

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Sistem endokrin berperan dalam memelihara dan mengatur fungsi-fungsi yang sangat penting misalnya: respon terhadap cedera dan stres, reproduksi, pertumbuhan dan perkembangan, hemostasis ionik dan metabolisme (Setiawan, 2021). Kelenjar endokrin adalah kelenjar yang melepaskan zat tertentu ke dalam aliran darah. Pankreas berfungsi menghasilkan hormon insulin dan glukagon. Fungsi pankreas sangatlah penting dalam sistem metabolisme tubuh, selain dapat memproduksi hormon, pankreas juga berfungsi sebagai organ utama untuk memproduksi enzim dan mencerna makanan (Sofwa, 2022).

Diabetes adalah kondisi kronis yang disebabkan ketidakmampuan pankreas untuk memproduksi cukup insulin, yang menyebabkan gula darah meningkat. Diabetes merupakan penyakit tidak menular yang menjadi masalah utama kesehatan masyarakat (Wijasena, 2020).

Data *World Health Organization* (WHO) tahun (2019), menunjukkan bahwa terdapat 422 juta penderita diabetes melitus di seluruh dunia, meningkat sekitar 8,5% dari populasi dewasa dan sekitar 2,2 juta kematian dengan presentase diakibatkan karena penyakit diabetes melitus yang terjadi sebelum usia 70 tahun, ikhususnya di negara dengan penghasilan ekonomi rendah dan menengah. Bahkan diperkirakan akan terus bertambah sekitar 600 juta jiwa pada tahun 2035 (Kemenkes RI., 2018). *The American Diabetes Association* (ADA) menyatakan bahwa setiap 21 detik seseorang terdiagnosis diabetes

melitus. Hampir setengah dari populasi orang dewasa di Amerika menderita diabetes (ADA, 2019).

Data dari *International Diabetes Federation* (2021), menunjukkan bahwa terdapat 537 juta orang (usia 20-79) di seluruh dunia, itu satu dari sepuluh penderita diabetes. Diabetes menyebabkan 6,7 juta kematian. Cina merupakan negara dengan penderita diabetes tertinggi di dunia. Pada tahun 2021 tercatat 140,87 juta penduduk Cina hidup dengan menderita diabetes melitus. Selain itu, terdapat 74,19 juta penderita diabetes di negara India, 32,96 juta di Pakistan dan 32,22 juta di Amerika Serikat. Indonesia masuk dalam urutan kelima dengan 19,47 juta penderita. Dengan jumlah penduduk 179,72 juta orang, prevalensi diabetes melitus yang terdapat di Indonesia yaitu 10,6%. IDF mencatat bahwa 4 dari 5 penderita diabetes (81%) tinggal di negara berpenghasilan rendah dan menengah. Hal ini juga yang membuat IDF memperkirakan masih ada 44% orang dewasa dengan diabetes yang belum terdiagnosis.

Provinsi DKI Jakarta menjadi salah satu daerah dengan prevalensi diabetes tertinggi di Indonesia. Berdasarkan hasil riset, prevalensi diabetes di Jakarta meningkat dari 2,5% menjadi 3,4%, dengan total 10,5 juta orang atau sekitar 250.000 orang di DKI menderita diabetes. Prevalensi diabetes mellitus secara nasional adalah 10,9%. DKI Jakarta merupakan provinsi dengan angka tertinggi karena jumlah penduduk yang besar dan tersedianya banyak fasilitas pemantauan gula darah (Risikesdas., 2018).

Diabetes tipe 2 telah meningkat pesat di negara-negara berpenghasilan rendah selama tiga dekade terakhir. Diperkirakan 422 juta orang di seluruh dunia menderita diabetes, dan sekitar 1,6 juta meninggal setiap tahun, sebagian besar

di negara berpenghasilan rendah dan menengah. Pada tahun 2025, tujuan yang telah disepakati secara global adalah menghentikan adanya peningkatan diabetes dan obesitas (WHO, 2020).

