik pasien diabetes mellitus.
2. Mengidentifikasi kepatuhan makan (jumlah makanan berdasarkan energi dan zat gizi, jenis makanan, dan jadwal makan) penderita diabetes mellitus.

3. Mengidentifikasi kadar glukosa darah penderita diabetes mellitus.
4. Menganalisis hubungan antara kepatuhan makan dengan kadar glukosa darah pada penderita diabetes mellitus.

D. Manfaat Penelitian

1. Poltekkes Kemenkes Malang

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan referensi dan tambahan wacana yang bermanfaat bagi institusi dalam mengetahui hubungan antara kepatuhan diet diabetes mellitus tipe 2 dengan kadar glukosa darah.

2. Peneliti

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan, mengembangkan wawasan, dan meningkatkan pengalaman peneliti terkait dengan penyakit diabetes mellitus.

3. Ilmu Pengetahuan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber data, bahan pembelajaran, dan referensi bagi kalangan yang akan melakukan penelitian lebih lanjut dengan topik yang berhubungan dengan kepatuhan makan pada penderita diabetes mellitus.