

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Diabetes melitus tipe 2 merupakan salah satu penyakit kronis yang paling umum di dunia, ditandai oleh resistensi insulin dan gangguan metabolisme glukosa yang dapat menyebabkan komplikasi serius seperti penyakit jantung, stroke, dan kerusakan ginjal (World Health Organization, 2023). Menurut International Diabetes Federation (IDF), 2025 diabetes melitus merupakan salah satu penyebab kematian utama di dunia. Pada tahun 2024 diperkirakan sekitar 3,4 juta kematian terjadi akibat diabetes. Dalam pengelolaan diabetes melitus tipe 2 adanya kesulitan pasien untuk menjaga kepatuhan diet atau pola makan yang seimbang, dimana asupan karbohidrat, lemak, dan protein harus dikontrol ketat untuk menstabilkan kadar gula darah (American Diabetes Association, 2022). Tingkat kepatuhan pasien dalam menjalankan diet yang dianjurkan masih tergolong rendah, sehingga berdampak pada kurang optimalnya pengendalian penyakit. International Diabetes Federation (IDF., 2023) mencatat tingkat kepatuhan diet pasien diabetes melitus di Asia Tenggara hanya mencapai 53%. Data dari Kementerian Kesehatan Republik Indonesia tahun 2023 menunjukkan bahwa hanya sekitar 52% pasien diabetes yang patuh terhadap pengaturan diet yang dianjurkan, sementara sisanya 48% masih belum menjalankan diet secara optimal.

Pola diet yang tidak tepat dapat mengakibatkan terjadi peningkatan kadar gula darah pasien sehingga berisiko mengalami komplikasi. (Falah & Apriana, 2022). World Health Organization (WHO) menyebutkan bahwa kurangnya aktivitas, kelebihan berat badan, serta pola makan tinggi kalori merupakan faktor

dominan yang memicu peningkatan angka kejadian diabetes melitus tipe 2 pada orang dewasa dan lanjut usia (Ernawati, 2025). Laporan WHO (2023) menunjukkan bahwa hanya sekitar 50% pasien penyakit kronis yang mampu mematuhi anjuran terapi dan diet secara berkelanjutan. Diabetes melitus telah menjadi salah satu masalah kesehatan yang memberikan ancaman serius di tingkat global. Berdasarkan data dari *World Health Organization* (WHO), sekitar 70% penyebab kematian di dunia berkaitan dengan penyakit tidak menular yang menyumbang lebih dari setengah beban penyakit global. Dari seluruh kasus diabetes, sekitar 90–95% merupakan diabetes melitus tipe 2, yang sebagian besar dapat dicegah melalui penerapan pola hidup sehat karena erat kaitannya dengan gaya hidup yang kurang sehat (Rohmawati & Aini, 2023). Oleh karena itu, penderita diabetes melitus tipe 2 diperlukan untuk menerapkan pola hidup sehat secara konsisten, salah satunya melalui pola makan bergizi seimbang serta pemantauan kadar glukosa darah secara rutin. Upaya tersebut bertujuan untuk mengendalikan kadar glukosa darah sekaligus mengurangi risiko terjadinya komplikasi yang dapat ditimbulkan. Kondisi tersebut, akan menjadi tantangan tersendiri dalam upaya dalam meningkatkan kepatuhan diet jangka panjang di antara pasien diabetes melitus (Jodi et al., 2025).

Ketidakpatuhan terhadap prinsip diet secara berkelanjutan berpotensi meningkatkan risiko terjadinya penyakit diabetes melitus, yang pada akhirnya berkontribusi terhadap meningkatnya angka prevalensi diabetes melitus. Menurut IDF tahun 2024 terdapat sekitar 589 juta orang dewasa di dunia yang hidup dengan diabetes melitus. Diabetes melitus tidak hanya meningkatkan angka prevalensi, tetapi juga berkontribusi terhadap tingginya angka komplikasi dan kematian, di mana lebih dari 30% penderita mengalami komplikasi kronik dan sekitar 6,7 juta

