

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Diabetes Mellitus (DM) merupakan penyakit kronis berupa gangguan metabolik yang terjadi ketika kadar gula darah berada di atas normal (Kemenkes RI, 2020). Tercatat lebih dari 500 juta orang dewasa (umur 20 - 79 tahun) hidup dengan diabetes di seluruh dunia. Diabetes juga menyebabkan 6,7 juta kematian, atau 1 setiap 5 detik. Indonesia merupakan salah satu negara di Asia Tenggara yang menempati peringkat kelima dengan 19,5 juta penderita diabetes mellitus dengan jumlah penduduk 179,72 juta (IDF, 2021). Laporan Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas 2018) di Indonesia mencatat bahwa prevalensi diabetes menurut konsensus Perkumpulan Endokrinologi Indonesia (PERKENI) telah mencapai 10,9 persen. Peningkatan terus terjadi dari 6,9 persen pada tahun 2013 menjadi 8,5 persen pada tahun 2015.

Gula darah merupakan gula yang terdapat di dalam darah yang berasal dari karbohidrat dalam makanan dan disimpan sebagai glikogen dihati dan di otot rangka. Glukosa darah berfungsi sebagai penyedia energi bagi tubuh dan jaringan- jaringan yang ada dalam tubuh (Widyastuti, 2011). Beberapa jenis pemeriksaan yang berhubungan dengan kadar gula darah yaitu pemeriksaan kadar gula darah puasa, pemeriksaan gula darah sewaktu, dan pemeriksaan kadar gula darah postprandial (sesudah makan).

Kepatuhan dari peserta kegiatan prolansis khususnya pasien yang terjangkit penyakit diabetes melitus menjadi salah satu faktor keberhasilan kegiatan prolansis. Pada pemeliharaan pasien terjangkit penyakit diabetes, masalah yang sering dijumpai adalah kepatuhan dari pasien tersebut. Tingkat kepatuhan yang dilakukan oleh pasien dapat di tinjau dari tingkat kehadiran pada proses pelaksanaan program Prolansis. Tingkat kehadiran peserta atau pasien terjangkit diabetes pada kegiatan prolansis ditujukan untuk mendapatkan edukasi, terapi gizi, aktivitas fisik dan intervensi farmakologis untuk pasien sehingga pasien menjadi mengerti dengan rangkaian kegiatan yang diselenggarakan dan rangkaian kegiatan yang dilakukan secara mandiri oleh pasien ketika berada

diluar kegiatan prolans dalam kaitannya menjaga pola hidup yang baik. Dalam kehidupan sehari-hari peserta prolans penderita diabetes mellitus terkadang memiliki kecenderungan tidak patuh terhadap kepatuhan diet yang seharusnya dilakukan dan hal tersebut mempengaruhi kadar gula darah pada penderita. Hal ini dapat berimbas terhadap gagalnya kegiatan prolans secara umum yang diberikan kepada pasien sehingga kualitas hidup pasien yang diharapkan dapat meningkat menjadi tidak maksimal.

Kepatuhan diet suatu bentuk dari ketaatan terhadap minuman dan makanan dalam sehari-hari yang dikonsumsi pada penderita diabetes mellitus untuk menjaga kesehatan dan mempercepat proses penyembuhan. Diet terdapat 3J yaitu jenis, jadwal dan jumlah (Nursihhah, 2021).

Kepatuhan diet pada penderita diabetes memegang peranan penting dalam menstabilkan kadar gula darah. Jika mengikuti diet, kadar gula darah Anda stabil. Tidak terkontrolnya kadar gula darah akibat dari klien tidak patuh mengikuti diet. Kepatuhan sangat sulit. Kepatuhan membutuhkan elemen pendukung untuk menjadi sukses. Faktor pendukung tersebut adalah motivasi untuk mematuhi diet dengan mengatur waktu dan kesempatan yang dibutuhkan untuk beradaptasi dengan dukungan keluarga, pengetahuan, dan kesempatan. (Dewi, Amir, & Sabir, 2018)

Berdasarkan penelitian oleh Nursihhah dan Wijaya (2021), responden yang tidak patuh dengan diet DM 3J (Jumlah, Jenis, Jadwal) sebanyak 69,2% dan sebagian kecil yang patuh sebanyak 30,8%. Responden yang tidak patuh terhadap diet DM dan mengalami gula darah yang tidak terkontrol sebanyak 92,9%. Penelitian Almaini dan Heriyanto (2019) menyebutkan bahwa sebanyak 24 responden (52,2%) dari total 46 responden tidak patuh dengan standar diet DM yang dianjurkan. Almaini dan Heriyanto (2019) juga menyebutkan bahwa responden yang patuh dengan standar diet yang diberikan memiliki kadar gula darah sewaktu yang lebih normal sekitar 15 kali lipat lebih tinggi dari responden yang tidak patuh terhadap standar diet.

Diet merupakan salah satu cara pengendalian DM karena berhubungan dengan kadar gula darah. Pola diet penderita DM sebagai bentuk ketaatan dan

keaktifan penderita terhadap aturan makan yang diberikan. Pola diet yang tidak tepat dapat mengakibatkan kadar gula darah pasien tidak terkontrol. Oleh karena itu salah satu upaya untuk mengontrol kadar gula darah pada pasien DM adalah dengan perbaikan pola makan melalui pemilihan makanan yang tepat (Rasmadi, Sarwono, 2018).

