

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Diabetes melitus (DM) merupakan salah satu jenis penyakit degeneratif yang mengalami peningkatan setiap tahun dan menjadi ancaman kesehatan di negara-negara seluruh dunia Suzanne C. Smeltzer, Brenda G. Bare (2013). Diabetes Militus merupakan (DM) kumpulan penyakit metabolic yang di tandai dengan hiperglikemi akibat kerusakan sekresi insulin, atau keduanya .

Data World Health Organization (WHO) menyebutkan bahwa tercatat 422 juta orang di dunia menderita diabetes melitus atau terjadi peningkatan sekitar 8,5 % pada populasi orang dewasa dan diperkirakan terdapat 2,2 juta kematian dengan presentase akibat penyakit diabetes melitus. *International Diabetes Federation (IDF)* (2020), terdapat 463 juta orang pada usia 20 – 79 tahun di dunia yang mengalami DM. Sedangkan prevalensi DM menurut Riskesdas, (2018) di Indonesia berdasarkan b diagnosis dokter pada semua umur yaitu sekitar 1,5% penduduk Indonesia, sehingga dari hasil survei tersebut menempatkan Indonesia berada peringkat ke-7 dengan pasien DM terbesar di seluruh dunia. Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) Tahun 2018 menunjukkan bahwa prevalensi diabetes melitus adalah 2,0 % dan terus meningkat menjadi 6,8 % pada tahun 2020. pravalensi Diabetes Mellitus didapatkan berdasarkan dari hasil pemeriksaan gula darah pada penduduk yang berumur ≥ 15 tahun (Riskesdas, 2018). Sementara itu prevalensi diabetes di Jawa Tengah adalah sebesar 2,1%. Berdasarkan Profil Kesehatan Kabupaten Klaten Tahun 2020 menyatakan prevalensi DM sebanyak 37.485 jiwa atau 90,7% yang mendapatkan pelayanan kesehatan sesuai standar. Sedangkan di Kecamatan Kalikotes wilayah kerja Puskesmas Kalikotes menyatakan prevalensi DM pada Tahun 2020 sebanyak 1.091 jiwa atau 78,2%.

Diabetes melitus adalah penyakit yang tidak bisa disembuhkan. karena penyakit ini masih bisa diatasi dan dikendalikan. Salah satunya, dengan menjalani [pengobatan diabetes](#). Berikut beberapa pilihan obat penyakit gula: (suntik insulin) diabetes tipe 1, sistem kekebalan tubuh akan menyerang sel yang memproduksi insulin sehingga kadar insulin yang dihasilkan tubuh berkurang, (obat – obatan), (menjalani pola hidup sehat) diabetes tipe 2, pengobatan utama yang biasanya dianjurkan dokter adalah mengubah

pola hidup. Perubahan gaya hidup ini biasanya meliputi pola makan sehat dan olahraga secara teratur. Pola makan yang diterapkan juga bisa berupa memilih makanan yang rendah gula.

5 Pilar penatalaksanaan Diabetes : (**Edukasi**) Tujuan edukasi adalah mempromosikan hidup sehat. Edukasi merupakan bagian dari upaya pencegahan dan bagian yang sangat penting dari pengolahan diabetes melitus secara holistic, (Aktivitas Fisik) Aktivitas fisik harus dilakukan teratur, tiga sampai lima dalam seminggu. Tidak usah lama-lama, cukup 30-45 menit sehari. Total 150 menit seminggu, (Pengaturan Makanan) Seperti diet DM rendah gula, (obat – obatan) Pengaturan diet dan kegiatan jasmani merupakan hal utama dalam penatalaksanaan diabetes melitus. Namun, bila diperlukan, dapat dilakukan bersamaan dengan pemberian obat antihiperqlikemia oral tunggal atau kombinasi sejak dini, (pemantauan gula darah) Pemantauan gula darah harus dilakukan secara rutin. Ini bertujuan untuk mengevaluasi pemberian obat pada diabetesi. Jika dengan melakukan lima pilar di atas mencapai target, tidak akan terjadi komplikasi. (P, 2021)

