

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Diabetes Melitus atau biasa disingkat menjadi DM ialah salah satu bagian dari banyaknya penyakit tidak menular yang serius, dimana insulin di dalam tubuh tidak dapat diproduksi secara maksimal oleh pankreas. Insulin adalah hormon yang memiliki fungsi untuk mengatur glukosa, kadar glukosa dalam darah dapat dikatakan normal dengan rentang 70-110 mg/dL namun, pada penderita diabetes insulin tidak bekerja seperti yang seharusnya sehingga menyebabkan kadar glukosa dalam darah menjadi lebih tinggi dari angka normal yang seharusnya (Nasution & Andilala, 2021).

Secara umum DM terdiri atas empat jenis yaitu DM tipe 1 DM tipe 2, DM gestasional, dan DM tipe lain. Namun jenis DM yang lebih umum adalah tipe 1 dan 2, pada tipe 1 yang terjadi yakni pankreas cacat sehingga tidak menghasilkan insulin seperti pada fungsi yang seharusnya, DM tipe ini biasanya menyerang dari rentang usia antara anak-anak sampai usia remaja, namun bukan tidak mungkin akan menyerang usia dewasa juga yang berarti segala kemungkinan bisa terjadi. Sedangkan pada tipe 2 disebabkan oleh adanya gabungan kecacatan pada tubuh dalam proses memproduksi insulin serta terjadinya resistensi terhadap insulin maupun berkurangnya sensitivitas terhadap insulin, salah satu faktor risiko paling utama pada penderita DM tipe 2 ini adalah berat badan berlebih atau dengan kata lain obesitas yang dimana ada sekitar 80-90% penderita diabetes tipe ini mengalami obesitas dikarenakan pola makan yang tidak teratur. Pada diabetes melitus tipe 2 penderitanya lebih didominasi oleh kelompok usia lebih dari 30 tahun, Diabetes

yang didiagnosis pada trimester kedua atau ketiga kehamilan dan tidak mempunyai riwayat diabetes sebelum kehamilan, sedangkan pada DM tipe lain ada beberapa contohnya seperti sindrom diabetes monogenik (diabetes neonatal), penyakit pada pankreas, diabetes yang diinduksi bahan kimia (penggunaan glukokortikoid pada HIV/AIDS atau setelah transplantasi organ) (ADA 2020).

Energi merupakan hasil dari proses kimia yang berasal dari zat makanan di dalam sel yaitu pembakaran glukosa. Insulin merupakan suatu zat yang dihasilkan oleh sel beta pankreas yang memiliki peran penting dalam proses metabolisme dengan tugas mengirim glukosa ke dalam sel untuk nantinya digunakan sebagai bahan bakar atau energi. Tidak adanya insulin mengakibatkan glukosa tidak dapat masuk ke dalam sel sehingga glukosa akan mengendap di dalam pembuluh darah yang mengakibatkan kadar gula darah meningkat. Dengan begitu maka sel tidak memiliki sumber energi dan tubuh menjadi lemas, proses ini terjadi pada pengidap DM tipe 1. Untuk penderita DM tipe 2 jumlah insulin normal, namun adanya penurunan reseptor insulin pada permukaan sel mengakibatkan glukosa yang masuk hanya sedikit dan sel akan kekurangan glukosa sebagai bahan bakarnya dan menyebabkan peningkatan kadar glukosa dalam pembuluh darah (Alfaqih & Anugerah HS, 2022).

Penyakit DM juga sering disebut sebagai pembunuh diam-diam, bukan tanpa sebab DM disebut seperti itu alasan satu-satunya adalah karena penyakit ini dapat membunuh pengidapnya secara diam-diam tanpa terlihat sebuah perubahan yang signifikan. Diperkirakan, ada sebanyak 1,6 juta kematian secara langsung disebabkan oleh diabetes secara global. Menurut *International Diabetes Federation* (IDF) pada tahun 2021, terdapat 537 juta penderita Diabetes Melitus di seluruh

dunia dengan Indonesia berada di peringkat ke lima dengan pengidap sebanyak 19,47 juta jiwa. Menurut *World Health Organization* (WHO) ada peningkatan kejadian DM di Indonesia pada tahun 2021 yakni mencapai hingga angka 21,3 juta jiwa. Kemenkes juga memberikan laporan hasil dari Rikesdas yang menyatakan bahwasanya jumlah penderita DM di Indonesia yang berusia dewasa sebanyak 6,9% pada tahun 2013, selanjutnya Kembali meningkat pada tahun 2018 dengan jumlah angka mencapai 8,5% dari total penduduk DKI Jakarta sehingga menobatkannya sebagai peringkat pertama dengan pengidap DM terbanyak di Indonesia. Selain itu, didapatkan data berdasarkan profil kesehatan penderita DM di Depok sebanyak 9.923 kasus pada tahun 2020 dengan jumlah penderita sebanyak 91,1% dan pada tahun 2021 tercatat sebanyak 40.917 dengan jumlah penderita DM sebanyak 100,80%, jumlah prevalensi DM akan meningkat seiring bertambahnya usia penduduk. (Jais & Tahlil, 2021).

