

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang**

Penyakit Tidak Menular (PTM) adalah suatu penyakit kronis yang tidak dapat menular dari satu orang ke orang lainnya. Adapun penyakit yang termasuk dalam kategori PTM adalah Penyakit kardiovaskular, diabetes mellitus, kanker, hipertensi, stroke, penyakit gagal ginjal kronis, penyakit sendi dan penyakit paru obstruksi kronis (PPOK) (RISKESDAS, 2022).

Diabetes merupakan salah satu penyakit tidak menular. Diabetes mellitus adalah penyakit kronis yang ditandai dengan tingginya kadar glukosa (gula) dalam darah. Hal ini terjadi karena tubuh tidak mampu menghasilkan hormon insulin (hormon yang dibuat oleh pankreas untuk mengontrol kadar glukosa darah) atau menggunakan insulin secara efektif (IDF, 2023).

Diabetes mellitus merupakan salah satu penyakit degeneratif akibat fungsi atau struktur dari jaringan atau organ tubuh yang secara progresif menurun dari waktu ke waktu karena usia atau pilihan gaya hidup. Penyakit ini juga dikenal sebagai penyakit akibat dari pola hidup modern dimana orang lebih suka makan makanan siap saji, dan kurangnya aktivitas fisik (Sapra & Bhandari, 2022).

Diagnosis DM ditegakkan bila kadar glukosa darah puasa (GDP)  $\geq 126$  mg/dL; atau glukosa darah 2 jam pasca pembebanan (GDPP)  $\geq 200$  mg/dL; atau glukosa darah sewaktu (GDS)  $\geq 200$  mg/dL dengan gejala sering lapar, sering haus, sering buang air kecil dan jumlah banyak, serta berat badan turun. Pemeriksaan kadar gula darah dapat dilakukan mulai dari usia  $\geq 15$  tahun, pengelompokan usia, penderita DM terbanyak ada pada kelompok usia 55-64 tahun dan 65-74 tahun (RISKESDAS, 2023). Berdasarkan penyebabnya, DM dapat diklasifikasikan menjadi 4 kelompok, yaitu DM tipe 1, DM tipe 2, DM gestasional dan DM tipe lain menyebutkan bahwa prevalensi DM secara nasional adalah 8,5% yang berarti sekitar 20,4 juta penduduk Indonesia telah terdiagnosis DM (PERKENI, 2022).

Prediksi (IDF, 2022) pada tahun 2021, 537 juta orang dewasa berusia 20-79 tahun menderita diabetes, terhitung 10,5% dari populasi dunia, dan akan terus meningkat sebesar 643 juta pada tahun 2030 dan 783 juta pada tahun 2045. Negara Indonesia berada di urutan kelima dari 10 negara dengan jumlah penderita diabetes terbanyak yaitu 19,47 juta dari jumlah penduduk 179,72 juta (IDF, 2022). Dinas Kesehatan Jawa Tengah (2023) melaporkan jumlah kasus penyakit tidak menular pada tahun 2019 sebanyak 3.074.607 kasus. Penderita Diabetes Mellitus 13,4% dengan jumlah penderita sebanyak 652.822 (Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Tengah, 2023). Data Dinas Kesehatan Kabupaten Klaten pada tahun 2023 jumlah kasus diabetes mellitus sebanyak 7.274 kasus (Dinkes Klaten, 2023).

