

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar belakang

Diabetes melitus merupakan gangguan metabolik ditandai dengan peningkatan kadar glukosa darah (hiperglikemia) akibat kerusakan pada sekresi insulin, kerja insulin atau keduanya. Penyakit diabetes melitus atau lebih dikenal masyarakat sebagai penyakit kencing manis merupakan suatu kelompok penyakit metabolik dengan karakteristik hiperglikemia terjadi karena kelainan sekresi insulin, kerja insulin atau keduanya (Saldeva et al., 2022).

Diabetes melitus merupakan penyakit menahun (kronis) berupa gangguan metabolisme yang ditandai dengan kadar gula darah yang melebihi batas normal. Penyebab kenaikan kadar gula darah tersebut menjadi landasan pengelompokan jenis diabetes melitus yaitu diabetes tipe 1, diabetes melitus tipe 2, diabetes melitus gestasional, diabetes melitus yang disebabkan oleh pemakaian obat, penyakit lain-lain. Diabetes melitus tipe 2 terjadi karena tubuh tidak memproduksi insulin yang mencukupi atau karena insulin tidak dapat di gunakan dengan baik (resistensi insulin). Resistensi insulin yang terjadi pada diabetes tipe 2 di tingkatkan oleh kegemukan, mempunyai riwayat diabetes melitus dalam keluarga dan tidak beraktivitas (Marbun et al., 2022).

Diabetes melitus tipe 2 terjadi karena tubuh tidak memproduksi insulin yang mencukupi atau karena insulin tidak dapat digunakan dengan baik. (Manurung, 2018). Diabetes melitus adalah penyakit yang terjadi akibat pankreas tidak bisa memenuhi jumlah insulin atau tubuh yang tidak dapat secara sempurna menggunakan insulin yang dihasilkan tubuh (Alza et al, 2021).

Diabetes Melitus merupakan penyakit progresif yang menimbulkan berbagai komplikasi, baik akut maupun kronik, jika tidak dikelola dengan baik dapat menimbulkan komplikasi kronik. Upaya penyembuhan kembali normal sangat sulit jika telah terjadi komplikasi, karena kerusakan yang terjadi umumnya akan tetap. Diperlukan upaya pencegahan sejak dini untuk mengatasi komplikasi tersebut. Tanpa intervensi yang efektif, diabetes melitus tipe 2 akan meningkat, yang disebabkan oleh peningkatan harapan hidup, penurunan angka kematian akibat penyakit menular dan peningkatan faktor risiko akibat gaya hidup dan pola makan yang salah, obesitas, kurangnya aktivitas fisik, dan stress (Sudirman, 2018).

World Health organization (WHO) menyatakan bahwa pada tahun 2019 diabetes menjadi penyebab langsung dari 1,5 juta kematian dan 48% dari seluruh kematian akibat diabetes. Antara tahun 2000 dan 2016, ada peningkatan 5% dalam rangka kematian akibat diabetes. Berdasarkan *International Diabetes Federation* (IDF, 2019) jumlah kasus pasien diabetes melitus tipe 2 di dunia mengalami peningkatan pada setiap tahunnya. Pada tahun 2017 mengalami peningkatan sebanyak 425 juta, dan pada tahun 2018 terdapat sekitar 422 juta orang memiliki diabetes

melitus tipe 2 dan pada tahun 2019 meningkat sebanyak 463 juta dengan tingkat diabetes 9,0% pada wanita dan pada pria 9,6%. Sedangkan pada 2030 diperkirakan akan meningkat 578 juta dan tahun 2045 diperkirakan angka kejadian akan meningkat menjadi 700 juta jiwa yang terdiagnosa diabetes melitus (IDF Diabetes 2019). Indonesia menempati peringkat ke-7 terbanyak pada tahun 2019 untuk penderita diabetes melitus setelah China, India, USA, Brazil, Mexico, yaitu 10,7 juta. Angka kejadian diabetes melitus di proyeksi dan diperkirakan meningkat mencapai 16,6 tahun 2045 (WHO, 2021).