Penatalaksanaan medis DM tergolong menjadi 2 komponen yaitu farmakologis dan non farmakologis. Pada penatalaksanaan non farmakologis yakni suatu langkah pertama pada proses pengendalian DM seperti latihan fisik. Selanjutnya apabila dengan terapi non farmakologis belum mencapai tujuan yang pengendalian diabetes melitus maka terapi akan dilanjutkan dengan farmakologis yaitu penggunaan obat-obatan diabetes melitus secara oral dan terapi sulih insulin dengan metode injeksi (Setiawan, 2021).

Budaya seperti pola makan serta aktivitas fisik yang tidak sehat dapat memicu terjadinya DM. Kurangnya tubuh dalam bergerak merupakan salah satu pemicu yang memiliki pengaruh dari timbulnya penyakit DM, pola aktivitas yang dijalankan setiap harinya oleh tiap individu dapat berpengaruh pada kadar gulanya

hal ini disebabkan adanya peningkatan dalam penggunaan glukosa ketika seseorang melakukan aktivitas fisik yang tinggi. Selain itu, pola makan yang tidak sehat seperti mengonsumsi sumber makanan yang mengandung karbohidrat tinggi, hidangan manis, lemak yang menumpuk pada daging hewan, makanan *fast food* serta makanan yang melalui proses pengawetan terlebih dahulu sebelum dikonsumsi juga merupakan penyebab utama pada kejadian DM, terkhusus pada DM tipe 2 yang biasanya disebabkan oleh kondisi obesitas sehingga wajib untuk menjaga diet bagi penderita DM tipe 2 (Jais & Tahlil, 2021).

Diet (Terapi Nutrisi Medis) ialah salah satu dari beberapa terapi non farmakologis yang ada, terapi diet ini sangat dianjurkan untuk penderita DM tipe 2 dengan prinsip pengontrolan pola makan yang didasari oleh status atau kondisi gizi pengidap DM serta mengadakan modifikasi pada variasi terapi diet yang dijalani bergantung pada kehendak tiap individu. Berat badan yang berlebih membuat risiko lebih tinggi terpapar diabetes gestasional dibandingkan dengan individu yang berat badannya normal. Begitu pula dengan kasus DM tipe 2, nyaris 90% dari total seluruh pengidap mempunyai masalah berat badan berlebih atau obesitas. Oleh karena itu, pengelolaan berat badan adalah salah satu usaha utama dalam menangkali terjadinya DM tipe 2 (Setiawan, 2021).

Salah satu jenis diet yang mendekati karakteristik dari diet yang dilaksanakan responden pada penelitian ini adalah Diet-B1 (1980), diet ini disusun sebab kemampuan sosial ekonomi, adanya kebiasaan makan, dan agama yang dipercayai oleh seseorang pengidap diabetes dapat berbeda-beda, selain itu dengan pertimbangan petunjuk medis lainnya. Komposisi diet ini terdiri atas 60% karbohidrat, 20% lemak, 20% protein (Tjokoprawiro, 2011)

Konsisten menjalankan diet butuh adanya kepatuhan diet agar pasien menjadi lebih paham akan kondisinya serta menerapkan terapi diet dengan tujuan terpantaunya kadar gula darah agar selalu dalam rentang yang normal. Salah satu faktor penimbul adanya konsistensi adalah kepatuhan yaitu sebuah keseimbangan perilaku yang diterapkan oleh individu berlandaskan resep dari diet yang telah dijadwalkan oleh dokter sesuai kebutuhan tiap individunya. Sikap kepatuhan terhadap diet yang dijalankan penderita DM tipe 2 memiliki pengaruh yang besar agar tujuan menjaga tingkat kadar glukosa darah dapat tercapai, selain itu dengan adanya kepatuhan akan ikut berperan serta dalam mencapai suatu rutinitas sehingga penderita tidak merasa keberatan untuk menjalankan diet yang sudah dijadwalkan (Ernawati & Harini, 2020).

Tingkat kepatuhan merupakan salah satu pendukung kuat dalam presentase keberhasilan diet yang dijalankan pengidap DM yang tentu dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor, beberapa diantaranya akan dibahas dalam penelitian ini yang mungkin memiliki keterikatan kuat dengan tingkat kepatuhan pasien DM dalam menjalankan dietnya antara lain yaitu faktor demografi yang mencakup usia, jenis kelamin, pendidikan, serta pendapatan. Selain itu ada pula faktor lain seperti faktor pengetahuan, sikap, dukungan tenaga kesehatan, serta dukungan keluarga.

