

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Diabetes Melitus selalu mengalami peningkatan setiap tahun dan menjadi ancaman kesehatan dunia. Prevalensi Diabetes Melitus tipe 2 menyumbang 90% dari semua diabetes dan merupakan salah satu yang terbanyak di seluruh dunia. Menurut *Federasi Diabetes Internasional (IDF)* (2019), sekitar setengah miliar orang menderita diabetes. Berdasarkan data *World Health Organization (WHO)* memperkirakan 2,2 juta kematian akibat penyakit diabetes melitus.

Menurut Kemenkes RI (2018), Diabetes Melitus diperkirakan akan terus meningkat sekitar 600 juta jiwa pada tahun 2035. Sementara itu, hampir setengah dari populasi orang dewasa di Amerika menderita Diabetes Melitus (ADA, 2019). Pada tahun 2016, 1,7 juta orang dewasa di Taiwan didiagnosis sebagai menderita diabetes, dan menjadi penyebab kematian keempat atau kelima di antara orang dewasa Taiwan selama 1995-2015 (Ling Wu, et.al, 2019). Beban diabetes tipe 2 di Afrika Sub-Sahara diproyeksikan meningkat dua kali lipat pada tahun 2040, sebagian disebabkan oleh pola makan yang berubah dengan cepat (Kiguli, et.al, 2019).

Indonesia menduduki peringkat keempat kasus diabetes melitus tipe 2 dengan prevalensi 8,6% dari total populasi, diperkirakan meningkat dari 8,4 juta jiwa pada tahun 2000 menjadi sekitar 21,3 juta jiwa pada tahun 2030. Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) Tahun 2018 menunjukkan bahwa

prevalensi diabetes melitus adalah 2,0 %. Prevalensi Diabetes Melitus didapatkan berdasarkan dari hasil pemeriksaan gula darah pada penduduk yang berumur  $\geq 15$  tahun (Riskesdas, 2018).

Provinsi Nusa Tenggara Barat berdasarkan Hasil Riskesdas tahun 2018 prevelensi penyakit Diabetes Melitus Tipe 2 sebesar (1,2 %), Dengan jumlah pasien Diabetes Melitus Tipe 2 sebanyak 36.486 pasien yang terbagi dalam 10 kabupaten kota yang terdapat di Provinsi NTB, Dimana salah satunya adalah Kabupaten Sumbawa barat dengan jumlah pasien Diabetes Melitus tipe 2 sebanyak 774 pasien (Riskesdas, 2018).

Kabupaten Sumbawa barat terbagi menjadi 9 puskesmas yang tersebar di seluruhh wilayah Kabupaten Sumbawa Barat yang Dimana berdasarkan hasil laporan tahunan Dinas Kesehatan Kabupaten Sumbawa Barat tahun 2019 bahwa pada daftar 10 penyakit terbanyak Penyakit Tidak Menular pada urutan kedua terdapat penyakit Diabetes Melitus tipe 2 setelah Hipertensi pada urutan pertama yaitu dengan jumlah kasus 891 pasien Diabetes melitus dan Puskesmas Poto Tano berada pada urutan kedua jumlah pasien Diabetes Melitus terbanyak dari 9 puskesmas yang tersebar di kabupaten Sumbawa Barat yaitu sebanyak 67 kasus (Laporan Tahunan DIKES KSB, 2019).

Diabetes Melitus memiliki dampak sangat berbahaya karena dapat menimbulkan komplikasi. Komplikasi diabetes terjadi pada semua organ tubuh dengan penyebab kematian 50% akibat penyakit jantung koroner dan 30% akibat gagal jantung. Selain kematian, diabetes juga menyebabkan kecacatan, sebanyak 30% pasien diabetes melitus mengalami kebutaan akibat

komplikasi *retinopati* dan 10% menjalani amputasi tungkai kaki (Bustan, 2015). Oleh karena itu diperlukan usaha pengendalian yang harus dilakukan oleh pasien Diabetes Melitus.