PERKENI (Perhimpunan Endokrinologi Indonesia, 2011) dalam penelitian Waspadji (2013) telah mengeluarkan 4 pilar penatalaksanaan pada penderita DM yang meliputi perencanaan makanan, latihan jasmani, obat, dan keikutsertaan edukasi. Jika penatalaksanaan 4 pilar dilakukan dengan baik, maka kadar gula darah penderita DM dapat terkontrol sehingga terhindar dari komplikasi yang disebabkan oleh DM. Diet adalah salah satu penatalaksanaan yang utama dari 4 pilar penatalaksanaan DM. Diet pada penderita DM dilakukan dengan mempertahankan 3J yaitu jumlah, jenis dan jadwal diet DM. Jumlah kalori yang tepat untuk dikonsumsi penderita DM dilakukan dengan mengukur secara tepat porsi makanan yang akan dikonsumsi dengan jumlah tertentu pada setiap waktu makan dan makan-makanan selingan. Cahyaningrum Siti (2020)

Hasil penelitian Susanti (2019) mendemonstrasikan bahwa berdasarkan beberapa penelitian yang dilakukan sebelumnya bahwa faktor risiko yang mempengaruhi terjadinya DM Tipe 2 adalah umur, jenis kelamin, Indeks Massa Tubuh (IMT), tekanan darah, aktivitas fisik, stres, merokok, riwayat keluarga, serta pola makannya. Pengetahuan pasien tentang diet diabetes melitus merupakan hal yang sangat penting untuk membentuk perilaku kepatuhan dalam menjalani diet sehingga tujuan tersebut dapat tercapai. Untuk meningkatkan pengetahuan dan kepatuhan

penderita diabetes mellitus diperlukan peran serta tenaga kesehatan untuk memberikan informasi yang tepat melalui health education mengenai cara pelaksanaan diet diabetes mellitus sebagai salah satu cara untuk meningkatkan kepatuhan pasien penderita diabetes mellitus.

Kepatuhan Diet penderita diabetes mellitus mempunyai fungsi yang sangat penting yaitu mempertahankan berat badan normal, menurunkan tekanan darah sistolik dan diastolik, menurunkan kadar glukosa darah, memperbaiki profil lipid, meningkatkan sensitivitas reseptor insulin dan memperbaiki system koagulasi darah (Supriyadi, 2017). Ketidakepatuhan penatalaksanaan diet oleh penderita DM akan menyebabkan hiperglikemia dan komplikasi seperti ginjal, jantung, hipertensi, katarak, dan gangren (Meitha, 2008). Salah satu upaya untuk meningkatkan kepatuhan pasien terhadap pengobatannya saat ini adalah dengan melakukan konseling pasien. Dasar pemahaman yang baik adalah komunikasi, komunikasi yang baik antar ahli gizi dengan pasien akan meningkatkan pemahaman pasien terhadap pengobatan atau terapi yang sedang dijalani (Illmah & Rochmah, 2015) dalam (Risnasari, 2014) .

Pergeseran zaman juga menyebabkan gaya hidup masyarakat terutama pada pola makan masyarakat menjadi lebih modern. Sebagian besar pola makan modern banyak mengandung tinggi lemak, tinggi gula, tinggi karbohidrat, dan tinggi garam. Dalam penelitian Putri (2017) menyebutkan, makanan cepat saji dalam bentuk kaleng atau yang ditawarkan diberbagai *outlet* makanan juga semakin menjamur karena tingginya minat makan masyarakat dengan makanan cepat saji yang dapat meningkatkan kadar gula darah. Makanan cepat saji adalah makanan yang dikemas, yang mudah disajikan dan praktis. Kebanyakan makanan cepat saji mengandung kalori tinggi, glukosa tinggi, garam tinggi, serta karbohidrat yang tinggi. Jenis makanan yang paling banyak dikonsumsi dan memiliki kandungan glikemik yang tinggi seperti : burger, kentang goreng, donat, spaghetti, pizza, dll. Selain makanan cepat saji tersebut, roti tawar, kentang tumbuk, dan nasi putih juga mengandung tinggi glukosa. Dalam penelitian Fitri R. I (2014) Mengonsumsi makanan tinggi karbohidrat dan tinggi glukosa dapat mempengaruhi peningkatan glukosa darah dan dapat mengakibatkan resistensi insulin serta dapat juga mengakibatkan hiperglikemia.

