

BAB I

PENDAHULUAN

A. LATAR BELAKANG

Diabetes melitus merupakan penyakit metabolik yang ditandai dengan adanya peningkatan kadar glukosa dalam darah (hiperglikemia) yang diakibatkan oleh kelainan dalam sekresi insulin. Umumnya Diabetes Melitus disebabkan oleh kadar gula dalam darah yang berada di atas ambang normal (normalnya 140 hingga 199 mg/dL). Tanda gejala utama Diabetes biasanya sering kencing (poliuria), sering haus (polidipsia), sering lapar (polifagia) Wulandari (2020). Tipe Diabetes yang paling umum terjadi adalah Diabetes Melitus Tipe 1 dan Diabetes Melitus Tipe II. Diabetes Melitus Tipe 1 disebabkan tidak adanya produksi insulin sama sekali sedangkan Diabetes Melitus Tipe II disebabkan karena tidak cukup dan tidak efektifnya kerja insulin (RI, 2018).

Prevalensi Diabetes Melitus di dunia menurut *International Diabetes Federation* (IDF) pada tahun 2019 memperkirakan sedikitnya terdapat 463 juta jiwa pada usia 20-79 tahun di dunia menderita Diabetes pada tahun 2019 atau setara dengan 9,3% dari total penduduk pada usia yang sama. Menurut IDF sebanyak 90% dari total kasus DM adalah Diabetes Melitus Tipe II yang mana jenis ini merupakan jenis yang paling umum diderita. Berdasarkan jenis kelamin IDF memperkirakan Diabetes Melitus terjadi pada perempuan sebesar 9% dan pada laki-laki sebesar 9,65%. Pada tahun 2019 RISKESDES menyebutkan bahwa penderita DMTII di Indonesia sebanyak 10,7 juta jiwa dan meningkat pada tahun 2021 menjadi 19,5 juta jiwa, hal tersebut membuat Indonesia berada di peringkat ke-5 dengan jumlah penderita DMTII terbanyak di dunia (Rondhianto, 2022).

Menurut Dinas Kesehatan Provinsi Kalimantan Selatan pada tahun 2022 jumlah penderita Diabetes di Kota Banjarmasin sebanyak 9954 jiwa, berdasarkan data dari DinKes tersebut tercatat Puskesmas Teluk Tiram Banjarmasin berada di peringkat pertama DM

terbanyak yaitu 2119 jiwa (21%), disusul dengan Puskesmas Pekauman diperingkat ke dua sebanyak 1424 jiwa (14%), dan di peringkat ke tiga adalah Puskesmas Alalak Selatan sebanyak 867 jiwa (9%) dan Diabetes juga tercatat berada di 25 Puskesmas lain di Banjarmasin Dinkes (2022). Sehingga Puskesmas Teluk Tiram Banjarmasin menjadi Puskesmas pilihan untuk melakukan penelitian. Pada puskesmas teluk tiram terhitung dari bulan januari hingga September 2023 tercatat sebanyak 270 penderita DMTII telah berobat di puskesmas dengan rata-rata perbulan ada sekitar 30 penderita yang datang berobat. Selama periode Januari hingga September didominasi oleh perempuan sebanyak 172 jiwa dan laki-laki sebanyak 98 jiwa. Golongan usia yang datang berobat bervariasi setiap bulannya, dari usia 15-60 tahun keatas didominasi oleh golongan usia 30-50 tahun (Puskesmas Teluk Tiram, 2023).

Penyakit DMTII yang disebabkan karena resistensi insulin dan disfungsi sel beta pancreas, penyebab dominan DMTII ialah pola hidup seperti pola makan dan aktifitas fisik. Tingginya prevalensi DMTII disebabkan oleh adanya perubahan gaya hidup yang dilakukan oleh penderita serta kurangnya kesadaran untuk melakukan deteksi dini penyakit dm, kurangnya melakukan aktifitas fisik, dan adanya pengaturan pola makan yang salah. Menurut PERKENI penderita DM harus melakukan diet (menjaga pola makan) secara baik setiap hari, namun banyak penelitian yang menunjukkan bahwa penderita DM masih memiliki kepatuhan diet yang rendah. PERKENI juga menyebutkan ada 4 pilar penatalaksanaan DMTII yaitu edukasi, latihan jasmani, terapi farmakologis, dan pengaturan diet (terapi nutrisi medis). Terapi nutrisi medis merupakan bagian yang paling penting dari penatalaksanaan DMTII secara komprehensif, prinsip pengaturan makan sebenarnya hampir sama dengan anjuran makan untuk Masyarakat umum namun penderita DMTII perlu lebih ditekankan selain makan yang seimbang juga tentang pentingnya keteraturan jenis makan, jumlah makanan, dan jadwal makan. Kunci keberhasilan pada