Di Sumatera Barat angka kejadian diabetes melitus tipe 2 berada di urutan 22 dari 35 Provinsi dengan prevalensi pasien diabetes melitus 1,2% dan mengalami peningkatan 2,2% tahun 2018 (Riskesdas, 2018). Kota Padang menempati urutan ketiga dengan jumlah penderita diabetes melitus terbesar Sumatera Barat setelah kota Pariaman dan Padang Panjang dengan prevalensi 1,79%. Diabetes melitus tipe 2 merupakan kasus penyakit terbanyak se-kota Padang, dimana prevalensi diabetes melitus tipe 2 pada tahun 2018 dengan 9.357 kasus, ditahun 2019 mengalami peningkatan dengan 18.301 kasus dan di tahun 2020 mengalami penurunan dengan 11.148 kasus. Persentase penderita diabetes melitus di Puskesmas Andalas Kota Padang sebanyak 93,7%. Menurut data dari Puskesmas Andalas tahun 2021 penderita diabetes melitus sebanyak 3.575 orang. Lalu data jumlah dari Januari-Februari tahun 2022 terdata sebanyak 282 orang menderita Diabetes melitus tipe 2 (Dinas Kesehatan Kota Padang, 2022).

Diabetes melitus tipe 2 adalah diabetes resisten insulin, dimana pada penderita diabetes melitus tipe 2 pankreas masih bisa membuat insulin, akan tetapi kualitasnya sangat buruk. Banyak penderita diabetes melitus tipe 2 yang tidak menyadari bahwa mereka telah mengidap diabetes, karena gejalanya yang memang terjadi secara perlahan sehingga tidak dirasakan oleh penderita diabetes melitus tipe 2. Tanpa intervensi yang efektif, diabetes tipe 2 akan meningkat oleh peningkatan harapan hidup, penurunan angka kematian akibat penyakit menular dan peningkatan faktor risiko akibat gaya hidup dan pola makan yang salah, obesitas, kurangnya aktivitas fisik, dan stress (Amelia et al., 2021).

Diabetes melitus tipe 2 merupakan penyakit kronis dimana terapi berkelanjutan diperlukan untuk mengontrol kadar glukosa dengan baik, selain terapi farmakologis diperlukan untuk memaksimalkan kontrol glukosa darah yang termasuk dalam ini adalah tindakan perawatan diri sendiri dengan meningkatkan pengetahuan dan kesadaran akan penyakit dengan benar dan meningkatkan kualitas kehidupan. Faktor-faktor risiko diabetes melitus yaitu faktor keturunan, obesitas, usia, tekanan darah, aktivitas fisik, kadar gula darah, stress, riwayat diabetes gestasional (Santi, 2016).

Kadar gula darah adalah gula yang terdapat dalam darah yang berasal dari karbohidrat di dalam makanan dan dapat disimpan didalam bentuk glikogen dalam hati dan otot rangka. Kadar gula darah yang terus menerus tinggi dapat mengakibatkan komplikasi akut yang paling berbahaya adalah hiperglikemia yang dapat mengakibatkan tidak sadarkan

diri bahkan kematian bila tidak ditangani dengan segera (Ekasari & Dhanny, 2022).

Kadar gula darah dipengaruhi oleh berbagai enzim dan hormon yang terpenting yaitu hormon insulin. Faktor yang akan dipengaruhi keluarnya insulin adalah berupa makanan glukosa, manosa dan stimulasi vagal. Faktor-faktor yang mempengaruhi kadar gula darah yaitu ada stress, olah raga, obat, diet (Yusuf, 2020). Penderita diabetes melitus yang mengalami peningkatan kadar gula darah sering kali mengalami gejala yang disebut dengan 3P, yaitu polifagia (peningkatan intake asupan makanan), polidipsi (peningkatan intake cairan) dan poliuria (peningkatan frekuensi BAK). Untuk menghindari timbulnya komplikasi pada penderita diabetes melitus, dapat dilakukan beberapa cara seperti manajemen stress, mengubah gaya hidup, mamatuhi diet, meningkatkan pengetahuan terhadap penyakit dan kepatuhan terhadap pengobatan (Marselin et al., 2021).

Kepatuhan diet pasien diabetes melitus sangat berperan penting untuk menstabilkan kadar glukosa darah, sedangkan kepatuhan itu sendiri merupakan suatu hal yang penting untuk dapat mengembangkan rutinitas (kebiasaan) yang dapat membantu penderita dalam mengikuti jadwal diet. Dampak pasien yang tidak patuh dalam menjalankan terapi diet menyebabkan kadar gula yang tidak terkendali, hiperglikemia dan komplikasi seperti ginjal, jantung, hipertensi, katarak, dan gangren. Kepatuhan diet pada penderita diabetes melitus menjadi salah satu hal yang penting dalam penatalaksanaan, karena seringkali penderita diabetes

melitus 2 kurang memperhatikan asupan makanan yang seimbang (Masaong et al., 2023).