Hasil penelitian Cahyaningrum Siti (2020) Diabetes melitus dapat menimbulkan komplikasi yang mengenai kondisi tubuh. Apabila penyakit ini tidak terkontrol dengan baik maka mengakibatkan meningkatnya kadar glukosa darah (hiperglikemi).

Hiperglikemi dapat menimbulkan berbagai macam komplikasi yaitu komplikasi metabolik seperti diabetes ketoasidosis; komplikasi mikrovaskuler seperti penyakit ginjal dan mata; komplikasi neuropati seperti penyakit saraf; serta komplikasi makrovaskuler yaitu infark miokard, stroke, dan penyakit vaskuler perifer. Untuk mencegah terjadinya komplikasi tersebut, klien harus mematuhi 4 pilar penatalaksanaan meliputi pendidikan kesehatan, perencanaan makan (diet), latihan fisik teratur, dan terapi medis seumur hidup. Patuh terhadap peraturan tersebut dapat menimbulkan gangguan psikologis bagi klien sehingga banyak yang gagal mematuhi.

Kepatuhan terhadap pemenuhan aturan diet pada penderita DM merupakan tantangan yang berat bagi pasien karena dibutuhkan perubahan dari kebiasaan dan perilakunya. Kepatuhan merupakan ketaatan seseorang dalam melaksanakan sesuatu kegiatan yang telah ditentukan, juga dorongan dari dalam diri seseorang untuk mematuhi atau menuruti apa yang sudah diperintahkan. Salah satu cara untuk mengatasi akibat lanjut dari Diabetes Mellitus adalah dengan cara penerapan diet DM Arisman (2009). Namun sampai saat ini banyak ditemukan penderita yang tidak patuh dalam pelaksanaan diet. Berdasarkan penelitian yang dilakukan Lestari dkk (2013) dalam Cahyaningrum Siti (2020) pada penderita DM di Puskesmas Maradekaya Kota Makasar, didapatkan sebagian besar responden (89,7%) tidak patuh terhadap diet yang seharusnya bagi penderita Diabetes.

Studi pendahuluan di Kelurahan Tambongwetan Kecamatan Kalikotes Kabupaten Klaten pada bulan November tahun 2021 dengan melakukan wawancara kepada 10 orang penderita Diabetes Melitus, didapatkan hasil bahwa 40% penderita mengatakan mematuhi jumlah makanan sesuai standar Diet DM namun tidak memperhatikan jenis dan jadwal makan dan pada waktu kontrol ke Prolanis kadar gula darah masih terlihat tinggi, 30% penderita mengatakan mematuhi jumlah, jenis dan jadwal makan sesuai Standar Diet DM sehingga hasil gula darah waktu kontrol hasilnya dalam batas normal, sedangkan 30% penderita Diabetes Mellitus mengatakan mematuhi jadwal dan jenis makanan sesuai standar Diet DM namun tidak memperhatikan jumlah makanan yang dimakan dan hasil pemeriksaan gula darah tidak stabil.

B. Rumusan Masalah

Gaya hidup masyarakat dengan makanan cepat saji yang mengandung tinggi lemak, tinggi karbohidrat, dan tinggi glukosa dapat mempengaruhi peningkatan glukosa darah yang dapat mengakibatkan terjadinya hiperglikemia. Oleh karena itu, penderita DM perlu menjaga kepatuhan diet untuk pengendalian kadar gula darah sehingga kadar gula darah tetap terkontrol. Berdasarkan uraian latar belakang diatas maka perumusan masalah pada penelitian ini adalah “Bagaimana Gambaran Kepatuhan Diet Pada Penderita Diabetes Melitus ?”

