

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Masalah kesehatan yang dihadapi Indonesia saat ini dipengaruhi oleh gaya hidup, pola makan, faktor lingkungan kerja, olahraga dan stressor. Salah satu faktor yang mempengaruhi meningkatnya prevalensi penyakit degeneratif seperti Diabetes di kota-kota besar adalah perubahan gaya hidup. Diabetes adalah penyakit tertua di dunia. Diabetes berhubungan dengan metabolisme kadar glukosa dalam darah. Secara medis, pengertian Diabetes Melitus meluas pada suatu kumpulan aspek gejala yang timbul pada seseorang yang disebabkan oleh adanya peningkatan kadar glukosa darah (hiperglikemia) akibat kekurangan insulin (Pangaribuan,2016).

Sekitar 12-20% populasi dunia menderita penyakit ini, dan diperkirakan satu orang meninggal karena penyakit ini setiap 10 detik di seluruh dunia (WHO,2012). Jika tidak dikelola dengan baik, Diabetes dapat menyebabkan komplikasi fatal dan penyakit serius lainnya, 50% di antaranya disebabkan oleh penyakit jantung koroner dan 30% pada ginjal, yang dikenal sebagai komplikasi Diabetes. Komplikasi Diabetes terutama disebabkan oleh sistem saraf dan arteri. Komplikasi ini menyebabkan kebutaan, nefropati diabetik, gagal ginjal, ulkus kaki, ganglia, dan retinopati diabetik, yang dapat menyebabkan penyakit kardiovaskular (penyakit arteri jantung dan stroke) (PERKENI,2011).

Menurut Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), 422 juta orang di seluruh dunia menderita Diabetes, meningkat sekitar 8,5% pada populasi orang dewasa, dan 2,2 juta kematian sebagai persentase Diabetes yang berkembang sebelum usia 70 tahun. Terutama di negara-negara berpenghasilan rendah dan menengah. Jumlah penduduk diperkirakan akan terus bertambah sekitar 600 juta pada tahun 2035 (Kemenkes RI, 2018). Menurut (ADA, 2019), satu orang didiagnosis menderita Diabetes setiap 21 detik, dan hampir separuh orang dewasa di Amerika Serikat menderita Diabetes. Indonesia menempati peringkat ke-4 dari 10 negara teratas di dunia. Total populasi diabetes tipe 2 telah mencapai 8,6 juta dan diproyeksikan meningkat dari 8,4 juta pada tahun 2000 menjadi sekitar 21,3 juta pada tahun 2030. Prevalensi Diabetes tertinggi didiagnosis pada tahun 2018 pada usia 55-64 tahun. Kategori usia untuk usia adalah 6,3% dan 6,03% untuk mereka yang berusia 65 hingga 74 tahun (Risksdas, 2018).

Sejak merebaknya pandemi Covid-19 di Indonesia, dampaknya sudah terasa di seluruh lapisan masyarakat, termasuk penderita Diabetes. Pandemi ini telah membawa banyak perubahan gaya hidup pada penderita Diabetes, antara lain kepatuhan terhadap pola makan sehat, kebiasaan aktivitas fisik yang buruk, kecenderungan untuk duduk, serta tidak mampu mengontrol berat badan dan berat badan (Reyes Olavarría et al.). 2020). Studi penelitian menunjukkan bahwa Diabetes yang tidak terkontrol meningkatkan kerentanan terhadap infeksi Covid-19. Selain itu, kontrol glikemik yang buruk meningkatkan keparahan dan kematian pasien dengan Covid-19. Penderita Diabetes dapat

mengalami gangguan homeostasis, peningkatan proses inflamasi, melemahnya sistem kekebalan tubuh, aktivasi sistem renin-angiotensin-aldosteron (RAAS), dan memburuknya perjalanan infeksi Covid-19. Oleh karena itu, pengendalian kadar glukosa darah dan pencegahan komplikasi Diabetes selama pandemi Diabetes penting untuk menjaga kerentanan terhadap infeksi dan mencegah perkembangan parah Covid-19 (Lim et al., 2021).

Prevalensi kasus Diabetes Melitus pada saat pandemi menurut penelitian terbaru oleh Tim Penanggulangan Covid-19 di Indonesia, angka kematian orang yang terinfeksi Covid-19 meningkat 8,3 kali lipat dibandingkan orang tanpa Diabetes. Berdasarkan data Kementerian Kesehatan Republik Indonesia per 13 Oktober 2020, Gugus Tugas Covid-19 menunjukkan sekitar 34,5% dari 1.488 pasien mengidap Diabetes. Dari 1.488 pasien yang meninggal karena Covid-19, 11,6% menderita Diabetes. Penyebab utama kematian akibat Covid-19 di Jawa Tengah adalah Diabetes Melitus dan Hipertensi.