pengaturan diet adalah keterlibatan secara menyeluruh baik dari petugas Kesehatan maupun keluarga penderita. Pengelolaan diet DMTII penting dilakukan guna untuk meningkatkan *Diabetes Out Come*, meningkatkan kualitas hidup, mengurangi risiko terjadinya komplikasi, disabilitas, serta mencegah kematian dini (Soelistijo, 2021).

Hasil penelitian di beberapa negara di dunia menunjukkan mayoritas penderita DMTII tidak menjalankan program diet dengan baik hanya sebanyak 8,6%-24,1% yang memiliki pengelolaan diet baik. Penelitian di Indonesia menunjukkan mayoritas penderita DMTII tidak patuh pada keteraturan jumlah makan sebanyak 53,7% tidak patuh, jenis makan sebanyak 50,7% dan keteraturan jadwal makan sebanyak 55,2%. Hal ini disebabkan karena penderita DMTII jarang mengontrol gula darah ke pelayanan Kesehatan, masih sering mengonsumsi makanan dengan tinggi lemak seperti makanan siap saji, gorengan, usus, dan hati. Hal tersebut menunjukkan penderita kurang mengerti tentang jenis makan yang harusnya dihindari, alasan terakhir adalah banyak penderita DMTII yang bosan dengan diet yang diberikan, mereka tidak mencatat menu makanan dan tidak makan sesuai anjuran (Pramayudi, 2020).

Menurut Cahyaningrum (2020), kepatuhan adalah sebuah perilaku yang tertuju pada instruksi yang diberikan dalam bentuk terapi baik diet, Latihan, pengobatan, ataupun janji dengan dokter. Keyakinan, sikap, dan kepribadian berpengaruh terhadap kepatuhan. Kepatuhan diet pada penderita DMTII merupakan sebuah upaya guna mengontrol kenaikan gula darah melalui pengaturan makanan. Kepatuhan diet DMTII meliputi pembatasan makanan berlemak, pemanis, karbohidrat, serta sering mengonsumsi buah dan sayur. Berdasarkan pernyataan tersebut kepatuhan diet DMTII merupakan perilaku yang ditunjukkan oleh penderita DMTII dalam mengontrol kenaikan gula darah yang terlalu tinggi dengan mengikuti ketentuan diet yang diberikan oleh petugas profesional Kesehatan. Kepatuhan dalam menaati diet sangat berperan penting untuk menstabilkan kadar gula

darah. Jika penderita tidak mempunyai sikap yang positif terhadap diet maka akan terjadi komplikasi sehingga setiap penderita harus menjalankan gaya hidup yang sehat dan teratur.

Puskesmas Teluk Tiram memiliki jumlah pasien DMTII sebanyak 270 penderita (Januari sampai September 2023), dari 270 penderita yang ada 10 responden merupakan pasien DMTII yang terpilih untuk di wawancara guna melakukan studi pendahuluan. Dari 10 responden yang berpartisipasi di studi pendahuluan selama tanggal 13-21 Oktober 2023 diketahui telah menderita DMTII selama 5-10 tahun dan penderita berusia sekitar 55-59 tahun. Seluruh penderita telah mendapatkan informasi diet baik dari Dokter, penyuluhan dari petugas Puskesmas, maupun dari Kader. Akan tetapi, dalam pelaksanaannya pasien tidak mematuhi aturan diet yang disarankan diketahui dari, 80% responden mengonsumsi makanan yang sama dengan anggota keluarga seperti nasi putih dengan porsi berlebih (2 centong nasi), mie instan, ayam goreng dengan kulit, ikan tongkol, sayur bersantan, teh manis, dengan jadwal makanan 3 kali 1 hari meski makanan tersebut dilarang saat menjalankan program diet DMTII. 60% responden makan-makanan tinggi kalori seperti bakso, mie ayam, lontong, dan mie instan. 70% responden mengatakan tidak memiliki jadwal makan tetap dengan alasan mengikuti kemauan diri sendiri yaitu akan makan jika merasa lapar tetapi tidak makan lebih dari 3 kali 1 hari.