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kepatuhan diet pada penderita diabetes melitus di Kelurahan Tambongwetan Kecamatan Kalikotes Kabupaten Katen.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi karakter responden meliputi umur, jenis kelamin, dan pekerjaan Diabetes Mellitus di Kelurahan Tambongwetan Kecamatan Kalikotes Kabupaten Klaten.
- b. Mengidentifikasi kepatuhan diet pada penderita diabetes melitus di Kelurahan Tambongwetan Kecamatan Kalikotes Kabupaten Klaten.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Karya tulis ini diharapkan dapat di gunakan sebagai tambahan referensi dalam upaya pengembangan ilmu Keperawatan Medikal Bedah sistem endokrin dalam meningkatkan pengetahuan terkait pola makan pada penderita Diabetes Mellitus.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Rumah Sakit

Karya Tulis Ilmiah ini bertujuan sebagai bahan masukan dan evaluasi yang di perlukan dalam pelaksanaan praktik pelayanan keperawatan pada penderita Diabetes Mellitus.

b. Bagi Institusi Pendidikan

Karya Tulis Ilmiah ini sebagai bahan masukan dalam kegiatan belajar mengajar mengenai materi Departemen Keperawatan Medikal Bedah dengan masalah Diabetes Mellitus.

c. Bagi Pasien

Hasil penelitian ini di harapkan dapat meningkatkan kepatuhan pasien maupun anggota keluarga pasien mengenai pentingnya anjuran diet penyakit Diabetes Mellitus demi men control kestabilan kadar glukosa darah.

d. Bagi Peneliti

Untuk menambah wawasan dalam memecahkan masalah mengenai tema yang di teliti serta sebagai penerapan pengetahuan yang di peroleh selama mengikuti perkuliahan di STIKES Muhammadiyah Klaten mengenai aplikasi materi Departemen Keperawatan Medikal Bedah sistem endokrin.

e. Bagi Tenaga Kesehatan

Sebagai referensi untuk edukasi penerapan diet yang benar untuk mengontrol kadar gula darah di pelayanan kesehatan. Dalam hal ini peran perawat sangat dibutuhkan baik sebagai pemberi asuhan keperawatan maupun sebagai edukator.

E. Keaslian Penelitian

Dari penelusuran peneliti mengenai perilaku diet pada pasien Diabetes Mellitus. Adapun beberapa peneliti sebelumnya adalah :

Tabel 1. 1 Keaslian Penelitian

No.	Penulis (tahun)	Judul	Variabel	Metode	Hasil	Perbedaan
1	(Fauzia <i>et al.</i> , 2015)	Gambaran Kepatuhan Diet Penderita Diabetes Mellitus Tipe 2 Di Puskesmas Tenganan	Penelitian ini merupakan penelitian satu variable yaitu Gambaran Kepatuhan Diet Penderita Diabetes Mellitus Tipe 2 Di Puskesmas Tenganan	Jenis penelitian ini adalah penelitian deskriptif analisis, dengan pendekatan metode survey. Penelitian ini telah dilakukan di Puskesmas Tenganan pada bulan Februari 2020. Populasi dalam penelitian ini adalah semua pasien penderita DM tipe 2 Prolanis di Puskesmas Tenganan pada bulan Februari 2020 sebanyak 64 orang dengan sampel sebanyak 64 orang. Teknik sampling yang digunakan pada penelitian ini adalah accidental sampling. Alat pengumpulan data yang digunakan adalah kuesioner.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Data demografi menunjukkan responden dalam penelitian ini yaitu penderita Diabetes Mellitus Tipe 2 di Puskesmas Tenganan sebagian besar berjenis kelamin perempuan yaitu sebanyak 48 orang (75,0%), berumur 56-65 tahun yaitu sebanyak 31 orang (48,4%), berpendidikan SD yaitu sebanyak 36 orang (56,2%) dan memiliki pekerjaan sebagai wiraswasta yaitu sebanyak 21 orang (32,8%). 2. Menunjukkan kepatuhan jumlah makanan sesuai standar diet penderita diabetes melitus tipe 2 di Puskesmas Tenganan sebagian besar kategori patuh yaitu sebanyak 36 responden (56,2%). 3. menunjukkan kepatuhan jenis makanan sesuai standar diet penderita diabetes mellitus tipe 2 di Puskesmas Tenganan sebagian besar kategori patuh yaitu sebanyak 39 responden (60,9%). 4. menunjukkan kepatuhan jadwal makan sesuai standar diet penderita diabetes melitus tipe 2 di Puskesmas Tenganan mempunyai jumlah yang sama pada kategori patuh dan tidak patuh yaitu sebanyak 32 responden (50,0%). 5. menunjukkan kepatuhan diet penderita diabetes mellitus Tipe 2 di Puskesmas 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Tidak ada perbedaan dalam hal variabel penelitian dengan penelitian saya dikarenakan sama-sama menggunakan 1 variabel penelitian. 2. Ada perbedaan di jumlah dan jenis responden yang akan diteliti pada penelitian saya.