Puskesmas Kecamatan Klaten Selatan merupakan fasilitas pelayanan kesehatan yang berada di Jawa Tengah tepatnya di Kecamatan Klaten Selatan dan sudah menyediakan pelayanan PROLANIS. Menurut data dari bulan Januari hingga Oktober tahun 2022 diperoleh jumlah penderita diabetes mellitus di Puskesmas Kecamatan Klaten Selatan 1 sebanyak 465 kasus dan 235 kasus. Sehingga terdapat 700 kasus diabetes mellitus yang ada di Kecamatan Klaten Selatan itu sendiri. Diabetes mellitus terbukti menjadi beban kesehatan masyarakat global karena jumlah ini diperkirakan akan terus meningkat. 200 juta pada tahun 2024. Hiperglikemia kronis yang disertai dengan kelainan metabolik pada pasien diabetes melitus dapat menyebabkan kerusakan pada berbagai sistem organ, yang mengarah pada perkembangan komplikasi kesehatan yang melumpuhkan dan mengancam jiwa, komplikasi yang sering dijumpai seperti komplikasi mikrovaskular (retinopati, nefropati, dan neuropati) serta komplikasi makrovaskular yang menyebabkan peningkatan risiko penyakit kardiovaskular 2 kali lipat hingga 4 kali lipat (Goyal & Jialal, 2022).

Komplikasi yang diakibatkan dari diabetes dapat menyebabkan kematian. Diabetes sendiri menyumbang 6,7 juta kematian dari 7,9 miliar penduduk di dunia. Ini adalah penyebab utama kematian keempat atau kelima di sebagian besar negara berpenghasilan tinggi. Tercatat juga hampir 90% orang dengan

diabetes yang tidak terdiagnosis tinggal di negara berpenghasilan rendah dan menengah. Komplikasi dari diabetes mengakibatkan peningkatan kecacatan mengurangi harapan hidup dan meningkatkan biaya kesehatan bagi banyak masyarakat (IDF, 2022). Diabetes merupakan salah satu penyakit degeneratif yang tidak dapat disembuhkan tetapi dapat dikendalikan atau dikelola karena hampir 90% nya berkaitan dengan gaya hidup yang tidak sehat, penderita mampu hidup sehat bersama DM, asalkan mau patuh dan kontrol secara teratur (Zulaekah, 2023).

Diet merupakan salah satu faktor utama yang sekarang terkait dengan berbagai macam penyakit termasuk diabetes mellitus yang dapat dimodifikasi. Diet merupakan salah satu pengobatan yang utama pada penatalaksanaan diabetes, ada 5 pilar penting dalam penatalaksanaan DM yaitu terapi nutrisi medis (pola diet), peningkatan aktivitas fisik, edukasi terkait DM yang dilakukan secara berkesinambungan, dan pengobatan farmakologis dengan suntik insulin serta obat hipoglikemik oral (OHO). Terapi Nutrisi Medis adalah komponen kunci dalam manajemen diabetes. Pola makan untuk penderita diabetes melitus (DM) dibuat sesuai pengaturan meliputi kandungan, kuantitas, dan waktu asupan makanan (3 J; Jenis, Jumlah, dan Jadwal) (PERKENI, 2022).

Banyak pedoman diet dan gaya hidup yang mempromosikan pola makan sehat telah dibuat untuk mencapai berat badan, kadar glukosa darah, tekanan darah, dan lipid yang optimal untuk menunda atau mencegah komplikasi diabetes (Kurnia et al., 2022). Salah satu indikator yang bisa digunakan untuk menilai keberhasilan TNM pada pasien DM adalah kepatuhan diet. Kepatuhan diet adalah kesamaan perilaku seseorang dengan anjuran petugas kesehatan mengenai perubahan pola makan dan pantangan tertentu. Kepatuhan diet merupakan bentuk dari ketaatan dan kedisiplinan pasien terhadap diet yang sedang dijalankan. Kepatuhan terhadap diet merupakan salah satu faktor keberhasilan mencegah komplikasi dan mempercepat pemulihan pada pasien DM. (Suhartatik, 2022).

Terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi perubahan perilaku dalam mengikuti serangkaian pengobatan pada pasien DM. Faktor tersebut meliputi faktor pendukung (pendidikan), faktor pendorong (keluarga dan tenaga medis) serta faktor predisposisi (pengetahuan). Sedangkan beberapa masalah yang muncul dan mempengaruhi kepatuhan diet pada pasien DM yaitu seperti bosan menjalani terapi diet DM terus menerus, namun ada juga yang memang sengaja melanggar karena beranggapan bahwa pengobatan sudah cukup dilakukan dengan mengonsumsi obat saja (Suhartatik, 2022).