Berdasarkan penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Ernawati pada tahun 2020 di Sumbang Banyumas, dikatakan bahwa faktor seperti jenis kelamin, jenjang pendidikan, dan tingkat pengetahuan mempunyai tautan yang kuat dengan tingkat kepatuhan diet pada pasien DM. Selanjutnya, untuk faktor lain seperti usia, pekerjaan, lamanya menderita DM, motivasi diri, dukungan keluarga dan peran dari

tenaga kesehatan mempunyai hubungan yang kurang kuat untuk mencapai keberhasilan atas jalannya terapi diet yang dilaksanakan oleh pasien DM tipe 2.

Penelitian yang telah dilaksanakan oleh Arafah pada tahun 2021 di Banda Aceh, disimpulkan maka antara pengetahuan dan lamanya menderita DM tidak memiliki hubungan dengan faktor tingkat kepatuhan pasien diabetes melitus rawat jalan dalam melaksanakan program diet.

Berdasarkan studi pendahuluan satu tahun yang lalu di puskesmas kecamatan Limo pada tahun 2021 tercatat jumlah kunjungan penderita DM tipe 2 sebanyak 1.347 kasus dengan mencetak peringkat ketiga dari sepuluh peringkat sebagai penyakit dengan penderita terbanyak di puskesmas tersebut (Puskesmas Kecamatan Limo, 2022)

Fenomena DM tipe 2 yang tercatat pada studi pedahuluan di atas sebanyak 1.347 kasus, diabetes sendiri merupakan salah satu penyakit kronis yang memiliki dampak komplikasi yang diakibatkan oleh pola makan yang tidak sesuai diet yang sudah ditentukan selain itu, faktor risiko utama pada pengidap DM tipe 2 yakni obesitas atau berat badan yang berlebih dimana ada sampai 80%-90% pengidap DM tipe 2 yang mengalami masalah berat badan ini, penyebabnya tidak lain tidak bukan yaitu pola makan yang cenderung tidak sehat, maka setiap pasien pengidap DM tipe ini semestinya menjalankan diet DM dengan tujuan untuk menghilangkan adanya risiko komplikasi dari penyakit tersebut. Jika pasien menolak atau bahkan tidak menjalankan diet yang tepat, maka risiko komplikasi akan benar-benar terjadi dan akhirnya akan berujung pada kematian.

## 1.2 Rumusan Masalah

Apakah ada faktor-faktor yang berhubungan dengan tingkat kepatuhan melaksanakan diet diabetes melitus pada pasien DM tipe 2 di Puskesmas Kecamatan Limo.

## 1.3 Tujuan Penelitian

### 1.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan tingkat kepatuhan melaksanakan diet diabetes melitus pada pasien diabetes melitus tipe 2 di puskesmas kecamatan Limo.

### 1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi karakteristik pasien Diabetes Melitus Tipe 2 seperti usia, jenis kelamin, pendidikan, serta pendapatan yang berhubungan dengan tingkat kepatuhan melaksanakan diet Diabetes Melitus pada pasien DM Tipe 2.
2. Mengidentifikasi tingkat pengetahuan, sikap, dukungan tenaga kesehatan, dan dukungan keluarga terhadap tingkat kepatuhan melaksanakan diet Diabetes Melitus pada pasien DM tipe 2.
3. Mengidentifikasi hubungan tingkat pengetahuan, sikap, dukungan tenaga kesehatan, dan dukungan keluarga dengan tingkat kepatuhan melaksanakan diet Diabetes Melitus pada pasien DM Tipe 2 di Puskesmas Kecamatan Limo.

## **1.4 Manfaat Penelitian**

### **1.4.1 Bagi Responden (Pasien Diabetes Melitus Tipe 2)**

Hasil akhir dari penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai informasi mengenai Diabetes Melitus Tipe 2, kepatuhan diet, serta faktor yang dapat berhubungan dengan adanya kepatuhan melaksanakan diet sehingga mengurangi risiko terjadinya komplikasi.

### **1.4.2 Bagi Instansi Pelayanan Kesehatan (Puskesmas Kecamatan Limo)**

Hasil akhir dari penelitian ini diharapkan dapat menjadi acuan dalam pemberian pendidikan kesehatan pada pasien Diabetes Melitus agar dapat mencapai keberhasilan dalam pengelolaan Diabetes Melitus Tipe 2.

### **1.4.3 Bagi Instansi Pendidikan (FIKES UNAS)**

Hasil akhir dari penelitian ini diharapkan dapat dijadikan bahan atau materi pembelajaran baik untuk mahasiswa pendidikan sarjana maupun profesi mengenai faktor apa saja yang berhubungan dan tidak berhubungan dengan tingkat kepatuhan melaksanakan diet Diabetes Melitus pada pasien DM Tipe 2.

### **1.4.4 Bagi Peneliti Selanjutnya**

Hasil akhir dari penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sumber informasi serta informasi tambahan mengenai topik kepatuhan melaksanakan diet Diabetes Melitus pada pasien DM Tipe 2. Selain itu, bisa dijadikan sebagai bahan pembelajaran terkait variabel yang diambil dalam penelitian ini.