Hasil studi pendahuluan di atas dapat di simpulkan bahwa beberapa penderita DMTII memiliki kepatuhan diet yang kurang baik dimana responden tidak membatasi jumlah kalori harian dan sering makan makanan yang di inginkan. Hal tersebut menunjukkan gambaran diet penderita DMTII kurang baik.

Berdasarkan data penderita DMTII dari bulan Januari hingga September 2023 sebanyak 270 jiwa yang di dapatkan dari Puskesmas Teluk Tiram diketahui sebanyak 66 penderita (24%) memeriksakan kadar gula darah mereka sedangkan sisanya (76%) datang

ke Puskesmas hanya meminta obat rutin. Terhitung kadar gula darah penderita yang terkontrol adalah sebanyak 35 dari 66 penderita (53%), diketahui dari data yang didapatkan bahwa gula darah puasa penderita di bulan Januari dan Juli berada dalam batas normal (<200 mmHg). Sebanyak 31 dari 66 penderita (47%) diketahui memiliki kadar gula darah puasa yang tidak terkontrol di bulan Maret dan September, gula darah puasa penderita DMTII meningkat (rata-rata >250 mmHg menjadi >300 mmHg). Penderita yang memeriksakan gula darahnya telah mendapatkan edukasi diet Diabetes Melitus Tipe II dari petugas Kesehatan posbindu di Kelurahan Teluk Tiram dan Telawang setiap 3 bulan sekali.

Penderita yang mengonsumsi gula berlebih, lemak berlebih, dan kurang aktifitas fisik dapat menimbulkan beberapa komplikasi seperti Hipertensi Primer sebanyak 137 penderita (51%), di lanjutkan dengan Arthritis sebanyak 31 penderita (11%), Gangguan Metabolisme Lipoprotein Lipidemia sebanyak 28 penderita (10%), Dispepsia sebanyak 26 penderita (9%), dan Dermatitis sebanyak 16 penderita (6%), serta sisanya merupakan jenis komplikasi lain seperti Gagal Ginjal, Abses Kulit, Katarak, dan lainnya. Dengan menjalani diet Diabetes Melitus yang berarti tidak mengonsumsi makanan yang di larang dapat membantu menghindari kekambuhan atau naiknya kadar gula darah.

Berdasarkan permasalahan di atas penderita DMTII diketahui telah mendapatkan edukasi diet dari petugas Kesehatan professional namun beberapa penderita masih memiliki kadar gula darah yang tidak terkontrol sehingga dapat menyebabkan komplikasi seperti yang di sebutkan kemungkinan besar akan menyerang penderita DMTII. Berdasarkan fenomena tersebut peneliti tertarik untuk melihat Gambaran Kepatuhan Diet Pada Penderita Diabetes Melitus Tipe II di Puskesmas Teluk Tiram Banjarmasin.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas maka fokus masalah dalam penelitian ini adalah “Bagaimanakah Gambaran Kepatuhan Diet Pada Penderita Diabetes Melitus Tipe II di Puskesmas Teluk Tiram?”

C. Tujuan Penelitian

Untuk Mengidentifikasi Gambaran Kepatuhan Diet Pada Penderita Diabetes Melitus Tipe II di Puskesmas Teluk Tiram Banjarmasin.

D. Manfaat penelitian

1. Manfaat teoritis

Penelitian ini dapat memberikan informasi dan pengetahuan bagi pengembangan ilmu pengetahuan dan penerapannya di bidang keperawatan komunitas khususnya mengenai perbaikan dan pemahaman kesehatan serta pencegahan penyakit di bidang keperawatan medikal bedah yang membahas mengenai diet DM Tipe II.

2. Manfaat praktis

1. Bagi puskesmas

Hasil penelitian ini dapat menjadi masukan dalam upaya dan masukan untuk rencana asuhan keperawatan dalam menangani kepatuhan diet yang mengalami Diabetes Melitus sehingga dapat meningkatkan pelayanan yang ada.

2. Bagi institusi Pendidikan/tenaga Kesehatan

Sebagai bahan masukan informasi serta dapat menjadi bahan acuan pembelajaran dan mengaplikasikan ilmu yang sudah di dapatkan untuk memahami keinginan penderita ketika mengalami masalah Kesehatan.