Dalam penelitian Nursihhah & Septian (2023) pasien DM memiliki masalah kepatuhan terhadap pengobatan, diketahui bahwa tingkat kepatuhan pasien DM untuk melaksanakan diet sebesar 65% namun hanya 19% pasien yang mematuhi untuk melaksanakannya. Dampak yang ditimbulkan dari pasien yang tidak patuh terhadap program diet memiliki resiko 44,686 kali lebih besar gula darah tidak terkontrol dibandingkan dengan pasien yang patuh dengan program diet yang sedang dijalani. Kepatuhan diet pasien DM sangat berperan penting untuk menstabilkan kadar glukosa darah, sedangkan kepatuhan itu sendiri merupakan suatu hal yang penting untuk dapat mengembangkan rutinitas (kebiasaan) yang dapat membantu penderita dalam mengikuti jadwal diet. Pasien yang tidak patuh dalam menjalankan terapi diet menyebabkan kadar gula yang tidak terkontrol (Dewi et al., 2022).

Hal ini diperkuat berdasarkan hasil penelitian terhadap 10 responden yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara kepatuhan diet dengan kadar glukosa darah pada penderita diabetes, dengan p-value 0,000 (Siahaan & Ginting, 2022). Disisi lain ada beberapa faktor yang berkontribusi terhadap ketidakpatuhan diet pada penderita diabetes. Penelitian yang dilakukan oleh (Sudirman & Pakaya, 2022) diperoleh bahwa 20 responden (52,6 %) mempunyai pengetahuan kurang, 24 responden (63,2 %) tidak ada dukungan keluarga dan 20 responden (52,6 %) memanfaatkan sarana kesehatan. Kesimpulan yang didapatkan menunjukkan bahwa pengetahuan tentang penyakit diabetes melitus, dukungan keluarga dan pemanfaatan sarana

kesehatan mempunyai hubungan dengan ketidakpatuhan diet pada penderita diabetes melitus.

Berdasarkan survey pendahuluan yang dilakukan pada tanggal 12 februari 2025 di Puskesmas Kecamatan Klaten Selatan pada anggota PROLANIS. Jumlah pasien yang rutin mengikuti kegiatan sebanyak 50 orang. Pasien DM sebanyak 42, dan HT sebanyak 8 orang. Studi pendahuluan yang dilakukan tanggal 12 februari 2025 pasien DM dengan melakukan wawancara kepada 10 pasien, pertanyaan yang diajukan mengenai gula darah, kepatuhan minum obat, dan disiplin terkait jadwal, jumlah, dan jenis. Didapatkan dari 10 pasien 6 diantaranya sudah mematuhi minum obat, olahraga secara teratur tetapi gula darah masih tinggi, pasien mengatakan masih sering mengonsumsi makanan dengan porsi banyak, sering makan di malam hari. Dan 4 pasien mengatakan gula darah normal pasien patuh minum obat, pasien sudah mampu mengaplikasikan diet yang dianjurkan dan disiplin terkait jadwal, jumlah, dan jenis pasien juga patuh minum obat.

Berdasarkan latar belakang diatas peneliti tertarik untuk meneliti "Gambaran Kepatuhan Diet Diabetes Melitus Di Wilayah Kerja Puskesmas Klaten Selatan"

## **B. Rumusan Masalah**

Banyaknya jumlah kasus diabetes melitus yang terjadi jika tidak dikelola dengan baik dapat menyebabkan berbagai komplikasi bahkan kematian. Salah satu faktornya yaitu pola diet yang tidak benar, Oleh karena itu penderita diabetes melitus harus mengetahui bagaimana kepatuhan pola diet yang benar agar bisa mengontrol kadar gula darah. Berdasarkan uraian pada latar belakang diatas, maka rumusan masalah penelitian adalah "Gambaran Kepatuhan Penderita Diabetes Melitus Di Puskesmas Klaten Selatan"

