

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Diabetes Melitus (DM) diartikan sebagai kondisi patologis kronis yang ditandai dengan lonjakan kadar glukosa darah karena kegagalan tubuh dalam menghasilkan hormon insulin secara memadai atau tidak menghasilkan sama sekali, atau tidak dapat memanfaatkannya secara optimal (IDF, 2021). American Diabetes Association (2025) mengklasifikasikan penyakit ini menjadi empat jenis, yaitu DM tipe 1, DM tipe 2, DM Gestasional, dan DM tipe spesifik.

Data dari *International Diabetes Federation* (IDF) menunjukkan peningkatan jumlah penderita DM setiap tahunnya. Data dari IDF (2021) mencatat terdapat sekitar 536,6 juta jiwa (10,5%) dalam rentang usia 20-79 tahun yang terdiagnosis penyakit ini. Angka tersebut kemudian meningkat menjadi 589 juta jiwa (11,1%) pada tahun 2024 dan diprediksi akan mencapai 853 juta jiwa pada tahun 2050, dengan DM tipe 2 sebagai jenis DM yang paling umum dengan kasus tertinggi karena menyumbang lebih dari 90% dari seluruh kasus DM di dunia (IDF, 2025).

Indonesia tercatat sebagai salah satu negara dengan kasus Diabetes yang cukup tinggi. Data dari IDF menunjukkan bahwa Indonesia konsisten berada di posisi kelima global dengan jumlah penderita Diabetes sebanyak 19,5 juta jiwa pada tahun 2021 (IDF, 2021). Angka tersebut mengalami peningkatan menjadi 20,4 juta jiwa pada tahun 2024 (IDF, 2025). Berdasarkan hasil Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023, prevalensi DM berdasarkan pemeriksaan kadar glukosa darah pada penduduk umur ≥ 15 tahun adalah 11,7% (SKI, 2023).

Berdasarkan data dari Profil Kesehatan Provinsi Bali, kasus DM di Bali juga meningkat setiap tahunnya. Pada tahun 2023, jumlah penderita DM di Provinsi Bali tercatat sebanyak 30.856 jiwa (Dinas Kesehatan Provinsi Bali, 2024). Kemudian terjadi peningkatan menjadi 45.710 jiwa pada tahun 2024 dengan Kota Denpasar sebagai kabupaten yang memiliki kasus DM tertinggi sebanyak 10.883 jiwa (Dinas Kesehatan Provinsi Bali, 2025). Berdasarkan studi pendahuluan yang dilaksanakan di Puskesmas I Denpasar Barat, jumlah penderita DM mengalami kenaikan dari 151 jiwa pada tahun 2023 menjadi 1.593 jiwa pada tahun 2024 dan penderita DM tipe 2 yang rutin kontrol tiap bulannya di tahun 2025 sebanyak 322 orang.

Self-care management menjadi salah satu strategi krusial dalam menangani permasalahan DM. *Self-care management* adalah kemampuan untuk mengoptimalkan status kesehatan, meminimalkan risiko penyakit, mencegah kecacatan baik dilakukan secara mandiri maupun dengan bantuan tenaga kesehatan (Azis dkk., 2025). Komponen *self-care management* terdiri dari pengaturan diet, aktivitas fisik secara teratur, terapi farmakologi, *monitoring* kadar glukosa darah secara mandiri, dan perawatan kaki (Handriana dan Hijriani, 2020).

Kepatuhan merupakan hal yang sangat krusial dalam menjalankan *self-care management*. Kepatuhan dalam menjalankan diet merupakan salah satu kunci dalam meminimalisir risiko komplikasi dan mengoptimalkan kadar glukosa darah karena diet memiliki pengaruh langsung terhadap kondisi metabolik penderita DM (Suhartatik, 2022). Kepatuhan diet merupakan kesesuaian antara perilaku individu dengan anjuran petugas kesehatan terkait pengaturan pola makan dan pembatasan jenis makanan tertentu (Kemenkes, 2024a).

