

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Globalisasi telah memberikan dampak besar terhadap berbagai aspek kehidupan manusia, termasuk dalam bidang kesehatan. Salah satu dampak yang paling nyata adalah terjadinya transisi epidemiologi, yaitu pergeseran pola penyakit dari penyakit menular ke penyakit tidak menular (PTM) (Kementerian Kesehatan RI, 2020). Pergeseran ini terjadi akibat perubahan gaya hidup masyarakat yang semakin modern, seperti konsumsi makanan tinggi lemak dan gula, kurangnya aktivitas fisik, serta meningkatnya angka harapan hidup (World Health Organization [WHO], 2020). Salah satu penyakit tidak menular yang terus mengalami peningkatan signifikan baik secara global maupun nasional adalah diabetes melitus (DM). Menurut World Health Organization (2020), diabetes melitus merupakan penyebab kematian ketiga tertinggi di Indonesia, setelah stroke dan penyakit jantung koroner. Kondisi ini menunjukkan bahwa diabetes telah menjadi masalah kesehatan masyarakat yang serius dan membutuhkan perhatian khusus dari berbagai pihak (WHO, 2020). Secara global, International Diabetes Federation (IDF, 2019) melaporkan bahwa terdapat sekitar 463 juta orang di seluruh dunia yang menderita diabetes, dan angka ini diperkirakan akan meningkat menjadi 700 juta orang pada tahun 2045. Sebagian besar penderita berasal dari kelompok usia produktif, yaitu 20 hingga 79 tahun (IDF, 2019). Peningkatan prevalensi diabetes ini tidak hanya terjadi di negara maju, tetapi juga di negara berkembang seperti

Indonesia, yang dipengaruhi oleh perubahan gaya hidup dan pola konsumsi masyarakat (Kemenkes RI, 2020).

Menurut Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, ada 19,47 juta orang yang menderita diabetes pada tahun 2021 (Kemenkes RI, 2022). Dari 929.535 kasus yang dilaporkan pada tahun 2021, 867.257 penderita, atau 93 persen, telah terdiagnosis dan mendapatkan perawatan medis (Dinkes Jatim, 2022). Sebagai hasil dari penelitian kesehatan daerah (Riskesdas), terdapat 94.076 penderita diabetes di Surabaya, dengan 1.424 pasien di Kalijudan yang berada di peringkat ke-32 dari 32 puskesmas yang merawat pasien DM terbanyak. Masalah toleransi glukosa, yang meningkatkan risiko terkena diabetes tipe 2 (Kemenkes RI, 2022). Menurut Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, ada 19,47 juta orang yang menderita diabetes pada tahun 2021 (Kemenkes RI, 2022). Dari 929.535 kasus yang dilaporkan pada tahun 2021, 867.257 penderita, atau 93 persen, telah terdiagnosis dan mendapatkan perawatan medis (Dinkes Jatim, 2022). Sebagai hasil dari penelitian kesehatan daerah (Riskesdas), terdapat 94.076 penderita diabetes di Surabaya, dengan 1.424 pasien di Kalijudan yang berada di peringkat ke-32 dari 32 puskesmas yang merawat pasien DM terbanyak.

Diabetes melitus merupakan penyakit metabolik kronis yang ditandai dengan peningkatan kadar glukosa darah (hiperglikemia) akibat gangguan sekresi insulin, kerja insulin, atau keduanya (WHO, 2020). Kadar glukosa darah yang tidak terkontrol dapat menimbulkan berbagai komplikasi kronis seperti penyakit kardiovaskular, nefropati, neuropati, dan

retinopati (IDF, 2019). Oleh karena itu, pengendalian kadar gula darah menjadi aspek utama dalam penatalaksanaan pasien diabetes untuk mencegah komplikasi jangka panjang (Kemenkes RI, 2020).

Pengendalian kadar gula darah dapat dilakukan melalui beberapa strategi, di antaranya: pengaturan pola makan (diet), aktivitas fisik teratur, kepatuhan dalam penggunaan obat antidiabetes, pemantauan kadar glukosa darah secara rutin, serta penerapan gaya hidup sehat (WHO, 2020). Dari berbagai strategi tersebut, kepatuhan terhadap diet diabetes merupakan komponen penting dalam menjaga kestabilan kadar glukosa darah (Fatema et al., 2017). Diet yang dianjurkan bagi penderita DM harus memperhatikan jumlah, jenis, dan jadwal makan yang sesuai dengan kebutuhan tubuh (Kemenkes RI, 2020). Namun demikian, rendahnya tingkat kepatuhan terhadap diet masih menjadi masalah umum pada penderita diabetes. Banyak pasien yang masih sulit mengubah pola makan dan kebiasaan hidupnya, sehingga kadar gula darah tetap tidak terkontrol (Fatema et al., 2017). Beberapa faktor yang mempengaruhi kepatuhan diet antara lain adalah tingkat pengetahuan pasien, dukungan keluarga, motivasi pribadi, serta penerimaan terhadap kondisi penyakitnya (Kemenkes RI, 2020).

