BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Penyakit degeneratif merupakan penyakit kronik menahun yang banyak mempengaruhi kualitas hidup serta produktifitas seseorang. Salah satu penyakit yang dikategorikan penyakit kronik adalah Diabetes Melitus Tipe 2. Diabetes Melitus Tipe 2 adalah penyakit gangguan metabolik yang di tandai oleh kenaikan gula darah akibat penurunan sekresi insulin oleh sel beta pankreas dan atau gangguan fungsi insulin (resistensi insulin) (ADA, 2021).

Penyakit diabetes melitus (DM) menjadi salah satu masalah kesehatan global yang signifikan. DM merupakan suatu kondisi kronis yang ditandai oleh peningkatan kadar glukosa darah, yang dapat menyebabkan berbagai komplikasi serius seperti gangguan kardiovaskular, kerusakan ginjal, gangguan penglihatan, dan masalah saraf perifer. Peningkatan prevalensi DM terutama disebabkan oleh perubahan gaya hidup, pola makan yang tidak sehat, dan kurangnya aktivitas fisik (Alimurdianis et al., 2024; Budianto et al., 2022).

International Diabetic Federation (IDF, 2022) memperkirakan bahwa 536,6 juta orang hidup dengan diabetes (yang dianalisis atau belum diketahui) pada tahun 2021, dan jumlah ini diperkirakan akan meningkat sebesar 46% menjadi 783,2 juta pada tahun 2045.

Perlu diperhatikan bahwa sekitar 50% dari penderita diabetes Penderita diabetes melitus tidak mengetahui kondisinya, sehingga kesadaran klinis sejak dini menjadi penting untuk memicu pengobatan dan menghindari komplikasi. Sekitar satu dari dua (44,7%, 239,7 juta) orang dewasa (berusia 20-79 tahun) tidak mengetahui bahwa mereka menderita diabetes.

WHO memprediksi kenaikan jumlah penyandang DM di Indonesia dari 8,4 juta pada tahun 2000 menjadi sekitar 21,3 juta pada tahun 2030. Diperkirakan terdapat 1.5 juta kematian di dunia karena diabetes. Laporan ini menunjukkan adanya peningkatan jumlah penyandang DM sebanyak 2-3 kali lipat pada tahun 2035. Sedangkan *International Diabetes Federation* (IDF) memprediksi adanya kenaikan jumlah penyandang DM di Indonesia dari 9,1 juta pada tahun 2014 menjadi 14,1 juta pada tahun 2035 (Kusuma & Suharyanto, 2024). Pada tahun 2021 sedikitnya ada sekitar 537 juta orang (10,5%) pada usia 20-79 tahun di dunia yang menderita DM serta terdapat 6,7 juta orang penduduk yang meninggal akibat diabetes pada usia tersebut. Jumlah ini diperkirakan akan terus mengalami peningkatan mencapai 643 juta pada tahun 2030 dan 783 juta pada tahun 2045. Meningkatnya angka kejadian DM tersebut mengakibatkan Indonesia menduduki posisi ke-5 dalam urutan 10 negara teratas dengan jumlah orang dewasa (20-79 tahun) yang menderita diabetes yaitu sebanyak 19,5 juta jiwa (Istiqomah & Yuliyani, 2022).

Menurut *International Diabetes Federation* (IDF) pada tahun 2021, Indonesia berada di posisi kelima dengan jumlah pengidap diabetes sebanyak 19,47 juta dengan jumlah penduduk sebesar 179,72 juta, ini berarti prevalansi

diabetes di Indonesia sebesar 10,6%. Prevalensi DM di Jawa Barat mencapai 1,74% diperkirakan sekitar 570.611 penderita diabetes (Dinkes, 2022). Data penderita DM di kabupaten Majalengka berdasarkan opendata.jabarprov.go.id pada tahun 2023 ada sebanyak 12.096 penderita diabetes.

