

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Penyakit tidak menular (PTM) merupakan penyakit yang tidak disebabkan oleh infeksi mikroorganisme. Diabetes Mellitus merupakan salah satu penyakit yang termasuk kedalam PTM (Dinas Kesehatan Provinsi Bali, 2020). Menurut PERKENI (Perkumpulan Endokrinologi Indonesia) Diabetes Mellitus merupakan suatu kelompok penyakit metabolik dengan karakteristik hiperglikemia yang terjadi karena kelainan sekresi insulin, kerja insulin atau keduanya (Perkumpulan Endokrinologi Indonesia, 2019).

International Diabetes Federation (IDF) memperkirakan penderita Diabetes Mellitus di dunia pada tahun 2019 sebesar 9,3% (483 juta) orang pada usia 20-79 tahun, angka prevalensi diprediksi terus meningkat hingga mencapai 578 juta orang pada tahun 2030 dan 700 juta orang pada tahun 2045. Pada tahun 2019 Cina, India, dan Amerika Serikat menempati urutan tiga teratas dengan jumlah penderita 116,4 juta, 77 juta, dan 31 juta orang. Indonesia berada di peringkat ke -7 dengan jumlah penderita 10,7 juta orang. Indonesia menjadi satu-satunya negara di Asia Tenggara yang memiliki prevalensi tinggi, sehingga dapat diperkirakan besarnya kontribusi Indonesia terhadap prevalensi kasus Diabetes Mellitus di Asia Tenggara (IDF, 2019).

Berdasarkan data Riskesdas (2018), didapatkan data prevalensi kasus Diabetes Mellitus di Indonesia sebesar 1,5% pada tahun 2013 dan meningkat

menjadi 2% pada tahun 2018. Prevalensi penyakit Diabetes Mellitus tertinggi di Indonesia terdapat di DKI Jakarta dengan 3,4% kasus. Jumlah prevalensi kasus Diabetes Mellitus di Bali sebanyak 1,3% meningkat menjadi 1,7% pada tahun 2018 dan terendah di NTT dengan 0,9%.

Menurut Dinas Kesehatan Provinsi Bali (2020), didapatkan jumlah penderita Diabetes Mellitus di Bali tercatat sebanyak 52.282 jiwa. Salah satu Kabupaten di Bali yang memiliki penderita Diabetes Mellitus tertinggi adalah Kabupaten Denpasar sebanyak 14.353 penderita yang kemudian di susul oleh Kabupaten Buleleng sebanyak 6.849 penderita serta yang terakhir yaitu pada Kabupaten Badung sebanyak jumlah 2.980 penderita. Berdasarkan data dari Dinas Kesehatan Kabupaten Buleleng (2020), penyakit Diabetes Mellitus menduduki urutan ke 2 dalam 10 besar penyakit di Kabupaten Buleleng pada tahun 2020 setelah penyakit hipertensi. Jumlah angka kesakitan akibat penyakit Diabetes Mellitus di Kabupaten Buleleng tercatat sebanyak 6.849 penderita, dari beberapa Puskesmas yang tersebar di Kabupaten Buleleng salah satunya Puskesmas Buleleng III memiliki jumlah penderita Diabetes Mellitus sebanyak 472 orang.

Melihat data yang ada diatas, Diabetes Mellitus dapat menimbulkan terjadinya komplikasi yang bersifat akut dan kronis. Komplikasi akut terdiri dari Hipoglikemia, Ketoasidosis Diabetik (KAD), dan Status Hiperglikemi Hiperosmolar (SHH). Komplikasi kronis berupa gangguan pada pembuluh darah baik makrovaskular maupun mikrovaskular, serta gangguan pada sistem saraf atau neuropati. Komplikasi makrovaskular umumnya mengenai organ jantung, otak dan pembuluh darah, sedangkan gangguan mikrovaskular dapat terjadi pada mata dan ginjal. Keluhan neuropati juga umum dialami oleh penyandang Diabetes

Mellitus, baik neuropati motorik, sensorik ataupun neuropati otonom (Perkumpulan Endokrinologi Indonesia, 2021).

Untuk mencegah terjadinya komplikasi tersebut, penatalaksanaan pada pasien Diabetes Mellitus dikenal sebagai empat pilar utama. Empat pilar tersebut antara lain edukasi, terapi nutrisi/diet, aktifitas fisik dan farmakologi. Keempat pilar pengelolaan tersebut dapat diterapkan pada semua jenis tipe Diabetes Mellitus termasuk Diabetes Mellitus tipe 2. Untuk mencapai fokus pengelolaan Diabetes Mellitus yang optimal maka perlu adanya keteraturan terhadap empat pilar utama tersebut. Salah satu hal yang terpenting bagi pasien Diabetes Mellitus adalah pengendalian kadar gula darah. Pengendalian kadar gula darah pada pasien Diabetes Mellitus berhubungan dengan faktor diet atau perencanaan makanan, karena gizi mempunyai kaitan dengan penyakit Diabetes Mellitus (Perkumpulan Endokrinologi Indonesia, 2019).