3. Bagi perawat

Hasil penelitian ini dapat di jadikan sebagai acuan bagi para perawat komunitas dalam memberikan asuhan keperawatan untuk memecahkan masalah yang dialami penderita khususnya kepatuhan diet yang mengalami penyakit Diabetes Melitus Tipe II.

4. Bagi penderita DM

Hasil penelitian ini dapat menjadi masukan agar para penderita dapat mematuhi diet Diabetes Melitus dengan baik

5. Bagi peneliti selanjutnya

Hasil penelitian ini dapat menjadi landasan atau rujukan untuk penelitian serupa kedepannya mengenai factor-faktor yang mempengaruhi kepatuhan diet Diabetes Melitus Tipe II.

E. Keaslian Penelitian

Judul penelitian	Tahun dan nama penulis	Metode yang di gunakan	Persamaan dengan penelitian yang di teliti	Perbedaan dengan penelitian yang di teliti
Gambaran Kepatuhan Diet Pasien Diabetes Mellitus Tipe II di Puskesmas Poto Tano Kabupaten Sumbawa Barat Tahun 2020	Nanang Pramayudi (2021)	Desain penelitian menggunakan <i>descriptive</i> dengan pendekatan <i>Cross Sectional Study</i> populasi dalam penelitian berjumlah 67 jiwa dengan menggunakan teknik total sampling instrument yang digunakan adalah kuisioner <i>tentang</i> Kepatuhan Diet berupa 3j, hasil uji valid $p < 0,05$. Uji analisis yang di gunakan adalah analisis univariat (Pramayudi, 2020).	Persamaan dengan penelitian ini adalah Variable yang di teliti yaitu kepatuhan diet DMTII Desain penelitian yaitu deskriptif Instrument yang digunakan kuisioner dengan konsep 3J	Penelitian yang dilakukan oleh peneliti menggunakan deskritif kuantitatif dengan teknik pengambilan sampel yaitu purposive sampling yang memiliki kriteria inklusi dan eksklusi. Penelitian ini dilakukan di Puskesmas Teluk Tiram Banjarmasin dari bulan April samapai selesai.
Gambaran Kepatuhan Diet Pasien Diabetes Mellitus Tipe II di Puskesmas Pajagan Kabupaten Lebak Tahun 2023	Rodi Widianoro (2023)	Jenis penelitian yang di gunakan adalah Deskriptif Observasional. Populasi penelitian berjumlah 67 responden, teknik total sampling atau sample jenuh. Penelitian ini menggambarkan distribusi frekuensi kepatuhan diet pasien diabetes mellitus tipe II (Widianoro, 2023).	Variable yang di gunakan yaitu kepatuhan diet penderita DM Tipe II. Instrument yang digunakan kuisioner dengan konsep 3J. kategori penilaian kriteria patuh dan tidak patuh	Penelitian menggunakan deskritif kuantitatif dengan teknik pengambilan sampel yaitu purposive sampling yang memiliki kriteria inklusi dan eksklusi. Penelitian ini dilakukan di Puskesmas Teluk Tiram Banjarmasin dari bulan April sampai selesai.

Judul penelitian	Tahun dan nama penulis	Metode yang di gunakan	Persamaan dengan penelitian yang di teliti	Perbedaan dengan penelitian yang di teliti
Gambaran Kepatuhan Diet Pasien Diabetes Mellitus Tipe II :Literature Review Tahun 2021	Regina Merdekari Rizki Ananda, Dafid Arifiyanto (2021)	Penelitian ini merupakan metode Literature Review dengan mencari artikel dari tahun 2011-2021 melalui Ncbi dan Portal Garuda, instrumen menggunakan jenis <i>Strobe</i> . Artikel yang diambil berjumlah 5 kemudian di Review dan di analisis menggunakan PICO (Muhammadiyah et al., 2021).	Persamaan dengan penelitian ini adalah Variable yang di teliti. Karakteristik responden yang dilihat yaitu usia dan jenis kelamin.	Penelitian yang dilakukan oleh peneliti menggunakan deskriptif kuantitatif dengan teknik pengambilan sampel yaitu purposive sampling yang memiliki kriteria inklusi dan eksklusi. Penelitian ini menggunakan sumber data primer yaitu langsung dari responden. Penelitian ini dilakukan di Puskesmas Teluk Tiram Banjarmasin dari bulan April sampai selesai.