Sekitar 90% kasus diabetes adalah diabetes tipe 2 (T2DM). Pada penderita DM2, respons terhadap insulin berkurang, yang dikenal sebagai resistensi insulin. Dalam situasi ini, insulin tidak efektif dan awalnya dilawan dengan meningkatkan produksi insulin untuk mempertahankan homeostasis glukosa, tetapi produksi insulin menurun seiring waktu, menyebabkan DM2. T2DM paling sering ditemukan pada individu di atas usia 45 tahun. Namun, karena peningkatan obesitas, kurangnya aktivitas fisik, dan diet yang berlebihan energi, ini semakin terlihat pada anak-anak, remaja, dan dewasa muda (Goyal dan Jialal, 2022).

Ada empat pilar utama dalam penanganan diabetes melitus, yaitu edukasi, terapi nutrisi medis (TNM), latihan fisik, dan terapi farmakologis (PERKENI, 2021). Pengendalian berat badan dan diet sangat penting untuk pengobatan diabetes melitus. Kebutuhan kalori penderita diabetes harus disesuaikan dengan pola makan mereka. Penderita diabetes dapat mencapai berat badan yang ideal dan mengendalikan kadar gula darah mereka dengan baik, pengaturan ini mengatur kandungan, jumlah, dan waktu asupan makanan (3J-Jenis, Jumlah, dan Jadwal) (Kemenkes RI, 2020). Ketaatan terhadap diet diabetes melitus berarti mengikuti aturan makan dan minuman setiap hari dengan tujuan menjaga kesehatan melalui prinsip 3J, yaitu menjaga kepatuhan terhadap jadwal yang tepat, jenis makanan yang tepat, dan jumlah makanan yang tepat (Nursihah dan Wijaya, 2021).

Melaksanakan anjuran diet yang diberikan oleh tenaga kesehatan adalah tindakan yang penting bagi penderita Diabetes Melitus. Kepatuhan terhadap diet memiliki peran yang signifikan dalam menjaga kestabilan kadar gula darah. Selain itu, kepatuhan ini sangat penting untuk menjalankan kebiasaan yang membantu penderita mengikuti program diet mereka. Ketika penderita tidak menjalankan terapi diet dengan disiplin, hal tersebut dapat menyebabkan ketidakmampuan untuk mengendalikan kadar gula darah secara efektif (Isnaeni, 2018). Diet merupakan salah satu cara perawatan yang dasar dalam pengobatan diabetes mellitus, diet dapat diberikan melalui program edukasi (Arfina, 2019).

Kepatuhan diet pada pasien DM dipengaruhi oleh beberapa faktor diantaranya yaitu: pengetahuan yang baik dapat mengendalikan dan mematuhi yang disarankan petugas kesehatan termasuk diet. Sikap, positif yang cenderung mengikuti rencana makan yang direkomendasikan. Motivasi, semakin tinggi motivasi maka semakin tinggi pula kesadaran untuk mengikuti rencana makan. Dukungan keluarga (Sugandi *et al.*, 2018)

Hasil penelitian Dwibarto dan Anggoro (2022), sebanyak 17 responden dengan presentasi 77,27% dan 5 responden dengan presentasi 35,71% menunjukkan pengetahuan baik tentang perilaku tidak baik. 5 orang yang menjawab dengan presentasi 22,73% memiliki pengetahuan yang buruk tetapi perilaku yang baik, sedangkan 9 orang yang menjawab dengan presentasi 64,29% memiliki pengetahuan yang buruk tetapi perilaku yang buruk. Penelitian ini menunjukkan pengetahuan tentang perilaku kepatuhan individu yang menderita diabetes melitus terhadap diet mereka.

Pada penelitian (Ernawati *et al.*, 2020), menyatakan salah satu alasan mengapa responden tidak memahami pentingnya menjaga pola makan untuk mencegah komplikasi adalah karena mereka tidak melakukan pengelolaan diet dengan baik. Tingkat pengetahuan pasien berkisar antara rendah dan tinggi, masing-masing 11 orang (34,37%). Sebagian besar pasien memiliki motivasi diri yang baik, 20 orang (62,5%), dukungan keluarga juga baik, 21 orang (65,63%), dan peran tenaga kesehatan juga baik. 29 orang (90,62%) menyatakan bahwa mereka menderita diabetes mellitus tipe 2.