Penyebab utama diabetes di era globalisasi adalah perubahan gaya hidup dengan pola makan yang tinggi lemak, garam, dan gula, keseringan menghadiri resepsi/pesta, mengakibatkan masyarakat cenderung mengkonsumsi makanan secara berlebihan, selain itu pola makan makanan yang serba instan saat ini memang sangat digemari oleh sebagian masyarakat, seperti gorengan jenis makanan mudah meriah dan mudah di dapat karena banyak dijual dipinggir jalan ini rasanya memang enak, tetapi dapat mengakibatkan peningkatan kadar gula darah (Sumangkut dkk, 2013). Agar kadar gula darah lebih stabil, maka perlu dilakukan pengendalian kadar gula darah pada pasien DM dengan memperhatikan pola makan atau diet (Perkumpulan Endokrinologi Indonesia, 2019).

Diet merupakan salah satu cara menjaga pola makan yang sehat bagi penderita Diabetes Mellitus. Diet adalah untuk mengatur jumlah makanan yang dikonsumsi oleh seseorang, dan pembagian proporsi yang seimbang antara berbagai kandungan nutrisi pada makanan yang dikonsumsi dengan kebutuhan tubuh (Mustafa dkk, 2017). Kunci utama diet pada Diabetes Mellitus adalah 3J yaitu, jumlah kalori, jenis makanan, dan jadwal makanan. Manfaat diet adalah untuk mencapai dan mempertahankan berat badan serta memastikan asupan yang cukup seperti karbohidrat, serat, lemak dan asam amino esensial, protein, vitamin, dan mineral. Diet dapat menurunkan dan mengendalikan berat badan, dapat meningkatkan kualitas hidup, dapat mengendalikan kadar gula darah dan kolesterol, sehingga diet pada penderita Diabetes Mellitus dapat menunda atau mengurangi resiko terjadinya komplikasi pada Diabetes Mellitus (Dianty & Hasymi, 2018).

Menurut Bertalina & Purnama (2016), kepatuhan adalah tingkat perilaku pasien yang tertuju terhadap instruksi atau petunjuk yang diberikan dalam bentuk terapi apapun yang ditentukan, baik diet, latihan, pengobatan atau janji pertemuan dengan dokter. Keyakinan, sikap dan kepribadian juga sangat berpengaruh kepada kepatuhan pasien dalam pelaksanaan diet karena faktor tersebut adalah faktor internal dalam diri seseorang. Kepatuhan diet pada penderita Diabetes Mellitus merupakan upaya untuk mengontrol kenaikan gula darah yang terlalu tinggi melalui pengaturan makanan (Dewi & Amir, 2018). Menurut Rahayu (2020), Kepatuhan diet Diabetes Mellitus merupakan perilaku yang ditunjukkan oleh pasien sesuai dengan ketentuan diet yang di berikan oleh petugas professional kesehatan, meliputi pembatasan makanan berlemak, membatasi soft drink,

membatasi pemanis, dan pembatasan karbohidrat, serta mengonsumsi makanan serat, buah-buahan dan sayuran. Berdasarkan pernyataan tersebut dapat disimpulkan bahwa kepatuhan diet Diabetes Mellitus merupakan suatu perilaku yang ditunjukkan oleh pasien Diabetes Mellitus dalam mengontrol kenaikan gula darah yang terlalu tinggi dengan melakukan pengaturan makanan yang meliputi pembatasan makanan berlemak, membatasi pemanis, dan pembatasan karbohidrat serta mengonsumsi makanan serat, buah-buahan dan sayuran.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Ernawati dkk, (2020) yang berjudul “Faktor Faktor yang Mempengaruhi Tingkat Kepatuhan Diet pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di Kecamatan Sumbang Banyumas” bahwa dari total 32 responden sebagian besar berada pada tingkat tidak patuh, yaitu sebanyak 17 orang (46,88 %). Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Astari dkk (2016), yang berjudul “Hubungan Antara Kepatuhan Terapi Diet Dan Kadar Gula Darah Puasa Pada Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 Di Wilayah Kerja Puskesmas Purnama Pontianak” bahwa dari 68 responden, dimana 49 responden (72,06%) tidak patuh terhadap terapi diet dan 19 responden (27,94%) patuh terhadap terapi diet. Berdasarkan penelitian dari Insiyah & Hastuti (2016), menyatakan bahwa dari 45 penderita DM menunjukkan bahwa lebih dari 65% responden belum dapat mematuhi diet terkait jenis makanan, jumlah makanan, dan jadwal makan karena pasien belum mampu menetapkan jumlah kalori yang harus dikonsumsinya perhari dalam jumlah yang lengkap.