Pengelolaan penyakit Diabetes Melitus dikenal dengan empat pilar utama yaitu edukasi, terapi nutrisi medis/diet, jasmani dan terapi farmakologis. Keempat pilar pengelolaan tersebut dapat diterapkan pada semua jenis tipe Diabetes Melitus termasuk Diabetes Melitus tipe 2. Untuk mencapai fokus pengelolaan Diabetes Melitus yang optimal maka perlu adanya keteraturan terhadap empat pilar utama tersebut. Salah satu hal yang terpenting bagi pasien DM adalah pengendalian kadar gula darah, maka pasien perlu memahami mengenai hal-hal yang mempengaruhi pengendalian kadar gula darah. Pengendalian kadar gula darah pada pasien DM berhubungan dengan faktor diet atau perencanaan makan, karena gizi mempunyai kaitan dengan penyakit DM (Perkeni, 2015).

Penyakit DM tidak dapat disembuhkan, namun dengan pengendalian melalui pengelolaan diet DM dapat mencegah terjadinya komplikasi (Pardede et al, 2015). Kepatuhan diet merupakan salah satu kunci keberhasilan dalam penatalaksanaan penyakit DM. Hal tersebut dikarenakan perencanaan makan merupakan salah satu dari 4 pilar utama dalam pengelolaan DM (Perkeni, 2015). Kendala utama pada penanganan diet Diabetes Melitus adalah kejenuhan pasien dalam mengikuti Diet (Fauzia, et. al, 2017). Kunci utama diet pada DM adalah 3J yaitu jumlah kalori, jenis makanan, dan jadwal makanan. Hal yang harus diperhatikan dalam penatalaksanaan diet untuk pasien

DM yaitu untuk jadwal makan, harus dipertimbangkan kegemaran pasien DM terhadap makanan tertentu, gaya hidup, jam-jam makan ya yang biasanya diikutinya dan latar belakang etnik serta budayanya (Smeltzer, 2012).

Zanti (2017), menjelaskan bahwa sebagian besar (53,1%) pasien Diabetes Melitus tidak patuh pada standar diet Diabetes Melitus berdasarkan kepada 3J (jumlah, jenis dan jadwal). Ketidakpatuhan pasien DM terhadap diet dapat berdampak negatif terhadap kesehatannya jika makanan yang dikonsumsi tidak dikontrol (Fauzia, et. al, 2017). Penelitian Kartika (2017) menyebutkan bahwa 78% responden belum patuh dalam pengaturan jadwal makan karena sebagian besar responden tidak terbiasa makan pagi. Menurut Tandra (2013), jadwal makan pasien DM harus diatur sedemikian rupa sehingga gula darah pasien normal atau stabil, pasien tidak boleh terlambat untuk makan.

Menurut Siopis, et. al (2017), intervensi diet meningkatkan kontrol glikemik Diabetes Melitus tipe 2. Pengaturan makanan merupakan kunci manajemen Diabetes melitus, yang sekilas tampak mudah tapi kenyataannya sulit mengendalikan diri terhadap nafsu makan. Mematuhi serangkaian diet yang diberikan merupakan tantangan yang sangat besar bagi pasien DM supaya tidak terjadi komplikasi (Bustan, 2015). Hasil penelitian Norita (2019) didapatkan hasil bahwa sebagian besar responden tidak patuh terhadap diet DM, dimana masih banyak responden yang masih kurang mengerti tentang makanan yang dapat menyebabkan terjadinya komplikasi DM.

Menurut penelitian Bertalina & Purnama (2017), diketahui bahwa lebih banyak responden yang belum mematuhi diet diabetes (60%). Beberapa hal yang masih sering diabaikan oleh responden adalah tidak mengurangi konsumsi makanan yang manis meskipun telah menggunakan gula pengganti, jarang mengonsumsi sayuran, tidak berolahraga dan tidak mengontrol berat badan. Mayoritas dari responden telah mengalami komplikasi atau memiliki penyakit lain seperti hipertensi dan asam urat. Adanya komplikasi atau penyakit lain tersebut membuat pasien sering tidak mematuhi anjuran diet yang diberikan (Bertalina & Purnama, 2017).