Berdasarkan data di RSUD Cideres pada tahun 2022 jumlah pasien DM Tipe 2 terdapat 428 pasien diantaranya mengalami gangren diabetes melitus sebanyak (31,7%) pasien dan jumlah pasien yang mengalami operasi debridemen karena gangren diabetes melitus sebanyak 112 pasien. Pada tahun 2023 jumlah pasien diabetes melitus tipe 2 mengalami peningkatan yaitu terdapat 512 pasien diantaranya mengalami gangren diabetes melitus sebanyak (36,9%) pasien dan jumlah pasien yang mengalami operasi debridemen karena gangren diabetes melitus sebanyak 161 pasien (Rekam medik RSUD Cideres, 2023).

Diabetes melitus tipe 2 merupakan penyakit hiperglikemia yang disebabkan oleh insulin tidak efektif oleh tubuh (Soelistijo, 2020). Diabetes Melitus (DM) tipe 2 adalah penyakit gangguan metabolisme yang ditandai dengan peningkatan gula darah karena penurunan sekresi insulin oleh sel beta pankreas dan/atau gangguan fungsi insulin (resistensi insulin) menurun atau dalam batas normal jangkauan. DM tipe 2 dikatakan sebagai diabetes yang tidak tergantung kepada insulin, hal ini berkaitan dengan proses fisiologis tubuh dimana insulin selalu diproduksi oleh sel beta yang terdapat pada kelenjar pancreas (Navaneethan et al., 2023).

Beberapa hasil studi mengungkapkan bahwa yang menjadi permasalahan pada pasien DM tipe 2 adalah masalah nutrisi dan diet, dalam hal ini hal paling penting adalah tingkat kepatuhan dari pasien itu sendiri (Oktaviana et al., 2024). Kepatuhan diet antara penderita diabetes berperan penting dalam menstabilkan darah gula, sementara kepatuhan itu sendiri penting untuk dilakukan agar mampu mengembangkan rutinitas yang membantu penderita diabetes melitus untuk mengikuti program diet (Dewi et al., 2023). Penelitian yang dilakukan oleh (Yulianda et al., 2024) mengungkapkan bahwa seorang penderita DM tipe 2 yang tidak patuh terhadap pelaksanaan diet sangat berpengaruh terhadap kadar gula darah yang akibatnya semakin tidak terkontrol.

Untuk mencapai keberhasilan penderita diabetes melitus dalam mencapai pola makan adalah kepatuhan, salah satu faktor yang menjadi *support system* adalah keluarga. Penelitian (Sa'adah et al., 2023) menunjukan hasil bahwa ada pengaruh yang signifikan dukungan keluarga dengan kepatuhan pola makan dan control ke fasilitas pelayanan Kesehatan. Hasil yang berbeda diperoleh dalam penelitian (Pitoy et al., 2023) yang mengungkapkan bahwa tidak ada hubungan antara dukungan keluarga dengan kepatuhan pasien dalam mengkonsumsi makanan. Menurut hasil penelitian (Nursihhah & Wijaya Septian, 2021) terdapat hubungan yang signifikan antara kepatuhan diet dan kontrol glukosa dan juga menunjukkan bahwa pasien yang tidak patuh terhadap diet memiliki 44.686 kali risiko lebih besar terjadinya glukosa yang tidak terkontrol dibandingkan dengan yang sedang diet.

Kepatuhan dalam menaati diet pasien Diabetes Melitus sangat berperan penting yaitu dengan makan makanan yang seimbang sesuai dengan kebutuhan kalori dan zat gizi masing –masing individu. Pada pasien Diabetes Melitus Tipe 2 perlu ditekankan pentingnya keteraturan makan dalam hal jumlah makan, jenis dan jadwal makanan, untuk menstabilkan kadar gula darah. Kepatuhan diet merupakan salah satu kunci keberhasilan dalam penatalaksanaan pengendalian penyakit Diabetes Melitus terutama bagi penderita Diabetes Melitus tipe 2. Hal tersebut dikarenakan perencanaan makan merupakan salah satu dari 4 pilar utama dalam pengelolaan Diabetes Melitus (Astuti & Ruhyana, 2020).