Masyarakat yang menderita DM belum sepenuhnya mampu menerapkan perawatan diri dengan baik, khususnya dalam hal kepatuhan diet yang masih tergolong rendah. Hal ini terbukti dari penelitian Abose *et al.* (2024) di Ethiopia bahwa dari total 405 responden menunjukkan nilai ketidakpatuhan diet sebesar 64,2%. Penelitian lain oleh Nursyifa dkk. (2023) di Kota Bandung mendapatkan hasil dari total 53 responden menunjukkan nilai ketidakpatuhan diet sebesar 51%. Studi lain oleh Fauziyyah dan Nur (2025) di Puskesmas Tamansari Tasikmalaya mendapatkan hasil dari 80 responden, sebanyak 11 responden (13,8%) berada dalam kategori kurang patuh, 30 responden (37,5%) berada dalam kategori cukup patuh, 39 responden (48,8%) berada dalam kategori patuh.

Kepatuhan diet adalah salah satu faktor yang berkontribusi terhadap tercapainya kontrol glikemik yang optimal. Penderita DM yang patuh diet cenderung memiliki kontrol glikemik yang lebih baik (Nursyifa dkk., 2023). Kegagalan dalam mengontrol kadar glukosa darah dapat menimbulkan komplikasi serius, tingginya angka mortalitas dan prevalensi DM di masyarakat (Handayani dkk., 2024).

Berbagai upaya telah dilakukan untuk meningkatkan kepatuhan diet penderita DM, salah satunya melalui edukasi. Unit Promosi Kesehatan RS Fatmawati Jakarta melaksanakan edukasi dengan tema “Terapi Diet Diabetes Melitus” di ruang tunggu Poli Penyakit Dalam RS Fatmawati (Kemenkes, 2024b). Selain itu, penelitian yang dilakukan oleh Dewi *et al.* (2022) di wilayah kerja Puskesmas Sukaraja Kabupaten Sukabumi mendapatkan hasil bahwa setelah diberikan pendidikan kesehatan pada kelompok intervensi, terjadi peningkatan kepatuhan diet pada penderita DM ($p=0,004$). Dengan memberikan edukasi kepada masyarakat, mereka dapat meningkatkan pengetahuan dan mulai mengubah perilaku mereka dari perilaku

tidak sehat menjadi perilaku yang meningkatkan kesehatan seperti mematuhi diet DM.

Kepatuhan diet dipengaruhi oleh faktor internal maupun faktor eksternal. Faktor internal yang mempengaruhi kepatuhan diet yaitu pendidikan, motivasi diri, dan *distress*. Sedangkan faktor eksternal yang mempengaruhi kepatuhan diet yaitu dukungan keluarga dan dukungan tenaga kesehatan.

Distress merupakan salah satu faktor internal yang mempengaruhi kepatuhan diet. *Distress* pada penderita DM dikenal dengan *Diabetes Distress* (Purwanti et al., 2024). *Diabetes Distress* merupakan kondisi berupa rasa cemas, khawatir, takut, dan terancam terkait dengan perjuangan dalam mengidap DM termasuk pengelolaan penyakit, risiko komplikasi, kemungkinan kehilangan fungsi tubuh, dan khawatir terhadap akses perawatan kesehatan (Fisher et al., 2019). Kondisi tersebut dapat mempengaruhi rasa semangat, perasaan, dan motivasi dalam menjalankan pengobatan dan perawatan diri sehingga penderita DM cenderung memiliki persepsi negatif terhadap pengobatan dan perawatan diri, termasuk menjalankan diet (Azis dkk., 2025). Penderita DM cenderung menganggap jika mengikuti saran diet yang dianjurkan tidak akan memberikan dampak yang signifikan terhadap perbaikan kondisi penyakit, kestabilan kadar glukosa darah, dan merasa jenuh dalam melakukan kontrol makanan sehingga mengabaikan prinsip diet yang tepat (Izzati dkk., 2023). Kondisi tersebut tentu akan mengakibatkan rendahnya kepatuhan diet penderita DM yang dibuktikan dengan penelitian yang dilakukan oleh Purwanti et al. (2024) mendapatkan hasil nilai $p\text{-value} = 0,001$ yang berarti terdapat hubungan yang signifikan antara *Diabetes Distress* dengan tingkat kepatuhan diet pasien DM tipe 2 di Puskesmas Talango.