kematian terjadi setiap tahun akibat diabetes (IDF, 2025). Di Indonesia, jumlah penderita diabetes mencapai sekitar 20,4 juta orang dewasa, menempatkan Indonesia sebagai peringkat ke-5 dunia dengan jumlah penderita terbanyak (IDF, 2025). Berdasarkan data dari Dinas Kesehatan Kota Surabaya tahun 2024, jumlah penderita Diabetes Melitus Tipe 2 di Kota Surabaya mencapai 101.979 orang. Setelah melakukan studi pendahuluan di puskesmas Mojo Gubeng Surabaya jumlah pasien Diabetes Melitus tipe 2 mengalami peningkatan dimana dari tahun 2024 sebanyak 2.969 menjadi 3.003 pada tahun 2025 di puskesmas Mojo Gubeng Surabaya. Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan di Puskesmas Mojo Gubeng Surabaya terhadap 10 pasien pasien diabetes melitus tipe 2 didapatkan bahwa sebagian besar pasien mengatakan masih belum patuh menjalankan diet diabetes. Sebanyak 5 pasien mengatakan hal tersebut disebabkan karena kurang paham tentang pengaturan pola makan pada penderita diabetes, seperti jadwal makan, jenis makanan yang boleh dikonsumsi, dan porsi makan yang sesuai. Sebanyak 3 pasien mengatakan bahwa karena sudah lama menderita diabetes, mereka kadang merasa bosan dan jenuh menjalani diet sehingga masih sering makan makanan yang dilarang. Selain itu, 2 pasien mengatakan kurangnya dukungan keluarga juga membuat mereka sulit menjaga pola makan, misalnya keluarga masih menyediakan makanan manis atau tidak mengingatkan untuk menjaga diet.

Kepatuhan diet cenderung menurun terjadi akibat berbagai faktor seperti kurangnya pemahaman yang mendalam tentang pengaturan makan, kejenuhan dalam menjalani diet, serta persepsi bahwa kondisi kesehatan sudah membaik ketika gejala berkurang (An'Nisa et al., 2023). Ketidakpatuhan terhadap diet sering

terjadi secara bertahap seiring dengan perjalanan penyakit (Widiasari et al., 2021). Kondisi tersebut, berpotensi menimbulkan berbagai komplikasi serius apabila tidak ditangani secara optimal, di antaranya penyakit kardiovaskular, neuropati, gangguan penglihatan, kerusakan ginjal, hingga meningkatkan risiko kematian (Sembiring et al., 2021). Upaya mencegah komplikasi dan keparahan penyakit diabetes melitus dapat dilakukan dengan 4 pilar utama dalam penatalaksanaan diabetes melitus yaitu edukasi, terapi gizi medis, aktivitas fisik, dan terapi farmakologis (Marbun et al., 2022). Keempat pilar tersebut harus dijalankan bersamaan dan saling melengkapi untuk mencapai pengendalian glukosa darah yang optimal (Widiasari et al., 2021). Selain itu, keberhasilan penatalaksanaan diabetes melitus sangat dipengaruhi oleh kepatuhan pasien terhadap seluruh rencana terapi yang dianjurkan, yang mencakup keteraturan dalam mengonsumsi obat, penerapan pola makan yang sesuai dengan kebutuhan, serta konsistensi dalam melakukan aktivitas fisik (Refdanita et al., 2024).

Pengaturan pola makan pada penderita diabetes melitus tipe 2 pada dasarnya memiliki prinsip yang serupa dengan pola makan masyarakat pada umumnya, yaitu disusun berdasarkan kebutuhan kalori individu serta memperhatikan keseimbangan asupan zat gizi (Sujono et al., 2023). Penderita DM ditekankan pada pengaturan dalam 3 J yakni keteraturan jadwal makan, jenis makan, dan jumlah kandungan kalor (Dewi et al., 2022). Namun, penerapan prinsip diet tersebut masih sering mengalami kendala akibat rendahnya pemahaman dan kepatuhan pasien, sehingga diperlukan strategi edukasi yang efektif dan inovatif. Pendekatan tradisional berupa ceramah atau penyuluhan lisan sering kali kurang menarik. Oleh karena itu, dibutuhkan edukasi yang lebih interaktif dan komunikatif (Elza, 2025).

Di era digital, pelaksanaan pendidikan kesehatan sangat perlu memanfaatkan teknologi dan media sosial sebagai media edukasi yang mampu menjangkau masyarakat secara luas serta mendorong interaksi yang lebih efektif. Edukasi melalui media audio visual berupa video animasi lebih mudah dipahami dan diingat dibandingkan metode penyampaian konvensional karena melibatkan indera penglihatan dan pendengaran secara bersamaan, serta didukung oleh kemudahan dalam mengakses media digital yang memungkinkan pengguna memperoleh informasi kapan pun dan di mana pun (Nursabilla et al., 2025). Media digital yang memiliki potensi yang besar sebagai sarana penyebarluaskan informasi kesehatan secara cepat dan menjangkau masyarakat secara luas (Putri, 2020). Salah satu media sosial yang saat ini mengalami perkembangan pesat dan banyak dimanfaatkan sebagai media komunikasi maupun edukasi adalah WhatsApp. Melalui aplikasi WhatsApp, edukasi kesehatan dapat diberikan secara fleksibel dan diakses kapan saja oleh pasien (Salmiyenti et al., 2023). Oleh karena itu, pemberian edukasi media audio visual berupa video animasi diharapkan efektif meningkatkan pengetahuan dan pemahaman pasien mengenai kepatuhan diet sehingga bisa mengelolah penyakitnya secara mandiri.