Pola diet pada penderita DM tipe 2 dimaksudkan untuk mengatur jumlah kalori dan karbohidrat yang dikonsumsi setiap hari. Diet merupakan salah satu cara pengendalian Diabetes Melitus karena berhubungan dengan kadar gula darah. Pola diet penderita DM tipe 2 sebagai bentuk ketaatan dan keaktifan penderita terhadap aturan makan yang diberikan. Pola diet yang tidak tepat dapat mengakibatkan kadar gula darah pasien tidak terkontrol. Salah satu upaya untuk mengontrol kadar gula darah pada pasien DM tipe 2 adalah dengan perbaikan pola makan melalui diet 3J (Jumlah, Jenis, Jadwal) jumlah dan jenis makanan yang tepat sesuai jadwal makan yang ditentukan. Keberhasilan proses kontrol terhadap penyakit DM salah satunya ditentukan oleh kepatuhan pasien dalam mengelola pola makan atau diet sehari-hari. Hal ini agar mencegah timbulnya komplikasi dari penyakit Diabetes Melitus (Astuti & Ruhyana, 2020).

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Meliana (2021) didapat menunjukkan bahwa responden yang patuh diet dan gula darah terkendali (77,3%), sedangkan responden yang tidak patuh diet dan gula darah tidak terkendali (92,9%), hasil uji statistik dengan uji *Chi Square* diperoleh nilai p sebesar (0,000) < α (0,05), artinya ada hubungan yang bermakna antara kepatuhan diet dengan pengendalian kadar gula darah. Selain itu juga nilai OR sebesar 44,686 menunjukkan bahwa responden yang tidak patuh diet memiliki resiko 44,686 kali lebih besar gula darah tidak terkendali (Meliana & Septian, 2021).

Berdasarkan hasil penelitian An'Nisa (2023), mengenai hubungan kepatuhan diet dengan kadar glukosa darah penderita Diabetes Melitus tipe 2 di Puskesmas Karang Taliwang Kota Mataram dapat disimpulkan bahwa hasil analisis menunjukkan responden yang patuh diet sebanyak 73,3% dan tidak patuh sebanyak orang 26,7%. Sebagian besar responden yang merupakan penderita Diabetes Melitus tipe 2 di wilayah kerja Puskesmas Karang Taliwang memiliki glukosa darah yang tergolong normal. Terdapat hubungan antara kepatuhan diet dengan kadar glukosa darah penderita Diabetes Melitus tipe 2 di wilayah kerja Puskesmas Karang Taliwang dengan (p value = 0,00)

Diet jumlah, jenis, jadwal (3J) ialah satu diantara usaha untuk mengendalikan kadar gula darah terhadap pasien DM tipe 2. Pengendalian diet atau pola makan terhadap penderita Diabetes Melitus adalah dengan memahami pola 3J yang harus diikuti dan dilaksanakan yaitu tepat jumlah, tepat jenis, dan sesuai jadwal.

Tepat jumlah, pengidap DM harus menghitung kebutuhan kalorinya dengan benar, bukan berdasarkan kadar gula, agar dapat mengonsumsi dalam jumlah yang tepat. Tepat jenis, yang dapat dicapai dengan mengetahui indeks glikemik dari setiap hidangan yang dikonsumsi, bisa mengurangi terjadinya gangguan. Tepat waktu berarti mengikuti rencana makan yang ditetapkan, yang mencakup tiga hidangan utama, dua hingga tiga makanan ringan yang diberi jarak dalam jangka waktu yang lebih lama, dan ukuran porsi yang masuk akal. Diet bagi pengidap DM bertujuan guna meraih serta menjaga kadar glukosa darah pada kisaran normal.