Prevalensi kematian Covid-19 dengan penyakit penyerta hiperglikemia di Jawa Tengah adalah 39,9 persen. Menurut data [corona.jatengprov.go.id](https://corona.jatengprov.go.id) terupdate pada 6 Juli 2020, 426 atau 8,63 persen dari 4.939 kasus positif Covid-19 meninggal. Sebagian besar pasien Covid-19 meninggal di Jawa Tengah memiliki riwayat diabetes 36,2%. Gubernur Jateng Ganjar Pranowo meminta Dinas Kesehatan Jateng mempercepat pendataan penderita Diabetes dan Hipertensi. Beliau menyarankan agar pasien dengan kedua penyakit ini harus memakai gelang khusus. Berdasarkan data yang tercatat, kedua penyakit

tersebut menjadi penyumbang kematian tertinggi selama pandemi Covid-19 di Jawa Tengah.

Berdasarkan penelitian Phitri & Widyaningsih (2013) hasil penelitian menunjukkan bahwa kepatuhan menjalankan program diet sebanyak 43,1% patuh menjalankan program diet Diabetes dan 56,9% tidak patuh melaksanakan diet yang dianjurkan. Diet yang dianjurkan untuk penderita Diabetes ialah mengkonsumsi makanan yang kaya serat. Makanan tinggi serat dapat membantu mengurangi kebutuhan insulin karena rendah karbohidrat namun tetap kenyang. Cara mendapatkan jumlah glukosa yang tepat agar kebutuhan insulin normal dan penderita Diabetes tetap terkontrol gula darahnya. Pasien yang mematuhi diet memiliki kontrol glikemik yang lebih baik dan berkelanjutan dapat mencegah komplikasi akut dan mengurangi risiko komplikasi jangka panjang. Peningkatan pemantauan glikemik dikaitkan dengan penurunan insiden kerusakan retina (retinopati), kerusakan ginjal (penyakit ginjal), dan kerusakan sel saraf (neuropati), meskipun pasien memiliki glukosa darah. Kegagalan untuk mempertahankan kontrol akan berdampak. Lebih buruk lagi atau bahkan tidak terkontrol dapat menyebabkan komplikasi yang tidak dapat dihindari.

Pengetahuan sangat erat kaitannya dengan perilaku. Karena dengan pengetahuan, pasien memiliki alasan dan alasan itu digunakan untuk mengambil sebuah keputusan dan pilihan. Hasil penelitian Purwanto (2011) menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan diet Diabetes dengan kepatuhan diet pada pasien rawat inap Diabetes. Penderita

Diabetes perlu memperhatikan kadar gula darah normalnya, tidak hanya pola makannya serta suasana hati yang nyaman dan sehat (Sarwono, 2011). Kepatuhan adalah kesediaan untuk menegakkan aturan diet sesuai dengan aturan yang ditentukan. Perubahan perilaku individu dicatat pada tahap identifikasi dan kemudian diinternalisasi. Salah satu bentuk internalisasi ini adalah kepatuhan. Dari analisis bivariat penelitian Luthfia Mahyarizqy (2018) didapatkan Hubungan Antara Pengetahuan dengan Kepatuhan Diet Diabetes Melitus didapatkan bahwa terdapat Hubungan Antara Pengetahuan dengan Kepatuhan Diet Diabetes Melitus pada penderita Diabetes Melitus di Rumah Sakit Peln, Petamburan Jakarta Barat tahun 2018, setelah dilakukan Uji Statistik antara Hubungan Tingkat Pengetahuan dengan Kepatuhan Diet Diabetes Melitus didapatkan  $p$  value = 0,001.

Pemerintah telah berupaya untuk menurunkan prevalensi Diabetes dan menurunkan angka kesakitan dan kematian. Berbagai terapi, baik farmakologis maupun nonfarmakologis, telah dikembangkan. Menurut (Aryani et al., 2016), upaya pemerintah untuk menurunkan prevalensi Diabetes adalah membuat program khusus yang disebut Prolanis (Program Penanggulangan Penyakit Kronis). Setelah mengikuti program ini, anggota Prolanis diharapkan memiliki kadar glukosa darah yang baik dan terkontrol. Di Puskesmas Suruh sudah menjalankan Program Penanganan Penyakit Kronis akan tetapi selama pandemi Covid-19 ini terdapat beberapa kendala seperti ditiadakannya senam pada kegiatan Prolanis, pasien yang datang ke Prolanis sedikit menurun karena

pandemi ini. Pasien datang ke Puskesmas hanya untuk cek kadar gula darah dan mengambil obat yang diberikan setiap bulannya.