Prevalensi pada penyakit diabetes melitus memiliki kecenderungan yang terus menerus meningkat. Berdasarkan hasil penelitian Riskesdas prevalensi Diabetes Melitus pada tahun 2013 hingga 2018 mencapai peningkatan sebanyak 16%. Pada tahun 2013 penderita Diabetes Melitus mencapai 6,9 %. Pada tahun 2018 mencapai 8,5 %. Prevalensi Diabetes Melitus mencapai 10,9 % (Kementerian Kesehatan RI Badan Penelitian dan Pengembangan, 2018) Estimasi jumlah penderita Diabetes Melitus di provinsi Jawa tengah pada tahun 2019 sebanyak 625.822 orang (Profil Kesehatan Provinsi Jawa Tengah, 2019).

Menurut Santoso & Susilawati (2018) diet adalah faktor pokok yang memiliki hubungan dengan kenaikan kadar gula darah pada penderita DM. Kepatuhan diet pada penderita DM memainkan peran penting dalam menyeimbangkan kadar gula darah, sedangkan kepatuhan adalah keadaan yang penting dalam mengembangkan kebiasaan yang mendukung pengidap DM mematuhi program dietnya (Kartini, Amir & Sabir. 2018). Faktor-faktor yang mempengaruhi ketidakpatuhan seseorang untuk melakukan diet DM adalah rendahnya wawasan tentang penyakit DM, keyakinan, sikap dan kepercayaan yang dimiliki klien (Novyanda & Hadiyani, 2017). Sedangkan menurut Hendro (2017) penyebab ketidakpatuhan terhadap diet DM adalah tidak memahami dan salah memahami manfaat diet. Untuk itu, bagi penderita diabetes mellitus dianjurkan untuk taat terhadap diet DM yang meliputi 3J yakni tepat jadwal, tepat jumlah, dan tepat jenis (Astuti & Ruhyana, 2018).

Peneliti memilih Klinik Pratama dr. Setya Pinardi sebagai tempat penelitian dikarenakan prevalensi penyakit Diabetes Melitus cukup banyak sekitar 159 peserta pada tahun 2023. Hal ini sejalan dengan tujuan peneliti yang ingin meneliti tentang kadar gula darah pada penderita Diabetes Melitus yang disebabkan karena kepatuhan diet, dan di Klinik Pratama dr. Setya Pinardi

sebelumnya belum pernah dilakukan penelitian tentang hubungan kepatuhan diet dengan kadar gula darah pada penderita Diabetes Melitus.

Berdasarkan latar belakang diatas maka penulis memiliki ketertarikan untuk melakukan penelitian dengan judul “Hubungan Kepatuhan Diet Dengan Kadar Gula Darah Pada Penderita Diabetes Mellitus di Klinik Pratama dr. Setya Pinardi”.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian latar belakang diatas rumusan masalah pada penelitian ini adalah “Adakah Hubungan Kepatuhan Diet Dengan Kadar Gula Darah Pada Penderita Diabetes Mellitus di Klinik Pratama dr. Setya Pinardi?”.

## **C. Tujuan Penelitian**

### **1. Tujuan Umum:**

Untuk mengetahui hubungan kepatuhan diet dengan kadar gula darah pada penderita diabetes mellitus di Klinik Pratama dr. Setya Pinardi.

### **2. Tujuan Khusus:**

- a. Untuk mengetahui karakteristik responden pada penderita diabetes mellitus di Klinik Pratama dr. Setya Pinardi yang mencakup umur, jenis kelamin, Pendidikan, dan status pekerjaan.
- b. Untuk mengetahui tingkat kepatuhan diet pada penderita diabetes mellitus Klinik Pratama dr. Setya Pinardi.
- c. Untuk mengetahui kadar gula darah pada penderita diabetes mellitus Klinik Pratama dr. Setya Pinardi.
- d. Untuk mengetahui hubungan kepatuhan diet dengan kadar gula darah pada penderita diabetes mellitus Klinik Pratama dr. Setya Pinardi.

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

1. Bagi Peneliti

Meningkatkan dan mengembangkan kemampuan peneliti dalam melaksanakan penelitian dan memperluas pengalaman serta wawasan secara langsung tentang hubungan kepatuhan diet dengan kadar gula darah pada penderita diabetes mellitus di Klinik Pratama dr. Setya Pinardi.

2. Bagi Klinik

Manfaat dari penelitian ini jika terdapat hubungan kepatuhan diet dan kadar gula darah pada peserta prolanis penderita diabetes mellitus, klinik dapat memberikan edukasi dan memotivasi untuk patuh dalam diet.

3. Bagi Peneliti selanjutnya

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai dasar acuan bagi peneliti selanjutnya dalam melakukan penelitian mengenai hubungan kepatuhan diet dengan kadar gula darah pada penderita diabetes mellitus di Klinik Pratama dr. Setya Pinardi.