Penyebab ketidakpatuhan pasien diabetes melitus 2 dalam menjalankan terapi adalah tidak memahami dan salah memahami tentang manfaat diet. Pengetahuan yang baik akan membantu seseorang untuk selalu berperilaku patuh terhadap terapi tersebut. Pasien yang patuh pada diet akan mempunyai kontrol kadar gula darah yang lebih baik, dengan kontrol glikemik yang baik dan terus menerus akan dapat mencegah komplikasi akut dan mengurangi resiko komplikasi jangka panjang (Mela & Barkah, 2022).

Perbaikan kontrol glikemik berhubungan dengan penurunan kejadian kerusakan retina mata (retinopati), kerusakan pada ginjal (nefropati), dan kerusakan pada sel saraf (neuropati), sebaliknya bagi pasien yang tidak patuh akan mempengaruhi kontrol glikemiknya menjadi kurang baik bahkan tidak terkontrol, hal ini yang akan mengakibatkan komplikasi yang mungkin timbul tidak dapat dicegah (Fauzia et al., 2015). Diet adalah salah satu penatalaksanaan diabetes melitus untuk mencegah komplikasi dan perlu didukung dengan kepatuhan pasien terhadap program tersebut (Rahayu, 2020).

Menurut penelitian yang dilakukan oleh (Kathleen et al., 2020) tentang Hubungan Aktivitas Fisik Dan Kekuatan Massa Otot Dengan Kadar Gula Darah Sewaktu di dapatkan hasil peneltian bahwa terdapat hubungan signifikan yang bersifat terbalik antara aktivitas fisik dengan kadar gula darah. Namun perlu diperhatikan bahwa ada faktor-faktor lain

yang dapat mempengaruhi kadar glukosa darah pasien diabetes melitus tipe 2, salah satu ialah konsumsi obat serta diet. Konsumsi obat yang disertai dengan aktivitas fisik secara teratur dan diet yang tepat berhubungan dengan menurunnya kadar glukosa darah pasien diabetes melitus. Meskipun pada penelitian ini terdapat hubungan signifikan antara aktivitas fisik dengan kadar gula pasien diabetes melitus tipe 2 serta sebagian besar responden rutin mengonsumsi obat, namun didapatkan responden kadar glukosa darah sewaktu terkontrol 28,6% dan responden kadar glukosa darah sewaktu tidak terkontrol 71,4%. Selain aktivitas fisik sehari-hari penting bagi penderita diabetes melitus tipe 2 untuk melakukan olahraga dapat disesuaikan dengan kondisi fisik dan kemampuan pasien.

Berdasarkan hasil penelitian oleh (Ismansyah et al., 2020) tentang Hubungan Kepatuhan Kontrol Dengan Kadar Gula Darah Sewaktu Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 didapatkan hasil disebabkan beberapa faktor seperti kurangnya dukungan keluarga dalam memperhatikan jadwal kontrol dan tidak ada waktu mengantar responden ke klinik, perilaku responden yang merasa sudah sembuh sehingga memutuskan tidak mematuhi jadwal kontrol, responden yang merasa jenuh datang ke klinik untuk berobat rutin serta responden enggan kontrol karena kondisi antrian yang banyak sehingga waktu kontrol menjadi lama namun didapatkan ada hubungan kepatuhan kontrol dengan kadar gula darah sewaktu di Klinik Diabetes Puskesmas Rapak Mahang Kabupaten Kutai Kartanegara. Hasil penelitian didapatkan bahwa responden tanpa komplikasi 93% patuh

melakukan kontrol kadar gula darah sewaktu dan 87% responden tidak patuh mengontrol kadar gula darah sewaktu.

Pengetahuan pasien merupakan cara yang dapat membantu pasien menjalankan pengobatan semasa hidupnya. Dalam penatalaksanaan diabetes melitus terdiri dari 5 pilar yaitu manajemen diet, latihan fisik (olah raga), pemantauan (motoring) kadar gula darah, terapi farmakologi, pendidikan kesehatan. (Perkeni, 2016).

Penelitian yang dilakukan oleh Andi,dkk (2021) tentang Hubungan Kepatuhan Diet Terhadap Pengendalian Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 didapatkan hasil penelitian menunjukkan bahwa responden yang patuh diet dan kadar gula darah terkendali (77,33%), sedangkan responden tidak patuh diet dan kadar gula darah tidak terkendali (92,9%), hasil uji statistik dengan uji Chisquare diperoleh nilai p sebesar $(0,000) < \alpha (0,05)$, artinya ada hubungan yang bermakna antara kepatuhan diet dengan kadar gula darah. Selain itu juga nilai OR sebesar 44,686 menunjukkan bahwa responden yang tidak patuh diet memiliki resiko 44,686 kali lebih besar gula darah tidak terkendali (Nursihhah & Wijaya septian, 2021).