Kepatuhan penderita dalam mentaati diet Diabetes Melitus sangat berperan penting untuk menstabilkan kadar glukosa pada penderita Diabetes Mellitus, sedangkan kepatuhan itu sendiri merupakan suatu hal yang penting untuk dapat

mengembangkan rutinitas (kebiasaan) yang dapat membantu penderita dalam mengikuti jadwal diet yang kadangkala sulit untuk dilakukan oleh penderita. Jika penderita tidak mempunyai sikap yang positif terhadap diet Diabetes Melitus, maka akan terjadi komplikasi. Untuk mempertahankan kualitas hidup dan menghindari komplikasi dari Diabetes Melitus tersebut, maka setiap penderita harus menjalankan gaya hidup yang sehat yaitu menjalankan diet dengan teratur (Phitri, 2013)

Berdasarkan uraian masalah diatas penulis tertarik untuk melakukan penelitian dalam bentuk karya tulis ilmiah dengan judul “Gambaran Kepatuhan Diet Pada Pasien Diabetes Mellitus Di Wilayah Kerja Puskesmas Buleleng III Tahun 2022”

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang diatas, maka dapat dirumuskan masalah pada penelitian ini adalah “Bagaimanakah Gambaran Kepatuhan Diet Pada Pasien Diabetes Mellitus di Wilayah Kerja Puskesmas Buleleng III Tahun 2022?”.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan umum

Tujuan umum dari karya tulis ilmiah ini adalah untuk mengetahui kepatuhan diet pada pasien Diabetes Mellitus di wilayah kerja Puskesmas Buleleng III tahun 2022.

2. Tujuan khusus

Tujuan khusus dari karya tulis ilmiah Gambaran Kepatuhan Diet Pada Pasien Diabetes Mellitus di Wilayah Kerja Puskesmas Buleleng III Tahun 2022 yaitu :

- a. Mengidentifikasi karakteristik (umur, dan pendidikan) responden pada pasien Diabetes Mellitus di wilayah kerja Puskesmas Buleleng III tahun 2022.
- b. Mengidentifikasi kepatuhan diet pada pasien Diabetes Mellitus di wilayah kerja Puskesmas Buleleng III tahun 2022.
- c. Menganalisis kepatuhan diet berdasarkan karakteristik pada pasien Diabetes Mellitus di wilayah kerja Puskesmas Buleleng III tahun 2022.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat teoritis

- a. Bagi peneliti

Sebagai referensi Bagi mahasiswa untuk melakukan penelitian khususnya mahasiswa Jurusan Keperawatan yang berhubungan dengan Gambaran Kepatuhan Diet Pada Pasien Diabetes Mellitus di Wilayah Kerja Puskesmas Buleleng III Tahun 2022.

- b. Bagi ilmu pengetahuan

- 1) Dapat digunakan sebagai masukan dalam pengembangan ilmu keperawatan tentang Gambaran Kepatuhan Diet Pada Pasien Diabetes Mellitus di Wilayah Kerja Puskesmas Buleleng III Tahun 2022.
- 2) Dapat digunakan sebagai bahan pertimbangan dalam memberikan edukasi tentang pentingnya penderita diabetes mellitus untuk patuh terhadap dietnya.

2. Manfaat praktis

- a. Bagi peneliti

Penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan dan informasi bagi peneliti tentang Gambaran Kepatuhan Diet Pada Pasien Diabetes Mellitus di Wilayah Kerja Puskesmas Buleleng III Tahun 2022. Selain itu penelitian ini

diharapkan dapat menjadi salah satu cara peneliti dalam mengaplikasikan ilmu yang diperoleh dari institusi pendidikan.

b. Bagi perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi keperawatan

Penelitian ini diharapkan dapat mengembangkan ilmu pengetahuan tentang keperawatan khususnya pada pengembangan perawatan dalam meningkatkan mutu dan kualitas tentang Gambaran Kepatuhan Diet Pada Pasien Diabetes Mellitus di Wilayah Kerja Puskesmas Buleleng III Tahun 2022.

c. Bagi masyarakat

Dapat dijadikan masukan dalam pelayanan kesehatan khususnya tentang Gambaran Kepatuhan Diet Pada Pasien Diabetes Mellitus di Wilayah Kerja Puskesmas Buleleng III Tahun 2022.