				Tengaran sebagian besar kategori patuh yaitu sebanyak 40 responden (62,5%).		
2	(Nanang, 2021)	Gambaran Kepatuhan Diet Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Di Puskesmas Poto Tano Kabupaten Sumbawa Barat Tahun 2020	Penelitian ini merupakan penelitian satu variable yaitu Gambaran Kepatuhan Diet Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Di Puskesmas Poto Tano Kabupaten Sumbawa Barat Tahun 2020	Penelitian ini menggunakan deskriptif dengan cross sectional study. Sampel dalam penelitian 67 orang dengan teknik total sampling. Analisis univariat dilakukan dengan cara mencari distribusi frekuensi setiap variabel penelitian untuk mengetahui proporsi atau gambaran dari variabel penelitian. Data diperoleh peneliti dari pengisian kuesioner yang diisi oleh responden.	Hasil penelitian menunjukkan untuk kepatuhan diet berdasarkan jumlah, sebanyak 53,7% responden tidak patuh. Untuk jenis 50,7% responden tidak patuh, untuk jadwal 55,2% responden tidak patuh.	Penelitian ini menggunakan total sampling, sedangkan penelitian saya menggunakan purposive sampling.
3	(Supardi <i>et al.</i> , 2020)	Gambaran Kepatuhan Diet Pada Penderita Diabetes Melitus Di Desa Jatingarang	Penelitian ini merupakan penelitian satu variable yaitu Gambaran Kepatuhan Diet Pada Penderita Diabetes Melitus Di Desa Jatingarang	Metode penelitian ini adalah deskriptif. Jumlah sampel penelitian ini adalah 20 responden. Pengambilan sampel dengan teknik total sampling. Instrumen yang digunakan adalah kuisisioner. Data dinalisis menggunakan uji Univariant dalam bentuk prosentase.	Hasil penelitian menunjukan bahwa responden dalam penelitian ini memiliki karakteristik yaitu sebagian besar berumur 60-69tahun (30%). Pendidikan SD (30%) sama dengan pendidikan SMA (30%). Tidak berkerja (40%). Kepatuhan diet penderita diabetes mellitus adalah patuh yaitu 12 responden (60%).	Penelitian ini menggunakan total sampling, sedangkan penelitian saya menggunakan purposive sampling.
4.	(Putri, 2017)	Hubungan Pola Makan dan Aktifitas Fisik Terhadap Kejadian Diabetes Melitus di Poliklinik Penyakit Dalam RSUD dr. Rasidin Padang	Penelitian ini merupakan penelitian variable yaitu Hubungan Pola Makan dan Aktifitas Fisik Terhadap Kejadian Diabetes	Metode penelitian ini adalah analitik dengan menggunakan pendekatan cross sectional. Sampel pada penelitian ini berjumlah 93 orang. Variabel independen adalah pola makan yang diukur dengan kuisisioner Food and Agriculture Organization (FAO) dan aktifitas fisik yang diukur dengan Physical	Hasil menunjukkan bahwa kejadian DM lebih tinggi pada responden dengan pola makan yang tidak baik yaitu 27 responden (51,9%) dibandingkan yang memiliki pola makan yang baik yaitu 12 responden (29,3%). Berdasarkan hasil uji statistik terdapat hubungan antara pola makan dengan kejadian DM dengan $p=0,047$ ($p \text{ value} < 0,05$).	Penelitian ini menggunakan total sampling, sedangkan penelitian saya menggunakan purposive sampling.

Melitus di Poliklinik Penyakit Dalam RSUD dr. Rasidin Padang	Activity Level (PAL). Variabel dependen adalah kejadian DM diukur berdasarkan diagnosa medis.
--------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------