Berdasarkan hasil penelitian-penelitian terdahulu Maesaroh et al., (2023) menunjukkan bahwa pemberian *health education* menggunakan media audio visual dan leaflet berpengaruh signifikan terhadap kepatuhan diet pasien Diabetes Melitus ($p=0,001$). Sejalan dengan penelitian (Ropikoh et al., 2020) menemukan bahwa edukasi diet menggunakan media video berpengaruh signifikan terhadap kontrol glukosa darah pasien DM ($p=0,0001$). Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa media video efektif membantu pasien memahami dan menerapkan

pengelolaan diet sehingga mampu memperbaiki kontrol glikemik. Selain itu, (Safitri et al., 2020) melaporkan bahwa video edukasi pengaturan diet berbasis kebudayaan lokal terbukti membantu pasien menerapkan pengaturan diet yang tepat pada pasien diabetes melitus tipe 2. Temuan tersebut diperkuat oleh (Sri Wahyuni, 2024) yang menemukan bahwa penggunaan video animasi dapat meningkatkan pengetahuan dan kepatuhan diet penyandang Diabetes Melitus. Selanjutnya, (Bangsawan & Ghozali, 2025) menunjukkan bahwa video edukasi berbasis digital mampu meningkatkan kepatuhan pasien DM tipe 2 secara signifikan setelah intervensi. Selain itu, penelitian (Achjar & Gama, 2024) menunjukkan bahwa edukasi kesehatan melalui media video berpengaruh signifikan terhadap kepatuhan minum obat pada lansia hipertensi ($p=0,000$). Penelitian (Rianti et al., 2023) yang menunjukkan bahwa edukasi gizi online melalui media video dan leaflet berpengaruh signifikan terhadap pengetahuan penderita Diabetes Melitus ($p=0,000$). Hasil ini mengindikasikan bahwa media video efektif dalam meningkatkan pemahaman pasien terkait pengaturan diet diabetes melitus.

Berdasarkan berbagai penelitian terdahulu, media video dan video animasi terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan, kepatuhan, serta perilaku kesehatan pada pasien penyakit kronis, termasuk Diabetes Melitus. Media video mampu membantu pasien memahami informasi kesehatan secara lebih mudah melalui kombinasi unsur visual dan audio yang menarik. Oleh karena itu, video animasi dipilih sebagai media edukasi dalam penelitian ini karena mampu menyampaikan informasi secara menarik, mudah dipahami, dan dapat diakses berulang kali sehingga diharapkan dapat meningkatkan kepatuhan diet pada pasien Diabetes Melitus Tipe 2. Dengan demikian, peneliti tertarik untuk melakukan

penelitian dengan judul "Pengaruh Edukasi Video Animasi terhadap Kepatuhan Diet pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2.

1.2 Rumusan Masalah

Apakah terdapat pengaruh edukasi diet berbasis video animasi terhadap kepatuhan diet pada penderita diabetes melitus tipe 2 diwilayah kerja puskesmas mojo

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan umum

Untuk mengetahui pengaruh edukasi diet berbasis video animasi terhadap kepatuhan diet pada penderita diabetes melitus tipe 2 diwilayah kerja puskesmas mojo.

1.3.2 Tujuan khusus

1. Mengidentifikasi tingkat kepatuhan diet sebelum diberikan edukasi diet berbasis video animasi pada penderita diabetes melitus tipe 2 diwilayah kerja puskesmas Mojo.
2. Mengidentifikasi tingkat kepatuhan diet sesudah diberikan edukasi diet berbasis video animasi pada penderita diabetes melitus tipe 2 diwilayah kerja puskesmas Mojo.
3. Menganalisis pengaruh edukasi diet berbasis video animasi terhadap kepatuhan diet pada penderita diabetes melitus tipe 2 diwilayah kerja puskesmas Mojo.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi terhadap pengembangan ilmu keperawatan, khususnya dalam bidang keperawatan medikal bedah terkait intervensi non-farmakologis dalam pengelolaan diabetes melitus tipe 2. Hasil penelitian ini dapat menjadi referensi ilmiah yang memperkuat teori bahwa pendekatan edukasi diet berbasis video animasi efektif dalam meningkatkan kepatuhan diet dan pengendalian kadar glukosa darah pada pasien diabetes melitus tipe 2

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Bagi pasien diabetes melitus hasil penelitian ini diharapkan responden dapat meningkatkan kepatuhan diet pasien diabetes melitus tipe 2 dalam mengelola penyakitnya
2. Bagi institusi penelitian ini dapat bermanfaat untuk mengembangkan penelitian selanjutnya yang terkait dengan edukasi diet berbasis video animasi terhadap kepatuhan diet pada pasien diabetes melitus tipe 2
3. Bagi profesi keperawatan hasil penelitian ini dapat memberikan masukan dan menambah wawasan tentang pemberian edukasi diet berbasis video animasi terhadap kepatuhan diet pasien diabetes melitus tipe 2