Menurut penelitian Anggi dan Rahayu (2020) menunjukkan bahwa responden yang kurang informasi cenderung memiliki kepatuhan diet yang lebih rendah, sedangkan responden yang lebih informasi cenderung memiliki kepatuhan diet yang lebih baik. Keluarga yang mendukung penderita diabetes melitus secara positif juga berdampak pada kepatuhan diet yang masuk dalam kategori baik (83,8%), sementara mereka yang memiliki keluarga yang mendukung mereka secara negatif cenderung memiliki kepatuhan diet yang kurang baik (46,2%). Petugas kesehatan yang mendukung mereka secara positif juga cenderung memiliki kepatuhan diet yang baik (83,8%) (Anggi dan Rahayu, 2020).

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan di Puskesmas Kelurahan Pasar Minggu menunjukkan bahwa dari sepuluh orang yang diwawancarai yang menderita diabetes tipe 2, tujuh mengatakan mereka tidak mengikuti pedoman diet yang diberikan oleh tenaga kesehatan. Mereka juga mengatakan bahwa mereka sering makan makanan dalam porsi besar dan terkadang makan makanan yang dilarang untuk penderita diabetes. Sementara itu, tiga orang yang

diwawancarai mengatakan mereka mengikuti pedoman diet yang diberikan oleh tenaga kesehatan.

Melihat permasalahan yang terjadi maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian “Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kepatuhan Diet Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di Puskesmas Kelurahan Pasar Minggu Jakarta Selatan”.

## 1.2 Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, dapat dirumuskan rumusan masalah sebagai berikut, “Faktor-faktor apa saja yang berhubungan dengan kepatuhan diet pada pasien Diabetes melitus tipe 2 di Puskesmas kelurahan Pasar Minggu Jakarta Selatan?”.



### **1.3 Tujuan Penelitian**

#### **1.3.1 Tujuan Umum**

Mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan kepatuhan diet pada pasien Diabetes melitus tipe 2 di Puskesmas kelurahan Pasar Minggu Jakarta Selatan.

#### **1.3.2 Tujuan Khusus**

- 1) Mengetahui distribusi frekuensi pengetahuan, sikap, dukungan keluarga, dan dukungan tenaga kesehatan pada pasien Diabetes melitus tipe 2 di Puskesmas kelurahan Pasar Minggu Jakarta Selatan.
- 2) Mengetahui hubungan antara pengetahuan dengan kepatuhan diet pada pasien Diabetes melitus tipe 2 di Puskesmas kelurahan Pasar Minggu Jakarta Selatan.
- 3) Mengetahui hubungan antara sikap dengan kepatuhan diet pada pasien Diabetes melitus tipe 2 di Puskesmas kelurahan Pasar Minggu Jakarta Selatan.
- 4) Mengetahui hubungan antara dukungan keluarga dengan kepatuhan diet pada pasien Diabetes melitus tipe 2 di Puskesmas kelurahan Pasar Minggu Jakarta Selatan.
- 5) Mengetahui hubungan antara dukungan tenaga kesehatan dengan kepatuhan diet pada pasien Diabetes melitus tipe 2 di Puskesmas kelurahan Pasar Minggu Jakarta Selatan.
- 6) Mengetahui variabel yang paling berpengaruh terhadap kepatuhan diet pada pasien Diabetes melitus tipe 2 di Puskesmas kelurahan Pasar Minggu Jakarta Selatan.

## **1.4 Manfaat Penelitian**

### **1.4.1 Bagi Responden**

Penelitian ini dapat membantu meningkatkan wawasan, pengetahuan, dan keterampilan seseorang dalam mengelola penyakitnya secara mandiri untuk mengurangi risiko komplikasi sehingga mereka dapat terus produktif dan mengoptimalkan derajat kesehatan mereka.

### **1.4.2 Bagi Puskesmas Kelurahan Pasar Minggu**

Meningkatkan standar asuhan keperawatan dan menambah program baru di bidang promosi kesehatan dengan menjadi acuan pendidikan pengelolaan dan penanggulangan diabetes tipe 2.

### **1.4.3 Bagi Fikes Unas Jakarta**

Penelitian ini sebagai referensi institusi dan masukan bagi mahasiswa yang sedang menempuh skripsi tentang faktor-faktor apa saja yang berhubungan dengan kepatuhan diet pasien Diabetes melitus tipe 2.

### **1.4.4 Bagi Penelitian Selanjutnya**

Menjadi sumber referensi dalam pengembangan keperawatan serta meningkatkan keterampilan mahasiswa dalam memberikan perawatan kepada pasien dengan diabetes tipe 2.