## **C. Tujuan penelitian**

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui gambaran kepatuhan diet penderita Diabetes Melitus di Puskesmas Klaten Selatan

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui karakteristik responden yang terdiri dari umur, jenis kelamin, dan pekerjaan responden Diabetes Melitus di Puskesmas Klaten Selatan
- b. Mengetahui Gambaran Kepatuhan Diet Penderita Diabetes Melitus di Puskesmas Klaten Selatan

#### **D. Manfaat Penelitian**

1. Manfaat Teoritis

Hasil Penelitian ini di harapkan dapat menambah ilmu dan pengetahuan serta menjadi sumber bacaan tentang Gambaran Kepatuhan Diet Pada Penderita Diabetes Melitus

2. Manfaat Praktis

- c. Bagi Pasien Diabetes Melitus

Penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan pada penderita Diabetes Melitus dan menjadi masukan agar para penderita dapat mematuhi diet dengan baik

- d. Bagi Masyarakat

Karya Tulis Ilmiah ini diharapkan menambah wawasan bagi masyarakat tentang pentingnya diet

- e. Bagi Puskesmas

Karya tulis Ilmiah ini diharapkan dapat memberikan bahan masukan dan evaluasi dalam melakukan praktik pelayanan pada penderita Diabetes Melitus

- f. Bagi Peneliti Selanjutnya

Karya tulis Ilmiah ini diharapkan dapat digunakan untuk menambah wawasan atau pengetahuan dan sebagai referensi bagi peneliti selanjutnya

#### **E. Keaslian Penelitian**

1. (Arief Irawan, 2021) “Gambaran Kepatuhan Diet Pada Penderita DM Tipe II Di Desa Krakitan”. Tujuan dari penelitian ini untuk mendeskripsikan gambaran kepatuhan diet pada penderita DM tipe II di Desa Krakitan. Mendeskripsikan karakteristik anggota Prolanis di Desa Krakitan. mendeskripsikan gambaran kepatuhan pola diet pada penderita DM tipe II di Desa Krakitan. Metode penelitian ini diskriptif kuantitatif dengan Survei. Jumlah sampel adalah 30 orang di Pku Desa Krakitan. Pengambilan sampel dengan teknik *cross sectional study*. Instrumen yang digunakan adalah kuesioner, data dianalisa menggunakan analisa *univariant*. Persamaan dengan penelitian ini yaitu pada metode, Teknik pengambilan sampel dan perbedaanya yaitu pada tempat penelitian.
2. (Tasalim & Maimunah, 2024) “Gambaran Kepatuhan Diet Pasien Diabetes Melitus Di Rumah Sakit Harapan Pematangsiantar 2023”. Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui gambaran kepatuhan diet pasien diabetes melitus di RS Harapan Pematangsiantar. Metode penelitian ini deskriptif dengan menggunakan pendekatan *cross sectional*. Teknik pengambilan sampel *accidental sampling*. yang membedakan penelitian kali ini yaitu pada teknik pengambilan sampel dan kuisisioner. Persamaan dengan penelitian ini yaitu pada penggunaan cara pengisian kuisisioner terhadap penderita diabtes melitus dan metode penelitian.
3. (Nursihhah et al., 2021) “Hubungan Pengetahuan dengan Kepatuhan Diet pada Pasien Diabetes Melitus Tipe II di Rsud Kota Bandung “tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah ada hubungan antara pengetahuan dengan kepatuhan diet pada pasien diabetes melitus tipe 2 di Rsud kota Bandung. Jenis penelitian ini deskriptip kolerasi. Hasil penelitian ini menunjukan bahwa terdapat hubungan pengetahuan dengan kepatuhan

diet. Saran untuk petugas Kesehatan terus memberikan informasi tentang penyakit diabetes melitus sehingga pasien dapat menjalankan diet dengan baik. Persamaan dengan penelitian ini terletak pada variable kepatuhan diet diabetes melitus, dan perbedaanya yaitu pada jenis penelitian, responden, waktu, dan tempat penelitian.