Penelitian Andyani (2017), menyebutkan bahwa tingkat ketidakpatuhan yang tinggi berada pada item jumlah makanan yang dikonsumsi responden yaitu sebanyak 84,4%. Penelitian yang dilakukan Isnaeni (2018) menjelaskan bahwa dari tiga komponen kepatuhan diet (tepat jumlah, jadwal dan jenis), sebagian besar subjek sudah mulai memilih jenis-jenis bahan makanan yang sesuai dengan diet DM dalam perilaku makan sehari-hari, tetapi untuk ketepatan jumlah maupun jadwal makan, masih banyak subjek penelitian yang belum menerapkannya dalam diet sehari-hari.

Menurut PERKENI (2015), edukasi dengan tujuan promosi hidup sehat, perlu selalu dilakukan sebagai bagian dari upaya pencegahan dan merupakan bagian yang sangat penting dari pengelolaan DM secara holistik. Edukasi kesehatan diharapkan mampu meningkatkan diet pasien DM sehingga dapat mencegah timbulnya masalah kesehatan lain (Efendy & Makhfudli, 2013).

Studi pendahuluan yang peneliti lakukan pada tanggal 7 September 2020 di Puskesmas Poto Tano Kabupaten Sumbawa Barat. Berdasarkan wawancara terhadap 10 orang responden, 7 orang responden mengatakan tidak mengikuti aturan diet makanan yang telah diberikan oleh petugas kesehatan. Responden tersebut mengatakan sering makan malam, makan dalam porsi besar dan kadang- kadang memakan makanan yang menjadi pantangan pasien diabetes melitus. Sementara itu, 3 orang responden mengatakan sudah mengikuti aturan diet dari petugas kesehatan. Dari studi pendahuluan diketahui jika pendidikan kesehatan tentang pengaturan diet DM dilaksanakan satu kali dalam seminggu di Puskesmas Poto Tano Kabupaten Sumbawa Barat, namun masih ada pasien yang belum menjalankan diet DM sesuai anjuran petugas kesehatan.

Berdasarkan data diatas peneliti tertarik melakukan penelitian tentang gambaran kepatuhan diet pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di Puskesmas Poto Tano Kabupaten Sumbawa Barat tahun 2020.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang tersebut, rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Bagaimana gambaran kepatuhan diet pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di Puskesmas Poto Tano Kabupaten Sumbawa Barat tahun 2020?”

## **C. Tujuan penelitian**

### **1. Tujuan Umum**

Untuk diketahui gambaran kepatuhan diet pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di Puskesmas Poto Tano Kabupaten Sumbawa Barat tahun 2020.

## **2. Tujuan Khusus**

- a. Diketahui distribusi frekuensi karakteristik responden pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di Puskesmas Poto Tano Kabupaten Sumbawa Barat tahun 2020.
- b. Diketahui distribusi frekuensi kepatuhan jumlah makanan sesuai diet pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di Puskesmas Poto Tano Kabupaten Sumbawa Barat tahun 2020.
- c. Diketahui distribusi frekuensi kepatuhan jenis makanan sesuai diet pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di Puskesmas Poto Tano Kabupaten Sumbawa Barat tahun 2020.
- d. Diketahui distribusi frekuensi kepatuhan jadwal makanan sesuai diet pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di Puskesmas Poto Tano Kabupaten Sumbawa Barat tahun 2020.

## **D. Manfaat Penelitian**

### **1. Bagi Puskesmas Poto Tano Kabupaten Sumbawa Barat**

Diharapkan penelitian ini dapat menjadi bahan masukan dalam menyusun strategi untuk meningkatkan kepatuhan diet pada pasien Diabetes Melitus

### **2. Bagi Instansi pendidikan**

Penelitian ini dapat digunakan untuk meningkatkan dan mengembangkan pengetahuan mahasiswa tentang penelitian ilmiah terutama tentang penyakit Diabetes Melitus.

### 3. Bagi peneliti selanjutnya

Diharapkan dapat digunakan sebagai bahan tambahan (*referensi*), informasi dan perbandingan untuk penelitian selanjutnya agar bisa meneliti variabel lain yang berhubungan dengan penyakit Diabetes Melitus.