Prinsip diet untuk penderita DM adalah untuk mengurangi konsumsi karbohidrat agar mekanisme pengaturan gula dalam darah tidak terganggu. Untuk menjaga pola makan yang sehat, penderita DM harus membatasi asupan karbohidrat. Selain itu juga mengurangi makanan yang tinggi lemak jenuh atau kolesterol, mengurangi gula dan garam, serta mengonsumsi makanan yang tinggi serat. Jumlah memiliki arti mengonsumsi makanan dalam jumlah yang tepat atau mengatur porsi makanan yang dikonsumsi. Penderita DM disarankan untuk tetap mengonsumsi sejumlah makanan yang sama pada umumnya karena jumlah kalori harus terpenuhi. Pola makan pasien DM dirancang untuk mengurangi asupan gula dan mengurangi jumlah lemak yang digunakan untuk menghasilkan gula. Setelah itu, cadangan energi yang tersimpan akan digunakan untuk menghasilkan energi dan penggunaan glukosa sebagai energi makanan yang akan mengurangi kadar glukosa dalam darah (PERKENI, 2021).

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti dengan 6 orang pasien diabetes melitus tipe 2 yang melakukan rawat jalan di ruang Penyakit dalam RSUD Cideres Kabupaten Majalengka pada tanggal 11 Maret 2025. Hasil pemeriksaan kadar gula darah didapatkan rata-rata kadar gula darah sebesar 240 mg/dL. Dari hasil wawancara sebagian besar pasien belum mematuhi diet DM 3J. Pasien merasa sulit dalam mengontrol jumlah makanan yang dikonsumsi setiap harinya. Pasien mengaku merasa bosan dan lelah jika harus menjalani pengobatan dan program diet yang rutin setiap harinya. Permasalahan yang dihadapi berbeda tiap pasien, ada yang belum mengetahui tentang diet 3J, ada yang mengatakan bahwa keluarga jarang mengingatkan pasien untuk untuk menghindari makanan yang menjadi pantangan pasien. Sehingga pasien mengatakan merasa cemas dan ragu atas penyembuhan penyakit yang dialami.

Dari fenomena diatas maka peneliti tertarik untuk meneliti tentang Hubungan Kepatuhan Diet DM Dengan Kadar Gula Darah Pada Pasien DM Di Poli Penyakit Dalam RSUD Cideres.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah diatas maka rumusan masalah penelitian ini adalah “Apakah terdapat hubungan kepatuhan diet DM dengan kadar gula darah pada pasien DM Tipe 2 di Poli Penyakit Dalam RSUD Cideres Kabupaten Majalengka?”

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui hubungan kepatuhan diet DM dengan kadar gula darah pada pasien DM Tipe 2 di Poli Penyakit Dalam RSUD Cideres Kabupaten Majalengka Tahun 2025.

1.3.2 Tujuan Khusus

a. Untuk mengetahui kepatuhan diet DM pada pasien DM Tipe 2 di Poli Penyakit Dalam RSUD Cideres Kabupaten Majalengka Tahun 2025.
b. Untuk mengetahui kadar gula darah pada pasien DM Tipe 2 di Poli Penyakit Dalam RSUD Cideres Kabupaten Majalengka Tahun 2025.
c. Untuk menganalisis hubungan kepatuhan diet DM dengan kadar gula darah pada pasien DM Tipe 2 di Poli Penyakit Dalam RSUD Cideres Kabupaten Majalengka Tahun 2025.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini dapat memberikan informasi, dapat dijadikan sebagai sumbangsih keilmuan, dan sebagai acuan untuk pengembangan penelitian dalam praktik keperawatan khususnya pada hubungan

kepatuhan diet DM dengan kadar gula darah pada pasien DM Tipe 2 di Poli Penyakit Dalam RSUD Cideres.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Bagi Pasien DM Tipe 2 di Poli Penyakit Dalam RSUD Cideres

   Hasil penelitian ini dimaksudkan untuk menjadi evaluasi untuk pasien tentang pentingnya kepatuhan diet DM terhadap kadar gula darah.