Menurut penelitian yang dilakukan (Garyin et al., 2022) tentang Hubungan Aktivitas Fisik dan Kepatuhan Diet Dengan Kadar Gula Darah Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Di RSUD Ibu Fatmawati Soekarno Surakarta didapatkan hasil penelitian menunjukkan bahwa responden Kepatuhan Diet Dengan Kadar Gula Darah yang patuh (38,47%) dan tidak patuh (61,53%). Berdasarkan uji korelasi yang telah dilakukan

menggunakan SPSS Statistic 25 menggunakan uji Rank Spearman Diperoleh nilai $p=0,723$. Nilai p tersebut memiliki arti bahwa tidak ada hubungan antara kepatuhan diet dengan kadar gula darah.

Berdasarkan survey awal yang dilakukan peneliti pada tanggal 22 maret 2023 di Puskesmas Andalas Kota Padang. Didapatkan hasil dari hasil wawancara dan observasi dari 12 responden 9 di antaranya memiliki kadar gula tidak terkendali karena tidak mentaati kepatuhan diet sedangkan 3 responden memiliki kadar gula terkendali. Dari 12 responden diantaranya 3 responden mengatakan tidak mentaati aturan makan yang dianjurkan dokter karena pasien mengatakan menyusahkan, dan didapatkan 5 responden mengatakan sering mengkonsumsi makanan yang mengandung minyak/tinggi lemak seperti gorengan dan makanan siap saji karena pasien mengatakan ingin makan yang instan dan malas memasak dan 4 responden mengatakan sering lupa ketika waktu makan karena terlalu sibuk melakukan aktivitas.

Untuk mencegah terjadinya komplikasi diperlukan pencapaian keterkendalian kadar glukosa darah yaitu melalui pengaturan menu makanan yang diiringi dengan pengobatan secara medik, olahraga, dan pola hidup sehat. Hal ini disebabkan karena semua makanan yang di konsumsi dapat menaikkan glukosa darah, dengan membuat perencanaan makan yang terdiri dari jumlah, jenis serta jadwal, diharapkan dapat mempertahankan kadar glukosa darah dalam batas normal dan penderita mendapatkan nutrisi yang optimal. Dengan adanya kepatuhan diet dapat meningkatkan kebiasaan (rutinitas) untuk membantu penderita diabetes

melitus dalam mengikuti terapi diet. Pasien yang tidak patuh dalam menjalankan terapi diet dapat menyebabkan kadar glukosa yang tidak terkendali (Ekasari & Dhanny, 2022).

Dari fenomena diatas dikarenakan adanya perbedaan pendapat dari beberapa penelitian maka peneliti tertarik untuk mengambil judul hubungan kepatuhan diet dengan kadar gula darah pada pasien diabetes melitus tipe 2 di puskesmas andalas kota padang.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah penelitian, peneliti dapat mengidentifikasi rumusan masalah yaitu “Apakah ada Hubungan Kepatuhan Diet Dengan Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe II Di Puskesmas Andalas Kota Padang?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan umum

Untuk Mengetahui “Hubungan Kepatuhan Diet Dengan Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Di Puskesmas Andalas”

2. Tujuan khusus

- a. Untuk mengetahui distribusi frekuensi Kepatuhan Diet Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Di Puskesmas Andalas.
- b. Untuk mengetahui distribusi frekuensi Dengan Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Di Puskesmas Andalas.
- c. Untuk mengetahui Hubungan Kepatuhan Diet Dengan Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Di Puskesmas Andalas.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Pelayanan Keperawatan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi masukan, sumber pengetahuan dan usaha untuk meningkatkan pelayanan keperawatan pada penderita diabetes melitus tipe 2. Khususnya meningkatkan kepatuhan diet dengan kadar gula darah pada pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di Puskesmas Andalas Kota Padang.

2. Bagi Institusi Pendidikan

Hasil penelitian dapat menambah pengetahuan bagi mahasiswa keperawatan mengenai hubungan kepatuhan diet dengan kadar gula darah pada pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di Puskesmas Andalas Kota Padang.

3. Bagi Peneliti

Hasil penelitian ini diharapkan menjadi acuan bagi peneliti sehingga dapat mengembangkan penelitian dengan menghubungkan kepatuhan diet dengan kadar gula darah pada pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di Puskesmas Andalas Kota Padang.