Diabetes Distress merupakan masalah umum yang dialami oleh penderita DM dengan prevalensi yang cukup signifikan. Penelitian Safitri dkk. (2025) di Puskesmas Pampang Kota Makassar dengan sampel penelitian sebanyak 55 responden mendapatkan hasil sebanyak 22 responden (40%) berada dalam kategori *distress* ringan, 20 responden (36,4%) berada dalam kategori *distress* sedang, dan 13 responden (23,6%) berada dalam kategori *distress* berat. Penelitian lain oleh Azis dkk. (2025) di Puskesmas Kabila dengan sampel sebanyak 74 responden menunjukkan kategori ringan berjumlah 35 responden (47,3%), kategori sedang sebanyak 39 responden (52,7%).

Hasil penelitian Azis dkk. (2025) menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara *Diabetes Distress* dengan *self-care* pada penderita DM tipe 2 di wilayah kerja Puskesmas Kabila dengan nilai *p-value* 0,000 ($< \text{nilai } \alpha = 0,05$) dan nilai korelasi koefisien sebesar (-0,827) yang artinya semakin tinggi *Diabetes Distress*, semakin rendah tingkat *self-care*. Studi lain yang dilakukan oleh Purwanti *et al.* (2024) menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara *Diabetes Distress* dengan kepatuhan diet penderita DM di Puskesmas Talango.

Penelitian mengenai *Diabetes Distress* dengan *self-care* sudah banyak dilakukan. Namun, penelitian terkait *Diabetes Distress* dengan kepatuhan diet masih sangat minim dilakukan khususnya di Provinsi Bali. Beberapa hidangan khas Bali yang mengandung lemak jenuh, gula, dan kolesterol yang tinggi, seperti babi guling, lawar, sate, hidangan berbasis santan, kue-kue tradisional manis memiliki peranan penting dalam pelaksanaan upacara hari raya dan kegiatan keagamaan (Bawa *et al.*, 2025). Pelaksanaan upacara hari raya dan kegiatan keagamaan di Provinsi Bali berlangsung secara rutin dan berulang sepanjang tahun. Kondisi ini

tentu dapat mempengaruhi pengelolaan diabetes terutama dalam hal kepatuhan diet, sehingga penelitian di wilayah Provinsi Bali penting untuk dilakukan.

Berdasarkan uraian di atas maka peneliti tertarik meneliti “Hubungan *Diabetes Distress* dengan Kepatuhan Diet Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 di Puskesmas I Denpasar Barat Tahun 2026”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, permasalahan yang akan diteliti adalah apakah terdapat hubungan *Diabetes Distress* dengan kepatuhan diet penderita Diabetes Melitus tipe 2 di Puskesmas I Denpasar Barat Tahun 2026?

C. Tujuan

1. Tujuan umum

Tujuan umum dilakukannya penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan *Diabetes Distress* dengan kepatuhan diet penderita Diabetes Melitus tipe 2 di Puskesmas I Denpasar Barat tahun 2026.

2. Tujuan khusus

- a. Mengidentifikasi gambaran karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin, usia, pendidikan, dan lama menderita Diabetes Melitus tipe 2 di Puskesmas I Denpasar Barat tahun 2026.
- b. Mengidentifikasi gambaran *Diabetes Distress* pada penderita Diabetes Melitus tipe 2 di Puskesmas I Denpasar Barat tahun 2026.
- c. Mengidentifikasi gambaran kepatuhan diet penderita Diabetes Melitus tipe 2 di Puskesmas I Denpasar Barat tahun 2026.

- d. Menganalisis hubungan *Diabetes Distress* dengan kepatuhan diet penderita Diabetes Melitus tipe 2 di Puskesmas I Denpasar Barat tahun 2026.

D. Manfaat

1. Manfaat teoritis

- a. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber informasi dan pengetahuan bagi perawat serta institusi pendidikan dalam meningkatkan pengetahuan dan pengembangan ilmu keperawatan khususnya dalam pemberian asuhan keperawatan pada penderita Diabetes Melitus tipe 2.
- b. Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai dasar untuk pengembangan penelitian selanjutnya terkait dengan kepatuhan diet pada penderita Diabetes Melitus.

2. Manfaat praktis

- a. Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai acuan untuk merancang strategi intervensi yang tepat dalam menurunkan *Diabetes Distress* sehingga meningkatkan kepatuhan diet penderita Diabetes Melitus tipe 2.
- b. Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai referensi untuk melakukan penelitian lanjutan oleh peneliti berikutnya.