2. Bagi RSUD Cideres

   Kajian ini dimaksudkan sebagai bahan evaluasi RSUD Cideres untuk meningkatkan kepatuhan diet DM pasien supaya kadar gula darah pada pasien DM Tipe 2 tetap terjaga dalam batas normal dan stabil.

3. Bagi ITEKes Mahardika Cirebon

   Hasil penelitian ini dapat di gunakan sebagai sumber untuk penelitian lebih lanjut dan untuk menambah literatur.

4. Bagi Peneliti Lain

   Hasil penelitian ini dapat di gunakan sebagai pembanding penelitian dengan variabel yang sama.

1.5 Keaslian Penelitian

1. Kristy Natalia Toisuta. 2023. Hubungan Dukungan Keluarga Dan Kepatuhan Diet Dengan Kualitas Hidup Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di RSUD Dr. M. Haulussy Ambon. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui Hubungan dukungan keluarga dan kepatuhan diet dengan kualitas hidup

pada pasien diabetes melitus tipe 2. Penelitian ini menggunakan metode analitik korelasional dengan pendekatan *cross sectional*. Sampel dalam penelitian ini adalah 70 pasien yang diambil menggunakan rumus Slovin. Data dianalisa menggunakan analisa deskriptif dan korelatif menggunakan uji *Chi Square*.

Perbedaan dengan penelitian ini yaitu variabel judul, tempat dilaksanakan di Poli Rawat Jalan Penyakit Dalam RSUD Cideres. Pengambilan sampel menggunakan teknik *purposive sampling* dengan rumus slovin.

Persamaan dengan penelitian ini yaitu pada judul penelitian dan tujuannya untuk mengetahui hubungan kepatuhan diet dengan kadar gula darah. Instrumen penelitian yang digunakan adalah lembar kuisioner.

2. Meliana, dkk. 2021. Hubungan kepatuhan diet Terhadap Pengendalian Kadar Gula Darah pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di Poli Penyakit Dalam Rumah Sakit Karya Medika Bantaragebang Bekasi Tahun 2019. Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui hubungan kepatuhan diet, aktifitas fisik, dan minum obat terhadap pengendalian kadar gula darah pada pasien diabetes melitus. Penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif yang didukung oleh penelitian kualitatif dengan desain *crossectional*. Sampel berjumlah 143 responden menggunakan *proportionate stratified random sampling*. Analisis univariat dan bivariat menggunakan uji statistik *Chi Square*.

Perbedaan dengan penelitian ini yaitu pada variabel judul, tempat dilaksanakan di Poli Rawat Jalan Penyakit Dalam RSUD Cideres. Pengambilan sampel menggunakan teknik *purposive sampling* dengan rumus slovin.

Persamaan dengan penelitian ini yaitu pada instrumen penelitian yang digunakan adalah lembar kuisioner, uji statistik yang digunakan uji *Chi Square*.

3. Yuli Magfiroh, dkk. 2023. Hubungan Kepatuhan Diet Dengan Perubahan Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Melitus Di Puskesmas Jambon Kabupaten Ponorogo. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan antara kepatuhan diet dan perubahan kadar gula darah pada pasien Diabetes Melitus. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif. Populasi dari penelitian ini adalah pasien diabetes melitus yang berobat ke Puskesmas Jambon Kabupaten Ponorogo. Teknik sampling yang digunakan adalah *Accidental Sampling* dengan jumlah sampel sebanyak 25 responden. Uji statistik menggunkan uji *Chi Square*.

Perbedaan dengan penelitian ini yaitu waktu pelaksanaan penelitian dan tempat dilaksanakan di Ruang Penyakit Dalam RSUD Cideres. Pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling* dengan rumus slovin.

Persamaan dengan penelitian ini yaitu pada instrumen penelitian yang digunakan adalah lembar kuisioner dan uji statistik yang digunakan uji statistik *Chi Square*.