Meskipun belum banyak data pengendalian glikemik pada pasien Diabetes Melitus di Indonesia selama pandemi Covid-19, namun banyak penelitian menemukan beberapa program pemerintah yang bertujuan untuk mengendalikan glikemik pada pasien DM. Salah satunya yaitu Prolanis, menurut (Prada dkk, 2020) program Prolanis tidak bisa berjalan maksimal di masa pandemi ini. Berdasarkan penelitian (Ahmad et al., 2017; Aryani et al., 2016) salah satu program pengendalian glikemik yaitu Prolanis, dengan memperbanyak makan buah dan sayur. Disarankan makan 5 porsi buah dan sayur (400 gr/hari) per hari sebagai bagian dari pola makan yang sehat dan seimbang untuk mengontrol Diabetes. Peran buah dan sayuran untuk menjaga kadar gula darah melalui efek seperti antioksidan, kandungan serat dan kandungan magnesium. Antioksidan dapat melawan efek berbahaya dari spesies oksigen reaktif yang terlibat dalam patogenesis Diabetes. Serat dalam buah dan sayuran memfermentasi dan meningkatkan keragaman mikrobiota usus. Keragaman ini membantu dalam produksi insulin. Kandungan magnesium, di sisi lain, bertindak sebagai kofaktor untuk mengatur kadar glukosa darah (Carter et al., 2013; Mao et al., 2021).

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti di Puskesmas Suruh Kabupaten Semarang pada 12 Oktober 2021, ditemukan bahwa pasien memiliki pengetahuan yang berbeda satu dengan penderita lain tentang Diabetes dan diet Diabetes. Ada pasien yang datang ke Prolanis tidak

rutin sesuka hati datang ke Prolanis, apabila tidak merasa sakit tidak kontrol. Pasien Diabetes minum obat rutin, tetapi di rumah tetap mengonsumsi makanan dan minum manis sehingga kadar gula tidak turun selalu di atas 200 mg/dl. Apabila ada pemeriksaan kadar gula darah seharusnya pasien Diabetes mestinya harus puasa, tetapi sering dari pasien Diabetes datang ke Prolanis sudah sarapan. Fenomena yang ada di Puskesmas Suruh tersebut membuat peneliti tertarik melakukan penelitian tentang “Hubungan Antara Pengetahuan dengan Kepatuhan Diet Diabetes Melitus pada Penderita Diabetes Melitus Di Masa Pandemi Covid-19 Puskesmas Suruh Kabupaten Semarang.”

## **B. Rumusan Masalah**

Adakah Hubungan Antara Pengetahuan dengan Kepatuhan Diet pada Penderita Diabetes Melitus Di Masa Pandemi Covid-19 Puskesmas Suruh Kabupaten Semarang?

## **C. Tujuan Penelitian**

### 1. Tujuan Umum

Menganalisis Hubungan Antara Pengetahuan dengan Kepatuhan Diet pada penderita Diabetes Melitus Di Masa Pandemi Covid-19 Puskesmas Suruh Kabupaten Semarang

### 2. Tujuan Khusus

a. Mendeskripsikan Pengetahuan Diabetes Melitus pada Penderita Diabetes Melitus Di Masa Pandemi Covid-19 Puskesmas Suruh Kabupaten Semarang

- b. Mendeskripsikan Kepatuhan Diet pada Penderita Diabetes Melitus Di Masa Pandemi Covid-19 Puskesmas Suruh Kabupaten Semarang
- c. Menganalisa Hubungan Antara Pengetahuan dengan Kepatuhan Diet pada Penderita Diabetes Melitus Di Masa Pandemi Covid-19 Puskesmas Suruh Kabupaten Semarang

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

##### 1. Bagi Peneliti

Dapat digunakan untuk menerapkan teori-teori yang didapatkan selama kuliah dan memperluas cara berpikir peneliti dalam menjelaskan hubungan antara pengetahuan dengan kepatuhan diet Diabetes Melitus.

##### 2. Penderita Diabetes

Sebagai informasi dan menambah pengetahuan sebagai penatalaksanaan diet Diabetes Melitus yang baik.

##### 3. Institusi Tempat Penelitian

Menyampaikan informasi yang bermanfaat serta berguna pada institusi dan memberikan wawasan bagi institusi tentang pengetahuan dan kepatuhan diet dengan kadar gula darah penderita Diabetes Melitus sehingga bisa dijadikan referensi pada penelitian selanjutnya.