Penelitian yang dilakukan oleh Fatema et al. (2017) di Bangladesh menunjukkan bahwa rendahnya tingkat pengetahuan tentang diabetes berhubungan langsung dengan rendahnya kepatuhan terhadap pengaturan diet. Hal serupa juga ditemukan di Indonesia, di mana lebih dari 50% pasien diabetes tidak mematuhi anjuran diet yang diberikan tenaga kesehatan,

sehingga kadar gula darah tetap tinggi dan berisiko menyebabkan komplikasi (Kemenkes RI, 2020). Kepatuhan diet merupakan bagian penting dari perilaku pengendalian diri penderita diabetes. Pasien yang memiliki pengetahuan baik tentang pentingnya diet akan lebih mampu mengontrol kadar gula darahnya dan mencegah komplikasi jangka panjang (Fatema et al., 2017). Dengan demikian, pengetahuan pasien sangat berperan dalam meningkatkan kepatuhan terhadap diet. Berdasarkan uraian tersebut, dapat disimpulkan bahwa pengetahuan dan kepatuhan diet merupakan dua faktor penting dalam pengendalian kadar gula darah pada pasien diabetes melitus.

Ada dua jenis diabetes mellitus: tipe I disebabkan oleh gen dan tipe II disebabkan oleh gaya hidup. Gaya hidup yang tidak sehat adalah penyebab utama peningkatan prevalensi diabetes mellitus (DM), yang hampir 80% penderita adalah DM tipe II. Penderita DM juga memiliki komplikasi yang dapat menyebabkan kematian (Ermawati 2018). Peneliti menekankan bahwa selain perubahan gaya hidup, pengaturan pola makan, atau diet diabetes, juga dapat dilakukan. Prinsip-prinsip yang digunakan untuk mengatur pola makan pasien DM adalah sebagai berikut: makanan harus seimbang dan sesuai dengan kebutuhan kalori dan zat gizi masing-masing individu; pentingnya mengatur jadwal makan untuk jenis dan jumlah makanan yang dikonsumsi; dan keberhasilan diet sangat dipengaruhi oleh penggunaan insulin. Faktor internal yang menentukan keberhasilan diet termasuk pengetahuan tentang dukungan keluarga dan dukungan sosial; contoh kehidupan sehari-hari penderita diabetes melitus sering datang ke

puskesmas dengan keluhan seperti mata kabur, badan terasa gatal, sering terbangun, kencing pada malam hari, dan berat badan menurun saat makan banyak. Faktor eksternal termasuk dukungan dari keluarga dan petugas kesehatan. Penyakit diabetes yang tidak mengikuti diet akan menyebabkan kadar gula tidak stabil dan efek yang lebih parah adalah syok hipoglikemi, yaitu keadaan gula darah di bawah 60 mg/d, atau hiperglikemi, yaitu kondisi gula darah tinggi yang dapat menyebabkan kematian. DM juga dapat menyebabkan gagal ginjal kronik karena ginjal harus bekerja lebih keras untuk menghasilkan gula.

Salah satu dari empat pilar utama dalam pengendalian diabetes melitus adalah diet, bersama dengan pendidikan, aktivitas fisik, dan farmakologi. Kepatuhan terhadap diet sangat penting untuk menstabilkan kadar gula darah dan mencegah komplikasi. Kepercayaan, sikap, pengetahuan, dukungan keluarga dan petugas kesehatan, serta sarana dan prasarana, adalah beberapa faktor yang mempengaruhi kepatuhan diet (Aminah et al., 2021). Oleh karena itu, perlu dilakukan penelitian untuk mengetahui hubungan antara tingkat pengetahuan dan kepatuhan diet dalam pengendalian kadar gula darah pada pasien diabetes melitus di Puskesmas Kalijudan, sebagai salah satu fasilitas pelayanan kesehatan tingkat pertama yang memiliki peran penting dalam pencegahan dan pengendalian penyakit tidak menular.

1.2 Rumusan Masalah

Bagaimana hubungan pengetahuan dan kepatuhan diet dalam pengendalian kadar gula darah pada pasien DM di Puskesmas Kalijudan.

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui hubungan pengetahuan dan kepatuhan diet dalam pengendalian kadar gula darah pada pasien DM di Puskesmas Kalijudan.

1.3.2 Tujuan khusus

1. Mengidentifikasi pengetahuan pasien DM dalam pengendalian kadar gula darah.
2. Mengidentifikasi kepatuhan diet pasien DM dalam pengendalian kadar gula darah.
3. Mengidentifikasi hubungan pengetahuan dan kepatuhan dalam pengendalian kadar gula darah pada pasien DM.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Memberikan informasi kepada pasien diabetes tentang hubungan pengetahuan dan kepatuhan diet dalam pengendalian kadar gula darah pada penderita diabetes melitus di puskesmas kalijudan.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Bagi Pendidikan Keperawatan

Penelitian ini dapat dijadikan informasi atau referensi kepustakaan untuk menambah wawasan tentang hubungan pengetahuan dan pengendalian kadar gula darah pada penderita diabetes mellitus.

2. Bagi Pelayanan Kesehatan

Penelitian ini dapat dijadikan referensi sebagai data dasar didalam memberikan asuhan keperawatan, baik itu kepada perawat atau pada tim kesehatan lainnya dalam meningkatkan hubungan pengetahuan dan kepatuhan dalam pengendalian kadar gula darah pada penderita diabetes mellitus.

3. Bagi masyarakat

Dapat bermanfaat lebih luas sebagai sumber informasi, bahan masukan dan penambah wawasan bagi masyarakat untuk mengetahui lebih dalam tentang pengetahuan dan pengendalian kadar gula darah pada penderita diabetes mellitus.

4. Bagi Peneliti

Meningkatkan dan mengembangkan peneliti dalam melaksanakan penelitian dan memperluas pengetahuan serta wawasan secara langsung hubungan pengetahuan dan kepatuhan dalam pengendalian kadar gula darah pada penderita diabetes mellitus.



